



家庭祭壇的規劃和執行	p. 3
歲月不能留	p. 4
以色列人與阿拉伯人	p. 7
趁節日 - 用手機傳福音好方法	p. 8
科學與信念	p. 11
信心、盼望和愛	p. 14



世人最常祈求的福氣有：

1. 賺更多的金錢

• 林向陽 • 世人多以為錢財越多越好，認為錢財是成功的代表，能帶來盡情享受。國人甚至有「有錢能使鬼推磨」之說。其實，看見錢就推磨，受錢財驅使的人正是鬼魔的化身。而社會、傳媒、報章也大肆渲染錢財的魅力和影響力，荼毒人心。

因貪財而以不法之道騙取金錢的人，終會事敗被繩之於法。請看2008年美國歷史最大的騙局，當年71歲的前美國那斯達克 (Nasdaq) 的主席馬度夫 (Bernard Madoff) 的下場：他摸清人喜愛投機取巧的心理，在30年來，以投資得高利為號召，騙取以百萬計國人血汗錢的投資，騙取金額高達5百億美元，不料東窗事發，被政府判刑150年，馬某不但聲譽掃地，還遺害子孫，他

的長子患上嚴重憂鬱症，後自殺身亡，他的孫子們也以他為恥辱，紛紛改名換姓，隱居某州，不願與他有任何的關係，而他不久後也因病死在牢獄中。

難怪聖經說：「但那些想發財的人，就陷在迷惑、落在網羅和許多無知有害的私慾裡，叫人沉在敗壞和滅亡中。貪財是萬惡之根。有人貪戀錢財，就被引誘離了真道，用

…… (文轉第2頁)

多倫多短宣中心誠邀您參加

2023年-慶新春實體與視像電話佈道

新春頌主愛

佈道日期: 1月27-28日(初六 - 初七)

佈道時間: 9am-4pm

佈道方式: 實體+視像電話

佈道地點: 多倫多短宣中心

63 Silver Star Blvd., Unit D6 Scarborough, ON. M1V 5E5

佳節感神恩



掃碼報名

Web: www.torontostm.com

Tel: 416-291-0200





北約國語宣道會 North York Mandarin Alliance Church

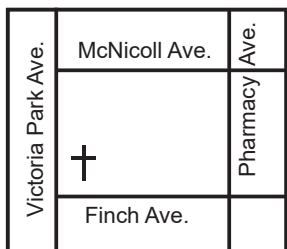
3325 Victoria Park Ave., Scarborough, ON M1W 2R8
電話：(416)222-0981 Email：office@nymac.ca

中文傳道：

鄭有恩傳道

英文傳道：

Pastor Bronco Lam



英語崇拜：主日上午 9:30
國語崇拜：主日上午 11:30
兒童崇拜：主日上午 11:30

福音真理班：主日上午 9:30
成人主日學：主日上午 9:30

誠聘 主任牧師

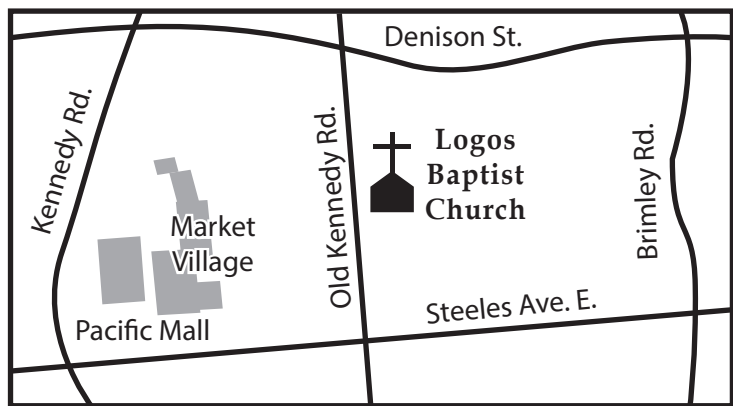
履歷請電郵：searchcommittee@nymac.ca

教會網站：<https://nymac.ca>



證道浸信會 (美麗徑堂) Logos Baptist Church (Milliken)

聚會/通訊：133 Old Kennedy Rd., Markham, ON L3R 0L5
電話：(905) 305-6467 傳真：(905) 305-6468
網址：www.logosbaptist.com
主日崇拜：9:30AM (國語/兒童)；11:00AM (粵語)；
11:00AM (英語/青少年)
主日學：9:00AM (粵語) / 9:30AM (英語) 10:30AM (國語)
團契時間：星期五 (4:00PM / 7:30PM)、星期六 (9:30AM / 7:30PM)
主任牧師：馬天佐牧師 英語事工：Rev. Scott Bissell
粵語事工：吳瓊頌牧師 英語青年事工：黃千信傳道
譚家麟牧師 國語事工：趙舜民牧師
鄭堅民傳道 潘榆玲傳道
兒童事工：吳麗蘭傳道 楊帆傳道
創會顧問牧師：馬英傑牧師 顧問牧師：杜枝生牧師



美麗徑福音堂 MILLIKEN GOSPEL CHURCH

地址：8 Elson Street, Markham, On L3S 2C4
電話：(905) 472-3100 電郵：info@mgc.ca
網址：www.mgc.ca

主日敬拜	主日學	教牧同工
粵語堂 11:15am	9:15am	杜舫傳道、 李靖波牧師、 Mr. Aaron Garcia、 周如蕙傳道
普通話堂 9:15am	11:00am	
英文堂 9:30am	11:00am	
兒童崇拜已恢復，請電郵查詢		顧問牧師： 麥振榮牧師

真正的福氣

……(文接第1頁)
許多愁苦把自己刺透了。」
(提摩太前書6:9-10)

其實，我們若能有智慧地善用金錢，它可以成為我們的忠僕，否則會成為殘害我們的惡主。試看，多少婚姻、家庭因金錢糾紛而破碎、親情抹煞、親友反目？還有，金錢也不能令我們有安全感，從古到今的富貴人家，都因錢財而憂慮多：怕失去錢財，又怕因有錢財被綁票遭害，更怕別人因錢財而與自己的兒女論婚嫁。而且錢財無定，「必長翅膀，如鷹向天飛去。」(箴言23:5)可見金錢並非是我們的倚靠。也沒有永恆的價值。

還有，錢財也不是萬能。金錢不能買真愛、健康、真平安，也不能買逝去的時光與生命，更不能購買神所賜的救恩與永生。因為救恩的代價極其貴重，是神的獨生兒子耶穌基督因愛我們，為我們在十字架上代死而成就的。而只有接受耶穌基督為救主的人，才能罪得赦免，才能得著神所賜的永生。

故此，金錢不應該是我們立志要賺取的。

2. 要立名建樹

又有人說，「人死要留名，豹死要留皮。」故此，我們千方百計要留名：有人捐款作善事，卻要大事渲染。有人殘害無辜，以遺臭萬年。但是，無論當時造成怎樣的轟動，隨著日子的過去，所有好名或臭名都會成為歷史陳跡。試看當年威震天下的希臘帝國的亞歷山大

大帝，英勇善戰，國家版圖之廣大，令人詫異。還有歷代眾多的名人偉蹟，當年的確轟動一時。但是，因時間的流逝，他們的成就，甚至名字也被人遺忘。請問，你比亞歷山大大大帝，和這些世界名人如何？我們也會和他們一樣，會「永遠無人記念……日後都被忘記」(傳道書2:16)。可見地位、名望都沒有永恆的價值。故此，聲望也不是我們應該立志追求的。

3. 立志追求健康

立志注重運動，保持身體健康，這是國人最常立的志。難怪近年來，健康食物充斥市場，減肥、運動、保持健康成為最熱門的話題。是的，健康的確重要，但是，身體健康的人並不代表其生命的豐盛，請你舉目四看，多少身體健康的人被人生各種的「遠慮近憂」壓得透不過氣來，生命沒有喜樂。

還有，生命無常，人無法掌管明天，今天的你生龍活虎、健康過人，明天的你將會如何？一個意外，一個突發的疾病就能使你纏眠病床，甚至一病不起。

況且即使你能活到一百歲，終有一天，我們必定會來到人生的盡頭，因為聖經早就宣告：「按著命定，人人都有一死，死後且有審判。」(希伯來書9:27)故此，人若不曉得死後何去，沒有永生的歸宿，只是在世上糊塗度日，甚是可惜。還有，「因為世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀。」(羅馬書3:23)試想滿身罪污的我們，死後還得面對聖潔

永生神的審判，那是多麼可怕的事！

真正的福氣

看到這裡，可能你會問：我們該如何作，才能在永生神的面前蒙恩典，得憐憫？才能活得有意義？親愛的讀者，請看聖經的真理：

「信子(耶穌基督)的人有永生，不信子(耶穌基督)的人得不著永生，神的震怒常在他身上。」(約翰福音3:36)

原來，人因犯罪離棄神，結局應是永遠沉淪。但是，創造宇宙萬物的耶和華神不但是宇宙唯一的真神，祂也是一位大有憐憫、慈愛的主，祂愛我們至切，甚至差遣自己的獨生愛子耶穌基督，降生世間，為擔當我們的罪捨命十字架，並死後三天復活，成就救恩。

只要我們願意認罪悔改，接受神子耶穌基督的救恩，神就立時赦免我們的罪，並把永生賜給我們，還有聖靈居住在我們的心裡，作我們隨時的幫助，因為「凡接受祂(耶穌基督)的，就是信祂名的人，祂就賜他們權柄，作神的兒女。」(約翰福音1:12)，這是世人能得的最大、最珍貴的，且有永恆價值的「真正福氣」。我們的人生因而有倚靠，充滿盼望，滿有喜樂，有意義，而且不懼死亡。

親愛的讀者，在這個新的一年，願你也認識耶穌基督，接受祂的救恩，成為一個蒙「真福」，得救贖的人。

【建立美好的家】

• 顏進德 •

家庭祭壇的規劃和執行

家庭是培育子女成材的沃土，教養兒女具備優良品德的溫床，傳承良好靈命的場所，造就下一代活出正能量的搖籃。家庭祭壇是實行宗教教育的橋樑，帶領子女從小認識神，堅定基督信仰。父母必須關注這個議題，積極去實踐的功課。

規劃家庭祭壇的執行細節和步驟，是準備實施家庭祭壇的必經過程，家長可以邀請孩子一同根據實際的需要，設計一套合適的家庭祭壇程式單，原則上實施過程盡量達到有趣活潑，吸引家人參加投入活動；不是嚴肅拘謹，令人生畏，不願意進場。

家庭必須維持一個和諧溫暖的氛圍，實踐基督信仰的積極生活，才能培養出具備開朗樂觀的個性，謙卑誠實的品格，愛神愛人，成熟生命的下一代。父母經常忙於工作、社交生活，加上教會事奉，以致孩子不能得到足夠的愛護、關注、陪伴、談心、指導與管教。家庭祭壇正好能夠填補這方面的不足，把親子關係凝聚起來，連結在基督裡。

預防家庭發生不幸事件，建立幸福美好的家，實施家庭祭壇是一劑良方和有效對策，也是塑造健康家庭一個極佳的導向策略。家長積極實施家庭崇拜，鼓勵孩子加入，家人同心合意敬拜神，培育孩子健康成長，成為被神使用的人才。

敬拜神的態度必須正確，才能獲得神的喜悅。從先祖挪亞開始到歷代族長，他們都是抱著感恩的態度去敬拜神，歌頌、讚美和稱謝神的保護與賜福。申命記第六章說明，神要以色列人遵行誡命、律法，教導和要求子女去執行神的吩咐，全心愛神，神就會賜福(申命記6:1-5)。我們存著感恩的態度，設立家庭祭壇，一家人同心合意唱詩讚美神，感謝神的保守和同在。父母教育子女認識神，親近神，執行神的教訓，孩子終生會行在神的道路上，蒙神眷顧(箴言22:6)。

家庭祭壇實施程式是簡單和容易的，家庭的信仰生活可以過得樸素但有趣味，過程很輕鬆卻不失莊嚴，敬拜過程中可以享受親子美好的團契相交，在溫馨的氛圍中，領受神同在的福分。夫妻二人就可以開始家庭聚會，有了孩子更要組織家庭祭壇，幫助子女與神建立良好關係。



設計家庭祭壇的程序，有四個基本元素，就是唱詩、讀經、分享和祈禱。可以使用4W做為崇拜程序：Welcome (見證，遊戲)，Worship (唱詩敬拜)，Word (讀經)，Work (行道，分享，祈禱)。通過見證和遊戲把氣氛炒熱起來，藉著唱詩敬拜進入神的同在，閱讀一節或一小段聖經經文明白神的旨意，因著分享把家人凝聚在一起，在祈禱中順服聖靈的感動，行出神指引的道路。

家庭崇拜實行方法不要太複雜，容易操作即可，焦點在於通過家庭祭壇把家人凝聚起來仰望神，落實基督是我家之主的願望。麥張偉芬的文章(2009，家庭祭壇)，提出實踐家庭祭壇的內容與方法，值得參考。

1. 祭司：父母皆可扮演祭司的角色(彼得前書2:9)，家長可以事先研商，然後召開家庭會議，讓其他家人有心理準備。若是單親父母，或配偶未信主，信主的家長就是祭司，主領家庭祭壇，與兒女一同經歷敬拜神的喜悅，享受在基督裡的團契福分。
2. 時間：家庭祭壇最好固定時間舉行。信徒結婚以後就開始實踐，孩子出生來到牙牙學語的時候，就是執行家庭崇拜的極佳時機。次數沒有限制，重要的是要有恆心，每週至少一次。生日，春節，中秋節，復活節，聖誕節等節期，都是舉行家庭祭壇的好日子。家庭祭壇聚會時間的長短要隨著孩子的年齡做適當的調整，建議學齡前的小孩20分鐘，小學時期30分鐘，中學階段40分鐘，大學以上50-60分鐘。聚會是在家人都方便的原則下舉行，切忌勉強。

3. 地點：家庭祭壇安排在家裡的固定位置舉行，客廳是適當地點，切忌在擺滿飯菜的餐桌前進行。全家偶爾到郊外野餐或旅遊，可以就地舉行家庭崇拜。

4. 形式：家庭祭壇沒有固定形式，每個家庭的喜好和風格都不相同，通常有唱詩，讀經，講述聖經故事，見證，分享和祈禱。為了吸引年幼的孩子，家長要透過活潑生動的手法表達屬靈教導，讓子女得到實際幫助。

5. 內容：家庭祭壇的內容盡量多樣化，可以每月訂定一個主題，如仁愛，平安，喜樂，應許，信實，忍耐等；能夠講述聖經人物的事蹟，宣教士見證，新聞時事等。父母需要閱讀屬靈書籍，從中尋找材料和靈感，豐富祭壇內容。在祈禱時段，父母可以鼓勵孩子先祈禱，每名子女都開聲禱告，最後由父母作總結。

家長在實施家庭祭壇的過程中，若發現某個環節不適合，在維持崇拜四個基本元素(唱詩、讀經、分享、祈禱)的原則下，家人可以討論作適當調整，務必達成家人都喜歡，樂意參與其中，才能持續地進行，達到果效。盼望父母能夠領受到從神而來的異象，認識到實踐家庭祭壇是神託付家長的任務(申命記6:4-9)，成為父母的使命，建立美好的家，使家庭、教會和社會都蒙福。

.....
參考文獻：

麥張偉芬(2009年10月)。家庭祭壇。《今日華人教會》，7-9。Retrieved from https://www.cccowe.org/content_public.php?id=cct200910-1



【福音鞋】

• 信言 •

歲月不能留！

日復一日，疫情之中，窮日子窮過！富日子富過！

瞬間春節又蒞臨！請問你喜歡過春節嗎？農曆新年總是令人興奮的！象徵了新年伊始，萬象更新，春意盎然，帶來了新希望！我想大部分人都喜

歡鬧哄哄、充滿溫情的春節！即使有些平日心存芥蒂的親友，在春節期間，串串門子，互相走訪，共慶新春，事情也就翻篇了！

我獨偏愛農曆新年的舞獅表演，鑼鼓喧天，不管是南獅還是北獅，動作

靈活可愛，節奏合拍而有默契。應了一句：「臺上一分鐘，臺下十年功。」中國人幹什麼，都是樂意下苦功的！童年時期，看見班上的男同學，一窩蜂鬧著舞獅頭，惹得一眾同學哈哈大笑！到如今已屆73高齡的我，遇上了舞獅表演，仍是看得入迷！

可是，並非每年春節都開心快樂！因我幼年喪父，由母親撫養成人，所以跟媽媽感情特別深厚。13年前，媽媽在近農曆年前去世。我雖深知媽媽是信耶穌的基督徒，已安然返回天家。在天家，媽媽無需再受洗腎之苦，也免去了糖尿病、風濕痛的日夜困擾！但我對母親仍戀戀不捨，應了一句「每逢佳節倍思親」！每遇半夜驚醒，心中仍惦記母親：「哎吔！我真是失去了媽媽啦！」但轉念一想，媽媽已在更美的家鄉了！耶穌不是應許了祂的孩子們：「我去！是為你們預備地方。」這「地方」（天家），只為屬祂的「兒女」而安排妥當。

誰是耶穌的「兒女」呢？就是相信耶穌的人。聖經講明了：「凡接待耶穌的，就是信耶穌名的人！祂就賜他們權柄，作神的兒女！」耶穌愛顧屬自己的兒女，視他們如珠如寶，有耶穌親自照管著媽媽，比我們強得多了！想著想著，我又能再度安然進入夢鄉了！

人生沒有彩排，但起落都精彩，皆因有耶穌常在左右相伴，牽手同行！其實我們每天過日子，都是憑著信心生活。乘坐公車，要信得過司機會載我前往目的地。在公園走累了，隨意坐坐，信得過椅子是穩固結實的。對耶穌的信靠，也是憑信心，信得安穩！

記得以前在學校教學，有一位代課老師代了兩個月課之後，要離開之際，我送了他一本聖經。禮尚往來，他也回贈了我兩頁寫得密密麻麻，有理有據，字體工整的「為什麼？」！

他是「問得好」，可惜我當年仍未深入了解聖

經，不能「答得妙」！就此一別兩年，這位老師又來我校代課。知悉他成了基督徒，我問他：「是誰解答了你的問題呢？」他倒是答得妙：「我信了耶穌之後，這些問題就不存在啦！」

很多基督徒都是些平凡又普通，沒與眾不同的人，但上帝是看中了我們「赤子之心」，就成了上帝獨特寶貝的兒女，成了不一的「人」啦！信靠耶穌基督這回事，對我來說是既「攻心」，又「攻理」的！是情、理並重，才確定相信。是一個漸進的過程，令我踏上信心之路。當年9歲稚子瞬間的決志，再經聖靈助我長期研讀聖經，造就了我成為天父真正的孩子、虔誠的信徒。

各人信仰過程不一樣，有人要確定全部理解，才踏上信心之路；有人是信了再打算，也有人在兩者之間徘徊，一直半信半疑。但不管如何，上帝所揀選的孩子，神會找到你，成為上帝的兒女。

堂城美會信浸道證
LOGOS BAPTIST CHURCH (MISSISSAUGA)
6955 Millcreek Dr. Mississauga ON L5N 5Z6

國語崇拜: 9:00AM(主日學:11:00AM)
粵語崇拜:10:45AM(主日學: 9:00AM) 905-542-1522
英語崇拜:10:45AM(主日學: 9:00AM) www.lbcm.ca
查經祈禱會: 逢星期三晚7:30PM

主任牧師: 王志強牧師 國語事工: 傅濤牧師
中文事工: 王蔣志月傳道 家庭事工: 鄺志恆傳道
英語事工: Rev. Daniel Soto 宣教士(巴拿馬): 何建華牧師

本會特設ESL班及各類型團契，適合各界人士參加

堂城奧會信浸道證
Logos Baptist Church Oakville
聚會地點: King's Christian Collegiate
528 Burnhamthorpe Rd. West, Oakville, ON L6M 4K6

奧城堂 網上 主日崇拜
早上10:00
Zoom ID: 422 765 2905
Passcode: 0000

主任: 王志強牧師 傳道: 王洪淵傳道
647-707-4352 www.logosbc.ca

【醫者心】 · 路加醫生 ·

饒恕



我有一位病人，常受到蕁麻疹之苦，必須每天服用過敏藥物。但在一次聚會中，神提醒他要原諒一個以前曾經傷害過他的弟兄。當他願意原諒這位弟兄時，他的蕁麻疹就完全得到了醫治。在主耶穌的主禱文中說「免我們的債，如同我們免了人的債。」（馬太福音6:12）神也說「你們饒恕人的過犯，你們的天父也必饒恕你們的過犯；你們不饒恕人的過犯，你們的天父也必不饒恕你們的過犯。」（馬太福音6:14-15）饒恕乃是神所給我們的命令，也是我們經歷神全備救恩的重要環節。但當我不願意原諒傷害我們的人時，受苦和捆綁的乃是我們自己。你願意從苦毒和被捆綁中釋放出來嗎？

你可以說我沒有被人傷害過，因此不需要饒恕任何人。事實上我們要饒恕的對象，不只是有意或無意傷害我們的人，更包括你認為有些人未能給予你應得的愛或關懷，

因此你心懷不平。或許你應該原諒的對象包括過世的父母或者是親人。你們有沒有想到一些你應該要原諒的人？你或許說，我早就饒恕那些傷害我的人。但是我們卻仍然覺得受到捆綁和不平安。我們真正的原諒那些傷害我們的人嗎？聖經上說「只是我告訴你們這聽道的人，你們的仇敵，要愛他！恨你們的，要待他好！咒詛你們的，要為他祝福！凌辱你們的，要為他禱告！」（路加福音6:27-28）神要我們愛那些傷害我們的人。那不只是個意念，乃是一種行動。但我們選擇要遵循神的話語來原諒傷害我們的人的時候，我們要有愛的行動。我自己的經驗是當我願意選擇為傷害我的人禱告和祝福的時候，我的心就軟化下來。饒恕是破碎關係的良藥，更是能使我們經歷到那全備福音釋放大能的能力。你願意開始選擇為傷害你的人祝福禱告嗎？

有時候我們需要饒恕的對象乃是我們自己。你有沒有覺得自己是一個罪惡深重的人，做每一件事情都失敗，一事無成。我們自己沒有辦法接納自己。但是耶穌卻在我們做罪人的時候為我們釘死在十字架上。「惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神的愛就在此向我們顯明了。」（羅馬書5:8）神藉由耶穌已經完全的接納我們和原諒我們了。你願意接納和原諒你自己嗎？「因為依著神的意思憂愁，就生出沒有後悔的懊悔來，以至得救；但世俗的憂愁是叫人死。」（哥林多後書7:10）

你有生活在苦毒和捆綁當中，因為你不願意原諒傷害你的人嗎？有的時候也沒有辦法原諒你自己嗎？耶穌已經為你死在十字架且復活了！你願意敞開手，接受神的赦免，而且願意選擇來饒恕傷害我們的人，那你必定能經歷到那神所應許的平安和喜樂。



價值觀

【國內移民面面觀】 · 小兵 ·

隨著對國內移民的一些觀念的介紹，相信您對我們的同胞有了比較深一些的瞭解。進一步我們會問他們在對待外在的人、事、物，以及與內在的自我關係時，是按著什麼標準來作出那樣的選擇和決定呢？也就是他們的價值觀是怎樣的呢？他們在什麼上面投入了更多的時間、精力、金錢、情感等呢？

國內來的移民的價值觀不盡相同，好像一幅光譜圖，一端是身在異鄉仍然基本保留在國內時的價值觀，另外一端是主要遵循加國這邊的價值觀，當然更多的是中間光譜，即融合兩者，在作出決定時實現自己的利益最大化。從最近的疫情結束階段對病毒的防範——戴口罩與否就能看出來，國內來的移民仍有明顯的超過本地族裔的戴口罩的比例，體現的價值是對自己的身體、生命和家人的健康的看重；對自由度、方便性和與外界的關係的看輕。對於家庭成功的看法，認為

自己衣食住行的水準要在平均線以上，最好是人上人的程度，為此願意付出額外的時間精力，甚至健康、親情和關係的犧牲；孩子的成績要達到班裡的前列，要有出類拔萃的能力和才藝，能考上好的大學，為此父母疲於奔命地安排和接送，甚至不惜對子女苛責和發火。這些所體現的價值是看得見的，能夠在對比的時候給自己帶來滿足和驕傲。近些年從國內剛來的移民不少認為加國「好山好水好無聊」，覺得沒有國內那樣奢侈的享受、熱鬧有面子的社交和聚會、以及高高在上的地位和優越感，體現出的是作「人生贏家」的價值觀；而來到加國時間比較長的不少同胞就學會了在「好山好水」中尋找生活的有趣之處，比如野營野餐、釣魚划船、打球射擊、徒步旅行、種花種菜，以及公益慈善等等，各個微信群裡活躍的圖片視頻所體現出的是對快樂生活的追求，希望在家庭、事業和休閒三方面平衡而滿足，是「小富即安、平安健康是福」的價值觀。似乎有這樣的一個規律，在加國的生活時間越長，價值觀就改變的越多，從看得見的現實和現世的事物開始轉向關注關係、情感和休閒度等。

有國內移民總結說在加國想要大富大貴不容易，但是養活自己和家人不是很難，大部分移民經過一些年的努力都會有一個比較穩定的物質生活。但是一些移民因為對夫妻、親子關係的忽略和無知，或者說較少投入，有了關係方面的問題，採取的態度和方法往往是消極應對，致使情況愈發糟糕；另外一些同胞可能因為以前工作太拚命等原因造成健康出問題，或者一些人因為種種原因精神和經濟上出現問題。我們會發現生活安逸、各方面感覺不錯的人比較滿足於當前的狀況，對於生命的意義和永生的價值不太思考和看重，覺得看不見摸不著，因而不容易承認罪性、接受救恩；對於這樣的福音對象，當然一定要找機會給他們講福音，並提醒他們要有精神的、靈命方面的眼光，更有效的是和他們加深友誼，為他們禱告，耐心等待神的時間。我們更多的精力可以放在那些夫妻、親子關係出了問題的、身體有疾病的、以及生活有困難的福音對象身上，因為他們會更多需要我們的關懷和幫助。求主藉著我們使他們有機會明白人真正的價值是從神、神的愛、神人的美好關係而來。



與人與神的關係

【退而不休的使命人生】

• 小木 •

人生經過不同的階段，總會與不同背景及遭遇的人物擦身而過。當年紀愈長的時候，往往會記起很多「陳年」的人和事，例如孩童時的鄰居玩伴、舊同學、舊同事，有著相同興趣的朋友，以及親屬之間的人際網絡。當中彼此關係有淺有深，但同時成為記憶的一部份。思念中會突然回到幾十年前的場景，有歡笑也有淚水，有成長也有失落的時刻。今天在我腦海中總是夾雜著這些無盡的片段，但總括來說只有兩個字，就是「關係」！箴言17章17節有云：「朋友乃時常親愛，弟兄為患難而生」，無論是「親愛」或是「患難」，都脫離不了關係。

筆者感恩最近有機會探望遠方的親友，更深深體會到可能真是「最後一次」見面。現今新冠疫情仍然肆虐，面對不同地區、國家的防疫措施，出入境難免有些壓力緊張。但都絲毫不減能與友好重聚的喜樂，彼此分享離別後的生活點滴，當中有驚訝，也有惋惜，言談間少不免帶點唏噓——時光不留人，世事變幻莫測。以下筆者願與大家分享在不同的關係中所帶來的領悟：

(一) 已移民的姊夫

移居外地十多年的姊夫已年屆76歲了，獨居在政府管理的「老人村」。感恩他仍能照顧自己，姊姊因去年過身，所以懷着關切的心情，在疫情比較寬鬆時便啟程探訪，希望對他是一個鼓勵。另外也想了解一下他的近況，尤其是喪偶的心理狀況，他們兩口子共同生活了數十寒暑，現在失去了另一半絕對不容易。當然作為小舅的我，並沒有能力作出甚麼切實的

幫助，只有在探訪逗留的兩周多時光裡，盡量在身心靈方面與他「同行」。感謝神！相處中感受到姊夫「獨居」的生活，並不等於「孤單無助」那種無奈。在他身上我學習到的不單是「放手」不勉強，也要「堅持」不放棄。更重要的是對「天國」及「永生」的肯定，這是我們過每一天的盼望和力量，因為神從不撇棄我們，身體雖漸漸朽壞，內心卻一天新似一天的活著。我也意識到自己年紀再大的時候，需要在生活上有更多的自律，不要等到危險的訊號出現而要付出更沉重的代價。

(二) 相隔了四十多年的舊同窗

難得的機會相約了一位闊別已久的同學會面，他需要駕車一小時到我所居住的地方，與他共進晚餐的兩個小時中，彼此盡訴在家庭、工作生活的經過。他現仍需工作，工種也屬於前線服務，他告訴我有一天他疲倦得在車內睡了一晚才有精神回家休息，自己深感受到每個人的際遇都不是理所當然，每個工作場所都有面對的難處，雖然日光之下無新事，但自身的感受卻只有自己明白，憶當年無論是風流倜儻，抑或不起眼，經過歲月的洗禮、生活的磨鍊，都讓我們論盡「江湖」，一頓晚飯，細數數十年的「家珍」，豈非不亦樂乎？

(三) 不懼疫情的威脅

一位剛退休的舊同事移居外地，住所剛好距離所探望一對退休宣教士的地區不遠，所以便相約在他家中小住。但當臨動身前，獲悉他和太太相繼染疫，幸好已臨近尾聲快要康復，可是最近他兒子亦感染了，正在家中自

我隔離。所以我們有點擔心應否取消行程，雖然筆者已接受了三針疫苗，但感染機會也不少。經過禱告，終於憑信心前往。在機場會面時他們十分緊張，帶口罩、車窗打開、做足消毒……等指定動作。回家晚膳也以「碟頭飯」各處一方進食，兒子在房內足不出門，真有如臨大敵之感。感恩的是，整個行程我們都沒有受感染，到訪的時間也十分合時，若早點探訪恐怕後果非輕，若延遲我歸期亦近。神的時間是最美好，是人不能計劃的，在信心交託的功課上是個很好的學習。

這些與親友們「關係」的延續給我另一個體會，當懷緬與「人」的關係的同時，我在數十寒暑與「神」的關係又如何呢？成為神的兒女，天家的一份子，我會否珍惜那段比「血脈」更寶貴的關係呢？神對自己無微不至的看顧和管教，令我在高高低低的地上生活中深感讚嘆。其次，神看千年如一日，一日如千年，相對我們在世的日子無論有多變幻，有如約伯最後對神的認識已不是理念，而是更「自悟」人的限制，日子如何力量也如何，是依靠神的靈面對充滿變化的年日。最後「關係」與「信心」是不可分割的，我們面對的挑戰，不論是艱巨的困難，還是很普通的一個抉擇，都需要以「信心」來作支柱，不能單以人生的經驗、資源或人事所取代。

與神同行，路是狹窄的，世界的挑戰，魔鬼的引誘，私慾的引動，都很容易讓我們失腳。但神是滿有慈愛的，亦因祂的慈愛比生命更好，所以無論我們生命是長或短，都活在祂的旨意中，願我們在維繫與別人關係的同時，也珍惜與神關係更進深，不枉此生。



外國的友人們常問：「為什麼日本人不愛吃菜？」

誤解了，不是不愛吃，只是每餐綠葉子的「菜」較少，非綠色的太豐富，彼國的吃「菜」不同於此地的吃「菜」。當多了解日本的飲食習慣後，新知識衝擊著對蔬菜的舊觀念，懂吃「菜」是養生之道。

因地理及文化差異，各城各鄉都有自成一格的飲食習慣。洋人常食用生冷的沙拉雜菜，免加熱時維他命流失；華人認為蔬菜多偏屬寒性，熟食對人體更合宜；而日本一餐飯就包括生、熟、溫、涼，種類繁多的蔬菜。

蔬菜在日本叫「野菜」= 食用草本植物的總稱，分穀物類如米及大豆，根菜類如馬鈴薯及薑，果菜類如蕃茄、苦瓜、西瓜及檸檬，葉莖類如青蔥及綠葉子菜，果物類如香蕉及銀杏，最後就是菇類。野菜也可以按四季分類，春天的野菜中，有大量綠葉的菜及鮮嫩含水份高的春椰菜；夏天收穫有葡萄、水蜜桃及秋葵；秋天就盛產菇芋類及蘋果；而冬天的野菜中，白蘿蔔及大白菜最甜。雖然全年度農業有溫室技術相助，但長壽的日本人都傾向食用當季最當造最新鮮之物，所以料理跟著四季變化。

造物主早就在創造世界之時劃定各時節，各種野菜要栽種有時、拔出有時，按時收穫按時食，這樣人們的身體就得最大的益處、助養生。如含水量高的西瓜盛產於夏天助解暑，冬天的根菜類需用湯水熱煮，食用時令肚腹暖暖。



普通的日式餐含多種野菜：味噌湯，配菜4種，炸魚下有椰菜絲

不是不愛，而是太愛吃「菜」

不論何季節，日本的大家小戶的餐桌上都有飯、湯、新香物、漬物、主菜、配菜等，當中包含大量生熟溫涼的「野菜」。主婦們愛在白米中加玄米、雜穀同煮成飯；湯的主要材料是白蘿蔔、牛蒡、各種雜菜加大豆味噌；新香物是新鮮清香的野菜淺漬成的開胃小菜，如柚子醋漬黃瓜、椰菜加昆布絲或芝麻醬菠菜；漬物就比較咸，用來送飯，如米糠漬茄子、蜜糖梅乾等；主菜如果是魚類必配有蘿蔔或紅薑，豬扒或炸雞必配有大量生椰菜絲；溫配菜常有菇類、蛋及豆腐，飯後有水果。每樣菜量不多，一餐就包含非常多樣化的食物種類，營養也較均衡，日式九格便當最能表現這多種少量的飲食文化。所以傳統的日本料理，青綠色的菜真不多，但野菜佔的總比例就很高。

可惜近年主食由米漸漸變成麵包，快餐即食文化已深入各階層，食用的配菜也越來越精簡，野菜份量也越來越少，不只成人們營養不均衡，連小學生也有每日野菜不足及嚴重便秘的問題，真是成了日本人不愛吃菜的現象。

一向對生吃雜菜有微抗拒，覺得乾硬又寡口。而日本四季分明的野菜種類繁多，單單

蕃茄就有60種以上、士多啤梨有78種等，再加上接觸的全是時令的新鮮野菜，精緻美麗令食慾大增，原來很多野菜都可以生吃，還超鮮甜！如常見的白蘿蔔、似小蘿蔔的蕪、椰菜、茄子、西蘭花、粟米、綠南瓜、菠菜等，新鮮採下可以直接生吃，加有味醋或醬和油拌一下就更美味。用米糠、昆布、酒粕等漬過的發酵生野菜，比新鮮的營養更豐富，纖維被化解後更容易吸收，乳酸菌也幫助整頓腸內環境，多吃可助消解城市人每日野菜不足等問題。但要注意生吃野菜消化時間較長，腸胃弱的人就不太提議生吃了。

新鮮的清甜，漬的有和合整頓之功效，生有生吃之好處，熟吃有其之美味。野菜總要多吃，熱量低又有豐富的維生素及礦物質，內含水分和纖維幫助消化及排便。但最重要還是吃得其時，攝取對自己最適當之量，善用造物主賜人的美好養生生態環境。

祝新一年在天父的保守下，天天都吃得好睡得安，如以賽亞書55:12所說「必歡歡喜喜而出來，平平安安蒙引導，大山小山必在你們面前發聲歌唱，田野的樹木也都拍掌。」

以色列人與阿拉伯人【雪說以色列】

• 黃雪卿老師 •

轉載自「國際短宣使團-電子資源中心」(IFSTM eResource Center-<https://eresource.ifstms.org/>)

講 這個題目之前，我們先解釋一下猶太人與以色列人的分別，當年亞伯拉罕離開家鄉吾珥，輾轉來到迦南定居，當時的迦南人稱他們為「希伯來人」，原文意思是「轉移，遷移，經過」的意思，因為他們是從兩河流域遷移過來的。後來，雅各一家因為饑荒而遷到埃及，漸漸人口多起來，於是他們被稱為「以色列人」，因為雅各另一個名字叫以色列。（創世記32:28）

以色列人離開埃及進入迦南地，直到以色列王國出現，掃羅、大衛、所羅門時代，人們都是稱他們「以色列人」，一直到以色列分裂為南北國，這時「以色列人」和「猶太人」是有區別，北國十支派被稱為「以色列人」，南國兩支派則是「猶太人」。在西元前722年，北國被亞述所滅後，大批「以色列人」湧進耶路撒冷，所以大衛城一下子擴大到現在的錫安山，政治上再沒有劃分哪些是「以色列人」，哪些是「猶太人」。最後南國被巴

比倫所滅，留在耶路撒冷的人民，不管以色列人或是猶太人，都被擄到巴比倫生活，他們七十年後，波斯下諭旨，可以讓他們回歸到以色列，當時的波斯稱以色列為猶大省，「猶太人」這名稱便沿用至今。

現代「以色列人」的定義跟《聖經》中的不同。凡是猶太人都有權移民到以色列居住，而住在以色列的非猶太裔人，以色列政府會根據標準給合適的人士發出身份證，凡是有身份證的人都稱為「以色列人」，他們包括：東耶路撒冷的阿拉伯人、跟以色列人結婚的外國人、打獨立戰時，沒有離開以色列的少數民族，這些人都有以色列身份證。總括來說，在以色列的猶太人都是以色列人，但以色列人不一定是猶太人。

巴勒斯坦人是指住在西岸和迦薩地帶的阿拉伯人，當年分治方案時，阿拉伯人不接納這方案，沒有立國，要將猶太人全部趕去地中海，經過多次的中東戰爭，失去土地越來越



多，現在要求以色列將地界返到1967年之前的地界。這正是以巴問題的死結。1948年不跟以色列一同立國，誓言將猶太人趕去地中海，現在卻要回到1967年之前的地界，以色列又怎會接受這樣的條款，這樣，不是陷國家更加不安全嗎？

另外，有很多人都誤以為住在以色列的阿拉伯人，都是巴勒斯坦人，他們只可以算是阿拉伯裔的以色列人，因為他們持有以色列身份證，那些沒有身份證，就另作別論，一些極端主義的阿拉伯人，特別是東耶路撒冷的阿拉伯人，他們還自稱自己是巴勒斯坦人，而住在西岸的阿拉伯人，他們才算是真正的巴勒斯坦人。

【恩光影集】 感恩

ISO 100 6s. f5 30mm

• 圖文 Eric Lau •

我們可以生活在一個平靜安、無戰亂、言論自由、信仰自由的國家，實在要存著感恩的心去過每一天。

「所以，我們既得了不能震動的國，就當感恩，照神所喜悅的，用虔誠、敬畏的心事奉神。」希伯來書12:28



日本樂散步

• CHION •

1 凡事都有定期，天下萬務都有定時。
2 生有時，死有時；栽種有時，
3 拔出所栽種的也有時。
4 傳道書3:1-2

2

3

chionslovestory.oyo.ca

5

6

7

10

1

1 2



Andy K. Chan, Chartered Professional Accountant,
Professional Corporation



(Member of Canadian Tax Foundation 加拿大稅務學會會員)

Our expertise, Your freedom.

Andy Chan

MBA, MTS, CPA, CGA, FCCA, US-CPA(NH)
Managing Principal

特許會計師

陳國豪

330 Highway 7 East, Suite 308, (HSBC Bank Building), Richmond Hill, ON L4B 3P8
Tel: (416) 987-0987 Cell: (416) 803-4663 Fax: (647) 694-1575
E-mail: andy@andychanCPA.com

【佈道小貼士】

趁節日 — 用手機傳福音好方法

• Pond Chan 陳國柱 •

現 現今是手機世代，很多人都喜歡看手機短訊，這是一個傳福音的好機會，如果能在各類節日，預早搜集與該節日有關的「福音訊息」用手機傳出去，會吸引更多人收看，並能對該福音留下深刻印象。

*趁節日：（聖誕節、受難節、復活節、端午節、中秋節、感恩節、萬聖節、新年等等）。

相信大家都留意到，逢節日有很多人及基督徒，用手機傳送很多祝賀的圖像，頻密程度令人無暇收看，就算看到，都無心裝載，這樣既浪費時間及達不到傳福音的效果。有見及此，提供以下有果效的用手機傳福音好方法。

搜尋福音訊息（*請大家小心並看清楚，是否異端網站）

1. 要在節日（前30天），預早搜集或自製與該節日有關的福音訊息。
2. 避免選用長篇大論的文章（因現時看短訊的人，沒有耐性去閱讀）。
3. 選用有吸引力的圖像，配上實質福音內容的文字或配音。
4. 選用福音動畫、有聲的福音訊息及見證。（*可搜尋 YouTube - “VCCSTM福音動話 / Jesus OnLine / 恩雨之聲”）

手機傳送福音的方法（*不要在深夜傳送，因會影響別人睡覺）

1. 要在節日前（3至4天）開始傳送，或節日後（1至2天）傳送。（*不要在節日當天傳送，因為人無暇收看。）
2. 如在群組傳送後，需（連續3天）都要傳送。（*因很快會被群組其他的訊息，遮蓋了你的福音訊息）
3. 當對方表示已收到你的福音訊息時，你應回覆以表謝意，並把握機會向對方分享「救恩」。
4. 你可記錄一些對象，在你傳送福音訊息後的幾天，正是好時機去關懷他們，藉此與他們分享你所傳的福音訊息。

用手機傳福音，仍需緊記以下4點，你會經歷「神的福音大能」

1. 必須禱告求主耶穌差遣你，賜給你能力、權柄去發送福音訊息。（參考 - 羅馬書10:15 / 馬太福音28:18-20）
2. 求聖靈引導福音對象，並賜給你膽量、口才、智慧分享福音。（參考 - 以弗所書6:19 / 使徒行傳10:44）
3. 在傳福音時，心知道主耶穌必與你同行，並依靠著聖靈的帶領，便會有足夠的信心及膽量。
4. 祈禱求主幫助你能在節日前30天，預早搜集或自製與該節日有關的福音訊息。



"The Baby Step of My Divine Action" — 多倫多短宣中心2022年新春佈道見證

• Jacqueline Du •

疫情發生後我的靈命低迷，加上工作和生活壓力，於是對傳福音完全失去動力。雖然我時不時為某些朋友們代禱，希望他們有機會接受耶穌，但總體來說，我還是沒有實際行動。有一天當我聽BBN Radio的《聖經講壇》節目，牧師在講道的末尾問：「你的divine action是什麼？」他這個問題緊扣我的心絃，反覆出現在我的腦中，我開始思考我可以做些什麼。當我看到多倫多短宣中心2022年新春佈道時，對在疫情中進行電話佈道心裡亦有點疑慮。然而，牧師的聲音總在我腦海中浮現，記起曾聽過的一句話：「The only way you can't win for sure is if you don't try.」所以就鼓起勇氣去報名。之後我還是沒有把握，於是禱告上帝指引。佈道前我嘗試找一下福音對象，未果，再求上帝指引。

當日下午我先參加培訓，一邊聽一邊做筆記，心裡仍然忐忑不安，不知道臨場能不能如願發揮，到分組時我見有兩位姊妹看起來比較成熟，馬上鬆了一口氣。我們致電給姊妹的一位朋友H女士，她是拜佛的，但並不排斥我們跟她講耶穌，當姊妹講到上帝是真神時，我用我的信仰歷程來補充。

多年前兩個小姑娘給我派福音單張的時候，我不留情面地拒絕了她們，還振振有詞地說：「我是中國人，我沒有信仰，如果一定要選一個信仰，我會選佛教！」她們碰了一鼻子灰，留下一張單張給我就告辭了。我後來沒有轉向佛教，是因為我不滿意佛家對苦難的解釋。我有一次在

系裡參加台灣的法師的講座，她解釋因果的時候提到一個著名的女演員的女兒被綁架、被姦殺的例子，用前世作孽來解釋今世受苦是我難以接受的。我們的上帝是會對苦難中的人施與援手的。

數年後，我在準備自費留學時需要三十萬人民幣的財產證明，尋求幫助時卻四處碰壁，體會到世態炎涼。在最絕望的時候，我跟上帝哭著說：「我要獎學金。」豈料十餘日後，我被另一所大學授與助學金，因此不再需要財產證明。這是一個神蹟，因為按我的成績，得到這個助學金是不可能的事，因為這是優先給予申請博士課程的候選者，碩士課程的候選者獲得的可能性遠低於1%。我跟上帝哭要獎學金的時候，純粹是情感上的發洩，並沒有真的指望有神蹟出現。雖然H女士聽了後認可上帝的能力，不過並沒有願意決志。我們友好地彼此道別，期望福音種子撒下，有日能夠生根成長。接下來我們聯繫商舖，可惜都沒有機會分享福音，但無論失敗成功，都是掌握在神手裡，我們只管做神要我們做的工作就是了。

晚上我打電話給一個舊同事拜年，彼此訴說近況。當她談到她的煩惱時，我跟她分享了 my 信仰歷程和解釋上帝的屬性。她很好奇基督徒是做些什麼的，說：「是不是像佛教徒那樣念佛號？」我就跟她講解禱告的意義。最後我為她禱告，將她的愁煩放在上帝的手裡。她說：「我好感動。我都沒為你做什麼。」我開玩笑地說：「要不你替我禱告吧！禱告是最好的禮物。」誰知她竟然當真，向我討教禱告的方法，聖

靈默默地做引領的工作。

她亦告訴我，我們所認識的一位舊同事得了重病，就快不行了，她嘆氣說：「好人沒好報。」我想如果這位病危同事信了耶穌，就算沒有世俗的幸福，但是死後得到永生的福氣，會超越他這輩子所想得到的任何好報。於是當晚我立刻翻查電話簿，想給他傳福音，可是一直聯繫不上。人的盡頭，就是神作工的開始，我給眾人發了代禱信，惟願上帝派遣弟兄姊妹給他一家傳福音，讓他們可以在長期的艱難中得到安慰。

回顧當天我都沒有成功地帶

人決志，縱然如此，我還是踏出了第一步，就好像我不知道哪個花盆裡有種子，我只要盡我所能地去給每個花盆澆水就好了，只要有種子，它總有一天會發芽的。從前給我單張的兩個小姑娘，也許當日回家的時候也是類似我當晚的心情。當初相遇，深信未能再相見，然而，我知道在永恆中，上帝會把我領到她倆面前，說：「這個人是當初拒絕你們佈道的，現在她來跟你們見面，這樣你們可以知道當初的辛勞並沒有白費。」

哦，第二次見面將是何等興奮和快樂的時光啊！

華記食品

Wa Jee Food Package 批發 · 餐館 · 零售



Cell: 416-845-6526

Address: 25 Milliken Blvd., Unit A13,
Scarborough, Ontario M1V 5H8

Kennedy Rd.

Milliken Blvd.

華記食品

鴻福酒樓

Finch Ave. E.

靈魂之窗

【藥理人生】

• 小丸子 •

先知，不就是先過所有人知，對即將發生的事作出預言嗎？在聖經中理解「先知」是神揀選去宣講神的信息。一直以為先知應是口齒伶俐，但實際上先知的先決條件不是口才，而是一顆順服的心，以謙卑聆聽，用眼(心)去看才能清楚準確地接收到神的信息。

眼睛，也稱「靈魂之窗」，怎樣才可保持眼睛健康？

對眼睛健康的營養素有維生素 A、維生素 C、omega-3 脂肪酸（如魚油）、維生素 E 和鋅。飲食中在肝臟、胡蘿蔔和西蘭花中有維生素 A；堅果、核桃、鮭魚和健康油中有 omega-3 脂肪酸。但飲食攝入量對於中度至重度乾眼症的人來說可能是不夠的，可服補充劑量維生素 E、Omega-3 來減緩乾眼症的惡化。

維生素 E 的抗氧化保護眼睛免受自由基 (radicals) 的侵害。維生素 C 有助於形成膠原蛋白，幫助視力，可從柑橘類水果、西蘭花和甜椒食物吸收。藏紅花(Saffron)含有促進視力和整體眼睛健康的物質。蝦青素 (astaxanthin) 有助於對抗眼睛疲勞並促進視覺清晰度和整體眼睛健康。

乾眼症是一種常見的情況。淚液是薄膜、分為三層：脂肪油、水性液體和粘液。這組合使眼睛表面保持潤滑和清晰。當淚液產生不足或質量層有問題，便導致眼睛乾澀。症狀包括刺痛、灼熱或發癢的感覺、對光敏感、發炎、眼睛裡有東西的感覺、淚水多(這是身體對乾眼刺激的反應)、視力模糊或眼睛疲勞。眼淚可以保護眼睛表面免受感染，

嚴重的乾眼症會導致眼睛發炎、角膜表面磨損、角膜潰瘍和失去視力。

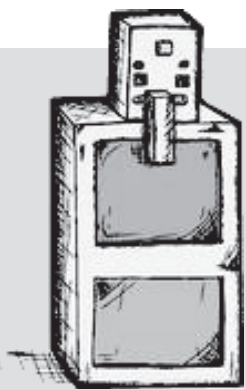
除了在環境上作出調整可以緩解眼睛乾澀，例如使用加濕器、在電腦屏幕/閱讀/需要視覺集中注意力的工作中稍作小休；定時用人工淚液以保持眼睛潤滑。選擇不含防腐劑的人工淚液或睡前使用人工淚液軟膏或凝膠劑更有效果。每天1至2次熱敷眼睛 5 - 10 分鐘後輕按眼蓋，會提高淚腺分泌高質量的淚液。

醫學進步在治療青光眼、白內障和角膜手術、激光矯正等都解決了表面視力問題，提高生活質素。但若沒有停下來細微觀看，便會錯失了機會去欣賞、珍惜。

神不僅向先知啟示，祂更願意我們認識祂。有時我們抱怨為什麼神不與我們同在或不聽我們的禱告。詩篇 121 篇 3 至 4 節：「保護你的必不打盹！保護以色列的，也不打盹也不睡覺。」詩篇 46 篇提醒我們：「你們要休息，要知道我是神！」的確，神既不打盹也不睡覺。要知道我們的神！我們要先靜下來：用心聽、看。就如上帝對所羅門王說的一個應許：「你若尋求他，他必使你尋見；你若離棄他，他必永遠丟棄你。」（歷代志上 28:9）如果你尋求神，祂就會被你找到。

誠徵基督徒義工

歡迎基督徒義工參與以下事工，為主盡上一點綿力。
請與我們聯絡 416-291-0200



誠徵福音好拍檔 -
【真理報】擺放點

文字是傳播福音的好工具。【真理報】是一個直接傳福音的報章，如閣下是基督徒商店東主而又可以擺放【真理報】，請與我們聯絡。

招募送報壯丁／小女子

願意委身，每月一次將【真理報】派送到自己居住附近之商舖、食肆或教會。需自備車輛。



誠徵圖書部義工

負責整理資源中心內圖書部的書籍和雜誌，無需經驗，願意謙卑學習，每星期工作 1-2 天、半天或全天皆可，懂中文打字更佳。



支持真理報 奉獻表

真理報(加東版)每月發行一萬份，讓公眾免費索取，出版經費每年需要五萬加元。盼望加東地區與閱讀真理報的信徒們以愛心奉獻支持本土宣教福音工作。您們在經濟上的支持也會幫助我們這兒短宣中心每時每刻福音廣傳的行動。

您可以使用 PayPal 奉獻支持多倫多短宣中心！
網上奉獻請瀏覽網址 www.torontostm.com

Please write legibly for our record. 請用英文清楚填寫

Name/姓名： _____

Phone/電話： _____

Address/住址： _____

PayPal Email _____

戶口電郵： _____

Donation Amount/奉獻金額： \$ _____ One Time/一次奉獻

With signature, the account holder authorize TSTM to request money with amount mentioned above. An Email will be sent to the account holder's email to confirm the transaction. TSTM is a registered non-profit organization, donations will receive a tax deductible receipt at the beginning of the next calendar year.

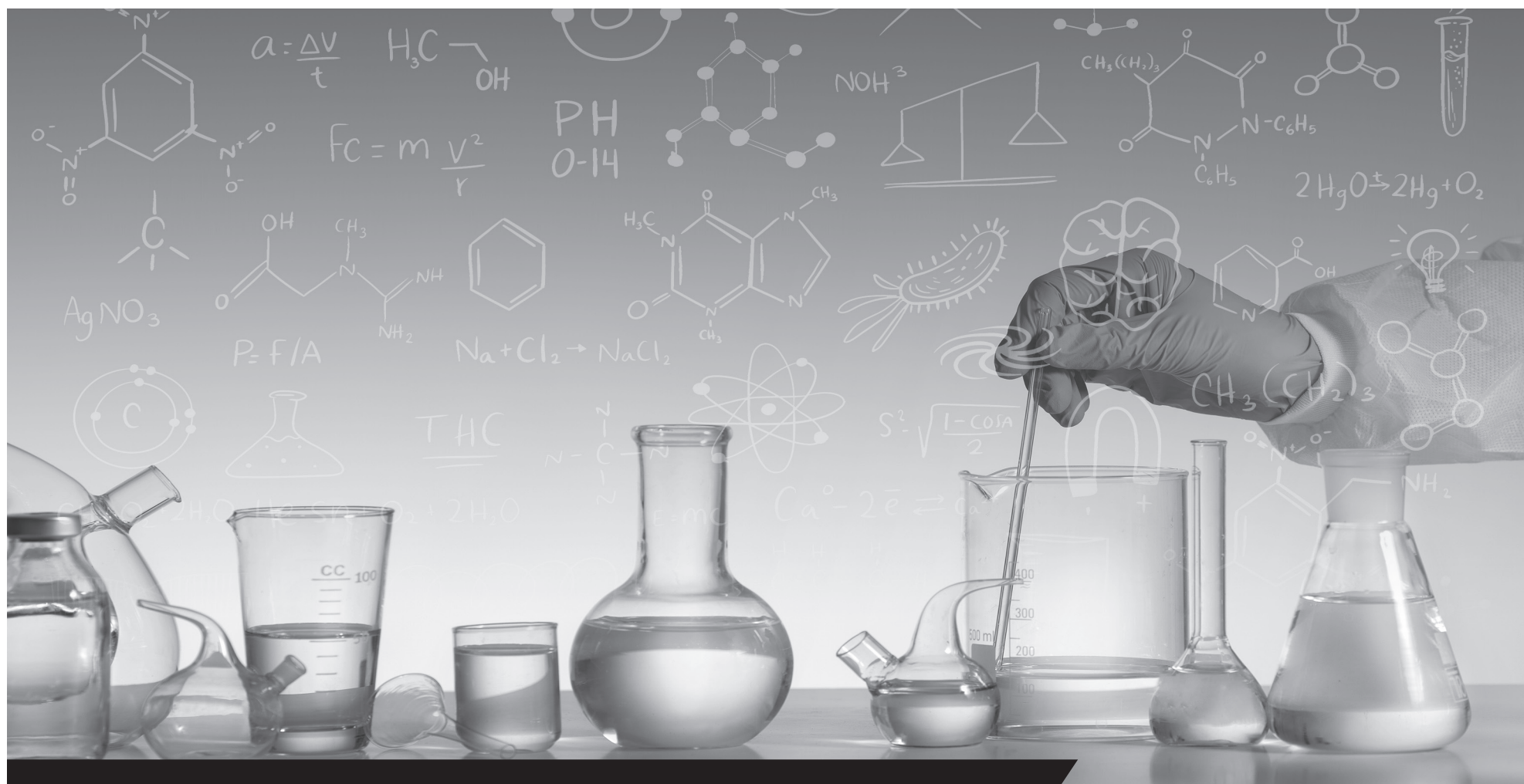
PayPal 戶口持有人簽名同意多倫多短宣中心(TSTM)經 PayPal 收取本表所填寫之奉獻金額。多倫多短宣中心乃政府註冊免稅機構，奉獻可在本年度之後獲得奉獻收據。

Signature 簽名： _____

支票抬頭： Toronto STM

支票奉獻請寄： 63 Silver Star Blvd. Unit D6, Scarborough, ON M1V 5E5





科學與信念

【科學與信仰系列】

• 心平 •

前言：

許多人對宗教信仰的印象好像就是人心中的一個信念，即摸不著也看不見。似乎只是人想像出來的一種心裡作用，有點虛空的感覺。因此接受起來比較困難。反觀科學時，認為科學是實實在在的事情，並且其邏輯非常嚴密，基礎非常紮實，似乎不憑信心，只講實事求是。因此認為這兩者是對立的。事實果真如此嗎？當我們探究信仰和科學的根源時，就可以知道無論是科學還是信仰，其根基都是信念。

一·生活與信念：

如果認真的考察起來，支持人生活的就是信念。曾有一個老師問自己帶的一群小孩子：「你怎樣證明你媽媽是你媽媽呢？」小孩子們顯然被這個問題問住了，隨後便七嘴八舌的說：「媽媽告訴我的」，「媽媽給我做好吃的」，「媽媽最喜歡我了」……這就是孩子們的證明。但這是邏輯嚴謹的科學證明嗎？顯然對這樣的問題孩子們持守的是信念，不是科學的證明。但這個信念不是心裡作用，也不是虛空的。有人會想，這個簡單，用DNA就可以驗證了。那麼一百年前沒有DNA技術的時候，別說小孩子，就是成年人會有什麼更好的回答嗎？對這樣的問題人們所需要的是信念，不是科學證明。當然不只是上面的問題需要信念，實際上生活中

處處都是以信念為前提的。比如：吃飯時誰會為每頓飯去用科學的方法分析它的營養成分呢？人們憑著信念相信所吃的是有益身體健康的營養食品，而不是有毒的食物。每一個人能夠活下去就要相信明天的太陽會照樣的升起落下，相信會有讓糧食生長的陽光雨水，相信一年當中會有春夏秋冬的運行，等等……而這一切所需要都是信念，不是科學的證明。實際上科學也不能證明還有明天的一切。

二·科學與信念：

信念通常被認為是宗教的專利，在科學中沒有位置。因為很多人認為科學不需要信念，科學需要的是邏輯和實證。但這個想法是經不起仔細推敲的。我們知道科學的基礎是數學，而數學中邏輯性最強的是幾何學。而要證明一個定理或者命題，其基礎幾何中的公理，例如：「兩點之間以直線為最短」等等。而這些公理是不能證明的，這些「不證自明」的公理依靠的不是科學，而是人們的信念。科學中另一個被認為是有嚴密邏輯和推導規律的學科是物理學。在物理學中由定律出發進行數學推導可以得到一些物理上的結論或者定理。但定律是由實驗中歸納出來的，不能由其他規律通過數學推導獲得。人們可以由實驗來驗證定律，如牛頓的第一，第二，第三定律等等。然而即使我們實

驗了一百萬次都驗證了這些定律的準確性，也不能保證第一百萬零一次它仍然是準確的。因此物理定律能成為物理學的基礎同樣是出於人們的信念，而不是出於嚴謹的科學證明。

三·宗教信仰與信念：

宗教信仰和生活以及科學一樣都是以信念為基礎的。但基督教信仰並不止於信念。聖經記載了以色列人的歷史及預言。歷史可以通過考古學去驗證。事實上許多考古學的結果都驗證了聖經的準確性。同樣聖經的預言也可以通過它所預言的事在歷史中的成就而驗證。此外上帝和聖經的可信也是由無數信徒的生命經歷，和生命改變來驗證的。這些的驗證既不能用心裡作用來解釋，更不能用虛空來解釋。

四·結論：

上面的闡述表明：生活，科學和信仰都是基於信念。基督教的信仰既有歷史根據，也有信心的成分，不應該被看作是虛空不可信的。對科學太過迷信，把科學當成是檢驗真理的唯一標準就是對科學的認識產生了偏差。科學讓人認識自然界的規律，信仰讓人認識創造這些規律的上帝。對接受信仰而言，許多人除了信心這個阻礙之外，還有一個阻礙是神蹟。那麼神蹟是不可能的嗎？我們下期來探討這個問題。

教會名稱	主任	主日崇拜時間	地址	電話
密西沙加中華聯合教會	鄒梓嫻	11:45a (粵,國,英)	4094 Tomken Rd.	416-854-8686
其他				
壁城浸信會	冼志光	實體及網上: 9:30a(粵);11:30a(英)	2145 Brock Rd. N., Pickering	905-686-6311
力士谷華人宣道會	陳慧華	實體及網上: 10a(國)	2459 Islington Ave.	416-741-1110x498
新城基督徒浸信會	陳比方	網上: 9:15a(國)	127-135 Main Street South, Newmarket	905-252-2099
新城華人宣道會	楊寶君	實體及網上: 2p (國)	800 Davis Dr., Newmarket	416-800-8116
密密可浸信會	柳林鷲	第一主日10:30 a(英,國), 其他主日8:30a (國)	80 Hillside Ave, Etobicoke	416-201-8015
貴湖浸信會	楊朝洲	實體及網上: 11:30a(國)	454 Arkell Rd., Puslinch	519-824-6125
貴湖華人基督教會	馬建華	實體及網上: 3:30p(國)	8 Torch Ln, Guelph	519-266-4485
海明頓華人宣道會	蔣鄭少雯	實體及網上: 10:30a(國,粵,英)	50 Breadalbane St. Hamilton	905-522-0342
海明頓主恩國語宣道會	徐權能	網上: 9:30a(國,英)	31 Summit Ave., Hamilton	905-574-6293
百里市華人基督教會	傅再恩	實體及網上: 1:30p(國); 網上: 8:45a, 12:30p(粵),11a, 5p(英)	460 Yonge Street, Barrie	905-884-3399x.351
惠愛華人浸信會	成周承	實體及網上: 10:45a(國,粵,英)	122 Kent Street, Whitby	905-430-4838
美頓差傳浸信會	高晚嬰	網上: 9:45a(國) Milton; 2p(國) Oakville	88 Tremaine Rd., Milton (AM); 340 Rebecca St., Oakville (PM)	647-898-8322
證道浸信會(美城堂) - 奧克維爾	王洪淵	實體及網上: 10a(國)	528 Burnhamthorpe Rd. W, Oakville	647-707-4352
橡城恩典宣道會	羅中志	實體及網上: 11:30a(國)	1469 Notthingill Gate, Oakville	905-334-6246
橡城溪畔國語宣道會	潘立群	實體及網上: 1:45p(國,青少年)	2250 Eighth Line, Oakville	905-601-1266
橡城華人希望教會	高路	實體及網上: 1:30p(國)	156 Third Line, Oakville	289-837-4942
愛華福音宣教會	胡振中	網上: 10a(國)	3301 Trafalgar Rd, Oakville	416-230-7846
恩泉浸信會	吳磐德	實體及網上: 10a(國), 11:30a(粵,英)	12485 Tenth Line, Stouffville	647-547-3618
多福城國語宣道會	王吉全	實體及網上: 10:30a(粵,英)	6273 Main St, Stouville	416-931-5260
賓頓福音宣教會	翁振聲	實體及網上: 10:30a(粵,英)	48 McLaughlin Rd., South Brampton	416-843-7858
賓頓市華人浸信會	黃冠明	實體及網上: 9:30a(英),11a (國,粵)	1989 North Park Dr., Brampton	905-791-2124
伯靈頓差傳浸信會	趙文青	實體及網上: 10a(國)	2054 Mountainside Dr, Burlington	647-631-8220
奧城華人基督教會	溫曉璐	實體及網上: 2p(國), 3:50p(粵)	14430 Bathurst St, Aurora	289-648-9920
安大略省				
渥太華恆愛華人宣道會	謝逸	實體及網上: 11:15a(英), 9:30a(粵,國,兒童)	5492 South River Drive, Manotick	613-366-7672
渥太華華人真道堂	潘陽	實體及網上: 9:30a(國)	31 Graham Avenue, Ottawa	819-923-8777
渥太華華人宣道會	顏漢華	實體: 11:15(粵); 實體及網上: 9:30a(英國)	22 Eccles St. Ottawa	613-235-8187
渥太華華人聯合教會	劉旭	實體及網上: 11a(國)	600 Bank St. Ottawa	613-594-4571
渥太華國語宣道會	陳明道	實體及網上: 10:30a(國)	550 Codd's Rd., Ottawa	613-236-7656
渥太華華人基督教會	王國鈞	實體及網上: 9:30a(國),11:15a(粵), 網上: 9:30a(英)	116 Empress Ave. Ottawa	613-563-3043
渥太華國語衛斯理教會	林家胞	實體及網上: 10a(國,英)	2500 Campeau Drive, Kanata	613-762-8686
渥太華生命河靈糧堂	張凱	網上: 9:30a(英), 10:45a(國,青少年,兒童)	3272 Steeple Hill Cres., Ottawa	613-627-4531
渥太華主恩宣道會	余勁松	實體及網上: 10a(國,粵,英)	4 Thomcliff Place, Nepean	613-820-6774
西比利華人福音宣教會	王漢志	實體及網上: 10:15a(國,粵)	493 Ontario St., Sudbury	647-657-4772
聖市華人宣道會	李長冰	實體及網上: 2:30p(國)	237 Rykert St., Saint Catherine's	905-321-4288
溫莎華人浸信會	鄭大剛	網上: 9:30a(英), 11:15a(國,粵,兒童)	1099 University Ave. W., Windsor	519-256-1271
溫莎華人宣道會	楊喆	網上: 9:30a(國,英),11a(粵)	4258 Seminole St., Windsor	519-562-9931
尼亞加拉華人基督教會	陳利瓊	實體及網上: 10a(國)	4700 Epsworth Circle, Niagara Falls	905-650-5899
高城劍橋華人宣道會	王浩然	實體及網上: 10a(國); 實體: 10a(英) [第一,三週]	31 Tannery St. W., Cambridge	519-654-0253

教會名稱	主任	主日崇拜時間	地址	電話
林肯路教會國語堂	許敬卑	實體及網上: 10:45a(國,英)	145 Lincoln Rd., Waterloo	519-747-2211 x230
活泉華人宣道會	張謙	實體及網上: 9:15a(粵,英); 11:15a(國)	612 Erb St.W., Waterloo	519-746-1693
滑鐵盧新生命宣道會	梁洪輝	實體及網上: 9:15a(國)	268 Lester St #102 Waterloo	226-792-3561
基督教神召會華人活水路堂	曹歐	實體及網上 9:30a(國)	350 Margaret Ave. 2/F, Kitchener	519-404-4495
基督教神召會活橋華人教會	石文輝	實體及網上 10:30a(國)	791 Concession Rd., Cambridge	519-279-4077
基督教神召會華人活水河堂	張春光	網上 2p(國)	209 Bearinger Rd., Waterloo	519-746-5727
京士頓華人宣道會	盧綱	實體及網上: 9:30a(英)11:15a(國)	230 MacDonnell St. Kingston	613-548-7270
倫敦市北苑社區教會中文堂		實體及網上: 11a(國)	1510 Fanshawe Park Rd. E., London	519-457-1400
西倫敦宣道會中文團契	鄭樹君	實體及網上: 9a(國),11a(粵), 10a(英)	750 Wonderland Rd. North	519-471-8716 x107
魁北克省				
南岸華人宣道會主恩堂	楊美英	實體及網上: 2p(國)	95 Ave Lorne., St. Lambert	438-883-5600
蒙特利爾晨光教會	靳天聰	實體及網上: 3:30p(國)	415 Mercille Ave., St. Lambert	514-794-0316
滿地可華人宣道會滿地可堂	何鴻恩	實體及網上: 9:30a(英); 2p(國),11:15a(粵)	13 Rue Finchley, Hampstead	514-482-2703
蒙特婁臺灣基督長老教會	蘇琦洲	網上: 10:45a(國), 9:30a(英)	2225 Regent Ave., Montreal	514-481-3258
滿地可南岸華人宣道會	甘志聰	實體及網上: 2:30p(粵,國,兒童,英)	598 Bellevue N., Greenfield Park	514-833-1818
滿地可恩堂	任不寐	1p(國)	865 Jarry West, Montreal	514-272-3358
蒙特利爾基督教會	黃榮福	11a(國)	6260 Victoria St. W, #200, Montreal	514-939-1230
蒙特婁靈糧堂				
滿地可中華基督教長老會	何頌樂	實體及網上: 10:30a(粵,英)	5560 Hutchison St., Outremont	514-270-4782
蒙特利爾宣道會活水泉教會	汪正義	網上:2:30p(國)	220 Hyman Drive	514-572-5779
滿地可華人宣道會(恩堂)	吳豪	實體及網上: 9:30a(英); 11:10a(法);11:15a(國)	405 Marie-Anne E, Montreal	514-849-0466
滿地可華人浸信會	楊雪蓮	實體及網上: 9:30a(國,英); 11:15a(粵)	3567 St.Urbain St, Montreal	514-845-6531
基督教福音堂	陳瑞武	實體及網上: 2:30p(國,英)	3495 Rue Aylmer, Montreal	514-843-7952
蒙特利爾華人基督教會	任不寐	網上: 1p(國)	855 Rue Jarry Ouest, Montreal	514-272-3358
滿地可城西華人浸信會	馬成德	實體及網上: 9:30a(粵);11:30a(英)	1600 de l'Eglise, St-Laurent	514-748-6990
滿地可基督教主愛堂	盧盛澤	實體及網上: 2p(國)	2220 Patricia, St. Laurent	514-235-2611
蒙特婁福爾摩沙基督教會	戴惠吉	實體及網上: 1:30p(臺,國)	501 Fifth Ave., Verdun	514-243-6242
滿地可華人宣道會恩光堂	呂陳君安	實體及網上: 2:30p(國)	6259 Boulevard Monk, Montreal	514-768-0151
滿地可華人宣道會恩福堂(西島)	汪正義	網上: 2:30p(國)	310 Av. Brookhaven, Dorval	514-806-9198
滿地可華人信義會	葉保羅	2p(國,粵)	1720 Decarie St., St. Laurent	514-748-7108
蒙特利爾華人宣道會恩雨堂	蔡志明	實體及網上: 1p(國)	1650 Decelles, Saint-Laurent	438-238-6188
滿地可華人神召會	何施樂	實體 :10a(粵,英) (國語翻譯)	100 Rue est de La Gauchetière, Montreal	514-861-8097
魁北克宣道會榮光堂	方向群	網上: 9a(國) [週六]	100 Ch. Sainte-Foy#305, Quebec	438-825-5133
紐芬蘭省				
聖約翰華人基督教會	邱巍	實體: 10:30a(國,粵)	30 Newtown Rd., St. John's	709-682-5366
新蘇格蘭省				
夏城華人基督教會	毛學隆	實體及網上: 9:30a(英),11a(國,粵)	958 Barrington St., Halifax	902-423-4878
夏城華人宣道會	梁偉光	網上: 2p(國,粵,英)	1986 Preston St., Halifax	902-488-3838
新伯倫瑞克省				
伯倫瑞克浸信會中文堂	田昌斌	實體及網上: 10:30a(國)	161 York St., Fredericton	506-897-5885
蒙克頓華人宣道會	馬光輝	實體及網上: 2p(國)	172 West Lane, Moncton	506-233-9422

大多市消息互聯網

請各教會、機構於每月一日前，將教會消息濃縮至100以內字，繁體中文，存儲為文本格式(txt)或文字格式(MS Word)，電郵至：info@torontostm.com。請不要以傳真方式遞交教會消息。另外此版面的服務原則是先到先得，所以較遲收到的教會消息可能將沒有地方刊登，特此致歉。

多倫多短宣中心推介：(短宣所有近期課程和活動)

以下活動詳情請親臨本中心或查詢網站 torontostm.com 或致電：416-291-0200

2023「慶新春」實體與視像電話佈道

在1月27日(五)和28日(六)年初六和七舉行9am-4pm。鼓勵弟兄姊妹在農曆新年期間關心家人、朋友和鄰居，並把寶貴的福音帶給他們。

1月份生命活力加油站

於每月第二和第四週晚上9點網上Zoom舉行。Zoom ID: 843 3420 1109, 不設密碼。主題：1/10「人生導航員」1/24「展開新一頁」。鼓勵弟兄姊妹邀請商舖老闆、員工、朋友、鄰居和家人參加，並把寶貴的福音帶給他們。

1月17日-4月6日「與牧者們一起佈道」冬季專題佈道訓練課程(實體和 ZOOM 上課與佈道同時進行)(粵/國)

逢週二及週四 9:00am-12:45pm，內容：由牧者教授佈道技巧，一同佈道實習和跟進未信者。週二祈禱會和佈道，週四上課和佈道，歡迎旁聽，鼓勵信徒勇敢出來佈道，善用人生回報主恩。詳情請親臨本中心或致電查詢 416-291-0200。

1月14日-3月25日「週末社區個人佈道訓練」(實體和 ZOOM 上課與佈道同時進行)(粵/國)

逢週六12:30pm-3:30pm上課。鼓勵在職人士和學生們把握週末時間，關心社區，實踐向家人、親友和陌生人傳福音。歡迎弟兄姊妹報名參加。詳情請看真理報或致電查詢416-291-0200。

福音節目

基約宣道會舉辦「新春福音約會」(現場及Youtube)

1月22日(週日)11:15a.方志偉牧師主講。查詢：416-288-1770 或 ncc.ca / info@ncc.ca. (1490 Birchmount Rd.,Scar.)

教會活動

基約宣道會逢週二舉辦一小時免費「網上讚美操」

逢週二10am，形式：Zoom視像會議，由讚美操驗證老師授課。歡迎大家電郵peggy.lee@ncc.ca索取zoom會議連結去參加，或致電 416-288-1770查詢。

萬民基督教會 - 萬民衛斯理社區服務中心舉辦 網上健康與家庭講座(免費)

『Dynamic Chillsday』健康講座：逢週二，『家庭樂』逢週四(ZOOM聚會) 11a-12noon，Zoom鏈接、meeting ID及密碼將於講座前一天電郵給參加者。報名及查詢：info@markhamwesley.com

多倫多基督徒華人親子會舉辦網上家長研討會(國，粵)

『設立界線要趁早，如何教導青少年子女設定「情感界線」?』粵語：1月3日(二)8-10p,1月4日(三)10a-12n; 國語：1月10日(二)8-10p,1月11日(三)10a-12n; 陸馬潔慈牧師博士。報名及查詢：parenting@tccpa.org 查詢：(647)977-7586

信心、盼望和愛

【小軍來信】

• Eric Huang •

小軍，平安！

今天，我想從看到的一篇文章和配的小插圖談一談一個跟隨上帝的人在上帝裡面那份信心，盼望和愛的生命場景。

雷·波蘭迪貝裡（Ray Bradbury）寫的「世界的最後一晚」一文時就配了一幅手繪居家人景象的圖：四口之家晚上共聚一堂，媽媽在喝咖啡，爸爸倒咖啡，兩個小女兒在客廳地毯上搭積木，牆上掛鐘悠閒地陪伴著他們的最後時光……。文章假設地球將剩下最後一夜，這一家如何度過最後一晚。倆夫婦飯後還是把碗筷洗得乾乾淨淨，還是把孩子送上床道晚安，在此後，兩人不停地對話，好像繼續進行那些還沒有談完的話。兩人上床時，特別感恩有一間小屋能夠有一個床睡在其上，其實就是一種幸福。妻子忽然想到廚房水龍頭沒扭緊，連忙奔下樓關水，再回到床上時，兩人相對失笑。地球的最後一晚，居然還忙著關水。兩人最後平靜地互道晚安！特別令人感動的是丈夫對妻子說的一段話：你知道嗎？我非常感恩能有你和兩個女兒，這是讓我留戀的。至於這座城市，我的工作，或者任何以外的其它事物，都覺得沒有捨不得的。如果真要說捨不得，恐怕只有四季的轉換，熱天裡一杯冰得透透涼涼的水，冷天裡一杯熱巧克力。還有好喜歡我能熟睡個好覺。

這裡間接地反映一個被上帝創造的人和世界就是人在其中因著聽從神，與神有美好關係中，享受上帝為我們預備的一切自然和諧和美好，並從這些和諧中去體會神所展示的永恆不變的真理；地上的日子若是在永恆神裡面時，就會知道一切都是恩典，有衣有食就當知足。

這裡愛喝暑天的一杯冰水所寓意的一份簡單的欲求，最基本的需要；上帝成為我們的磐石，山寨和避難所，也就是祂是我們的穩妥，我們能放心將一切的難處交給永恆不變的上帝，我們必會心中坦蕩無慮，生活不受罪惡世界的糾纏，遠離了浮躁喧囂的和複雜化了的生活戰場，故可以在平靜的心境中能沉沉睡去；上帝是愛的源頭，祂也是愛，與祂的同在讓我們也學習如何愛神，也愛人如己。這裡提到對妻子兒女的關愛，就是對神的愛的回應？因為在愛裡對一切面對的和未來發生的難處和處境都沒有了懼怕。

可能有人會問，人都要快死了，怎不去做些特別的和那些能值得大書特書的事情？為何所談都是枯燥例行的日常瑣事？其實真正的幸福就是平凡簡單質樸的日常生活。每天準時上下班，臨行一聲「再見」然後就是整天的等待，下班後和妻子兒女一個溫馨的相擁，和太太一起，洗衣做飯，照看小孩，散步聊天，讀經禱告，感恩分享，不住地感

謝讚美神。賜下我們每天充足的供應，求神為我們明日預備最基本的需要，然後一起相擁入眠……似例行的瑣事，其實是最幸福的事。而靠著人很難將最平凡的事持續地維持；將最幸福的事永遠的珍惜。而只有心中有神的人，神就賜下有這樣的生命。因為在上帝裡面的人所經歷的信心，愛和盼望中讓地上這段客旅，因著耶穌基督在十字架上為我們罪所擔當，使我們認識祂，經歷祂，祂就將我們帶到祂的安穩處，帶入愛和美好中。按照祂的應許，主再來審判世界時我們也會與祂相見，進入祂的筵席，永遠永遠讚美神。

一個在主裡的人在面對世界的最後一晚，我們所能經歷的就是我們的生命是否真正與上帝連接。因為一個不認識神的，地上所經歷的就是出生入死，無法享受到從神而來的信心，盼望和愛以及在生活中實踐中就如雷·波蘭迪貝裡所要寓意出來的畫面：人生最快樂的莫過於與相愛的家人一起，在綠葉轉紅的時刻能平靜安穩喝杯熱茶，在滿天飛雪艱難困苦中能有個溫暖的家可歸，且在每一天終了時，知道一切都是來自於上帝的供應和賜予。感謝神，能有平靜的一天，能讓我們在清爽床單裡可以安然睡個好覺。

願你能夠認識耶穌，從過去的「出生入死」，開始「出死入生」的新生命，與上帝同在，得享地上和天上屬靈的福分！

Renew! Refresh!

• Helen Man •

Clean up for the new year

As the New Year approaches, many of us clean up our houses to welcome a new beginning. As Christians, we also clean up our “spiritual spaces” and renew our “spiritual lives”. We reflect on ourselves and get rid of things in our lives that do not please God, such as bad habits and evil thoughts.

Here are some of what we can clean up:

1. Unmotivated

Since the beginning of the pandemic, our lifestyles have greatly changed. Children have remote learning. Adults work from home. We are always behind the screens and lack in-person interactions. We become lazy, unmotivated, and even hopeless. Many businesses have trouble looking for workers because people are not willing to work.

2. Addicted to the Internet

As we spend more time on the internet, we immerse ourselves in news, soap operas, and social media. Too often, we let the internet overrule our lives and ruin interpersonal relationships. Browsing online could poison our minds: violence, abusive language, pornography, and immoral conduct.

3. Temptation

Some Christians believe surfing on pornography websites is acceptable, giving the devil a foothold.

The bible teaches us to “set apart, because God is holy”. (Ephesians 4:27)

“But among you there must not be even a hint of sexual immorality, or of any kind of impurity, or of greed, because these are improper for God’s holy people. Nor should there be obscenity, foolish talk, or coarse joking, which are out of place, but rather thanksgiving.” (Ephesians 5:3-4)

By God’s Grace, we can set a good example of holiness and even maintain a good marriage.

4. Spiritual Indifference

Some Christians are so used to virtual church meetings in their comfort zones that they unknowingly keep a “social distance” from other Christians. Purging the indifference, we can avoid being lazy but be fruitful as the bible

says: “... keep you from being ineffective and unproductive in your knowledge of our Lord Jesus Christ.” (2 Peter 1:8)

5. Let go of the past

Although we may have felt weak, hopeless, and defeated in the past, we can choose to let go of the past so as to glorify God. Let’s learn from Apostle Paul’s encouragement: “... Forgetting what is behind and straining toward what is ahead.” (Philippians 3:13)

6. We are new in Christ

Paul in the Bible understands that even though we are determined to renew ourselves, we might be hindered to move forward. Paul said “For I know that good itself does not dwell in me, that is, in my sinful nature. For I have the desire to do what is good, but I cannot carry it out. For I do not do the good I want to do, but the evil I do not want to do—this I keep on doing.” (Romans 7:18-19)

However, Paul also said that “What a wretched man I am! Who will rescue me from this body that is subject to death? Thanks be to God, who delivers me through Jesus Christ our Lord!” (Romans 7:24-25) Therefore, when we repent and accept Jesus Christ as our savior, our sins are forgiven and we are made new with the grace of the Lord. The bible says:

“...if anyone is in Christ, the new creation has come. The old has gone, the new is here! (2 Corinthians 5:17)

“to be made new in the attitude of your minds; and to put on the new self, created to be like God in true righteousness and holiness.” (Ephesians 4:23-24)

In addition, if we continue to follow Christ and learn with the Holy Spirit, we would continue to grow and bear spiritual fruits – “...the fruit of the Spirit is love, joy, peace, forbearance, kindness, goodness, faithfulness, gentleness and self-control...” (Galatians 5:22-23). A truly renewed life can be totally different and beautiful!

While we clean up to welcome a new year, I wish you a new life of eternity and fullness with repentance, rebirth, and renewal in God.

Happy New Year!

Prayer to Accept Jesus

“Dear Lord Jesus, I know that I am a sinner, and I ask for Your forgiveness. I believe You died for my sins and rose from the dead. I turn from my sins and invite You to come into my heart and life. I want to trust and follow You as my Lord and Savior. In Your Name. Amen.”

Please Check ✓

- I have followed above prayer to accept Jesus Christ as my Lord and Savior.
- I would like to know more about Jesus, please send me more information (Free).
- Please contact me -

Name : _____

Contact No. : _____

Email : _____

Address : _____

決志信耶穌的禱告

你若願意信耶穌與上帝和好，你可以誠心向上帝禱告說：

「慈愛的上帝、創造宇宙萬物的真神，你為要拯救世人，親自降世為人：就是主耶穌基督，為世人的罪被釘死在十字架上，第三天從死裡復活，勝過罪惡與死亡。現在我誠心認罪悔改，認耶穌基督為主，求主耶穌赦免我一切的罪過，賜我永生成為上帝的兒女。求主耶穌進入我心中，帶領我的一生，並賜福給我和我的一家。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們。」

回應表，請 ✓

- 我已跟著上述禱告接受耶穌基督為我的救主
- 我更想認識主耶穌基督，請給我有關資料（是免費的）
- 歡迎與我聯絡

姓名：_____

聯絡電話：_____

電郵：_____

地址：_____

2023 短宣冬季週末培訓課程

週末社區個人佈道訓練

(實體和視像上課與佈道同時進行)

1月14日-3月25日(周六)



多倫多短宣中心

Tel : 416-291-0200

Web: www.torontostm.com



掃碼報名

2023 1-4月冬季專題佈道訓練課程

與牧者們一起佈道

1月17日-4月6日 周四上課, 周二佈道

(實體和視像上課與佈道同時進行)

鄭永明牧師 (愛證浸信會牧者) 王建革牧師 (北約華人浸信會牧者)

陳兆彬牧師 (多倫多華人浸信會牧者)

彭偉賢牧師 (多倫多短宣中心總幹事)



請從速報名!

多倫多短宣中心

Tel : 416-291-0200

Web: www.torontostm.com



掃碼報名