

CFIC

免費贈閱 FREE

家新

第61期

2012年10-12月

季刊

知足常樂

會長的話
薪火相傳

家新專題
**基督徒理財
幸福額度
窮快樂·樂無窮
耶和華是我的牧者
沒錢也能富足
樂在窮困中**

心靈食譜 **知足常樂**



A higher standard.
A higher purpose.



國際家庭更新協會
Chinese Family For Christ International

薪火相傳

2013年是「家新」歷史的新一頁，也是一個新的里程碑。因為新的接棒團隊已經大部分向總部報到，並且各就各位。未來2-3年會是新舊團隊磨合、建立默契、以及彼此學習配搭的關鍵時刻。願主賜下合一的靈，並且祝福這個新的帶領團隊！

2003年，在竹君第一次腦瘤大手術之後，我知道我們夫婦繼續帶領「家新」全球團隊的日子是隨時可以戛然而止。所以2004年就向董事會提出接棒人的栽培計劃，以及「國際家新」總部必須遷移到香港的構想，以回應未來「家新」最大禾場——中國的需要。當時董事們就提出作我的接棒人之條件上的大問題：第一，新的接棒人必須有專業的訓練以及擁有政府檢定的婚姻家庭治療師的執照；第二，必須有服侍全球華人教會的經歷以及被接納的公信度；第三，必須有帶領一個國際性福音機構行政及管理經驗和能力的人材。結論是具備其中任何一項條件的大概還可能找到，要三者都俱備卻不容易找，就算找到，這人願意來嗎？他敢承接這個又大又難的責任或挑戰嗎？當時的確沒有合適的人選，但我深信「家新」的神是耶和華以勒的神，祂必有預備！我和竹君開始迫切禱告，也請求董事們一齊向神呼求。

在等候及尋找會長接棒人的枯候歲月裏面，於2006年某一天，聖靈提醒我回到聖經去思考主耶穌自己如何尋找及裝備接祂福音之棒的人選。接着我驚喜的發現，主沒有找「一個人」，而是「一班人」，因為沒有一個人能獨力勝任接下祂的工作。所以主的策

略永遠不是「你」一個人，而是「你們」一群人，於是我就開始為當時「家新」全球的帶領同工禱告，並且細心尋找一些有基督生命品格、有異象及承擔的同工。

為什麼我不在「家新」團隊以外找適合的同工？因為我細心觀察，有許多企業、福音機構及教會如果只在「圈外人」當中尋找接棒人，然後差遣「空降部隊」來完成機構所領受的異象和使命，最後總是因為下列幾個因素而不歡而散：1)裂天而降的新帶領人不了解機構的文化和核心價值；2)沒有足夠的時間和磨合的機會去建立團隊關係；3)通常只有一個人孤單的去執行機構重組、整合和重建的重任，而缺少一群「知心」同心經過磨合的得力團隊去完成艱巨的任務；4)遇到不熟悉、心存疑懼的舊班子抗拒和不合作的攔阻而孤立無援，最後是引發機構內部新舊班子的「權力鬥爭」而功敗垂成，鎩羽而歸。而機構同工也因舊恨新仇傷痕纍纍，灰心喪志，最後離開事奉工場。

耶穌一出來事奉，就開始物色接棒人，祂不是找一個人，而是呼召十二個門徒。在我經過2至3年的觀察和等候之後，因為「家新」的服侍是「夫妻檔」的服侍，所以我個別邀請了12對的夫婦，終於在2011年開始了「接棒團隊退修營」的培訓和建立接棒團隊的工作。每年分兩區（北美——美、加）及（遠東——中、港、星、澳）舉辦約3至4個地區性的密集退修營會。終於在2012年底確定有7對夫婦清楚神的呼召，也決心義無反顧的投入國際家新接棒的團隊，其他5對因為各種不同的考慮及困難而決定暫時退出。感謝

神到2013年1月2日，7對同工都先後報到，並且各按其職的投入「國際家新」的事奉！耶和華的名是應當稱頌的！

談到「薪火相傳」，「薪」代表燃燒的木柴。大樹必須先願意先被砍下，然後被斬成一塊塊的木柴，而木柴也可能被主人放在一邊，直到冬天來臨才抽出來丟在火爐裏。而木柴也必須願意焚燒自己，才能把光照亮黑暗，把熱帶給週遭的人。所以神要用的接棒人必須是一個紆尊降貴、焚燒自己、照亮別人的人。這也就是「家新」座右銘的精神：「為己無所求，向主獻所有」！

「火」代表熱情，也讓人感覺得到的正能量，凡站在火爐邊的人無法不被火的熱和正能量所影響。因此，當我們談到「薪火相傳」的時候，我們不是在傳一塊冰冷沒有生命感染力的木柴，而是燒得熱烘烘，火光耀目的不斷燃燒的「薪火」！「家新」對「恩愛夫婦營」的帶領夫婦的要求是「以生命影響生命」的教學模式，去點燃那些愛情已經死去的學員夫婦，叫他們的夫妻關係可以死灰復燃，重新經歷愛的真諦和美好！

「相傳」的意思包括「交托」和「承接」這兩個動作。保羅在提後2章2節說：「你在許多見證人面前聽見我所教訓的，也要交托那忠心能教導別人的人。」保羅更對提摩太說：「我…將這命令交托你，叫你因此可以打那美好的仗。」（提前1:18）NIV聖經對「命令」這個字的翻譯是「inspired instruction」，也就是聖靈在保羅心中所「啟示的教訓」，也可以說是他所領受的異象。

「家新」的異象是什麼？我在2008年3月份的《家新雙月刊》寫過一篇文章，清楚的解釋了「家新」的終極目標，也就是我和竹君所領受的異象，是「幫助每一個人，每一對接觸過『家新』的夫婦，叫他們的生命品格能夠

活像基督」（《更新·蛻變——毛蟲變彩蝶》p.21）。「家新」存在的目的、事工增長的目標、事工種類的設計、輔導培訓的終極目標，都是為了幫助每一個「家新人」，每一對接觸「家新」的夫婦都能「活像基督」（《更新·蛻變——毛蟲變彩蝶》p.25）。所以「家新」的異象是：建立生命品格活像基督的「家新人」。

我們的核心價值是：1)為己無所求，向主獻所有；2)為主得萬家，家家為主活；3)一靈、一體、一家（One Spirit, One Body, One Family）。

在策略方面，我們要把「家新」的異象／終極目標分為三個領域來完成：1)人；2)事工；3)行政架構與傳遞系統。

在「人」的領域：專注於「家新夫婦」的屬靈品格的培養與建立。關懷的對象可以分為：

- 1) 全球合格帶領夫婦及實習帶領夫婦。
- 2) 參加過夫婦營、進深營及跟進小組的夫婦、義工、認同家新異象的人。

在「事工」的領域：專注於夫婦營、進深營以及跟進小組的發展，主要可分為：

- 1) 現有的事工。
- 2) 未來可能發展的事工。

在「行政架構與傳遞系統」的領域：專注於統籌整合人與事工的機制，它涵蓋：

- 1) 分會與總會的關係與協調。
- 2) 建立更有效的IT系統。
- 3) 文宣與溝通。

2013年是竹君和我把「家新」薪火的棒子交給接棒團隊的起跑點，願主祝福這個新的團隊能夠接得穩，傳得快，奔跑有力，像母鹿的蹄穩行在高處！也請求全球的「家新人」和關心「家新」的人，為他們禱告！鼓掌！喝采！加油！



基督徒理財

不要以為在教會裏不應講錢，只講禱告、查經、信心、傳福音等「屬靈」的事。根據統計，聖經中講禱告的經文約共500處；講信心的也同樣有500處；但講錢財的經文則多達2300處，其中約300節講到什一奉獻。四福音書記載耶穌所講的30多個比喻，當中接近一半與財富有關。可見神很看重我們怎樣理財。

理財不是從學習投資、股票、共同基金等開始，雖然這些都是很有用的工具。理財要從培養正確觀念開始。例如，如果我們滿腦子都是錯誤觀念，好像馬太福音第25章那第三個僕人——又懶又惡，對上帝，對財物，對自己的責任問題，通通存錯誤看法，那當然無法做好管家。所以，理財，做好管家，當從思想着手。

第一步：培養正確的概念

第一，我們稱耶穌為主，就表示祂是主，我們是僕。我們的一切，無論是金錢、家庭、時間、才幹與事業等，都是祂的。事實上也是從祂而來的。我們的角色是管家，只是代管而已。

第二，上帝是萬有的主，樂意賜福我們，而且把最好的都給我們。祂說：「我向你們所懷的意念，是賜平安的意念，不是降災禍的意念」（耶廿九11）。神並不需要我們供給。有些人很怕神伸手向他們要錢，他們把東西都看作是自己的；同時又對神有錯誤的觀念。

第三，神期望我們做好管家。神造人時，吩咐人管理看守，這就是管

家職分。可惜人犯罪後，被趕出伊甸園。但是，神並沒革掉我們管家的職位。神拯救我們後，仍要我們作好管家。我們信主後，神沒立刻把我們接到天上去，我相信其中的一個原因是要訓練我們做好管家。

主耶穌講的管家比喻，王對那兩個忠心的僕人同說一句話：「你這又良善又忠心的僕人，你在不多的事上有忠心，我要把許多事派你管理，可以進來享受你主人的快樂」（太廿五21）。神期望我們做好管家。但不止此，在祂的永恆計劃裏，祂要給我們天上的基業，叫我們將來與耶穌基督一同作王。所以，神不但只在地上要訓練我們在地上有美好的屬靈品格，祂還要我們學習做好管家，好預備將來管理所承受的基業。

第二步，實踐奉獻

馬太福音第六章記載，耶穌談到兩種財寶，一種是地上的，一種是天上的。地上的有蟲子咬，有賊來偷，離世時沒有人能帶走；天上的是不朽的，可趁在地上時預先積蓄在天上戶口。我們事奉，奉獻金錢，凡為主所做的，在永恆的國裏都蒙記念。實踐奉獻就是把今世能朽壞的財寶積存在天上，變成不朽壞的。

談到奉獻，很多人問：究

竟應奉獻多少？什一奉獻是不是已經過時？

不要以為什一奉獻是舊約時代的事。那個時代的人其實奉獻很多，不止十分之一。算起來很可能高達30%。到新約時代，有人以為可以自由，不用守舊約律法，不需要什一奉獻。但是，新約要求更高，從外面的奉獻進到內心的奉獻；從奉獻牛、羊、錢，進到全人奉獻；從拿出一部分奉獻，到盡力，甚至超過我們的力量奉獻。

我們常想，奉獻是很私人的事。但是主耶穌很留意我們的奉獻。聖經記祂站在聖殿裏，看到一個窮寡婦獻兩個小錢，加起來就是一個大錢。為甚麼特別提到她有兩個小錢呢？實在有特別的意思。窮寡婦本可以有兩個選擇：奉獻一個，留下一個給自己；又可以兩個都留下，因她實在有需要，暫時不奉獻，到將來豐富時再奉獻，相信主耶穌也不會責備她。然而，她超過自己的能力，選擇奉獻兩個。主耶穌看見並且大大的稱讚這充滿愛心和信心的舉動。我們看到主要我們盡自己的力量，甚至超過自己的力量去奉獻。

有多少基督徒奉獻十一呢？一般華人教會是20%左右；美國人教會約30%。可見對於奉獻，中國人不及美國人重視；大部分基督徒像瑪拉基書第三章所說，都是在奪取神的供物（參瑪三8）。主要我們作祂的忠信管家，試想，做管家的偷主人的錢，怎能算好管家呢？

今天我們要在主前學習做好管

家，得從管理我們的錢財為學習的起點；而管理錢財的開端，就是要清楚神的命令，將我們的十分一歸到神的家。是神有需要嗎？如果我們不將十分一獻上，神的教會就沒辦法維持下去，傳道人就沒薪水嗎？神的家就有麻煩嗎？不，絕對不是！我們的父神是萬有之主，是豐盛的神，祂要源源不絕的賜福給我們，不是想從我們身上拿走甚麼；而是要藉着什一奉獻的命令，來教導我們作好管家，為要更賜福給我們。我們本不應該試探神，但瑪拉基書3章10節，神要我們「以此試試」祂，可見祂是一位充滿愛心又賜福給我們的神。祂答應當我們願意將十分一交到神的家，祂就會為我們敞開天上的窗戶，傾福與我們，甚至無處可容（參瑪三10）。這實在是很大的祝福！

第三，參考蒙福事例

在過去五、六年事奉的經驗中，常聽見很多弟兄姊妹談奉獻的見證，說：當經濟有困難、沒能力奉獻時卻仍堅持奉獻，便看到神不但沒虧待我，還賜更多的福給我。我自己也有這經驗，幾年前，神感動我放下本來的工作，全時間去服侍祂。我本不富有，是打工仔一名，只是神賜福給我，讓我在幾年間的工作上賺到較多的錢；想到日後全時間服侍神時，收入可能不多，但我們兩個兒子年紀尚小，將來還要唸大學，想在等候期間多儲蓄一點錢，好為將來作準備。我們一向有什一奉獻，當時神卻又給我們另一感動，就是把奉獻額增加，超過什一奉獻。我和太太都是學財務的，很清楚愈多放進銀行，錢就愈多；若拿給教會愈多，錢就愈少，這是會計的算法。當時我們雖不明白，但順服神的意思去做，增加了奉獻。很快我們看到神的祝福從不同地方傾倒下來，我們本來是十年、十五年的計劃，沒想到在四十五歲時就可放下工作，全心事主。這全是神的恩典！



幸福額度

從前，有個人死了，上了天堂。有一天，他跟天使閒聊起來。

天使：「你覺得自己在地上的時候幸福嗎？」

人：「老實說……談不上。」

天使：「為什麼？」

人：「我經歷了很多不幸。」

天使：「例如呢？」

人：「我出生時家裏很窮，時常吃不飽穿不暖。」

天使：「但你有一對很愛你而且盡力給你最好的父母。」

人：「我不聰明，讀書不好。」

天使：「但你的學校生活沒壓力也很快樂。」

人：「我長大後找不到好工作。」

天使：「但你沒有餓死老婆瘟臭屋。」

人：「我太太很快離開了我。」

天使：「但她給你生了四個健康活潑的小孩。」

人：「老二誤入歧途吸毒進了戒毒所。」

天使：「但老三老四大學畢業了。」

人：「我晚年時病得很辛苦。」

天使：「但兒孫每天侍候在旁，而且你現在已身在天家，更與太太重聚。」

人：「你覺得我是幸福的？」

天使：「別人怎樣覺得並不重要。天父公平地給予地上每個人一個超乎想像的幸福額度，有些人懂得感恩，有些人卻只會埋怨；分別在於，他選擇記住什麼。」

很多人仍然會問：為何世間要有苦難？答案其實不複雜：人類是很膚淺的動物，喜歡比較，也需要比較；沒嘗過真正的苦澀，怎會珍惜甜蜜的美好？沒見過真正的不幸，怎會知道自己原來一直身在福中？

生命是緊緊相扣的；只要我們不放棄，每一個經歷，每一個挫折，不但是自身的成長，更是別人的啟迪和幫助。

謹記天使的話：「天父公平地給予地上每個人一個超乎想像的幸福額度，有些人懂得感恩，有些人卻只會埋怨；分別在於，他選擇記住什麼。」

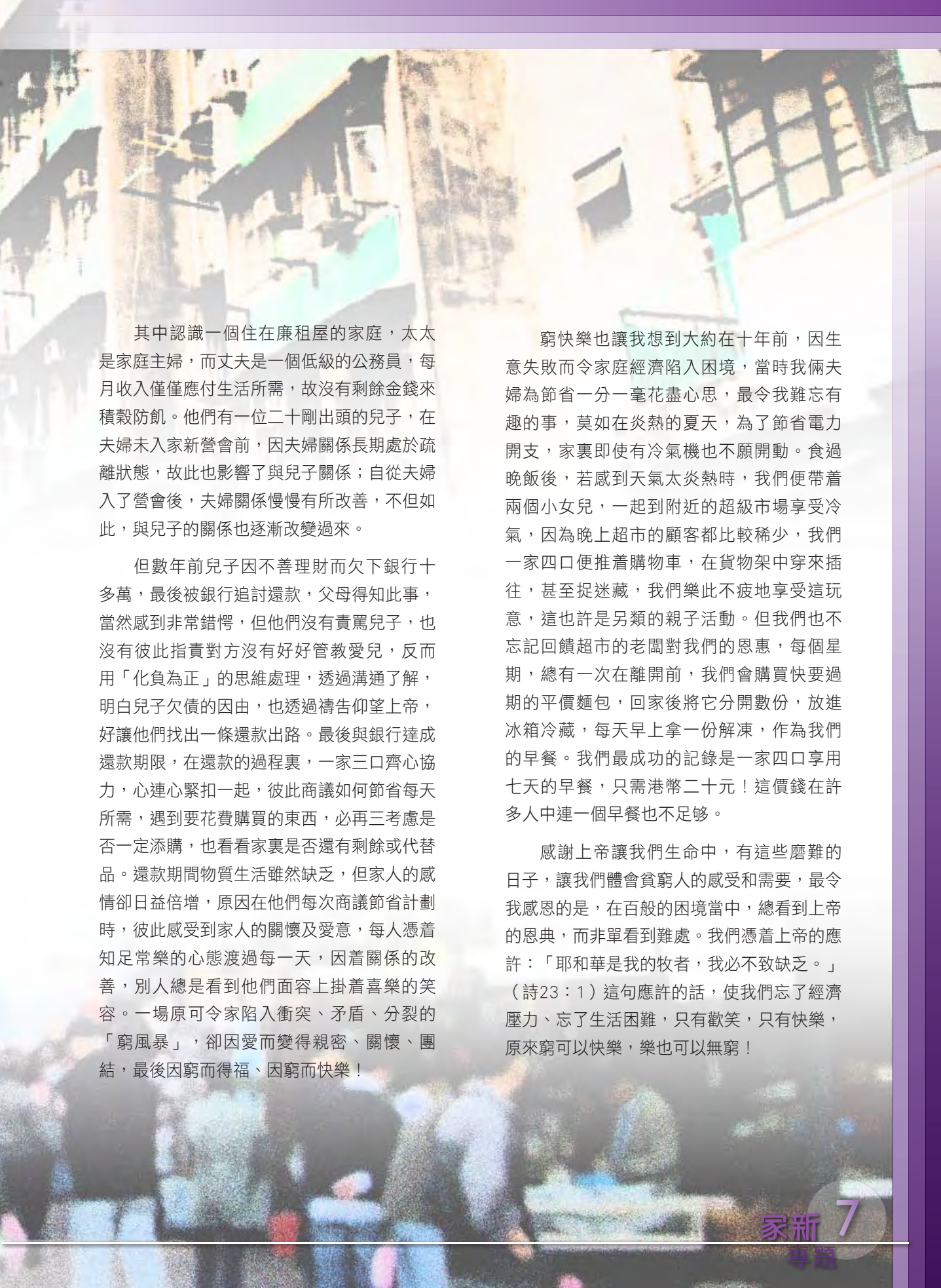
祝福大家。

窮快樂樂樂無窮

2010年香港大學用了五年時間，花了2.5億港元，將全港市民分為十八區，向其中2萬多個家庭發出問卷調查，研究及了解不同區域的市民快樂指數。研究結果頗令人意外，深水埗是十八區中人均收入最低的一個區域，區內大多數是貧窮的基層家庭，但她居然列入最快樂的區域之一，不但如此，研究報告還顯示深水埗也是鄰里關係最要好之一區域。這個研究結果似乎在告訴我們，快樂並不一定要建基於物質和金錢上，人際關係也不一定被貧窮阻隔而無法建立。

許多時候貧窮總令人將困苦、憂愁連結起來，故此人人總想擁有財富，一來可以脫離因貧窮帶來的痛苦，二來可以滿足個人的物質享受。但其中有些為了追求財富，花盡了寶貴的人生歲月，最後換來的可能是心身俱疲，家人關係破裂，人財兩失，整個人生都在白忙白活，極為可悲。

自參與家新基層服侍後，因工作的關係常常接觸到不同的基層人士，有些因貧困而感到生活艱苦，心裏充滿怨歎，但亦有安於現狀，樂於活在當下，他們珍惜所僅有的，不貪圖物質的享受，即使面對突然其來的困難也不怨天尤人，他們的心靈常感到無比的富裕和豁達。



其中認識一個住在廉租屋的家庭，太太是家庭主婦，而丈夫是一個低級的公務員，每月收入僅僅應付生活所需，故沒有剩餘金錢來積穀防飢。他們有一位二十剛出頭的兒子，在夫婦未入家新營會前，因夫婦關係長期處於疏離狀態，故此也影響了與兒子關係；自從夫婦入了營會後，夫婦關係慢慢有所改善，不但如此，與兒子的關係也逐漸改變過來。

但數年前兒子因不善理財而欠下銀行十多萬，最後被銀行追討還款，父母得知此事，當然感到非常錯愕，但他們沒有責罵兒子，也沒有彼此指責對方沒有好好管教愛兒，反而用「化負為正」的思維處理，透過溝通了解，明白兒子欠債的因由，也透過禱告仰望上帝，好讓他們找出一條還款出路。最後與銀行達成還款期限，在還款的過程裏，一家三口齊心協力，心連心緊扣一起，彼此商議如何節省每天所需，遇到要花費購買的東西，必再三考慮是否一定添購，也看看家裏是否還有剩餘或代替品。還款期間物質生活雖然缺乏，但家人的感情卻日益倍增，原因在他們每次商議節省計劃時，彼此感受到家人的關懷及愛意，每人憑着知足常樂的心態渡過每一天，因着關係的改善，別人總是看到他們面容上掛着喜樂的笑容。一場原可令家陷入衝突、矛盾、分裂的「窮風暴」，卻因愛而變得親密、關懷、團結，最後因窮而得福、因窮而快樂！

窮快樂也讓我想到大約在十年前，因生意失敗而令家庭經濟陷入困境，當時我倆夫婦為節省一分一毫花盡心思，最令我難忘有趣的事，莫如在炎熱的夏天，為了節省電力開支，家裏即使有冷氣機也不願開動。食過晚飯後，若感到天氣太炎熱時，我們便帶着兩個小女兒，一起到附近的超級市場享受冷氣，因為晚上超市的顧客都比較稀少，我們一家四口便推着購物車，在貨物架中穿來插往，甚至捉迷藏，我們樂此不疲地享受這玩意，這也許是另類的親子活動。但我們也不忘記回饋超市的老闆對我們的恩惠，每個星期，總有一次在離開前，我們會購買快要過期的平價麵包，回家後將它分開數份，放進冰箱冷藏，每天早上拿一份解凍，作為我們的早餐。我們最成功的記錄是一家四口享用七天的早餐，只需港幣二十元！這價錢在許多人中連一個早餐也不足夠。

感謝上帝讓我們生命中，有這些磨難的日子，讓我們體會貧窮人的感受和需要，最令我感恩的是，在百般的困境當中，總看到上帝的恩典，而非單看到難處。我們憑着上帝的應許：「耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。」（詩23：1）這句應許的話，使我們忘了經濟壓力、忘了生活困難，只有歡笑，只有快樂，原來窮可以快樂，樂也可以無窮！



耶和華 是我的牧者

「耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。」

從前不大明白詩篇23篇裏的「我必不致缺乏」的意思。後來再看英文版的聖經的翻譯是：“I shall not want”，讓我突然明白了，原來是「我不再需要、不再想要」的意思。


其實我們所必要的、所需要的大部分人都已經擁有，剩下來的就是我們想要的。想深一層，很多我們想要的東西其實並不重要，甚至擁有後更會成為我們的負擔。

我們生活在挪威，人口不多，而且空氣環境都十分好，很多大自然的景色都很美麗，湖光山色，也有很多的樹木和翠綠的田園。去年「家新」在奧斯陸辦了兩個夫婦營，負責的同工在我們家住了一段時間，他們說在挪威的日

子好像進入了一個童話世界一樣。聽了他們這樣說，讓我想到我們能夠生活在童話世界的國度裏，是多麼幸福的一件事。

很多挪威人除了擁有汽車、房子，還擁有在山頂或在海邊、湖邊的度假屋。我自己也曾渴望有一間度假屋，週末的時候可以去散心，休息一下。但是，當我聽過我的一些擁有度假屋的朋友談起，我們便再沒有興趣想這件事。原來他們每年要到度假屋維修、做清潔，也有些度假屋是沒有水沖廁，廁所在室外，沒有自來水，需要自己帶水到那裏；而且每年還需要支付雜費給政府，一筆額外的開支。

有些東西，雖然我們沒有，但還是可以享受得到。例如我丈夫工作的飯堂公司，就有



度假屋可以租用，三房一廳，所有必須的傢俱用具都齊全，有廚房、浴室，還有蒸氣浴，有水有電有洗手間，還有室外的泡泡浴。度假屋位於山上，環境十分優美，每天的租金才150克朗，今年秋天我們一家人租用了一個週末，只需付 300克朗（克朗的匯率比港幣稍為高一些），我們自己帶了食物到那裏一起做飯，在大自然的環境中散步，在度假屋看電影，還可以享受泡泡浴，的確很放鬆呢！但因為要開三個小時的車程才到達，我們去了一次後，便沒有打算再去，因為平時週末的活動都是挺忙的。

我的鄰居曾告訴我，他說挪威人口其實已經不多，街上行人也不多，但是他們要度假時，還是喜歡到更偏僻的地方，最好是個沒有人的地方，去享受大自然的寧靜和安詳。

我們體會到在施予分享時也會帶來很多的歡樂和滿足。我們家中經常接待一些外來的牧者、弟姐妹和朋友，每次接待他們時，便感到我們又多了幾個親人和朋友，雖然從前素未謀面，但一接觸下來，便會覺得很親切、很投契。活到這個年齡，開始明白到每次的見面都是十分的難得。除了同事可以每天見面，教會的弟姐妹差不多可以每個星期相聚之外，

一些跟我們要好而又認識多年的朋友，一年也只能見幾次，所以這些新認識的朋友們，可能日後能見面的機會也不多，我們特別珍惜每次相聚的時間。所有這些新的，或從前的老朋友都成為我們心裏的富足，是神對我們所應許的「豐盛的人生」。

我和我丈夫今年剛慶祝了結婚30周年的紀念。從我們結婚時一無所有，到了今天我們什麼都足夠有餘，回想這三十年，說短不短，說長也不算太長，我們夫婦二人一起努力建立的家，養育三個兒子長大，有一個舒適的居所，有兩輛二手車……還有很多身外之物。

而我們一家開始真正感到富足，是從在我丈夫在2002年信主開始。神是一步一步的帶領着我們走到青草地、溪水旁，像以色列人進入應許之地。這十年來我們的生活有了很大的改變！我們也學會為自己所擁有的一切而感恩，願意把我們所有的，無論是我們的時間、能力、才幹，或我們所擁有的東西與別人分享。我們從中學習到「施比受更為有福」的道理。我們深深相信耶穌的話：「你們要先求他的國和他的義。這些東西都要加給你們了。」遵行耶穌基督的話就是我們的滿足和喜樂！



沒錢也能 富足

曾五度獲得格林美獎的美國喜劇作家佐治卡林（George Carlin）曾寫過一段發人深省的話，他指出現在是一個吊詭的時代：我們花費很多，擁有卻少；不停購物，少有真正的享受；房子越來越大，家人越來越少；學位增多，智慧卻少；知識爆炸，卻不懂判斷是非對錯；毛病多，藥物多，健康卻日壞；宴樂多，歡笑卻少；看電視多，閱讀少，禱告更少。

資產倍增，價值卻減少；說話太多，愛心太少，怨恨也多；我們知道如何謀生，卻不懂如何生活；我們致力使空氣清新，靈魂被污染卻不自知；我們能夠克服原子彈，卻勝不過人性的傲慢；事事急速追趕，卻缺少耐性等待；經常靠互聯網傳遞消息，溝通卻少；各式美味佳餚當前；身體腸胃卻無福消受；雙薪夫婦在家庭和事業之間苦苦掙扎，倒頭來婚姻卻朝不保夕；家居佈置得美侖美奐，家庭卻支離破碎。

這樣悲涼的描述竟然出自一位喜劇作家的筆下，令人格外感觸良多。到底問題出在那裏？加拿大頗負盛名的專欄作家菲爾·柯樂

維 (Phil Callaway) 所寫《簡單中的富足——沒錢也能富足的36計》(Making Life Rich Without Any Money) 一書，正好一語道破了關鍵所在。回想那些曾令你開懷大笑的片斷大多是來自簡單的事物，只要懂得欣賞、用心享受，即使捉襟見肘過日子，也總可以輕鬆寫意、自得其樂。同時，透過作者生花妙筆的解說，亦喚醒了對名譽、地位、財富窮追不捨、但仍然不滿足、不快樂的人們，認識到心靈所享有的富足和愉悅，竟然沒有一樣是與他們熱切追求的東西有關。

我們就是這樣一直處於矛盾狀態之下，明明知道真正使人快樂的根源絕不會取決於財富的多少、地位的高低，我們仍然花了半生精力去刻意經營，縱使得到了夢寐以求的房子和汽車，一切設備和衣飾俱全，卻沒有我們當初想像的穩妥和安舒，聖經傳道書說得好：「貪愛銀子的，不因得銀子知足；貪愛豐富的，也不因得利益知足。」手中握有的產業和投資越多，在現時金融風暴席捲全球的影響下，患得患失的心情起伏也越大，更叫人睡不安寧。

是時候解開這些捆綁着我們的枷鎖，讓心靈重新得着自由與釋放。幽默大師柯樂維用溫馨感人的筆觸寫下了卅六篇輕鬆有趣的生活小品，鼓勵讀者嘗試回到最基本的原點，學習簡樸生活的智慧。每天早晨一醒來先禱告，深

知上帝必定看顧信靠祂的人，心裏自然感到踏實而且信心十足。午餐後，安排一段短暫的休閒時間，出外走走，呼吸一下新鮮空氣，也是無以尚之的享受。下班回家馬上換上寬鬆舒適的衣服，除去一切的束縛，體會舒適寫意的感覺。讓星期天成為真正休息的日子，把手錶拿下來，特別是主日崇拜的時候。慢慢品嚐每頓飯，學學欣賞不同食物的味道。不要再買貴重的東西給兒女，把你最寶貴的時間和自己給他們。你必然可以在這些最簡單不過的事情裏，找到快樂的真諦。

其實，富有的人也並非一帆風順、天色常藍。他們拿起電話也會聽到不好的消息，他們也會遇到危險艱難，也不一定每次都能從容以對。但是，確信上帝的恩典伴隨着人生的每個意外，在最困厄的時候，以祂的恩典幫助我們選擇喜樂而非怨恨，這樣的人是世上最富足的。

歡笑是一種恩賜，但更是一種選擇、操練和藝術。只要保持一顆孩童般的赤子之心，懂得從平淡無奇的瑣事裏，發現無窮的樂趣，值得為此而興奮喜悅。讓我們學習耶穌的榜樣，祂肩負全世界人類的一切重擔，卻可以在狂風暴雨、顛簸搖晃的船上安然入睡；祂獨自抗衡拘泥死守律法條文的宗教勢力，卻仍然有閒暇把小孩子抱在膝上，溫柔地對他們說話。只有懂得放慢腳步，相信並接受上帝各種美善恩賜的人，才會擁有豐富喜樂的人生。

(原文章刊載於<http://www.truth-monthly.com/issue195/0912mi02.htm>)



樂在窮困中

「似乎憂愁，卻是常常快樂的；似乎貧窮，卻是叫許多人富足的。」

小時候，我的家庭十分窮困，一百呎的徙置區單位，住了一家七口。窄窄的走廊，放滿了各家各戶的煮食用具、爐灶和用品，換了是今天的我，一定走不過去。（難怪從前的工作階層都是骨瘦如柴的！）我們雖然那麼窮，但直至今日，我和兄弟們常常回味的童年往事，都發生在這些窮困的環境裏。除了那幾百人共用的水喉房及浴室公廁，還留下一點黑暗的陰影外，我們的日子倒是過得很快樂。

「11號巴士」與最貴的汽車

父親雖然未有認識耶穌，但有很崇高的品格。他從不因為家窮而怨天尤人，不自暴自棄，反之，他很上進。我們一家出外，沒有錢坐公共汽車，他會告訴我們搭「11號的巴士」最可靠。當我們行了半小時還未到巴士站時，才意會到「11號巴士」是自己雙腿。後來要到更遠地方去，父親會告訴我們今天要乘最貴的汽車，上了巴士才明白巴士的確比私家車貴得多。失望之餘，也賺回一點優越感。

一片苦心一場戰爭

可是，在今天科技發達，人類生活大有改善之下的社會，卻孕育了一群很幸福，卻

在心志上貧窮的年青人。我們下一代的兒童成長於一個物慾泛濫的社會，從小到大，都有聲音從四方八面，提醒他們的需要。

現在，我每天都要與社會上的價值觀爭戰。為什麼？孩子從學校返家，幾乎每天都發現他們提及同學們的新寵兒、新玩意。他們內心其實並不好受。他們理智上知道父母不准他們玩電子遊戲和不買昂貴的玩具，是一片苦心，但在學校裏，他們要面對同學的壓力，是很不容易的事情。

最貧窮的代表最寶貴的回報

雖然如此，我們所定的原則是不能讓步的。所以，久而久之，孩子已習慣了。取而代之的，是我們鼓勵他們玩一些更有意義的遊戲，他們現在都能樂在其中。我們也不斷的告訴他們不多買東西，並不是因貧窮，而是要讓他們知道甚麼才是真正需要。

其實，如果人們能從嬰孩身上發掘出他們可愛之處，他們也許再也不怕貧窮，也不再受物慾的侵蝕。小孩子赤身露體來到世上。沒有帶甚麼來，可算是最貧窮的代表吧！但他們卻有一個簡單又純潔的心。他們對父母的每一個微笑，都是最寶貴的回報。

如果我們能從兒時已為他們作個好榜樣：過簡樸的生活，和按真理釐定知足的心態，相信他們要面對引誘和衝激時，一定能應付自如。

一個片段一件無價寶

老大三歲時的一個片段現在還不時浮現腦海中。我們不主張為孩子鋪張地慶祝生辰，可是，老大三歲時，一群小朋友剛來我們家玩，便安排了一個簡單的生日會。

老大接過禮物之後，高興得忘了形，抱住禮物不斷說「很漂亮，謝謝！」他一直也不拆開禮物，令小朋友的爸媽有點尷尬。後來我們要他把禮物拆開，他反而生氣起來。原來他以為那包得漂漂亮亮的東西叫「禮物」，他根本不知道內裏有更精彩的玩具。小孩子那種純真實在是一件無價寶，是不需要用物質去交換的。我真的覺得很幸福，能親身見證它，將孩子成長的片段藏在腦海中。可憐的是在港澳社會，童真早已被電視、傳媒、電子遊戲及科技淹沒了。

很多時，有些朋友替我計算一下，投身在家裏十個年頭，如果一年賺十萬元，我已損失了一百萬。究竟值得麼？每一次，我都告訴他們，「你的財富在那裏，你的心也在那裏。我已經積聚財寶在天上，那裏沒有通脹、通縮，也沒有金融風暴。」我們生活所需，神也供應足夠，又何必籌算太多？

一個五十元的紅封包

在家裏，我們不斷的提醒孩子們不要被物慾所控制。當孩子到九、十歲時，已能分辨舒適與物質所帶來的方便。過去我們所教導的一切，也將會受到嚴峻的考驗。所以

唯一的方法是無論生活環境怎樣，我們都不能讓孩子在心靈裏貧乏。我們常把熟悉的經文，用各樣的方法在家中討論，又把世界各地貧窮的真面貌解釋給他們聽。

記得有一次，老二在教會收到兩個五十元的紅封包，便立即把其中一半放進奉獻袋裏。我便問他為甚麼？他竟能告訴我，他不需要這麼多錢，但教會需要，天父也會高興。聽了之後，我心裏亦慚愧得很。

兩夫婦三個孩子

在物慾高漲的社會環境下，這是一場又長又可怕的戰爭。有時候，我也會為這戰爭感到洩氣。在夫婦的層面上，貧困的生活的確會帶來一定的衝激與壓力。我和丈夫也經歷過一段算不上窮困，但卻滿有考驗的日子。那時，我們正步入中年，同輩多半各有所成，事業上進升管理階層，在生活上也有自己的車子及物業。反觀自己，仍然四處漂泊，未知家在何處，更談不上置業興家，有時候也會頓覺茫然和失落。在一切那麼不明朗之際，發覺自己懷孕，霎時間的不知所措。丈夫再三要求我打消外出工作的念頭，專心把孩子帶大。要知道養育三個孩子的支出很大，而我亦失去外出工作的機會，那時心裏的確有點怨言。

一段說話一生最大的祝福

在最困惑的時候，丈夫對我說了一段令我口服心敬的說話。他說：「對不起，娶了

你之後，要你挨那麼多苦，沒有好日子給你過，又不能買給你名貴的禮物。但你卻沒有嫌棄我，有這樣支持我的妻子，是我一生最大的祝福。希望你能忍耐下去，把最好的青春和精力，獻給孩子，與我同走生命的路。我和孩子都會很感激你。」就這樣的一段話，神讓我清楚記起在婚禮上，在神在人面前的承諾，我又怎能反悔？況且，一個人承擔整個家庭，壓力是相當大的，丈夫反而欣然接受。這是因為他對神有信心，也經歷過祂的奇妙恩典，我又怎能因為身外之物而與他背道而馳？

事隔幾年了，這段話仍刻骨銘心，期間深深的體驗到「耶和華所賜的福，使人富足，並不加上憂慮。」（箴10：22）這福當然不一定是貨財，在茫茫人海中，有知心的伴侶同行，已是莫大的祝福，這不是比金錢萬貫更寶貴嗎？

一家人常常快樂

每當我落在物質的試探中，以下的聖經都能及時帶我走出困惑。「似乎憂愁，卻是常常快樂的；似乎貧窮，卻是叫許多人富足的；似乎是一無所有，卻是樣樣都有的。」（林後六10）希望這段聖經也能帶給你安慰，在窮困的環境中，亦活得快快樂樂。因為在神的國度中並沒有貧富之分，我們同樣是祂寶貝的兒女，天天承受着祂豐富的恩典。



愛的

豐筵

我和太太已經結婚五年了，我在結婚前不久才成為基督徒，而我太太成為基督徒的日子也不算太長。結婚之後，我們夫妻之間不可避免地出現了各種各樣的問題。有一些是因為生活習慣和性格的不同而引起的小衝突，而有一些是因為雙方家庭的介入而引起的大衝突，曾經一度吵得不可開交，甚至鬧到要離婚的地步。之後我們參加了一些婚姻課程的輔導，問題也在一定程度上得到了解決。

因為之前已經參加過一些婚姻課程，所以當太太安排我們參加這次的夫婦營時，我並沒有抱太高的期望，感覺這次的課程和以往的可能大同小異，只是教導如何解決婚姻中可能出現的衝突的一些技巧而已。

但是，當我真正學習了一天之後，我感覺到了這次課程與我以往參加的課程有很大的不同。「恩愛夫婦營」裏除了教導我們婚

姻中出現問題時應該如何解決外，更重要的是，營會中的帶領夫婦身體力行的演練給我們看，如何去實踐這些技巧，讓我深刻的感受到，原來不只是我的婚姻中會出現這樣或那樣的問題，哪怕是帶領夫婦也會有問題。而處理問題並不是完全單靠技巧，更重要的是要倚靠神，以及夫妻雙方愛神的心來化解一切的問題。夫妻雙方因為不同才會在一起，由神的安排選擇了對方。因此，我們需要學習如何利用雙方的不同來互相吸引，而不是互相攻擊。

這次營會讓我以一個完全不同的角度去認識婚姻的意義，以及夫妻的相處之道。讓我知道如何去學習夫妻之間的經營之道，希望能有更多的夫婦能夠從這個夫婦營學習到夫婦經營之道，使更多完美的夫妻能榮耀神的名。

我們來營會之前的關係是非常緊張的。雖然我們結婚只有八個月，可是感覺很累，已沒有了新婚的甜蜜。我覺得很迷茫，不知道前面的路如何走下去，甚至有過「不如分開」的想法。

記起我們結婚的時候，有一位基督徒朋友送了「恩愛夫婦營」的禮券給我們，所以當我們知道教會將會舉辦夫婦營的時候，很自然的，我們就報名參加了。在去夫婦營之前，我沒有想太多，因為我實在太累了，甚至不知道還可以怎麼做。

就在進入營會的第一天，我的心深深被觸動了。到夫妻二人做存款練習時，我感動得連正視丈夫雙眼也不敢，因為在過去幾個月的相處裏，他從來都沒有說過什麼觸動我

心靈的話。他覺得別人所做的一切，乃是理所當然的，所以做存款練習的時候，我很感動，對他的一切不滿和抱怨都放下了。感謝主，讓我們有機會參加這個夫婦營。

在這次「恩愛夫婦營」裏，讓我得着最大的益處是：我看到原來丈夫有很多優秀的特點，是我應該把我心中的自我放下，甚或我應該徹底的扔掉。我不知道是否有能力做好，不過我會去追求，尋求上帝的話語幫助。

在這三天兩夜的營會裏，對我們夫婦最大的幫助，就是丈夫和我都學會了很多夫婦間應該去學、應該去做的事情。感謝主，我們來了這個夫婦營，對生活、對婚姻再次有了希望。在此也感謝這幾天為我們服侍的三對帶領夫婦，願上帝的祝福大大的賜給他們。

求一顆

知足的心



主啊，求祢賜我一顆知足的心。因為我不知足，貪婪常常伺機霸佔我的腦袋，妒忌、憎恨代替了愛弟兄姊妹的心，我的手不再去作憐憫的事，我的腳也不願跑去關心別人，我的背也不肯去背負別人的生命，我的家庭也因恐懼缺乏而吵鬧連連。

若果我有一顆知足的心，我的腦袋不會再去思想如何可以佔到更多便宜，不會單單再去想自己的難處，而不願意與人分享；

若果我有一顆知足的心，我的心就不會因為弟兄姊妹比我富裕，生活比我過得輕省而深心不忿，反倒會替他們高興，給他們更多的祝福；

若果我有一顆知足的心，我的手就會知道我還有幫助人的力量，可以伸手去憐憫那些同遭患難、困苦的人，讓他們在艱難的路上有人攙扶；

若果我有一顆知足的心，我的腳就會因別人的孤單淒楚，而飛快的跑過去，站在他身邊，讓他不再感到孤單；

若果我有一顆知足的心，我的背就會有更大的力量，去背負起更多的人的生命，讓他們也同得基督的好處；

若果我有一顆知足的心，我的家庭不會再感到缺乏，每天都為我們所擁有的去感恩，因豐盛的主將我們每天所需用的賜給我們，叫我們因足夠而歡喜快樂。

充滿智慧的主，謝謝祢讓我們不貧窮也不富足，因祢知道我們所需。雖然我們並不富有，但我們每天仍有足夠而可口的食物可以飽腹，叫我們一家在飯桌上可以樂也融融；雖然我們沒能力自置房子，但我們仍能有安身之所，不懼風吹雨打；雖然我們只能租住細小的房間，但空間小讓我們一家有更多碰面的機會，倍感親密；我們仍有足夠衣服可以蔽體，仍有可以去關心的家人朋友，仍有生命氣息去見證祢、榮耀祢！

十月中旬，我和太太參加了一個家長小組，導師提到夫婦的角色及本分。他引用了耶穌在登山寶訓所說的：「溫柔的人有福了，因為他們必承受地土。」（太5:5）他繼而闡述Message的版本：You're blessed when you're content with just who you are: no more, no less.（中譯：謙順的人是蒙福的，他滿足於在神面前的自己，不多也不少。）這是一個很好的提醒，在上帝面前，謙順地滿足，做好本分，不多也不少，不被世上的事物纏繞，不求過多的物欲，處事愈能變通及有彈性；放於家庭方面，父母角色，各盡其職。有時候，某一方或會控制對方，作母親的，也許「過度關懷」，甚麼也要理，甚麼也要干涉；作父親的，也許過分專制，控制整個家庭，甚麼也要依從他的。若然這樣，不能恰如其分，便看不到家人的真正需要，關係亦不見好。作為夫婦，作為父母，做回自己應當的角色，不要過位，也是一種「知足」。

放諸日常生活中，知足是不貪求、不浪費，是剛剛好的足夠。以吃自助餐為例，還是少年的時期，與幾個朋友總有無窮食量似的，最喜歡就是吃自助餐，可吃足數小時，多種食物，任取任吃，真是吃甚麼便吃甚麼，這很容易激發貪念，一下子取了過多的某種食物，當滿足了口感後，便想取其他種類的食物，於

是便丟下吃剩的。一次自助餐，浪費了的食物可真不少（近年很多有自助餐服務的餐廳或酒店，都要求食客不能留下太多食物，否則要另加收費）。結賬之時，吃得「飽上心口」，好不辛苦；更有朋友吃得過飽，因而嘔吐，真的是「食到嘔」。

人到中年，食量比過往小，不能過飽，亦愈來愈不喜歡吃自助餐。然而作為整個家庭的活動，一年總會吃一趟。出發進餐前，我和太太會向家中兩個孩子解釋要珍惜食物，寧可試多樣食物，每樣小一點，肚子夠飽便要停止進吃的。大女兒會跟着我們的建議，最後吃得一臉滿足，亦明白，吃得剛飽便最好。小兒子則很多時只集中吃幾款食物，反而享受那種獨立自取食物的氣氛。

事後心想，現今一般人擁有太多物質，食物過剩，吃得過飽，飽後再吃，無窮無盡，飽得辛苦，還想尋找更多更好吃的，愈吃嘴愈尖。同樣是尋找食物，當極度饑餓時，尋找食物只為填飽肚子，已不理會食物的質素。想深一層，餓與飽都是生理上的感覺，極餓與極飽都是同樣辛苦的，不多不少，剛剛好便已足夠及滿足。如此，才能突顯知足的可貴。只要有穿有吃，就當知足，心裏自然油然而產生滿足的喜樂。

恰到好處的 知足

向聖經學習 理財智慧



如果有人從未為金錢煩惱過，他必然是一個幸福透頂的人。經濟問題一直困擾着每一個人和每一個家庭，帶來不同程度的焦慮、緊張和不安。無論我們閱讀過多少有關理財的書籍，或向財務專家請教，安排了妥善投資理財策略和方案，大部分人仍然生活在經濟的枷鎖之下，難以無憂無慮地享受傾刻的自由與釋放。

美國著名理財顧問柏康德（Larry Burkett）是Christian Financial Concepts公司總裁，經常在全球逾千家電台主持理財廣播節目，他所寫的《向書中之書聖經學習理財智慧》（Your Finances in Changing Times）印行超過一百萬本。書中根據聖經的教導，使人對理財的觀念有全新的覺醒，掙脫金錢的束縛，在生活上引發出無窮的智慧與樂趣。原來聖經所啟示的理財智慧，與一般坊間的財務百科大全，實在不能同日而語，是截然不同層次的兩種概念和哲學。

基督徒都會非常明白財富是上帝的賜與。我們之所以有工作能力，並享受工作的成果，完全是上帝的恩典，應該心存感恩。這是人對財物最基本的態度。以感恩的心去看我們今天的擁有，必然對金錢有極不一樣的處理方法。感恩使人不再吝嗇，不再執着，不會濫用，也樂於施贈。讀遍了所有的理財指南，也難以找到這種讓人舒懷的崇高情操。

聖經應許說：上帝「所賜的福，使人富足，並不加上憂慮。」倘若我們現在還為金錢而傷腦筋，恐怕有違上帝要我們享受生命的心意。享受生命並不在乎財富的多寡，同樣的金錢，有人覺得綽綽有餘，有人卻常感缺乏，以何種生活方式與心態去分配與享用才是問題的徵結。

一家人談笑風生圍坐飯桌享用簡單晚餐，其中的豐盛比任何山珍海錯更勝一籌，懂得珍惜與欣賞的人自然感到開心與滿足。

我們曾否為基本生活所需發愁嗎？認識上帝是宇宙萬物真正的擁有者，祂明白每個人的需要，耶穌在世時親口對聽祂講道的人說：「不要為生命憂慮……你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。你們只要先求祂的國和祂的義，這些東西都要加給你們。」上帝的豐盛遠超我們的想像，祂如今向你作出保證，難道你還不放心嗎？

在短暫的一生中，上帝把各樣美善的事物賞賜給人享用：崇山峻嶺、無邊海洋，其中蘊含豐富的天然資源，讓人取之不竭；不同種類的動物和奇花異卉，造成了這個多姿多彩的世界；田地可以出產各種菜蔬和水果，不單悅目耀眼，還可作食物；還有和煦陽光、朗月繁星、清風送爽、雨水滋潤、……數之不盡的恩典，俯拾即是，只是人不自知。

溝與通



上帝同時也把金錢賜給人在地上使用，這是暫時性的代用品，因為人死後，再多的金錢也沒有意義。所以，金錢必須使用，才能發揮它的功效。耶穌曾勸人不要積存財寶在地上，並且形容那些囤積財富的人為無知的人，因為他們不知道當死亡臨到時，他們必須交出一生努力積聚的財富，再也沒有享用的機會了。

既然金錢必須使用，才能發揮功效，因此無論多少，只要運用得好，產生的影響力，可以是極其深遠的。還記得一個窮寡婦把養生的兩個小錢都奉獻到聖殿的事蹟嗎？這個小故事，在二千年後仍然使人感動，而且成為我們的榜樣。我們常常以為這麼丁點的金錢實在幫不了忙，也起不了甚麼作用，不如不給，焉知道奉獻是回應上帝的大愛，只要交在上帝手裏，就像昔日的五餅二魚一樣，能夠成為多人的祝福。

上帝樂於看見我們能彼此分享，不一定很富有才能與人分享，聖經上說：「有兩件衣裳的，就分給沒有的；有食物的，也當這樣行。」願意分享，會使你的生命更豐盛。

聖經所教導的理財原則的確不同凡響：讓人得着智慧，不再為衣食憂慮；使用金錢，不是囤積金錢；是分享，不是聚斂。但願我們能放開懷抱，欣賞天地間的萬事萬物，頓覺無比豐富滿足！

（原文章刊載於<http://www.truth-monthly.com/issue154/0607mi02.htm>）



只要有衣有食，就當知足。（提前6:8）

枝竹：腐皮的一種，長條狀；粵音與「知足」相同。
牛腩：粵音跟「瀏覽」相似。

夠了嗎？



廣告的威力：製造無窮盡的需要感。

在拿單責備大衛的言辭中（撒下十二7-8），指出了他的問題所在：他並沒有滿足於神所給的一切，或更直接的說，是貪婪。大衛有地位和尊榮（我膏你作以色列的王），有經歷（救你脫離掃羅的手）、有產業（我將你主人的家業賜給你）、有家室（將你主人的妻交在你懷裏），擁有整個國家（又將以色列和猶大家賜給你），更重要的，是他擁有一個真正知道他需要什麼的神（你若還以為不足，我早就加倍地賜給你）！然而，大衛卻任由自己的情慾去追求更多。從來不自問「我夠了嗎」，就會被墮落的慾望牽着鼻子走。假如大衛在情慾衝動時能回想這一切，事情發展或許會不同。

同樣的陷阱也成了亞當、夏娃的網羅。當蛇誘惑夏娃吃分別善惡果樹的時候，夏娃說：「園中樹上的果子，我們可以吃，惟有園當中那棵樹上的果子，神曾說：『你們不可吃，也不可摸，免得你們死。』」（創3:2-3）也許你也看出來，「不可吃」是神說的，「不

可摸」是夏娃加上去的。這話到底有什麼問題？表面上沒有，但她明顯強化了神的禁令。換句話說，魔鬼成功轉移了夏娃的眼目焦點，放在神所不許可的事情上，可是他們卻忘了，神給他們的實際上是整個伊甸園！

我們要小心魔鬼的技倆！只專注於神所沒有給的，卻不數算神已經給的，不但使人不能滿足喜樂，而且時時將我們推到試探之中。專注於配偶的某些缺點，就容易被其他異性的優點所誘惑；不懂得滿足於現在的物質所有，就容易貪圖不正當的金錢來源；無法享受在自己的工作上，一心只想登高位，就容易用詭詐手段去達到目的。

活在現今的時代，這種誘惑更多了，一方面所有的廣告都在傳達一個信息：「你現在的生活不夠好，你還缺少這個」，另一方面網上經常會有信息告訴你中獎了，或給你一個很容易中獎的機會等等，結果很多人就這樣上鉤了。你想，在很多被老千騙錢的案子中，有多少受騙者真的有那些需要？

要避免陷入試探，其中一個重要的原則就是常看自己所有的，而不是看自己所沒有的。常常問自己：「我真的有這個需要嗎？」箴言書作者的禱告應當成為我們的禱告：「我求你兩件事，在我未死之先，不要不賜給我：求你使虛假和謊言遠離我；使我也不貧窮也不富足；賜給我需用的飲食，恐怕我飽足不認你，說：耶和華是誰呢？又恐怕我貧窮就偷竊，以致褻瀆我神的名。」（箴30:7-9）

知足常樂

「敬虔加上知足的心便是大利了；因為我們沒有帶甚麼到世上來，也不能帶甚麼去。只要有衣有食，就當知足。但那些想要發財的人，就陷在迷惑、落在網羅和許多無知有害的私慾裏，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，用許多愁苦把自己刺透了。」（提前6:6-10）

「你們要謹慎自守，免去一切的貪心，因為人的生命不在乎家道豐富。」（路12:15）

已故楊牧谷牧師的著作《廚房哲學》中有一篇文章〈學習平常樂〉，當中談到現代人已漸漸離棄了從平常、自然和質樸的事物中取樂的智慧。雖然佛家鼓勵人去慾去癡，但楊牧師認為慾望是自然的，完全去慾反而違反自然。他提出聖經從來不苛責人的自然慾望，卻鼓勵人要小心保守自己的心，不被邪情和私慾駕御騎劫。媽媽非常喜愛楊牧師這種平衡的觀點。

希望囡囡能維持平衡的生活心態。合理的慾望所產生的期待與興奮其實是種不錯的感覺，但絕不可讓自己淪為渴求物質的奴隸。心靈滿足令人感到好享受、好舒暢，這是媽媽親身的經歷，祝福囡囡也能嘗到這滋味。

豆漿浸鮮枝竹

材料（4人分量）：

無糖鮮豆漿	2杯
鮮枝竹	4兩
鮮冬菇	4隻
蝦米	隨意
清雞湯	適量



做法：

1. 鮮枝竹切段，出水後瀝乾。
2. 鮮冬菇開邊，出水後瀝乾。
3. 清雞湯煲滾，加入鮮枝竹及鮮冬菇煮片刻，熄火浸至入味，瀝乾備用。
4. 無糖鮮豆漿煲滾，加入鮮枝竹、鮮冬菇及蝦米煮片刻，以鹽調味。

2013

全球各地
恩愛夫婦營

澳洲分會(AUSTRALIA)

日期	事工	語言
亞特雷德(Adelaide)		
6月8日-10日	恩愛夫婦營	國
布里斯本(Brisbane)		
5月4日-6日	恩愛夫婦營	粵
5月4日-6日	恩愛夫婦營	國
墨爾本(Melbourne)		
3月5日-7日	教牧夫婦營(PMER)	國
3月9日-11日	夫婦進深營(MER 2)	國
6月8日-10日	恩愛夫婦營	粵
6月8日-10日	恩愛夫婦營	國
珀斯(Perth)		
6月1日-3日	恩愛夫婦營	國
悉尼(Sydney)		
3月30日-4月1日	恩愛夫婦營	國
6月8日-10日	恩愛夫婦營	粵

加拿大分會(CANADA)

日期	事工	語言
亞省(Alberta)		
4月19日-21日	帶領夫婦訓練(LCT)	國
4月26日-28日	恩愛夫婦營	粵
5月10日-12日	恩愛夫婦營	國
多倫多(Toronto)		
4月5日-7日	恩愛夫婦營	粵
4月12日-14日	恩愛夫婦營	國
6月21日-23日	恩愛夫婦營	粵
6月26日-28日	恩愛夫婦營	國
7月12日-14日	夫婦進深營(MER 2)	國

溫哥華(Vancouver)

2月22日-24日	恩愛夫婦營	國
3月1日-3日	恩愛夫婦營	粵
3月29日-31日	帶領夫婦訓練(LCT)	粵
5月31日-6月2日	恩愛夫婦營	國
7月19日-21日	恩愛夫婦營	粵
渥太華/滿地可(Ottawa/Montreal)		
4月26日-28日	恩愛夫婦營	粵
4月26日-28日	恩愛夫婦營	國

香港分會(HONG KONG)

日期	事工	語言
1月5日-6日	基層恩愛夫婦營	粵
3月29日-31日	恩愛夫婦營	粵
4月20日-21日	基層恩愛夫婦營	粵
4月29日-5月1日	帶領夫婦訓練(LCT)	粵
5月17日-19日	恩愛夫婦營	粵
6月15日-16日	基層恩愛夫婦營	粵
6月29日-7月1日	恩愛夫婦營	粵
7月2日-4日	教牧夫婦營(PMER)	粵
7月12日-14日	夫婦進深營(MER 2)	粵

台灣分會(TAIWAN)

日期	事工	語言
新竹/台南(Hsinchu/Tainan)		
1月18日-20日	恩愛夫婦營	國
1月25日-27日	夫婦進深營(MER 2)	國
3月15日-17日	恩愛夫婦營	國
4月19日-21日	恩愛夫婦營	國
5月17日-19日	恩愛夫婦營	國
6月14日-16日	恩愛夫婦營	國
6月28日-30日	夫婦進深營(MER 2)	國

美國分會(USA)

日期	事工	語言
----	----	----

北加州(North California)

2月16日-18日	恩愛夫婦營	國
2月16日-18日	恩愛夫婦營	粵
5月25日-27日	恩愛夫婦營	粵
5月25日-27日	夫婦進深營(MER2)	國
8月23日-25日	夫婦進深營(MER2)	粵

南加州(South California)

5月	恩愛夫婦營	粵
7月5日-7日	恩愛夫婦營	粵
8月31日-9月2日	夫婦進深營(MER2)	粵

洛杉磯(Los Angeles)

2月16日-18日	恩愛夫婦營	國
5月25日-27日	恩愛夫婦營	國

休士頓(Houston)

3月1日-3日	恩愛夫婦營	國
---------	-------	---

夏威夷(Hawaii)

2月16日-18日	夫婦進深營(MER2)	國
-----------	-------------	---

亞特蘭大(Atlanta)

2月22日-24日	恩愛夫婦營	國
-----------	-------	---

波士頓(Boston)

3月1日-3日	恩愛夫婦營	國
---------	-------	---

維吉尼亞(Virginia)

3月15日-17日	恩愛夫婦營	國
-----------	-------	---

北卡羅萊納(North Carolina)

4月12日-14日	恩愛夫婦營	國
4月19日-21日	恩愛夫婦營	國

鳳凰城(Phoenix)

4月26日-28日	恩愛夫婦營	國
-----------	-------	---

新澤西(New Jersey)

5月3日-5日	恩愛夫婦營	國
---------	-------	---

聖地牙哥(San Diego)

5月25日-27日	恩愛夫婦營	國
-----------	-------	---

達拉斯(Dallas)

5月25日-27日	恩愛夫婦營	國
-----------	-------	---

俄亥俄(Ohio)

5月25日-27日	恩愛夫婦營	國
-----------	-------	---

馬里蘭(Maryland)

3月8日-10日	恩愛夫婦營	國
----------	-------	---

英國(UK)

日期	事工	語言
----	----	----

米堅頓(Milton Keynes)

2月22日-24日	恩愛夫婦營	國
10月28日-30日	恩愛夫婦營	粵

馬來西亞(MALAYSIA)

日期	事工	語言
----	----	----

詩巫(Sibu)

5月27日-29日	恩愛夫婦營	國
-----------	-------	---

馬六甲(Malacca)

6月6日-8日	恩愛夫婦營	國
---------	-------	---

哥打京那峇魯(Kota Kinabalu)

6月6日-8日	恩愛夫婦營	國
---------	-------	---

新加坡(SINGAPORE)

日期	事工	語言
----	----	----

4月5日-7日	帶領夫婦訓練(LCT)	國
---------	-------------	---

5月24日-26日	恩愛夫婦營	國
-----------	-------	---

5月24日-26日	恩愛夫婦營	英
-----------	-------	---

阿根廷(ARGENTINA)

日期	事工	語言
----	----	----

布宜諾斯艾利斯(Buenos Aires)

2月4日-6日	恩愛夫婦營	國
---------	-------	---

家新

全球禱告網

2013 年全年代禱事項

「凡敬畏神的人，你們都來聽！我要述說祂為我所行的事。我曾用口求告祂；我的舌頭也稱祂為高。我若心裡注重罪孽，主必不聽。但神實在聽見了；祂側耳聽了我禱告的聲音。神是應當稱頌的！祂並沒有推卻我的禱告。也沒有叫祂的慈愛離開我。」(詩66:16-20)

沒有禱告，沒有工人！沒有工人，沒有事工！

禱告是爭戰得勝的唯一途徑！

禱告是我們與神親密靈交的天線，

禱告也是聖靈連結全球「家新人」跨越時空的網絡！

禱告更是「家新」通天向神，

連接無窮能力與不竭豐富源頭的生命線！

1 感謝主！第八屆全球家新同工大會已順利圓滿結束，同時也為家新揭開了新一頁的序幕，確立以「建立生命品格活像基督的家新人」為家新的異象，朝向共同的目標「一靈、一體、一家」(One Spirit, One Body, One Family)的家新精神。如此我們就要意念相同，愛心相同，有一樣的心思，有一樣的意念，使上帝的喜樂可以滿足。(腓2:2)

2 至2012年底全球已經訓練過815對恩愛夫婦營帶領夫婦，目前仍然積極投入者，約210對「檢定合格帶領夫婦」及「實習帶領夫婦」；請為他們及跟進小組長守望禱告。為他們個人與主的關係、夫妻的同心、家人的平安代禱。也求神加能加力，賜福及使用他們。也求主呼召及裝備更多願意委身的帶領夫婦同工，祝福全球華人婚姻家庭。

3 請為「基層恩愛夫婦營」在全球不同國家的推展代禱，特別記念已開始發展的地區及已受訓的帶領夫婦，求神繼續保守及祝福更多的基層家庭。也求主呼召及裝備願意投身服侍基層的夫婦，同心協力祝福基層的婚姻家庭。

4 請為「夫婦進深營」(MER2)的事工及帶領夫婦們代禱，好叫他們能把參加營會的夫婦帶進神的能力與同在裏面，以致生命被更新，可以有有力的持續相愛與饒恕。也請為開始系統的MER2之“帶領夫婦訓練課程”禱告，盼望能加快培訓“夫婦進深營”之帶領夫婦。

5 請為持續修訂及測試「幸福婚姻之旅」——非信徒恩愛夫婦營及英語恩愛夫婦營禱告。求主祝福這兩項新的課程能順利完成，並且推廣，以便進入社區服侍更多有需要而未信主的家庭，以及造福全球講英語的華人婚姻與家庭。

6 請為建立帶領夫婦及跟進小組資料庫，及提供支持訓練課程等代禱。求神使用這些支援系統，幫助同工們能夠更加清晰掌握課程內容及精髓，服侍更有效率，建造、提升帶領夫婦們的生命品格。

7 謝謝全球家新人踴躍為家新園捐獻，國際家新董事會預計在2013年第一季將土地買下，再經過六至八個月的建築執照申請等手續及流程，預計在2013年第四季開始建造。若一切順利，我們預計在2014年下半年建造完成。請繼續為家新園的建築設施費3000萬港幣代禱與捐獻。

8 我們的計劃是家新訓練學院將以家新園為基地，開展有家新特色的婚姻、家庭事工及工人的培訓，同時也兼顧家庭事工工人，全人生命品格的造就。在家新園尚未建造完成前，國際家新已着手找尋合神心意的人選來負責開拓家新訓練學院。求神預備這位學院院長，最早能在2013年下半年或最遲在2014年前半年能到任。

9 「家齊社會服務中心」將向國內教會及社會推廣夫婦營，預計在2013年能舉辦15-20次營會。目前正物色一位全職同工以及一位全職的行政專員來發展國內的「家齊」事工，盼望在2013年下半年能到任。

10 請為邱清泰會長和竹君師母懇切代禱，求神賜給邱會長及竹君師母身、心、靈額外的恩典和力量。特別為竹君師母的情況守望，竹君去年9月底經腦神經外科醫生診斷之後，發現腦瘤擴散了。因為年事已高，藥物也無法遏止，所以當面宣佈停止任何醫療行動。最近她的精神體力也下降，思想說話也迷糊不清，請繼續為竹君與腦瘤的爭戰禱告，求主施恩保守她早日回復正常的精神體力。

新加坡 世界各地聯絡處

國際家新 (總部)

會長：邱清泰
Dr. Chiu, Peter
外務處副會長：游國祥
Mr. Yu, David
直接事工處副會長：林明樞
Mr. Lin, Michael
內務處副會長：鍾漢坤
Mr. Cheng, H. K.
內務處助理副會長：何景昕
Mr. Ho, Kenneth
外務處助理副會長：鄭李美好
Mrs. Cheng, Mona
國際基層事工部：羅國雄
Mr. Law, Basic

國際家新香港聯絡處

Tel: (852) 2453-3001
Fax: (852) 3013-8947
E-mail: hq@cffc.org
Website: www.cffc.org

澳洲家新

會長：蔡榮興
Mr. Choi, Wing Hing
總幹事：陳偉雄
Mr. Chan, Jackie
Tel: (612) 9715-6923
Fax: (612) 9715-6924
E-mail: info@mffc.org.au
Website: www.mffc.org.au

香港家新

會長：黃子建
Mr. Wong, Francis
幹事：劉羅瑞儀
Mrs. Lau, Karen
王醒材
Mr. Wong, Sing Choi
Tel: (852) 2420-5116, 2420-5316
Fax: (852) 2420-3591
E-mail: cffc@cffc.org.hk
Website: www.cffc.org.hk

台灣家新

理事長：楊潮瑞
Mr. Yang, Chao Ray
執行長：陳證安
Mr. Chen, Anderson
Tel: (886) 07-522-3009
Fax: (886) 07-522-7367
E-mail: cffctai@ms67.hinet.net
Website: www.cffc.org.tw

中國北京事工協調小組

聯絡人：張友均
Mr. Cheung, Dominique
Tel: (86) 13051303667
E-mail: cffcbj@yahoo.com

新加坡事工協調小組

聯絡人：李科福
Dr. Lee, Alex K. H.
Tel: (65) 6419-1539
Cell: (65) 9843-9160
Fax: (65) 6234-4367
E-mail: alexlee@cimne-sgp.com

東馬來西亞事工協調小組

聯絡人：劉邦耀
Mr. Lau, James
Tel: (6084) 336362
Cell: (6013) 8028222
E-mail: jvnjyeu@gmail.com
Website: www.mycffc.byethost2.com

英國事工協調小組

聯絡人：陳廣材
Mr. Chan, Kwong Choy
Tel: (44) 20-8684-3280
E-mail: cffc.org.uk@googlemail.com
Website: www.cffc.org.uk

北歐事工協調小組

聯絡人：鄭日耀
Mr. Cheng, Yat Yiu
Tel/Fax: (47) 2223-7192
E-mail: yatyiucheng@dinner.no

阿根廷事工協調小組

聯絡人：柯善士
Mr. Ko, Tony
Tel: (54) 11-4522-5466
Fax: (54) 11-4523-6068
E-mail: tonyko@cika.com

巴拉圭事工籌備小組

聯絡人：趙邦約
Mr. Chao, Pang Yueh
Tel: (55) 45-30282810
Cell: (55) 45-91152700
E-mail: harden-chao@hotmail.com

智利事工籌備小組

聯絡人：朱原良
Mr. Chu, Luis
Tel: (56) 2-5820990
Cell: (56) 08-82635918
E-mail: luischu@crownaluminio.cl

美國家新

總幹事：郝偉業
Mr. Hao, Wei
Tel: (626) 337-7200
Fax: (626) 337-7233
E-mail: info@cffcusa.org
Website: www.cffcusa.org

洛杉磯事工協調小組

聯絡人：官明正
Mr. Kung, Peter
Tel: (909) 594-8687
E-mail: losangeles@cffcusa.org

北加州國語事工協調小組

聯絡人：林國裕
Mr. Lin, Kuo-Yu
Tel: (408) 253-4027
Cell: (408) 568-2452
E-mail: nca.mmer@cffcusa.org

北加州粵語事工協調小組

聯絡人：張朝樑
Mr. Cheung, Tyvis
Tel: (408) 249-3528
E-mail: nca.cmer@cffcusa.org

聖地牙哥事工協調小組

聯絡人：章其雨
Mr. Chang, Chi-Yu
Tel: (858) 451-6808
Cell: (619) 307-1255
E-mail: sandiego@cffcusa.org

芝加哥事工協調小組

聯絡人：盧興懷
Mr. Lo, Hing
Tel: (630) 968-4330
E-mail: chicago@cffcusa.org

底特律事工協調小組

聯絡人：趙秉剛
Mr. Chao, Ping-Kang
Tel: (248) 489-4199
E-mail: detroit@cffcusa.org

休士頓事工協調小組

聯絡人：黃瀛洲
Mr. Hwang, Joe
Tel: (281) 565-8918
E-mail: houston@cffcusa.org

加拿大家新

總幹事：陸錫聰
Mr. Luk, Tony
Tel: (604) 875-0203
Fax: (604) 875-0221
E-mail: tonyluk@cffc.ca
Website: www.cffc.ca

加拿大分會辦公室/ 溫哥華事工

辦公室主任：譚祖耀
Mr. Tam, Paul
西岸粵語事工主任：蕭樹德
Mr. Siu, Duncan
Tel: (604) 875-0203
Fax: (604) 875-0221
Email: canada@cffc.ca

多倫多家新辦公室

東岸國語事工主任：劉紅
Mr. Liu, Leon
多倫多辦公室主任/
東岸粵語事工副主任：馮俊賢
Mr. Feng, John
Tel: (647) 298-7376
Fax: (604) 875-0221
E-mail: toronto@cffc.ca

愛民頓事工協調小組

聯絡人：杜家源
Mr. Doo, Ivan
Tel: (780) 904-6562
E-mail: edmonton@cffc.ca

卡加里事工協調小組

聯絡人：吳旭鴻
Mr. Ngo, Emmanuel
Tel: (403) 730-8216
Fax: (403) 250-7369
E-mail: calgary@cffc.ca

渥太華事工協調小組

聯絡人：陳國樑
Mr. Chan, Simon
Tel: (613) 739-5615
E-mail: ottawa@cffc.ca

滿地可事工協調小組

聯絡人：郭立國
Mr. Quach, Denh Koac
Tel: (450) 465-0088
E-mail: montreal@cffc.ca

溫尼辟事工協調小組

聯絡人：梁敏
Mrs. Wei, Angela
Tel: (204) 793-1045
E-mail: winnipeg@cffc.ca

國際家新董事會 (2012)

主席：邱清泰
董事：龍紹榮 游國祥
劉鴻彬 詹德思

國際家新國際諮詢委員會成員

王永信 王懷恩 吳克定 林治平
祁少麟 周永健 蔡元雲 蘇慈安
羅德麟 (按姓名筆劃排列)



出版：

國際家庭更新協會

Chinese Family for Christ International

No. 604, 6/F, Join In Hang Sing Centre

2-16 Kwai Fung Crescent

Kwai Chung, N.T. Hong Kong

Tel : (852) 2453-3001

Fax : (852) 3013-8947

E-mail : hq@cffc.org

Website : www.cffc.org

國際家新美國聯絡處

Chinese Family for Christ International

P.O. Box 610301, San Jose

CA 95161-0301 USA

會長：邱清泰博士

編輯委員：邱清泰 龐陳麗娟

何景昕 胡嘉麗

設計：張潔恩

多媒體同工：張志忠

PRINTED IN CHINA

香港近年怨氣頗重，高通脹，樓價高，貧窮問題愈趨嚴重，基層甚至中產也感受生活壓力愈來愈大，早前有大學調查報告香港市民的快樂指數也比往年低。市民對政府的期望不盡相同，卻殊途同歸，就是盼望生活可以幸福快樂。

既然社會氛圍我們改變不了，那麼最簡單可以作的便是從自己開始，改變思想態度。甘迺迪（John F. Kennedy）總統曾說過：「不要問國家可以為你做什麼，你應該問自己可以為國家做什麼」“Ask not what your country can do for you --ask what you can do for your country.” 求主幫助我們能擁有哈巴谷的心態：「雖然無花果樹不發旺，葡萄樹不結果，橄欖樹也不效力，田地不出糧食，圈中絕了羊，棚內也沒有牛；然而，我要因耶和華歡欣，因救我的神喜樂。」（哈巴谷書3章17節）

新的一年，讓我們有一個更新的開始。

本刊為定期免費贈閱刊物，如訂閱或更改地址，可電郵至info@cffc.org。印刷及郵費成本為\$1美元，均來自家新之友的愛心奉獻，讀者如有奉獻回應，可使用隨刊附上的奉獻封，感謝您們支持參與！

本刊所有文章、照片及插圖均保留版權。未經本刊書面許可，不得以任何形式轉載及翻印。

本刊文章由作者自負文責，其立論未必與本機構及本刊一致。



facebook



 www.cffc.org