

2013
10

OCTOBER

信友通訊

中華基督教長老會信友堂

Hsin-Yi Friendship Presbyterian Church

www.hfpchurch.org.tw



耑年，樂活！

信·友·默·想

講員：謝榮生牧師

只是我先前以為與我有益的，
我現在因基督都當作有損的。
不但如此，我也將萬事當作有損的，

腓三 7-8a

因我以認識我主基督耶穌為至寶。
我為他已經丟棄萬事，看作糞土，
為要得著基督；

腓三 8b

並且得以在他裡面，不是有自己因律法而得的義，
乃是有信基督的義，就是因信神而來的義，

腓三 9

使我認識基督，曉得他復活的大能，
並且曉得和他一同受苦，效法他的死，
或者我也得以從死裡復活。

腓三 10-11

這不是說我已經得著了，已經完全了；
我乃是竭力追求，或者可以得著基督耶穌所以得著我的。

腓三 12

我只有一件事，
就是忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑，
要得神在基督耶穌裡從上面召我來得的獎賞。

腓三 13-14



信友通訊 · 主後2013年10月出刊 · 目錄

《信友通訊》主後一九六五年八月創刊，至一九七一年八月；停刊五年四個月。一九七七年一月復刊，至一九八〇年六月；停刊半年。一九八一年一月復刊迄今。

主任牧師／謝榮生 · 發行人／何玉峯 · 發行所／中華基督教長老會信友堂
地址／台北市大安區106羅斯福路三段269巷5號 · 電話／(02) 23631035
傳真／(02) 23633343 · 網址／www.hfpchurch.org.tw
行政院新聞局登記證局版台誌第9560號 · 中華郵政北字第4299號執照登記為雜誌交寄
版權所有 · 請予尊重

【封面裡】**默想** / 謝榮生

02

· 牧者的話 ·

靠基督多得安慰 / 葛迺駿

04

· 教會消息 ·

教會事工、各級團契消息與代禱 / 編輯室

10

· 講台信息 ·

標竿人生 / 謝榮生

22

· 專題 · 耑年 · 樂活！

選擇住進養生村——專訪鄭義波爺爺 / 陳康怡

老人社會福利資源介紹 / 徐國強

到如今 / 柯李清麗

靠主恩典勇敢向前行 / 古柯素琴

我有了一個很棒的信仰 / 潘錫泉

43

· 信友園地 ·

深陷神的愛網中 / 劉智敏

耑年團契春季一日遊 / 毛瑪麗

【封底裡】**耑年團契春季一日遊** / 編輯室

2013嗎哪團契台東加拿短宣

【封底】 / 康來昌 摘錄



靠基督多得安慰

／葛迺駿

九月中因為嚴重腸粘連住院十幾天，生平第一次在醫院度過颱風夜。因為插入的鼻胃管不斷地摩擦咽喉與胃部，終日持續性地想要嘔吐，加上不定時絞痛的肚腹，導致到深夜都無法安然入眠。不眠的我索性拉著點滴架，下床緩步走至空橋，從十五樓看著暗夜的落地窗外，凱達格蘭德大道上的風強雨狂；對照感覺自己翻騰的胃部，看著黝黑的膽汁不斷從鼻胃管中排出。此時唯一能夠平息不適的身心、伴隨不住流出淚水的安慰，是從耳機中重複播放，長輩轉寄的阿們頌而來；是回憶颱風夜突訪的契友，交心的促膝長談而來；是感受熱心按摩我肚腹、腳底的教會肢體的餘溫而來。他們沒有人放棄禱告，神也沒有放棄聽禱告，我更無法停止禱告，只能忍著痛與不適，不斷在心中呼喊：「求主憐憫醫治！」。

湊巧嗎？也是生平第一次在醫院度過中秋節，環境就如同平常日，一樣的空曠、一樣的亮白、一樣的安靜，病房中沒有一絲過節的氣氛，只有從樓層另一邊的交誼室的電視新聞中，才被提醒病房中也過中秋節。突然在早上10點過後，病房內意外湧入好幾批，教會的探訪肢體，而且每組探訪者都不約而同地計劃連看兩、三個病患，這才知道有那麼多肢體的親友住院，我的病房馬上成為情報交換

中心，誰在第幾棟幾樓，誰的岳父在哪號病房，誰現正在手術，誰的誰現在加護中…，病房內的中秋節，雖然看不見傳統應景的月餅，但是安素、雞精、水果…，持續在眼前流轉，心中頓時更正之前的看法，誰說病房中沒有一絲過節的氣氛？病房中有其特殊過節方式，而且過節的氣氛，比外面濕冷的台北城，溫暖且濃烈得久久無法散去呢！

「葛牧師，之前是你來看我，沒想到吧！今天換成我來看你。」一位姊妹熟悉的面孔，在我半睡半醒時之際，出現在我眼前。但我疼痛不舒服的身體，無法支持太久的談話，旋即又昏昏睡去，睡夢中依稀見到主耶穌的臉，隨即又好像變成這位姊妹的臉，我分不清楚了。病後出院，留在記憶中的一段話是：「我們在一切患難中，他就安慰我們，叫我們能用神所賜的安慰去安慰那遭各樣患難的人。我們既多受基督的苦楚，就靠基督多得安慰。」

有一種人，在颱風夜帶來平靜，平息體內窗外翻騰的風雨；

有一種人，為白冷的病房內，注入暖暖的節氣；

有一種人，將基督的安慰，帶給患難者。

有一種人，彼此互稱為教會肢體。



· 崇拜事工部 ·

- △ 9/29（日）舉行成人洗禮，由謝榮生牧師主禮。
- △ 10/19（六）晚上7:00-8:30「曼谷·台北心聯心」音樂佈道會，由本堂詩班與來訪的曼谷教會聯合詩班共同獻詩，約13個中英文曲目，頌讚神的榮耀並以詩歌傳福音，歡迎邀請親友進教會聆賞。
- △ 10/26（六）下午1:30-3:00「主，我高舉祢聖名」五堂聯合讚美會，由本堂主辦，計有本部五堂會、七個詩班，近200位成人及兒童詩班員將聯合獻詩，約14個曲目，並於會後分組茶會跨堂交流，齊為聖樂事奉互勉，生命與主與肢體連結合式。也歡迎邀請親友前來聆賞。

· 宣教事工部 ·

- △ 九月青年團契朱甲丰姊妹前往日本進行為期一年之跨文化宣教學習體驗。
- △ 9/5（四）晚上7:30-9:30宣教團契在四樓副堂舉行，由愛臨宣教師分享信息「我和上帝的冒險故事」，共有43人參加。
- △ 9/7、14、21、28宣教團契等共7人，前往內壢泰語教會平安之家，配搭中文班教學服事。
- △ 9/7、21宣教團契共9人，前往保羅事工參與教會——基隆新城教會，配搭週六下午的兒童主日學。
- △ 9/18、22宣教團契等共7人，前往桃園印尼活水教會，配搭青少年品格課程及兒童主日學服事。

- △ 9/21宣教團契共5人，前往桃園高邊教會，配搭週六國小聖經／品格及課輔事奉。
- △ 9/21宣教團契胡耀明弟兄，前往保羅事工——台中大雅上楓教會，配搭青少年團契主講「陪伴／與喜樂的人同樂；與憂傷的人同哭」專題。
- △ 9/27-29信友團契由楊文徵姊妹領隊共8人，前往東勢基督的教會，配搭第二梯次青少年事工。

· 牧養事工部 ·

- △ 九月份週三禱告會主題「願祢的國降臨」，第一週為宣教同工禱告，第二暨第四週為宣教師禱告，第三週為學生團契部禱告。
- △ 9/26（四）晚上7:30-8:30在二樓大堂舉行「木新分堂」植堂禱告會，約有六十多位弟兄姊妹參加。
- △ 葡萄小組於九月陸續開始為期16週的聚會，5個小組共服事34位弟兄姊妹。
- △ 八月份週五受探訪者42人次，探訪同工56人次；週六受探訪者5人次，探訪同工5人次。

· 耑年團契部 ·

- △ 拿俄米團契陶德群姊妹與陳慧芳姊妹分別於七月和八月移居北美，求主繼續恩待她們。
- △ 為一小群弟兄姊妹委身在耑年團契服事長者感謝神！他們的擺上求主加倍賜福。

· 家庭團契部 ·

■ 恩典團契

- △ 8/10小組時間，在組員家聚會，不只用餐互動，還有敬拜以及主日信息或經文分享。
- △ 8/17康牧師帶領預查哥林多前書第八章，同工及契友自由參加。牧師提醒：知識是叫人自高自大，唯有愛心能造就人。牧師用祭偶像之物的例子解釋經文。
- △ 8/31陳民本長老及葛洛斯（CROSS）證券投資顧問公司董事長林榮恩弟兄專題分享「從啟示錄看現代金融」。

■ 雅斤團契

- △ 感謝神，今年第三季的基要信仰密集班超過30位弟兄姊妹參加，其中有肢體陪伴長輩或介紹朋友來參加。有一位姊妹介紹她的朋友來參加，課程結束後，她分享：「感謝神讓我明白，我曾經找了十幾年卻一直找不到的『生命力』該在哪裡才找得到。」同時，她感恩地說：「我決定要受洗，敬虔祈求主耶穌帶領我成為天父的兒女。」

■ 活水團契

- △ 活水團契平均出席人數91人。
- △ 8/10小組查經，嘉靜領會，查考腓立比書一章1-11節。
- △ 8/17各小組讀書討論。
- △ 8/24生命見證分享。紀宏長老分享個人生命見證，內容感人，激勵人心。
- △ 8/31小組時間。5個小組各有郊遊活動、愛宴、分享，參與熱烈。

■ 伉儷團契

- △ 九月份大聚會邀請龔天行長老分享「基督徒得勝的生命」，會中天行長老挑戰弟兄姊妹內心對得勝的意義是否受屬世價值的影響，進而帶出撒旦試探基督徒的各種模式，最後以基督得勝的榜樣期許弟兄姊妹跟隨基督腳蹤行。
- △ 為伉儷核心同工籌劃明年度聚會內容禱告。願主居首位，引領同工邁步向前。

■ 婦女查經團契

- △ 9/10希伯來書綜覽
- △ 9/17第一課（希伯來書第一章）
- △ 9/24第二課（希伯來書第二章）
- △ 10/1第三課（希伯來書第三章）
- △ 10/8第四課（希伯來書第四章）

· 社青團契部 ·

■ 加榮團契

- △ 9/7退修會，主題：宣教。講員：潘蘭馨傳道。
- △ 9/21連假暫停聚會
- △ 9/28《勝在有祿》第八課

■ 嗎哪團契

- △ 感謝主，8/29（四）晚上團契愛宴有129位弟兄姊妹和福音朋友報名參加。
- △ 10/18-20嗎哪大肚短宣隊員名單確定：倪宏坤、黃懿芳、余玉華、劉智敏，加上領隊陳端恩共5人，8/29開始

首次行前聚集，9/15主日邀請嚴國美傳道訓練隊員及有心裝備的契友學習「如何帶領小組查經」。

△ 週二讀書會本月閱讀進度《與病患者同行－給關顧者屬靈指引》。

■ 香柏樹團契

△ 十月份配搭雅斤團契台東短宣，隊員名單確定為：蘇堯銘輔導、傅其超、洪嘉均、鄒媛敏、林怡伶、陳素份，9/8起開始連續6次的集訓。

■ 信友團契

△ 9/27-29第二梯次東勢短宣，由潘蘭馨傳道擔任輔導，楊文徵姊妹領隊，另有2位弟兄及4位姊妹參與。

· 學生團契部 ·

■ 青年團契

△ 8/30-9/1全團契退修會順利結束。116位弟兄姊妹同享主裡的恩典和愛，有很多美好的分享、交通，和學習。盼望所培養出來的凝聚力能夠讓弟兄姊妹在開學之後更多委身在團契當中，建立起良好的聚會生活。

△ 青契主日學正在推動「人人門訓」運動，邀約每一位契友按照需要參加基要真理班或門訓一、二、三課程。

△ 9/13（五）是大迎新活動，邀約不常來聚會的老朋友及弟兄姊妹的同學來共享福音盛宴。

■ 青少團契

△ 小六升國一的學生們正式加入青少，求神保守他們升級後的適應與融入，以及和哥哥姊姊們建立好的肢體關

係，一同敬拜、服事神。

△ 為高三升大一的學生們禱告，求神保守他們適應大學生活，並且依然有穩定的聚會與團契生活，信仰更扎根，和神有更堅固的關係。

△ 9/7舉行青少「傳承與迎新」聚會。

· 兒童團契部 ·

△ 下半年師資訓練正逢教師節9/28（六），兒童部邀請所有老師、助教、幼契輔導至宜蘭頭城農場「藏酒酒莊」一日遊，講員為謝榮生牧師。

△ 九月開始召開各班的班級會議，推動導師制及學生資料卡的使用，讓老師們更清楚小朋友的成長情況並適時給予幫助。

△ 開始籌畫12/21（六）兒童聖誕夜的各项事前工作，以及到學校作聖誕節活動的企畫案，請代禱。 ■■

標竿人生

不斷地脫去舊人，穿上新人，
不斷活出愈來愈像主耶穌，
這就是我們生命的標竿。

／謝榮生

有一本書叫做《標竿人生》，對全世界基督徒帶來很大的幫助，作者是加州馬鞍峰教會的華理克牧師。它幫助我們透過四十天的主題，清楚神賜給我們生命的標竿，了解神在我們身上的心意。

耶穌的使命

耶穌基督道成肉身來到世界，祂的使命就是完成神的救贖恩典。祂清楚祂來的目的，祂在地上三年半的事奉，說話、做事，無不回應神在祂身上的旨意。

耶穌的門徒，包括保羅在內，跟隨、效法耶穌，當聖靈降臨以後，門徒得著屬天的能力，除了猶大以外，門徒們都非常清楚神賜給他們的標竿，以致全然奉獻自己在神手裡，盡心愛主、服事主。

保羅生命的目標

保羅在哥林多前書形容他的人生，他的生命是要得著不能壞的冠冕，他的生活不像奔跑無定向的，鬥拳不像打空氣的。為要得生命的冠冕，每一步都朝向神為他勾勒的目標和方向。自從被聖靈光照以後，他整個生命翻轉過來，奉獻在神手裡，每天向著標竿前進。

我們需要審視自己，神賜下的生命標竿是什麼？當我們不認識神，沒有永恆的目標，生命沒有意義，沒有盼望，一切就無關緊要，就是吃喝快樂等死！

反過來說，神救贖我們，我們認識信靠耶穌，生命就不一樣了。有了永恆的目標，有神賦予的生命，滿有平安喜樂。生命的標竿是什麼？取決於你是否認識這位生命的主。

保羅事奉主多年，為主受許多的苦，如果他不清楚生命的標竿，不可能會為了看不見的主付上生命的代價。保羅雖然為主受苦，但沒有因此驕傲，仍然謙卑而且正確地看待自己。我們常把自己看得過高，有時候又把自己看得太低；要把自己看得準確，需要對神有準確的認識。

得神的獎賞

12節保羅說：「這不是說，我已經得著了，已經完全了。」保羅一生追尋，往標竿邁進，努力要得神的獎賞。12節最後寫的是「**所以得著我的**」，可是注意看那小字是「**所要我得的**」。

大字跟小字的翻譯好像相反，大字說「神要得著我的」，小字是「神要我得著的」，得什麼？14節：「要得神在基督耶穌裡從上面召我來得的獎賞。」神的心意讓我們得什麼？從上下文多看幾節，似乎保羅在告訴我們，神要我們得的是「神的完全」。

神的完全

神要我們得的不只是身體健康、日常需要豐富供應，神要我們得的是祂的完全。保羅知道他追求神的完全還在過程當中，以致他很謙卑地說他還不完全、還在追尋，還

在等候上帝的完全。

什麼是「完全」？往前看第9、10節，保羅說了三件事，雖然我們不是猶太人，但是我們想一想，這三件事情如何應用在我們生命當中？



我們常把自己看得過高，有時候又把自己看得太低；要把自己看得準確，需要對神有準確的認識。

第一，保羅說他要「丟棄萬事，為要得著基督」。有些事情本身很好，但可能會攔阻你認識基督。第二件，保羅說他不再追求律法的義，而是因信而被神稱義。他過去一直活在律法的框架裡，靠自己努力去成全律法所要求的義。第三，他要曉得基督復活的大能，並且和主一同受苦，效法主的死，也經歷與主一同復活。

追求生命的標竿

這三樣應用在我們生活上，基督徒的生命要活得愈來愈像耶穌，是保羅生命的標竿，他向著標竿直跑，為要得著神的獎賞。他勉勵弟兄姊妹跟他一樣，竭力追求神的獎賞。

可是「立志為善由得我，只是行出來由不得我。」（羅七18）我們會受到引誘、試探，保羅說：「若在什麼事上存別樣的心，神也必以此指示你們。」（腓三15）當我們錯失生命的方向，求神幫助我們回到生命標竿的路途中。

《胖子尋寶》

大家看過《天路歷程》嗎？這本書傳達我們天路客在往天城邁進，為要得著天城獎賞。這個過程當中，會遇到很多挫折、挑戰、試探、攔阻。

你有沒有讀過陳偉仁長老寫的《胖子尋寶》？這是偉仁長老在幼年團契跟孩子們分享，他用自己的生命經歷，以童話的方式分享的故事，後來他把內容集結出了這本書。

故事的主角叫阿忠，他被村子裡的人以及村長賦予使命要去尋寶。村長有一張藏寶圖，他把藏寶圖分別給了幾個兒子，讓老大先去尋寶，結果老大去了好多年都不回來，村長又叫二兒子去，還是沒有回來，叫三兒子、四兒子去，四個兒子都去尋寶，結果都沒有回來，最後只好找阿忠去。

阿忠的四個挑戰

阿忠年輕、強壯、有膽識，可是一出發就遇到很多挑戰。阿忠遇到的第一個挑戰是「電視村」，他沒有看過電視，到電視村以後發現，哇！原來電視這麼好看！不只好看，還可以整天看，不只整天看，還有一兩百台可以換著看，最後都不知道要看哪一台。阿忠被五光十色的電視節目所迷惑，以致他忘記了他原來是要去尋找寶藏。

離開電視村後，阿忠又到了「比賽村」。年輕氣盛的人，情緒很容易就被激發起來，他參加各樣的比賽，好強、爭勝成為阿忠另一個試探，他什麼都要得第一，什麼都要得勝。阿忠又忘記了原來他有更重要的使命。

迷惑了生命的方向

後來阿忠到了「美食村」，從來沒有吃過這麼好吃的食物，而且想吃什麼就有什麼。阿忠原本體格很健美，結果因為吃太多，沒有節制，就愈來愈胖。他被美食迷惑，失去原本更重要的使命。

最後到了「美酒村」，他被美酒吸引、綑綁。阿忠難道不知道村民賦予他的重要使命是去尋寶，並且把村長的兒子找回來？阿忠知道。可是在尋寶過程中有太多事情引誘他迷惑了生命的方向。

陳偉仁長老的小名就叫阿忠，他用「阿忠」來表達自己屬靈生命追求的一些見證。這個故事雖然是寓言，但是很真實地傳達了我們在天路之中會遇到的挑戰，甚或很多「好的事情」會成為我們的捆鎖，讓你迷惑了人生的意義跟方向。



在天路之中會遇到的挑戰，甚或很多「好的事情」會成為我們的捆鎖，讓你迷惑了人生的意義跟方向。

專注的特質

我們辦公室一年有一次郊遊，跟家屬幾十個人出去。好幾次郊遊裡，我觀察到康牧師有一個特質，你也可以說是個性，但我覺得這是他從小被聖經的真理薰陶，慢慢養成的一種生命特質——康牧師有專注、專一的特質。

我們一群人出去玩，會約好幾點鐘要從這個地方到另一個景點；然後幾點鐘回來，大家再集合。可是三五成

群，邊走邊聊，聊得起勁就忘記原來要去的地方。看見美麗的瀑布，大家鞋一脫就開始玩水；看到漂亮的森林，就坐在樹下聊了起來；看到美麗的風景，就三五招聚趕快照相。雖然過程也很重要，但是忘記了原來我們要到的目的地。

康牧師不帶手機和相機，不會為了照相花時間。他心裡就是想，我們說好要從甲地到乙地，就一個人走很快，遠的話他就跑步。然後，我們會說：「咦？康牧師呢？」當我們在找康牧師的時候，他已經回來了，他到達目的地又回來了！對我們很多人而言，享受過程很重要，能不能到達目的地不重要，過程才美，對不對？

可是弟兄姊妹，如果這是我們直奔標竿，生命追求的一個過程；過程固然重要，但是如果達不到目的地，一切都是白費。

康牧師清楚目的地在哪裡，固然在過程中有美好的事物，或許佇足欣賞一下「喔！這個瀑布真漂亮！」但是他不留戀在那個瀑布，而繼續前進。我覺得這個特質需要在我們生活中經常操練，免得我們把生命過程當中美好的事物，當成了生命的標竿。

忘記背後

保羅知道我們會落在軟弱裡面，他求聖靈幫助我們，繼續向生命的標竿前進，得著神的獎賞。他的提醒我今天只提兩個重點，第一就是要努力面前，向著標竿直跑。你必須忘記背後，忘記什麼？第7節說「先前有益的」，很

多事情於我們有益，但你需要學習忘記、放下。第8節說，那一切攔阻我們「認識主基督耶穌為至寶的」，你要忘記、放下。



我們直奔標竿，生命追求的一個過程；過程固然重要，但是如果達不到目的地，一切都是白費。

保羅是猶太人，他清楚猶太人有很多以為美好、所標榜的事情，但是這些事情卻攔阻保羅認識基督。第一，他說他第八天受割禮。割禮對猶太人太重要了，那是被神揀選的記號。神藉著割禮跟猶太人立約。猶太人以割禮為傲，因為他們是神的選民。第二，保羅的父母都是希伯來人，是血統純正的便雅憫支派。當時有很多所謂的猶太人其實血統已經不純正了，甚至有外邦人歸信猶太教，也可以成為猶太人。保羅說，我是道地的猶太人，父母都是猶太人，這是保羅自以為傲的。第三，保羅在信仰上完全遵守律法的要求，無可指摘。這不簡單！如果今天信友堂對於信仰生活有三百條規定，就會讓我們的生活無法喘息。可是你知道在猶太人的律法當中有多少規定、多少要求嗎？

忘記、放下、丟棄

以律法的義來說，保羅是無可指摘的。過去都是好的，現在卻成為追求神的義當中是有損的，這些都要成為糞土，都要忘記，都要成為過去。

很多正面的事、好的事會攔阻你；同樣的，很多負面的、傷害的事，同樣也攔阻你認識基督為生命的至寶。這

些都要忘記，不要讓這些事成為我們的網羅，影響我們繼續向著標竿直跑。

向著標竿直跑，保羅的意思，其實是要表達：**你一定要勉強你自己追著標竿而行**。這句話的背後有很多的軟弱，你要求神幫助你，隨時勉強你自己，向著標竿直行，不要放棄神要你得的，不要失去在基督裡你生命的標竿。

你需要肢體

我們都是天路客，都要得著神的獎賞，但是有太多引誘會讓我們失去生命的標竿。你需要肢體的扶持、提醒。一個人走天路是孤單的，求主帶領你來到教會，讓弟兄姊妹成為你同奔天路的扶持和同伴。

保羅在18節告訴我們，教會有兩種人，一種人效法保羅，直奔標竿。另一種人保羅形容他們是「十字架的仇敵」。這兩種人你從生活型態就可以看出，他是走上十字架的人，還是十字架的仇敵？

十字架的仇敵

在19節，保羅說十字架的仇敵有三種特質。第一是「他們的神就是自己的肚腹」，這樣的人自我放縱，體貼肉體，凡事都是「我，我，我」。當你聽到一個人他的言語是「我，我，我」，我們需要流淚為他禱告。

保羅說他流淚地告訴我們，而我們也需要流淚為這樣的人禱告。我們是否也常常「我，我，我」？是否也在事奉中以「我」為出發來思考？求主幫助我們看見自己有什麼

麼體貼肉體、攔阻我們直奔標竿的事情。

以自己的羞辱為榮耀

「十字架的仇敵」第二個特質就是「以自己的羞辱

為榮耀」，羞辱怎麼會成為榮耀？這是顛倒道德標準的，羞辱不可能成為榮耀。這是對真理的踐踏，對生命的蹂躪，價值觀的扭曲，屬靈上嚴重的風暴。

本來應該隱藏羞辱的事情，今天卻可以公開談論、高舉，甚至去爭取。說謊、偷竊、懶惰是罪，驕傲、自私是罪，聖經也強調同性戀是罪，當我們落在這樣光景裡面，都需要認罪悔改。

求上帝給我們憐憫的心腸

弟兄姊妹最近可能也在關心鬧得沸沸揚揚，甚至要在立法院討論修法，就是同性婚姻、多元成家方案的立法。很多弟兄姊妹對這樣的事情採取堅決反對的立場，透過各樣的方式來表達反對，甚至去聯署。

教會當然是站在聖經立場，不贊成同性婚姻與多元成家方案，我們高舉的婚姻是一男一女。把「一夫一妻」改成「雙親」，兩個男的、兩個女的都可以，拆毀了家庭人倫的結構，我們不贊成。

當我們透過各種方式去表達反對，求上帝給我們憐憫的心腸，為這世代，為這些不認識神的人，你需要有憐憫



隨時勉強你自己，向著標竿直行，不要放棄神要你得的，不要失去在基督裡你生命的標竿。

的心腸。當你在聯署的時候，我更盼望你流淚為他們禱告，不只是高舉聖經立場來反對，因為他們不認識神，他們不知道所做的是什麼，你要幫助這些十字架的仇敵認識神的恩典，走上十字架的道路；不只是反對他們，不只是強調我們對。

脫去舊人

「十字架的仇敵」第三個特質是「專以地上的事為念」，我們從歌羅西書可以有更多的了解。「所以你們若真與基督一同復活，就當求在上面的事；那裡有基督坐在神的右邊。你們要思念上面的事，不要思念地上的事。因為你們已經死了，你們的生命與基督一同藏在神裡面。」（西三1-3）

生命的標竿在天上，地上只是生命成長的過程；生命的標竿在神的國裡面，不在世界。我們活在世界，卻不屬於這個世界。神要我們思念天上的事，不是以地上的事為念。

弟兄姊妹，你生命的標竿是什麼？聽完今天的消息，你要放在心裡的，就是要不斷脫去舊人，穿上新人，不斷活出愈來愈像耶穌，這就是我們生命的標竿。忘記背後，努力面前，向著標竿直跑，這是我們得著標竿的一種積極的態度。

箴言三章5-6節說：「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他，他必指引你的路。」抵達生命的標竿。

禱告：

天父求祢引導我們，隨時定睛在生命的標竿。求祢幫助我們，有時候我們軟弱，離開了生命的標竿。求

聖靈調整我們，甚或管教我們，使我們能夠繼續走向生命的標竿，活得像主，成為美好的見證。

我們也為那些所謂十字架仇敵的朋友們，我們真是流淚為他們禱告，願他們真實認識耶穌，並祂十字架的恩典，讓他們走向十字架的道路，奉耶穌基督的名禱告，阿們！

(2013年10月6日主日信息，林玉茵整理)



不斷脫去舊人，穿上新人，不斷活出愈來愈像耶穌，這就是我們生命的標竿。

選擇住進養生村

——專訪鄭義波爺爺

／陳康怡

提早規劃老年生活

△ 灣近幾年來，人口老化日益嚴重，101年底的最新數字，台灣人口老化已高達76.2%，雖然仍低於世界第一的日本，但是已經超過美國、韓國、新加坡等國家，且有逐漸趕上英國、法國等歐洲國家的趨勢。如何過一個有品質、安全與喜樂的退休老年生活，是現今重要的議題，不論男女老少，都必須好好提早規劃思考。

今年八十多歲的鄭義波爺爺，二年前鄭奶奶安息主懷後，就搬進了林口的養生村。其實鄭爺爺與鄭奶奶早在好幾年前就規畫要搬進林口的養生村，但當時鄭奶奶喜歡的房間還沒有開放，直至前年才搬進去。

在台灣很多人都認為，讓自己的父母住在養生村是一件很不孝的事，因為好像放棄照顧父母，把父母丟到養老院，一點責任感都沒有。但鄭爺爺說，住進養生村比跟孩子們住在一起還要快樂。

為兒孫著想

鄭爺爺說到，現在台灣的孩子，什麼都壓力大，工



作、學業，樣樣都是承受很大的壓力。剛退休的時候，孫子、孫女還小，跟內人一起幫忙孩子照顧孫子女，是幫助他們減輕壓力，但是當孫子女都大了，各自有各自的工作、學業時，仍與他們住在一起只會增加孩子經濟上與精神上的負擔。

鄭爺爺舉例，現在很多孩子都在外縣市工作，工作時間壓縮的狀況下，大多一個星期才能回家看一次爸媽，甚至有在國外的孩子更辛苦，一年半載才能回家一次。鄭爺爺表示，其實不需要為了外人的眼光，讓自己或者是老伴守著空的房子，失去了生活的重心，讓自己與孩子都承受很大的壓力。當初會選擇住進養生村，主要有兩個因素，一是不讓自己的退休養老生活成為孩子精神上的壓力，二是如果自己居住，醫療看護勢必造成孩子經濟上的負擔。

專業的照護

鄭爺爺表示，養生村的生活，不是像以前傳統的想像，老人就在養老院裡很孤獨。養生村前後都是山，每天早上五點半起床，簡單梳洗完畢，就可以開心地去運動，吸收芬多精。如果住在家裡面，早上都是家中孩子孫子最忙碌的時候，必定不會得到這麼好的生活品質。身體老化病痛難免比較多，在養生村有專業的醫療小組，戶戶都有緊急按鈕，搭配大門有中央監控的門房系統，如果居住者中午十二點以後仍未打開房門，養生村的監控電話立刻就會打進來，確認居住者的身心狀況。如果自己獨居，或者是跟孩子一起住，孩子孫子上班上學，如果遇到緊急狀

況，說實在話，即便鄭奶奶仍在，倆人都老了，那能像年輕人一樣，迅速協助另一伴就醫？工作中的孩子也沒辦法立刻趕回來，這樣子的相處模式，不但沒有解決問題，反而讓孩子擔心、老伴勞心，一點好處都沒有。

生活起居飲食也沒有問題，住在這裡，三餐都有專門營養師調配，餐餐都有二十幾道菜，中式西式都有，安全衛生都兼顧到了。鄭爺爺表示，現在很多女孩子也跟男生一樣要上班，忙碌一整天回家，還要煮飯、洗衣、燒菜、打掃、洗碗、整理家事，承受的辛勞比男生還大；而老年人的飲食本來就比較清淡，跟工作中的孩子、成長中的孫子們飲食習慣不相同；在養生村裡，營養師調配的餐點讓老人家可以得到好的健康飲食，孩子及孫子們也不用因為要顧慮老人家的飲食，造成他們的負擔。現在鄭爺爺和孩子、孫子很喜歡星期六、日一起相約去餐廳，媳婦也不用假日還要煮飯、洗碗，這些空出來的時間反而讓一家人更加緊密，也證明當初與老伴的想法是對的。

優質的退休生活

養生村的休閒生活多元，讓鄭爺爺生活更加豐富精彩。打從退休起，鄭爺爺就開始學習影像剪接、攝影拍照，生活一點都不無聊；來到養生村後，活動更多了，舉凡書法、木工、錄影、按摩，此外養生村有交通車，要去哪裡都很方便，鄭爺爺現在固定每週來台北旁聽師大教授的古典文學課程；養生村裡也有教會，星期日固定主日崇拜，星期六來台北參加團契。家人保有各自的生活模式，



讓彼此的空間更大，避掉了相處上的壓力，關係更加緊密，這是鄭爺爺當初堅持要住進養生村的最大原因。

其實現在台灣還有好多人不能接受養老院的生活方式，鄭爺爺表示，在養生村裡的鄰居，像他有這種觀念的台灣人畢竟還是少數，大部份都是從國外回來，比較偏歐美獨立生活的想法者居多。養生村居住的這些日子以來，退休生活可以兼顧著自己的興趣，又可以減輕孩子們的負擔，鄭爺爺說，這真的是感謝主，讓他可以擁有這麼好的退休生活，與孩子、孫子們關係更加親近，能夠與老友們一起敬拜主，還有什麼比這個更快樂呢？鄭爺爺所展現的思路敏捷、耳聰目明，讓我見識到何謂「不知老之已至」的生活方式，也可以做為後輩未來退休生活的參考。 ■■

老人社會福利資源介紹

／徐國強

國內與老人福利相關的資源應用相當多元，大家比較關心的，應該是家中長輩身體比較不健康時，有哪些照顧的資源可以使用，但並不是我們社會福利資源，只有在「照顧」這一塊，其實健康的老人也有許多資源可以使用。

社會福利服務

社會福利服務是以社會制度來滿足社會成員需要的一種服務，這些事情可能並非個人依靠家庭或商業部門的資源能夠獨自達成的。

社會福利服務的正確認知——

社會福利目的主要是要建構一個社會的安全網絡。

為弱勢群體充權、助其自助，能夠發揮每個人的社會功能。

使用社會福利服務並不需要感到內疚或羞恥。

有效幫助照顧者及被照顧者減輕照顧壓力並提升照顧品質。

社會資源

在社會安全網絡中，提到的福利安全、治安維護、就學安全、就業安全、自殺防治這五大部分，幾乎均與社會福利相關，社工師在這五個領域中都有其服務的內涵。

需求的產生

2011年經建會人口的調查報告中指出，2010年人口金字塔為中間大、兩頭小之燈籠形，代表勞動力供給充沛。2016年人口金字塔將轉變為上寬下窄之倒金鐘型態，社會負擔相對較重，代表原有之家庭系統照顧資源極度缺乏，需發展社會照顧系統因應次項變化。2018年邁入高齡社會（14%）；2025年邁入超高齡社會（20%）。於是長期照顧法案和長期照顧保險，積極被推動中。

需要被照顧的人

- 1.日常生活功能虧損者
- 2.肢體障礙者
- 3.疾病與老化者

『照顧』與『社會福利』資源的關係

社會福利有系統的提供資源與解決問題，讓照顧者與被照顧者的負荷達平衡，可彼此省力，走得更久遠。

長期照顧的方式

- **居家式服務**：居家照顧、居家照護、居家復健、居家護理、輔具服務……。照顧者必須被訓練、必須休息、也必須被照顧（失智者存活期，通常是8-20年）。
- **社區式服務**：日間照顧、日間照護、活動據點……。非24小時照顧，日間托護式照顧，補居家式的不足。
- **機構式服務**：安養護機構、護理之家、機構式喘息……。

三種資源使用之比例為——居家式 + 社區式：機構式 = 8：2

可求助的單位

- **老人照顧**——各縣市長期照顧管理中心、縣市政府社會局（處）、老人服務中心
- **64歲以下需被照顧者**——50-64歲：各縣市長期照顧管理中心；49歲以下：台北市身心障礙資源中心（有身障手冊者）、社會福利服務中心（無身障手冊者）。須先接受諮詢。

注意事項：

需要長期照顧者，須提出申請，讓服務人員到家裡評估，才能進行更有效率的資源連結與計劃。

縣市政府財源、重視方向不同（部分服務機構和內容只有台北市有，外縣市沒有，城鄉差距存在著）。

戶籍、居住地不合一，也會有申請資格的困擾。

資源年年變動（二月、七月常有新的更動）

社會福利身分的認定及取得

- 老人：年滿65歲以上的人
- 社會福利身分依經濟別區分：一般戶、中低收入或低收入戶
- 社會福利身分依福利身分區分：身心障礙、重大傷病者、原住民、榮民

申請及洽詢單位——

台北市：各地區公所社會課

其他縣市：各縣市政府社會局或鄉鎮市公所等

社會福利資源類型

（一）現金給付類（常常無法真正用在有需要人身上）

1. 生活扶助：

- （1）低收入戶生活補助
- （2）中低收入老人生活津貼
- （3）國民年金或老年基礎——保證年金（\$ 3,500元/月）
- （4）喪葬補助
- （5）急難救助。

2. 社區照顧：中低收入戶老人特別照顧津貼

（二）實物給付類

健康老人可使用資源：

居住單位：老人公寓、老人住宅

活動社交：社區關懷據點、老人活動據點

社交活動休閒單位：台北市老人服務中心

終身學習單位：老人大學、長青大學、社區大學

失能老人可使用之社會福利資源：共11項類別（參

照下列長期照顧十年計劃），均要先提出申請（網址http://subweb.health.gov.tw/longterm_care_web/home.asp）

（三）其他福利（非屬我國長期照顧十年計畫）

健康維護：低收入戶健保費補助、低收入戶及中低收入臨時看護補助、身心障礙者自付保費補助、中低收入老人假牙補助、低收入戶市民醫療補助、中低收入戶暨市民醫療補助、臨時看護費用補助。

居住服務：中低收入老人修繕住屋補助、身心障礙者租賃房屋租金補助。

我國長期照顧十年計畫

服務對象：經日常生活活動功能（ADL）或工具性日常生活活動功能（IADL）評估，日常生活需他人協助之失能者，包含：（1）65歲以上老人（2）55歲以上山地原住民（3）50歲以上之身心障礙者（4）僅IADL失能且獨居之老人。

受理單位：請向戶籍所在地之縣（市）長期照顧管理中心申請，委託他人辦理者，應填具委託書。

補助原則

- （1）以服務提供（實物給付）為主，現金給付為輔，並以補助服務使用者為原則。
- （2）依民眾之失能程度及家庭經濟狀況，提供不同補助額度。
- （3）超過政府補助額度部分，由使用者全額自費負擔。

（居家服務以小時計費）

部份服務若未事先提出申請，則有可能需間隔一段時間後方能再提出申請。

身分別	一般戶	中低收入戶	低收入戶
自付比	30%	10%	0%
補助比	70%	90%	100%

四、服務項目：共11項

- （1）**居家護理**：被照顧者身體有侵入性治療（傷口護理、換管、注射……），屬於醫療類，居家護理師才能做居家護理，可由醫院或居家管理中心主動幫忙連結資源。
- （2）**社區及居家復健**：包含物理治療、職能治療、語言治療，每次訪視費用為新台幣1,000元，每人最多每星期一次，申請一次可做六次治療，有必要時可再延長六次治療，幫忙日常生活、社交功能功能評估與訓練、照顧諮詢。
- （3）**居家營養師、居家醫師**：營養師和醫師也可以到家指導或治療，營養師會指導食物的烹煮方式和營養的調配，對於不方便上醫院者（例如居住老舊公寓的老人），醫師會到家裡治療開處方箋（北市資源較多，非所有縣市均有此服務）。
- （4）**居家呼吸治療師、居家藥師**：呼吸治療者，呼吸器的使用和清理，治療師也會定期到家指導處理。居家藥師可

到家指導被照護者用藥方式，並檢查使用之藥物間有無抵觸。

(5) 喘息服務：

1. 機構式喘息服務——可將被照護者送至機構，有24小時的照顧，讓照護者可以有一天或幾個小時的休息。另有陽光假期，一年有14天的機會，可將長輩送至24小時的照護機構，讓照護者有完整的休息時間，14天可分幾次用完，旺季時（像過年時）要提早預約。
2. 居家式喘息服務——看護員可到家中，讓照護者可暫時離開休息，但這不同於長期居家服務，居家服務是固定的時間、固定人員，居家喘息是非固定的，可臨時申請。

(6) 外籍看護工申請：外籍看護的部分，也需長期照護中心先做審核，家屬如果對於前面各種福利服務，無法滿足所有需求，照護中心會經一些流程審核，做最後決斷，是否適合請外籍看護。

(7) 照顧服務：

1. 居家服務——固定時間、固定人員，包括家務、身體照顧服務、陪伴等等，家務部分只能針對案主居家周遭環境處理，並非傭人的工作。
 2. 日間照顧——大多設置在醫院中，服務時間都是12小時（北市陽明醫院就有設置）
- (a) 社會型：**目標是幫助老人透過活動復健為主，重點在藉活動，幫助其認知功能的加強，針對還有生活自理能力的老人設計的，輕度與中度失能者，均可適用。

(b) 復健型：照護目標是中重型的失能者，例如剛中風的老人。

3. 家庭托顧——縮小版的日間照護中心，照顧者也是居家服務員，但照顧場所是居家服務員自己的住處，服務時間也是12小時。

(8) 失能者生活輔具購買、租借及住宅無障礙環境改善服務：輔具使用與居家環境改造，可延長老人在家照護的時間，物理或職能治療師到家協助評估，可幫助不同失智或失能者的護理，可與居家復健協同處理。輔具租賃制度現規劃中，預計105年可以實施，包括事後的清洗和消毒，都有法令管理。

(9) 失能老人餐飲服務：與醫院協同調配特別的飲食，分為治療伙和一般伙，治療伙會針對糖尿病、痛風或者特殊疾病有不同飲食，甚至管灌者也會與醫院協調提供服務。台北市很多機構都在處理這類事，至少中午會送餐到家中，也會和老人家聊天，甚至會連同晚餐、明天早餐、假日要吃的調理包一起送達。（低收入且失能老人一餐補助55元、中低收入且失能老人一餐補助50元）

(10) 長期照顧機構服務：

1. 老人收容安置——設籍並實際居住本市滿1年以上，且年滿65歲以上之市民可使用，台北社會局經費充裕，福利較佳，戶籍在台北市但未在此居住也可提此申請，安養補助會打八折，一般戶補助五千到一萬元，中低與低收會往上加，低收甚至會到全額兩萬多的補助。

2. 身障者（未滿65歲）身障機構——日間與住宿兩種照護的補助（最近一年居住國內183天以上者才符合資格）
- (11) 中度、重度失能長者交通接送服務：北市復康巴士有此服務，車子數量雖多，但須預約，依失能等級會有不同的事先預約時間規定，依計程車跳錶的1/3收費，有些計程車有輪椅可以上去的裝置，乘坐有經費補助，收費與復康巴士相同。

結論

各項福利補助均具有其複雜性、限制性、差異性、競合性或排它性等，使用前需特別留意相關規定，以免損及自身權益。

與專業人員詳細討論與諮詢。忠實表達照顧者與被照顧者之意願供專業人員評估與參考。

結語

照顧的擔子何其重，誰能了解誰能替代？
牽手共走一甲子，老來罹病心慌慌，
往日情懷還記否？路雖長來情更長。
無憾。

信友堂老人社會福利資源諮詢

諮詢時間：主日的早上11:00到下午1:00

採預約制，可與同工聯絡

（本文為8/24老人社會福利資源介紹講座內容，紀南惠整理）

到如今

／柯李清麗

「**我**們一生的年日是七十歲，若是強壯可到八十歲，但其中所矜誇的不過是勞苦愁煩，轉眼成空，我們便如飛而去。」（詩九十10）

「耶和華將他埋葬在摩押地、伯毗珥對面的谷中，只是到今日沒有人知道他的墳墓。摩西死的時候年一百二十歲。眼目沒有昏花，精神沒有衰敗。」（申三十四6-7）

神忠心的僕人一生的結局，是多麼的美好，多麼叫人羨慕，詩人說：「若強壯可到八十歲。」我們當中，很多位弟兄姊妹都是在強壯的行列中了。這是神所賜的極美極大的祝福。

神愛我們，賜下祂的獨生愛子，做我們眾人的贖價，在十字架上流出寶血，洗淨了我們一切的罪惡與不義，叫我們因信稱義，並有永生的確據。今日我們才能夠坦然無懼地進到祂施恩的寶座前，為得憐恤，蒙恩惠，作隨時的幫助。

詩人又說：「其中所矜誇的不過是勞苦愁煩，轉眼成空，我們便如飛而去。」的確，一生中所經歷的每一段路程，神所賦於每個人的責任有所不同；如在家庭中掌理家事，養育兒女，照顧公婆、父母親和丈夫，或在職務上所擔任的工作專業，在社會上的人際關係，都會遇見艱難愁煩，

或有高山崎嶇，或有低谷溪水，或有甘甜憂苦，或有健康疾病，或有喜樂哀傷，但是主耶穌說：「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息，因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。」

回顧來時路，都充滿了神的幫助與支撐，路徑都滴下脂油，歡呼讚美感謝神！每次的打擊都是真利益，叫我們更相信，神給我們肩頭的不是重擔（weight），而是翅膀（wings），更體會神的愛，更飛向親近神。

「我的肺腑是你所造的。我在母腹中，你已覆庇我。我要稱謝你，因我受造奇妙可畏。你的作為奇妙，這是我心深知道的。」（詩一三九13-14）

我自幼就在基督教信仰家庭生長，父母親都敬畏神，遵主旨意，事主愛人，很自然地教會生活融入家庭生活，兒時在兒童主日學所學到的聖經故事、詩歌都深印在記憶中，或日語或台語都記憶猶新，可以清晰唱出每一首歌詞。

中學階段，參加詩班，每周六的練習，因父母的督促，必不可懶散。父母對於兒女們婚姻伴侶的選擇，非常堅持要求，必須要同一信仰的，因為他們確認，一主、一信、一洗、一神，意念相同，愛心相同，高舉主基督耶穌為一家之主，家庭必美滿，榮神益人。

感謝神！賜我一位信主愛主的終生伴侶，在信仰上、靈命上互相切磋，分享每晨靈修的感動領受，同心禱告，是我們六十年婚姻生活的堅固保障。又因父母親的家訓，我們也同樣要求兒女們的信仰、婚姻，必要一脈相承，代代相傳。



「你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉。既知道那日子臨近，就更當如此。」（來十25）

信友堂非常重視團契生活，也有很完備的規劃，提供各年齡層的需要，個人可以以自己的適合，各取所需，參與各團契，必有豐盛的生命造就與收穫。我多年來參加迦勒團契與姊妹會，姊妹會與信友堂一齊增長，聚會人數從起初的一、二十人，到如今的七、八十人，甚或有時超出九十、一百人。姊妹會的組成內涵廣且深，有一百零一歲，最年長的蕭媽媽，是姊妹會的信仰榜樣；有多位九十歲以上的長者，都殷勤出席聚會。我們一起學習真道、純正信仰，邀請資深的牧長教導、造就姊妹們的靈命，此外有專家分享生活上各方面的智識，使身心靈都有均衡的增長，姊妹們彼此關懷相愛，互相扶持幫忙，常常勤勉代禱，真是充滿愛與溫馨的大家庭。

因為人數漸漸增多，為了更有效地深入關懷探訪，按照住所地區分成六個小組，每組各設有正副組長一位，今年初同工們開會共同制定會長的任期（以前未有），一任為三年，可連任一次，讓姊妹們可以輪流學習服事。

過去二十三年，蒙主的引領與姊妹們的愛心容忍，在其中邊學習邊服事，與姊妹會一起成長，飽嚐主的慈愛恩典及服事的甘甜，在今年初卸下會長的任務，但是無論何事、何時仍願意為主所用，為人服事，在各處宣揚那使人得救蒙恩的福音，領人歸主，願普天下都向耶和華歡呼，萬國萬民都高舉主名，敬拜、頌讚、榮耀、尊貴都歸三位一體的真神！阿們！



靠主恩典勇敢向前行

／古柯素琴

被拯救

感謝神！每過一天都是神的恩典，經由恩典，神挪去一切攔阻，在耶穌基督裡把祂豐盛的恩典與慈愛，經由十字架臨到我身上，恩典救了我，我的罪被饒恕，我從罪的奴僕裡被救贖，能成為上帝的兒女，何等有福。

感謝主！主常帶我們進入黑暗中，為要與我們親近，讓我們有如孤軍，在憂傷、失望、疾病的黑暗中學習功課。靠主的恩典、主的愛、主的光，在一切的事上照亮了我們，主已在世上得勝，主是何等偉大、神奇、永遠無限的奧秘，祂開啟我們迷糊的眼睛，叫我們看見屬天的榮耀，祂開通我們的耳朵，聽見祂的聲音，讓我們學習到以前從未經歷過的功課，我們有責任為主宣揚福音，為主作見證。

被醫治

2006年信主，這六年多，神的恩典帶領我，每年都在修復我的身體。第一年，神擦乾我的眼淚；第二年，



暈倒、頭受傷、流很多血，神叫醒我、救我；第三年，身體檢查，發現左腎上腺瘤，使得鉀離子偏低，醫生建議去除，就不會有高血壓，後來經腹腔鏡手術去除。感謝主，已不用再吃高血壓的藥了，到現在都正常。

今年做健康檢查，又發現癌症標記（CEA）偏高到30，經過了許多檢查，查不到原因，只發現右肺有小白點，左腋下硬塊，為了要找出原因，就把這兩處的疑點，切片化驗，結果不是惡性的，十月再抽血追蹤即可，這一切都感謝神的恩典。「你們要呼求我，禱告我，我就應允你們。」（耶二十九12）感謝主！在祂的憐憫中，已等候垂聽大家為我呼求祈禱，而安然渡過。感謝主的恩典，把榮耀都歸給神。

被呼召

今年的一月被推選為姊妹會的主席，心中惶恐，因姊妹會有許多資深優秀的姊妹，但姊妹們認為我適合，沒有負擔；我接受了神的呼召，信而順服，活出神的救恩。「我豈沒有吩咐你嗎？你當剛強壯膽！不要懼怕，也不要驚惶，因為你無論往哪裡去，耶和華你的神必與你同在。」（書一9）「叫你們凡事富足，可以多多施捨，就藉著我們使感謝歸於神。」（林後九11）「所以，你們不可丟棄勇敢的心；存這樣的心必得大賞賜。」（來十35）恩典，使我能夠做神今天呼召我做的一切事，神不在乎今日能成功地完成多少，而在於祂要透過我做多少，恩典不在乎力量，而在於祂在我身上之大能。甚至在我最軟弱的時

候，神與我同在，幫助我、教導我良善之事、可愛之事、神聖之事、全能之事的源頭，萬事都互相效力，叫愛神的人得益處。

當主席八個月來，感謝神的恩典帶領我、引導我，感謝教會牧者、師母、長執、傳道、弟兄姊妹們應允我的邀請，來到姊妹會分享專題、聖經的教導，增加了我的信心，獲益良多。在這段期間裡，感謝姊妹們同心合一，彼此相愛，相互的扶持，相互的關心，互相的代禱，給了我很多的學習。神賜給每一位不同特質、不同恩賜，獻上你最好的，有了你的鼓勵，帶給我很大的安慰；有你的專業，帶給努力的人提升；有你的創意，給團契帶來了活力；有你的代禱，給需要的人帶來力量；有你的眼光，為迷失的人帶來方向。

謝謝芬蘭傳道、沈師母、柯媽媽、碧玲師母、瑞玲師母、碧文傳道、台伶執事的幫助輔導；也謝謝各小組長、副組長、領會同工以及幕後幫助的姊妹們；還有謝謝柔里老師，每月慶生會的負責採買。神的愛是我最大的福份，有好的姊妹們分工合作，一起配搭，一起同工，多做主工，同蒙主恩，靠主恩典，勇敢向前行，跟隨主。 ■■

我有了一個很棒的信仰

／潘錫泉

我出生在香港，是在傳統信仰的家庭長大。雖然從小會跟著拜祖先，但我基本上是沒有宗教信仰的人。傳統祭祖對我而言，只是傳統，那不是信仰。

我的個性很隨和，對於宗教信仰也沒什麼特別的想法。家裡三個孩子是上教會信基督教的，而太太卻是信佛教的。我曾經跟太太去佛堂，但他們講的我聽不懂，後來也沒什麼興趣到佛堂。

從前曾經有牧師很積極地，每個禮拜都來拜訪我。我很感謝他的熱心，但對於他的積極也很害怕。當時我還在工作，一週也有一天休息，他卻會在我唯一休息的一天來拜訪我，要帶我讀聖經，後來我感到壓力很大，就沒有繼續，而那牧師也調到台中，我們就沒有再來往。

有一天，我的大女兒愛臨宣教師問我要不要到教會，因為大女兒的邀請，我就來到了信友堂。接著透過林炳宏牧師的介紹，我到了迦勒團契。我覺得這個團契很好，特別在講解聖經方面，淺顯易懂，也不是什麼很深奧的大道理，尤其陳民本長老的講道，是我最享受的。

後來，我也開始週日參加主日崇拜。信友堂的講堂讓我覺得沒那麼遙遠，是我很容易理解和接受的。尤其講到耶穌的生平，讓我更認識他是個完全的人。他所做的每一件事，都是為了別人而不是為了自己，他的教訓也很有道理和智慧，讓我很佩服。

前一陣子，因著女兒們的鼓勵，我決定受洗，成為一個基督徒。其實，我也說不上來為什麼會選擇基督教而不是其他宗教，我只覺得這個信仰跟別的不太一樣，而我很喜歡聽聖經中的道理。從前我沒有特定的宗教信仰，很多事都要靠自己；現在我有了一個很棒的信仰，有上帝可以依靠，感覺心裡踏實很多。

我很感謝信友堂，不是那種緊迫盯人的教會，讓我可以自在地、沒有壓力地來發掘這個信仰。我在這個信仰中還是個新人，還有很多要學習，很多不懂的地方，但我願意繼續認識耶穌，繼續認識這個信仰，繼續學習做一個基督徒。

（本文由作者口述，愛臨宣教師整理）



深陷神的愛網中

／劉智敏

踢館

「喂，聽說有個教會受洗前要先考試咗！」高中死黨打電話來閒聊，「開什麼玩笑，憲法第十三條：人民有信仰宗教的自由，憑什麼要考試！」我正好在修憲法，理直氣壯地回應著：「那我們來去踢館吧！」從小考到大的我們最不怕的就是考試，最最討厭的就是不合理的事！

我們決定要去參加考試，考個高分，然後很帥氣地對教會說：「拜啦，我們才不要信教哩！」於是挑個黃道吉日直奔教會的辦公室，對著行政人員說：「我們要參加考試！」，她臉上三條線，恐怕在想這是哪來的怪人？但她還是溫柔地對我們說：「要受洗得先上基要信仰班喔！」蝦米？還要先上課才能考試？也對啦，不唸書怎麼考試呢？於是，我們在每個主日準時出席上課。

三位一體？無法想像，完全聽不懂；聖餐禮，餅和杯就代表耶穌的身體和寶血，太玄了吧！對完全沒接觸過基督教的我們真的很難理解，但把講義上的東西背起來難不倒我們，上課發問是一定要的，基要信仰班是由主任牧師授課，我們當然不會放過這種好機會，每週一問，其實不止一問，是很多問，勢在問倒牧師和助教，死黨專攻屬靈

問題：「你怎麼知道上帝是真的？」而我專攻屬世的問題：「考試可不可以作弊？」「當然不行！」「全班都作弊你作不作？」「不作！」「同學幫你抄小抄都做好了咗！」「還是不作！」哇哩，基督徒都這麼清高，想當全班公敵嗎？

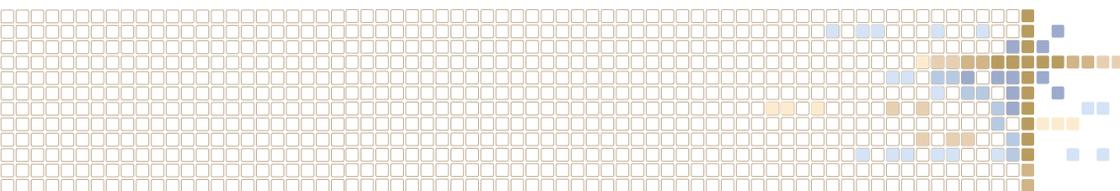
淪陷

當我們熱衷於提問，自認在刁難牧長們時，殊不知越是陷入神的愛網中，神的話透過發問進到我們的心中，即使理智還在掙扎著，但靈裏已慢慢地淪陷了。在上課期間我們被邀進入團契，我的小組長帶著我做一對一的查經，她唸的是考古，從事於新聞翻譯工作，於是古今中外的一些考證和新知穿插在我們的查經中，這非常吸引當時才唸大學的我，即使她丟了一堆資料要我看，雖然很多都看不懂，但也不以為苦，我和死黨就像小羊一樣，一口一口被餵養著，神知道我們的個性，為我們各自預備合適的輔導牧養著我們。

直到後來才知道在受洗前主任牧師會約談我們，確認我們是否真的明白受洗的意義，願意接受主耶穌基督做我們的救主，至於筆試，真的有考而且題目很多，我把B4的紙兩面都寫得滿滿的，不過這筆試僅供參考，並不是重點，牧師的約談才是，哈哈！

當年狂狷的我們一心想踢館，卻一腳踩進神愛的泥沼中，終至無法自拔；若現在把當年是否可以作弊的問題拿來問我，你們該知道我的答案！





耑年團契春季一日遊

／毛瑪麗

赤子之心，熱切期待

每年春、夏、秋三季，教會的「耑年團契部」依慣例會舉辦二、三次郊遊。在每位契友的心中，這是一件大事，重要性僅次於主日崇拜和團契聚會。這好像幼稚園裡的孩子要遠足一樣，因為在這個時刻，孩子們會以一種無比熱切的心情，期待著能與最要好的朋友，手牽手外出遊玩，在樹蔭底下享用野餐；而且，還可以說說悄悄話。

教會裡，這一群多數已經成為爺爺奶奶的契友，在我眼中，他們參加郊遊時所散發出來的赤子之心，正像孩子一般。

離出遊還有一個月，報名作業已經開始。長輩特別叮嚀我——要與誰同桌吃飯、遊覽車上要與誰坐在一塊兒——擔心我弄不清楚，又會很慎重地提醒我：「妳問芬蘭好啦！她會告訴妳……。」芬蘭傳道正像幼兒園的老師一般，把每個「孩子」的脾氣都摸得一清二楚。

當濕濕冷冷的冬天逐漸遠離、氣溫回暖的春夏之際，

長輩們個個都已期盼著郊遊的日子快快來到；但是大家又擔心會遇上下雨，掃了遊興。今年的梅雨季節已經持續多時，教會的弟兄姊妹也從一週以前，就開始為天氣放晴禱告。

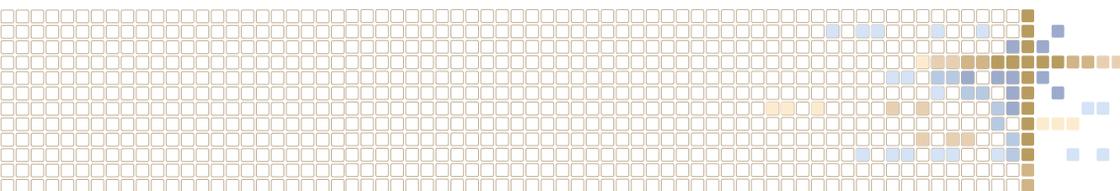
長輩們需要一個晴朗的天氣以便從事戶外活動；這個需要，天父自然會放在心上，適時應允祂的兒女的祈求。主耶穌說：「你們中間誰有兒子求餅，反給他石頭呢？求魚，反給他蛇呢？」（太七9-10）

豐盛之旅，順利成行

當春季郊遊的日子來到，早晨雖然已下過一陣雨，離七點半集合的時間還有半個小時，許多長輩卻都已經早早來到交誼廳裡，坐在位子上等候著。在謝牧師的祝福禱告之後，就由小組長們帶領大家上車出發。

這次郊遊的地點是參觀宜蘭瓜瓜農場。一到宜蘭，果然比台北陰霾的天氣要好得多了！當我們坐上「瓜瓜列車」，小路兩旁綠油油的稻作，盡收眼底，鄉間淳樸的景物、開闊的視野，加上清新的空氣，頓時感受到身心無比舒暢。

我們總共有一百多人參加，分成六組人馬，行動不便的有輪椅代步。有的乘坐瓜瓜列車遊園，有的則先去聆聽農場主人解說認識瓜果和古厝。到了十一點，眾人都陸續進入餐廳就坐，因為大家都已經飢腸轆轆了！農場為我們預備了好吃的風味餐，有南瓜炒米粉、白斬雞和哈密瓜藥膳湯等。不消說，這些在地美食，不到四十分鐘，已經被



我們統統吃下肚，每一盤菜都早已清空見底啦！

午餐過後，照例要來個大合照。接著，我們又驅車前往茵寶貝博物館。原以為長輩們應該都已經累了吧？但其實他們的耐力，可不輸給我這個後生晚輩，因為跳起讚美操，個個兒生龍活虎！

接下來，「DIY」也是長輩們喜愛的活動之一。因為，做好的「成品」，不管是吃的或是用的，可都是他們手中的驕傲呢！從他們臉上專注的神情，就曉得他們是多麼投入手中的工作了！

行程中的最後一站，芬蘭傳道總會安排浪漫的咖啡和點心時間。當然，採買伴手禮、回家分享給兒孫和朋友，這也是長輩們一定要做的事。透過這些小點心，可以訴說他們在這一整天裡，蒙主眷佑的出遊見證呢！

團隊服事，出入平安

傍晚時分，三部遊覽車陸續平安返抵辛亥路口。帶隊的炳宏牧師總是第一個下車，守在車門外，用他的膀臂讓長輩倚靠著步下階梯；當所有的人都散去後，他才收拾器材回到教會。

這次的服事，有許多的感恩見證。首先是天父所賞賜美好合宜的天氣。因為當天下午，宜蘭下起了一場傾盆大雨，但當我們結束室內活動後，雨竟然又都停了！接著是擔任車長的碧玲師母和瑞玲師母等人，也在車上善盡「導遊」的職責，使得一個多小時的車程中，不斷有輕鬆的話題，不會枯燥無聊。另外，還有許多默默服事的同工、醫

護人員隨時守候在長輩們的身邊，注意長輩的安全。

其實，當天出發前有一個突發的狀況。早上報到時，某位奶奶與外勞兩人，一不小心都摔了個「四腳朝天」，把大家嚇了一跳，也都為此捏了一把冷汗！但在稍事休息之後，奶奶居然可以平安同行。這若不是神的托住，後果真是不堪設想！

能與這群「老小孩」出遊真是一種享受，弟兄姊妹們，您的家中也有長輩嗎？歡迎您帶他們一同來領受神在教會中為他們預備的秋季饗宴吧！

（作者為嵩年團契行政同工）



耆年團契春季一日遊



1-2 春季郊遊合照

3-7 乘坐改裝的「瓜瓜列車」慢遊田園景觀，身心舒暢！

8-11 這可不是在作美勞喔！我們正聚精會神把油和水，等一下，芬芳的身體乳液就完成了。

12 耶～香噴噴的南瓜炒米粉和餛飩不見了！?

13-15 抓一把麵團、塞一塊豆餡兒、的作法很簡單！

16-18 聆聽導覽，興致盎然！

19 客家文化會館





嫩多汁的白斬雞怎麼
再放入模具，綠豆糕

- 20-21 午後下起大雨，我們在室內跳讚美操，依然活力十足！
- 22 採買伴手禮
- 23-24 祖孫情
- 25 李奶奶（左）第一次參加郊遊，「老」契友全程照顧。

- 26 每逢拍照，姊妹倆都要一起入鏡！
- 27 談爺爺高齡99歲，參加一整天的活動，依然臉色紅潤。
- 28 台伶與媛敏執事
- 29 芬蘭傳道（左一）是活動策畫的靈魂人物
- 30 敏華姊妹

- 31-32 藉著郊遊活動，炳宏牧師與瑞玲師母未信主的雙親，很樂於參加。
- 33 醫護人員隨時守候在側（後排右二：啟宇醫師；後排左三：珠蓮姊妹）
- 34 夏季郊遊合照



2013 嗎哪團契加拿短宣 8/23-8/25



▲ 快樂合照



▲ 嗯～想想看，這個題目怎麼答？

▶ 來，十字架項鍊
這樣折才漂亮

▼ 大伙忙作菜的同時～領隊的任務
是和牧師、師母交通



▼ 大鍋大火熬煮排骨湯，讚啦！

▼ 肉就是要大塊大塊地切、大口大口吃！

▼ 肉就是要大塊大塊地烤～超有原住民的FU！

▼ 切山豬皮～初體驗



▲ 聽聽聽聽，留心聽主聲音



▲ 大馬色的光～讓掃羅變成了保羅！



▲ 要升大二的胡以諾哥哥每週從台南回
部落帶領青少契，搭配司琴～超感動



▲ 主日獻詩——那雙看不見的手
～比著比著自己都感動！



▲ 要如何傳福音給我的穆斯林朋友呢？



▲ 和我的佛教徒朋友分享聖經



▲ 培靈禱告會中，楊長老帶領會眾
同心開口為教會代求



▲ 胡阿男牧師在培靈禱告會上帶領會眾為
教會長執同工禱告



▲ 專心聆聽姊妹的心聲



▲ 和東基福音志工一同到候診區和病房獻詩



◀ 楊清安牧師拉著老
媽媽的手說安慰的
話，為她禱告

▼ 長執同工小聚～我畫
的是十字架和許多微
笑，這是身為牧師的
我，服事的重心和寫
照！

▼ 和教會姊妹一起撿菜豆，預備湯料，融入他們當中



▲ 一起享用弟兄姊妹自己養的魚、雞、自己種的絲瓜和青菜

▼ 看我大顯身手炒山豬雞(內臟)



▲ 主日證道「主耶穌的
福」～是配為義受逼迫，
你想過嗎？



▲ 南橫天龍吊橋短宣隊員留影



▲ 服事有甘有苦～看見關
懷陪伴的弟兄姊妹生命有
成長是我最大的喜樂！



▲ 主日見證～感謝主，
因著我的女兒我回到教
會和團契，服事至今。



咆哮的人可能有憤怒，也可能心虛。

／康來昌 輯

中華基督教長老會信友堂

台北市大安區羅斯福路三段269巷5號

電話：2363-1035

傳真：2363-3343

agape@hfpchurch.org.tw

Hsin-Yi Friendship Presbyterian Church

No.5, Lane 269, Sec. 3, Roosevelt Rd., Da-an District,

Taipei City 10647, Taiwan (R.O.C.)

國內郵資已付
台北郵局
台北第13支
許可證
北台字第8883號

雜誌類

無法投遞請退回

行政院新聞局登記證

局版台誌9560號

台灣郵政北字第4299號

執照登記為雜誌交寄

< 地址更改請通知教會 >