

上帝要給高怡平的 金鐘獎

夏蓮娜

臺灣綜藝節目主持人高怡平 (Isabel Kao) 憑著好消息電視台 (Good TV) 製作的節目《轉轉發現愛》，奪得第55屆金鐘獎電視「生活風格節目主持人獎」。

離開演藝圈14年，還可以再回來做主持的高怡平，已視之為神蹟，所以在頒獎禮當晚，聽到自己的名字被喊出來時，深知這個獎是上帝要給她的。



是上帝在帶路 得獎不可思議

說起自2016年11月開播至今的《轉轉發現愛》，高怡平坦言：「我完全可以感覺到就是上帝在帶路。感謝祂給我開放的思想，讓我能理解父母和年輕人的想法，加上每一集請來很棒的專家，內容和分析都十分實用精彩。我們的做法是，把不一樣的小塊拼起來，把它變成一塊完整的，都是很真實的日常生活，藉此講出《聖經》一些做人的道理，通過我這個主持人去引導觀眾，讓他們去取各自的一瓢一勺，從而解開心裡的糾結。」她多次強調，跟以前做《非常男女》、《完全娛樂》等商業節目不一樣，因為這個節目確實是顯出上帝的旨意。

縱然高怡平跟胡瓜拍檔的《非常男女》入圍過金鐘獎，但對她來說，這次拿獎卻有著非凡的意義。她說：「當知道入圍的時候，我非常激動，接著哭了兩個鐘頭，這根本是不可思議的事。Good TV不是一個商業電視台，所以回來做節目時，上帝已經把我調整到一個非常好的狀態，祂覺得我應該去做這件事，我就好好地做。激動的原因是，原來大家（包括牧者、信徒、評審、觀眾和家人）都有看到我的努力，最重要的是，得到上帝的喜歡和認同；更感恩有機會告訴大家，這裡有一個屬於上帝的電視台，而我對這個電視台也作出一點貢獻。」

第三代基督徒 越紅腳步越亂

高怡平是家裡第三代基督徒，從小就在教會主日學長大，常常聽到外公、外婆講述很多發生在他們身上的見證——從山東到韓國，再來到臺灣，然後又去美國，沿路逃難的奇妙故事。唸中學時，她有一段時間是住在外公、外婆家，看到他倆如何用心照顧很多海外的華僑，家裡總是開查經班。高怡平不但深受



高怡平與節目嘉賓

祖父母輩的信仰態度影響，同時在父母的呵護下，活得很輕鬆，很自然，也很快樂。她說：「從小有個習慣，睡覺前跟上帝聊天——禱告，把心裡想說的話全講給上帝聽；遇到困難，就問天父該怎麼辦或請求祂幫忙，就像小孩賴在爸爸跟前那樣。」就是進了演藝圈，高怡平也沒想太多，心裡總覺得有個界限或一把尺，從不敢越軌，因為覺得上帝在看著她。

1996年，憑著綜藝娛樂節目《非常男女》而走紅的高怡平承認：「越紅、越被肯定、越被看見，心和腳步就越亂。賺到錢之後，我買下了第一個十字架飾物，並把它掛在脖子上，但不知怎的，仍然常常感到煩躁不安，看事情都會變得灰暗朦朧。」

不敢去做禮拜 睡前不敢禱告

一直以來，演藝圈有一個習慣，在錄影前前後後的工作團隊都會燒香拜拜，求保平安。初時，高怡平每次都跟他們說自己是基督徒，她只會站在一旁禱告。可是在圈中日子久了，這個單純的女孩開始有點傾軋動搖！她坦承：「後來我也會出席法會的活動，雖然內心有過掙扎，但同時又覺得沒關係，可能上帝沒看見。就這樣，那個像偷雞摸狗的我，有好多年都不太敢去做禮拜，也不敢在睡覺前跟上帝說話，我覺得上帝在生我的氣，心靈一直在流浪……」

終於上帝出手，把浪子帶回家了！有一天，高怡平應朋

友之邀，參加了門徒訓練的查經課，地點是在臺北101的樓層。她憶述說：「原來那是一個新成立的教會，進去後，我看到一位年輕的牧師——黃古倫牧師。大家圍坐一圈，開始唱詩歌，音樂一響，我就一直在嚎啕大哭，然後聽到上帝跟我說：『你早就該回來了，我根本沒生你的氣。』」

流通祝福管道 榮耀上帝見證

在2002年結婚後，高怡平移居上海，在兒子7歲的時候才搬去美國。她不諱言：「一下子從職業婦女變成家庭主婦，實在需要一段適應期，但這是我自己作出的選擇，所以並沒有抱怨。在美國的時候，除了家庭主婦要做的事情（照顧兒子，打理事務）外，甚麼修水電、修鐵門都得要自己扛，既像司機又像傭人，不過，我做得很開心。回頭看，是上帝給了我那十幾年帶孩子的經驗，每天都是充實，每天都有收穫，又使我懂得甚麼是生命，甚麼是家庭。原來祂在預備我，為我鋪路，然後讓我能夠去做《轉轉發現愛》這個節目，真是絕妙的安排！」

2016年初，高怡平帶著兒子回到臺灣來。她感恩地說：「一天，許力今師母（黃國倫牧師的太太）突然跟我說，Good TV有一個節目，你要不要來做主持？跟節目製作團隊碰面後，初步決定暑假回來做節目，沒想到我兒子其實也很想回臺灣，於是為他找好學校後便轉學回來，我們也就在臺灣住下來了。」自此，《轉轉發現愛》便成了高怡平祝福他人的流通管道，也是榮耀上帝的見證。請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。

照片由 Good TV《轉轉發現愛》節目提供。



在錄映廠（右二為許力今師母）留影

新世紀 印刷實業有限公司
New Century Printing Industrial Limited



Vancouver Office:
Tel : 604-737-1285
Cell : 778-885-7218

北美客戶請聯絡：
Chester YAU
E-mail : chesteryau@hotmail.com

3/F., Luen Ming Hing Industrial Building,
36 Mok Cheong Street, Tokwawan,
Kowloon, Hong Kong
Tel: (852) 2264-6763 Fax: (852) 2264-5977
Website: www.newprinting.com.hk

專業設計・精美印刷

新世紀印刷實業有限公司 在香港發展迄今已有二十多年歷史，業務遍及中港歐美。主要業務包括印前設計、製版、印刷、印後加工及出版發行。佔地一萬三千呎廠房擁有各種先進印刷機及釘裝設備；包括全香港首部 SCODIX (可以同部燙金、銀及過UV)，五色數碼印刷機及最新 CTP 電腦直接製版及數碼色稿系統，提供全功能而高質的一站式印刷服務。本公司已取得 ISO-9001, ISO-14001 及 FSC 認證。



大溫華人帕金森遜會
GREATER VANCOUVER CHINESE PARKINSON'S SOCIETY
免費ZOOM網絡視頻講座 (FREE SEMINAR)

主題：「唱出陽光」言語治療練習
日期：二零二一年五月十五日

主題：治療帕金森處方藥物與其它藥物相克簡介
日期：二零二一年七月十七日

有意參加者請致電本會謝先生詢問

時間：上午十時正

地點：ZOOM網絡視頻

網頁：www.gvcpss.org

TEL : 604-689-2968 ; 778-829-2968

特設國語即時傳譯

廣告費用 義工指定捐獻

帕金森互助小組每月在第三個星期六聚會，八月及十二月除外





虛擬世界：一旦進入 無可逃脫

——評電視片《聲音監獄》

嚴行

四十多分鐘的獨角戲

2021年1月，香港著名影星黃秋生獲得了第25屆亞洲電視大獎「最佳男主角」。至此，黃秋生成為首位集影帝、視帝、劇帝於一身的香港演員；而令他榮獲此獎項的作品，是一部電視系列片《理想國》中的最後一集——《聲音監獄》。這個只有40多分鐘的短劇是一幕罕見的獨角戲，從頭到尾，只有黃秋生一個人表演，喜歡黃秋生的人一定要看看這部短劇，不僅因他傑出的表現，更因片中所揭示的情景發人深省。

《聲音監獄》充滿象徵與隱喻，編劇以誇張的手法設計了一個奇特場景，一個由電子自動系統進行操控的無人管理監獄。犯人被關在單間裡，單間裡的系統按照嚴格規定發出指令，指導犯人過監獄生活；獄中人似乎很難有甚麼不滿足：三餐有保證，生活無憂；單獨監禁，不會與人有衝突；身體狀況隨時被監測，不會發生意外；還會根據人的體質制定個性化健身運動……聽上去不錯吧！

狹小的牢房一目了然

黃秋生飾演的單立奇出場了，他僅僅幾天的牢獄生活，就讓答案不言自明瞭，而他自己，與觀眾一樣，都是在事先毫不知情下，來到「聲音監獄」。

影片開始，單立奇滿不在乎地站著，靠牆拍攝正面、左側面、右側面標準囚犯照，他手裡晃著寫有姓名和囚犯號碼的卡片，一副吊兒啞嘴的態度，不停地搖頭晃腦地轉來轉去。顯然，這是一個監獄的常客，對再次被囚禁並沒有甚麼恐懼震驚，反倒像是「賓至如歸」。

接下來，影片以一個完全垂直的俯拍鏡頭，讓觀眾對他進入的牢房一目了然：240x180cm²的狹小空間，僅有一個排泄蹲坑、一把椅子、一個小小洗手池，連床都沒有！不解之際，忽然有男聲響起：「歡迎來到聲音監獄，這是由人工智慧管理的無人設防監獄……犯人單（男聲讀作「丹」）立奇，0354號，即時入獄七天。」

監獄常客全都不理會

「我姓單（善）！笨，連字也不懂得念。」
「系統偵測到粗言穢語！根據監獄守則第一條，將自動扣減一分。」「我真的是姓SHAN（善），不是姓丹。」「我說你姓丹就是姓丹！本系統永不出錯。」
單立奇嘟嘟囔囔：「扣吧，扣個夠吧，分數又不是錢。我告訴你，我這種經常進出監獄的，不是新來人。」他仍是無所謂的樣子，似乎被關進監獄不過是另一種混日子的方法，管它開心不開心，熬些日子就出去了。他連那個聲音從哪裡發出來，監測他的東西是甚麼，安裝在哪兒都不理會。

他還沒領教到聲音監獄的厲害。
男聲再說：「0354號，基於資源短缺，所有行為及日常規範都有時間限制。刷牙、洗臉、吃飯、排便、運動、睡覺都有明文規定的時間。未能執行者需要加刑。」最後一句，隱含著森森寒意。

蛛網黏住獵物難脫身

聲音是甚麼？在這個監獄裡，聲音就是監獄長，它的每一句指令都不容置疑；它出自一套事先編制的程式，所以死板、絕對、嚴密、六親不認、不可動搖，它像一張佈好的蛛網，獵物一旦被黏住，就休想脫身了。

很快，單立奇就與聲音監獄發生衝突了。刷牙不夠快，扣分；鍛煉不達標，扣分；吃飯速度慢，扣分，語言不文雅，扣分……他的分值剛剛被扣成負值。當他抗議：「我有我的人權！」得到的回覆是：「這是你的問題，系統無法回應。」系統只管你有沒有照它的要求執行，全不管你有甚麼要求有甚麼權利；而你，處在它的權威之下。

看不見的聲音，有著真實的力量，僅用一分一分扣下去的數值，就降服了單立奇的意志，他別無選擇，只好竭力快快趕上標準。刷牙若干秒，吃飯三分鐘，連坐著睡覺都不抗議了。看來，叫人喪失自由精神，可以兩天搞定呢。

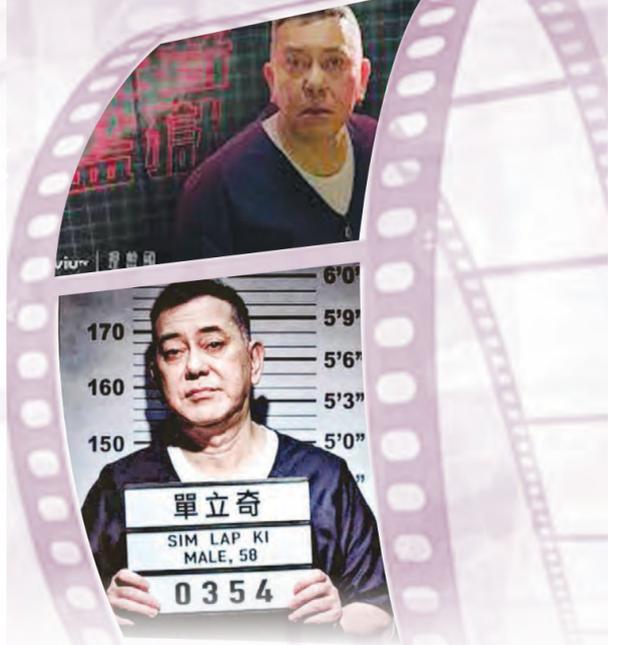
人權是很脆弱的東西

一個高度壓力的社會，會帶來甚麼樣的改變？結果常常是超出人的想像的。若以美國光景而論，大選前後，幾個月為度；緬甸，軍事政變前後，幾天為度。你會看到，人權是一個非常脆弱的東西。

「老大哥在看著你呢（Big brother is watching you）」這是小說《一九八四》中的名言，也是很厲害，很叫人心驚的一句話，極權社會下每個人都如驚弓之鳥，緊張又恐懼。你不活在你的意志中，而是被限定在嚴格的規範之下，必須符合黨的需要，不能有任何出格行為。這部1949年出版的小說，虛構出政府權力過大的社會對人性摧殘的風險。作者喬治·奧威爾預見性地向世人提出警告，告訴人們，到那個時候，最令人恐懼的是社會的整體架構，只靠一個東西來維繫，那就是「恐懼」。上個世紀的歷史分別以《古拉格群島》和《夾邊溝》，印證了《一九八四》的真實，它不是預言。

監控體系可全人管制

二十一世紀的《聲音監獄》看上去則與《一九八四》不同了。在單立奇乖乖服從之後，他與聲音監獄還有那麼一小段不錯的美妙相處呢。每天早晨，都是與高



采烈的歌聲把他從椅子上喚醒：「喜氣洋洋，洋溢四方，熱烈地彈琴，熱烈地唱歌……」晚上，甜美的女聲與他交流，還教他怎麼加分來改變生活處境，那就是除了用紙條摺出沒用的小星星送給醫院病童外，還可以通過照顧囚室擺的一小盆假花來獲得獎勵。單立奇大大驚奇了，給假花澆水？

給假花澆水，正是聲音監獄裡最絕妙的设计，唯有人甘心接受虛假，並且明知是假還可以開始配合的時候，才是一個人的靈魂徹底屈服的時候。單立奇為了增加積分，甚至發明了對假花阿諛奉承之法，滿口讚美喜愛之詞。

相比之下，《一九八四》像是古代了，沒有電子監控技術的日子裡，極權者想要箝制所有人何等費勁！只能依靠週期性地發起各種運動，以及殘酷迫害和公開殺戮來維持人心的恐懼。當代完全不同了，數位監控體系實現了對人管制的全方位、立體化，而且更為隱蔽，一切殺戮與迫害都可以悄然無聲，表面上還多了幾分溫情呢！

照見現實背後的真實

你看單立奇受不了管控制想躺地裝病的時候，聲音告訴他：「系統偵測到你的血壓140，脈搏76，體溫36……身體並無大礙。」這般瞭若指掌的關切，叫單立奇死的心都有了。

聲音監獄的生活是不能過的，連貓都會發瘋，何況有靈性有思想有感情的人！上帝創造的本是有祂形像樣式的活人。單立奇一次次在牢房裡崩潰，他摔碎假花，踢倒椅子，朝牆上的發音喇叭大叫，對著監視鏡頭伸出中指。

隔壁的犯人告訴單立奇，他是第1600多個0354號了，在他以前擁有此號碼的囚徒，全都自殺了。聞得此言，單立奇垂頭無語。片中最後一個鏡頭是：他撿起花盆碎片當刀子，拼命切掉自己的耳朵……

「聲音監獄」是一個可怕的表徵，不僅顯明極權惡政的荒誕，也預示它的存在。今年5月達沃斯論壇預備討論世界經濟大重置等話題，政府、精英、金融等寡頭人物共聚瑞士，研究並決定全球的未來，高科技、飛機、互聯網，已經把五洲四海集約化成地球村，10億支監視器虎視眈眈，它不是照相機，大數據使它可以透視你的一切，就如同X光機掃描下的一個人，不再像是活人，而是一架骷髏。

非現實的「聲音監獄」向人們照見現實背後的真實。 @

溫哥華教會

信心方舟基督教會
The Ark Of Faith Church

地址：5855 Imperial Street, Burnaby, BC V5J 1G4
電話：604-438-8325
主日崇拜時間：星期日下午2:00

每週聚會時間表

主日崇拜(拜)	主日午 2:00-3:30	真理班	周六午 1:30-3:00
姊妹團契(單月)	主日午 4:00-5:30	查經禱告會	周五晚 7:30-9:30
真理班	周三午 1:30-3:00	青少年團契	周五晚 7:30-9:30

• 歡迎你來參加 •

卡加里教會

卡城宣道會城南堂
South Gate Alliance

中文牧者：區保其牧師 英語牧者：Rev. Perry Friesen
國語牧者：王乾洲牧師 英語輔牧者：Rev. Matt Gao
國語助理牧者：潘廷瑾傳道 兒童牧者：Pastor Sham Warnick
粵語助理牧者：鄧鎮智傳道 粵語義務牧者：吳少雄牧師 謝炳和傳道

主日崇拜：9:15 AM (國語、粵語早堂) 10:30 AM (英語) 11:45 AM (粵語午堂)
另設有兒童、成人主日學和兒童查經

新禧會：星期三 7:00 PM (國語) 7:35 PM (粵語) ESL課程：主日 11:45-12:45 PM
團契聚會：按年齡及語言分組，歡迎來電查詢
地址：1436 James McKevitt Rd SE, Calgary, AB T2Y 2W9 (近Fish Creek地鐵站)
電話：(403) 254-1030
電郵：office@southgatealliance.org 網址：www.southgatealliance.net

愛明頓教會

愛城華人基督教福音堂

8810 - 65 Ave Tel: 780-465-3222 Fax: 780-465-2648
office@eccc.ca www.eccc.ca

主日崇拜：9:30 am 粵 5:00 pm 英
11:15 am 粵、國、少年、兒童、英
週六教會：5:30pm 粵 6:45pm 國

主任牧師：杜家源牧師 副牧師：Rev. H. Ling
英：Rev. C. Kwok, Pas. N. Trinh
國：金偉明牧師、劉心亮牧師、石鳳傳道
粵：謝惠敏傳道

愛城宣道會城南堂

6508 - 31 Avenue office@seachurch.ca
Tel: (780) 463-1527 www.seachurch.ca

卓銘禧牧師 郭路君傳道
黃皓澄傳道 李程雨玲傳道

Rev. Bruce Palsky
Pastor Breanne Sinclair

崇拜時間

星期六	晚上 7時30分	iWorship(粵語)
星期日	早上 9時30分	粵語崇拜
星期日	早上 9時30分	國語崇拜
星期日	早上 11時15分	英語崇拜

大溫哥華聖道堂
Evangelical Chinese Bible Church

5110 Marine Drive Burnaby, BC V5J 3G6
Tel: 604-438-3222 YouTube: ECBC Burnaby
Website: www.ecbc.org Email: ecbc@ecbc.org

創堂牧師：孫約翰 主任牧師：王理智
牧師：徐久明、Arthur Howard、朱雅思、茹威立、吳欣迪
傳道：李柏威、宋慶文
實習傳道：梁奕卿

每主日上午崇拜時間：
9:00 (英文)；10:45 (國語)；10:45 (雙語無翻譯)

南卡城華人播道會
South Calgary Chinese Evangelical Free Church

「與主同行」

粵語 - 崇拜：9:30am, 主日學：11:00am
國語 - 崇拜：9:30am, 主日學：11:00am
英語 - 崇拜：11:00am, 青少年主日學：9:30am

Agapeland (兒童團契), 青少年團契, 成人小組 / 團契, 活愛中心 (退休人士) 小組等。

其他事工：心康體健事工, 護牧事工, 婦女事工, 婦女英語會話班, 啓發課程, 聖經 / 神學課程等。

電話：(403) 243-2770 電郵：info@sccelc.ca 網頁：www.sccelc.ca
地址：340 - 39th Ave. S.E. (市南39th Ave 輕鐵站對面)
南指聚會時間：可於指定時間內在39th Ave 輕鐵站下車
星期五, 星期六晚上 7:30 - 9:30, 星期日早上 9:30 至下午 1:00 歡迎查詢

愛城華人宣道會
Edmonton Chinese Alliance Church

5019 - 199 Street NW, Edmonton, Alberta, Canada T6M 2T6
Tel: (780) 483-2143 Fax: (780) 483-2640 Email: office@ecac.ca

教牧：陳亦弘牧師、張曉牧師、
Rev. Brandon Crain、楊美蘭傳道、
黃偉剛義務傳道、Pastor Phoebe Chan

主日崇拜：粵語 8:15 am / 9:30 am; 國語 9:30 am
英語 / 少年 / 兒童 11:15 am

主日學：英語 / 少年 / 兒童 9:30 am; 粵 / 國 11:15 am

晨光基督教會
Town Light Ministries

盧碧珍幹事 604-720-7457
www.townlightministries.com

聚會時間

主日崇拜：早上 10:30 - 11:30 AM
查經班：逢第一、三、五個星期四晚上 8:00 - 9:00
祈禱會：每月第四個星期四晚上 8:00 - 9:00
晨光靈修組：逢星期一、三、五早上 10:45

歡迎加入 Zoom 會議 ID: 296 980 2833 密碼: 7457

卡城華人宣道會城西堂
WESTSIDE CALGARY CHINESE ALLIANCE CHURCH

電話：(403) 239-2990 傳真：(403) 239-2749

主任牧師：蔣顯輝牧師 副牧師：麥慕理牧師 (英語領導) 副牧師：吉益牧師 (國語領導)
以及其他各助理牧師，請參閱網址：wccac.net

主日崇拜：早上九時三十分 (粵語) / 早上十一時十五分 (英語、國語)
主日聖經學校：早上九時三十分 (英語、國語) / 早上十一時十五分 (粵語)
週六崇拜：早上九時三十分 (粵語、國語、英語)
週六聖經學校：早上十一時 (粵語、國語、英語)
祈禱會：(粵) 星期三早上九時三十分及晚上七時三十分
(英) 星期三晚上七時三十分

團契：按年齡及語言分組，請參閱網址或來電查詢
地點：6600 Country Hills Blvd., N.W., Calgary, A.B., Canada
(1 Block West of Nose Hills Drive in Citadel, N.W.)
Website: www.wccac.net E-mail: office@wccac.net

愛城宣道會城北堂
North Edmonton Alliance Church

5108 McLeod Road, Edmonton, AB. T5A 3J2

主日崇拜：上午九時卅分(粵)，十一時(英)

教牧：李潤財牧師、劉遠滔牧師、
黎嘉陽牧師、梁苑霞傳道

電話：780-478-1443
電郵：office@neachurch.ca 網址：www.neachurch.ca

照片 + 金句

www.flickr.com/photos/gardenbliss
gardenbliss123/Flickr

歡迎讀者及教會免費下載
附加耶路撒冷照片

讀書感悟

「不是一切種子都找不到生根的土壤」

八十年代的新詩潮和朦朧詩：
詩人舒婷（二）

權陳

1977年，文革後的第二年，也是那個時代所有人的前途，依然是迷茫不定的一年，舒婷在這年的5月寫了《這也是一切》，短短的詩中出現了醒目的十五個「不是」和兩個「不」，其中一句「不是一切種子都找不到生根的土壤」，表現出了她人生的基調底色：雖然經歷了扭曲的時代，個人生活也是艱辛的，在她的《中秋夜》中也寫上「不知有花朝月夕，只因年來風雨見多」，然而，抱怨、苦毒和退縮不是選項，愛與希望才是她選擇的人生。

一、大海邊的女兒

舒婷生長在大海邊上，大海塑造了她的生活、她的詩。1973年2月，她寫了《致大海》。

「大海的夕陽、招惹多少詩人溫柔的懷想」，「大海——變幻的生活、生活——洶湧的海洋」，「哪裡是兒時挖掘的沙穴？哪裡有初戀並肩的蹤影？」大海和沙灘，陪伴著她成長，培育她的感情和思想，走進她的生活點滴，她的初戀；大海喚起了她生命中的詩的萌芽。「也許漩渦眨著危險的眼，也許暴風張開貪婪的的口，呵，生活，固然你已斷送無數純潔的夢，也還有些勇敢的人，如暴風雨中疾飛的海燕。」詩人激情擁抱海洋的暴風雨，謳歌在暴風雨中疾飛的海燕；或許高爾基的《海燕》激發了她的生命態度。「這是勇敢的海燕，在怒吼的大海上，在閃電中間，高傲地飛翔；這是勝利的預言家在叫喊：讓暴風雨來得更猛烈些吧！」

兩年後，她作《海濱晨曲》。「大海呵，請記住——我是你忠實的女兒！一早我就奔向你呀，大海，把我的心緊緊貼上你胸膛的風波……」大海「母親」饋贈了她甚麼呢？「呵，不，我是這樣渺小，願我化為雪白的小鳥，做你呼喚自由的使者」；自由這個詞在她的不同作品中反復出現，無疑是她精神求索的顯著特徵。筆者欣賞作者的精神境界和追求，但卻願意在暴風狂濤中，靠主得安寧。耶

蘇和門徒所坐的小船遭到狂風巨浪，情況危機萬分，門徒們呼叫喚醒了在船尾熟睡的主。「耶穌醒了，斥責風，向海說，住了吧，靜了吧。風就止住，大大地平靜了。」（馬可福音4章39節）有一幅圖畫一直感動和激勵著我：在黑雲密佈，波濤翻滾的大海上，一隻小鳥站在一塊巨石上，那樣的安然穩妥！但願自己就是那小鳥，在巨石般的上帝懷中，迎接人生的狂風巨浪。

二、因為對這土地愛得深沉

舒婷在1980年10月寫了《土地情詩》，地理上對照著她故鄉邊的大海，精神上連接著1979年她著名的詩《祖國啊，我親愛的祖國》。「我愛土地，就像愛我沉默寡言的父親。」「我愛土地，就像愛我溫柔多情的母親。」愛，是她對於腳下那片土地的最深的情感！在她的眼中和心中，這是一片怎樣的土地呢？這是滿懷著，承載著苦難的土地，「我的，冰封的、泥濘的、龜裂的土地啊……我的，黑沉沉的、血汪汪的、白花的土地啊」，它「微微喘息著」，這是承載著歷史滄桑，其中不缺乏蒼涼和滑稽的土地。「背負著銅像、紀念碑、博物館」，「憂憤的」和「坎坷的土地啊」，這是哺育國人的土地「揮灑著乳汁的慷慨的土地啊……一再被人遺棄而從不對人負心」，而它「本身卻被叫做卑賤的泥巴！」

她深情讚美中華土地，它「給我膚色和語言的土地，給我智慧和力量的土地……給我愛情和

仇恨的土地，給我痛苦與歡樂的土地」。她深情地要感恩於它，「我的詩行是，沙沙作響的相思樹林，日夜向土地傾述著，永不變質的愛情。」那時，還沒有要脫離黃土地的《河殤》，沒有陝西當代鄉土文學。她是獨特的，一以貫之的，精神氣質和詩人艾青一樣，艾青在1938年祖國受辱之時，寫下了：「為甚麼我的眼裡常含淚水？因為我對這土地愛得深沉。」

三、愛與同情的心靈

舒婷在1980年初寫了《流水線》，引起很多的爭議。「我們從工廠的流水線撤下，又以流水線的隊伍回家來，在我們頭頂，星星的流水線拉過天穹，在我們身旁，小樹在流水線上發呆。」「小樹都病了，煙塵和單調使它們，失去了線條與色彩。」「但是奇怪，我唯獨不能感覺到，我自己的存在……對本身已成的定局，再沒有力量關懷。」其實，作者是沒有力量還要關懷，關懷她自己那些在工廠流水線工作的工友，她們共同的單調，辛勞、悲哀、迷茫。

舒婷擁抱慈愛和同情，「痛苦，上升為同情別人的淚。」甚至美學，都不是她詩意的高峰。許多畫中的惠安女子豐健多姿，而她在《惠安女子》中寫道：「當洞簫和琵琶在晚照中，喚醒普遍的憂傷，你把頭巾一角輕輕咬在嘴裡，這樣優美地站在海天之間，令人忽略了；你的裸足，所踏過的鹹灘和礁石。」◎



理財有道

小心聯名共有財產的陷阱

林大駒（專業保險投資從業員）

加上子女作共同擁有者

很多長者都會以聯名方式處理遺產安排，在自己擁有的非註冊財產（例如投資戶口、出租物業）中加上子女作為共同擁有者，一方面自己健在的時候，子女能夠幫助執行財務上的操作，但更多時候他們的目的都是希望自己離世時，避免遺囑認證過程及遺產認證稅支出。在適當的情況下，這是有效的方法；然而，在缺乏周詳考慮下，它存在的一些重大不利因素可能大於其好處。

遺囑認證是一種程序，以確認遺囑的有效性，以及確保遺囑執行人有代表執行遺囑的權威。金融機構（如銀行）一般都會要求遺囑執行人，出示遺囑認證方會接受其指令，所以遺囑認證本身是對離世者及遺產受益人的保障。不過，遺囑認證的過程可能需要很長的時間完成，另外除魁省外，所有省份均收取遺囑認證費或遺產管理稅，例如在安省，\$50,000以上的遺產需要繳交相當於遺產1.5%的遺產管理稅。基於這兩個原因，很多人在個人資產戶口及物業上加上子女作為共同擁有者，等到自己離世後，子女便即時承繼財產，同時節省了時間及稅務支出，可謂一舉兩得！

一些重要問題應該考慮

只是，你打算在資產加入共同擁有者之前，應該考慮一些重要的問題，它可能改變你的想法：

* 在資產加入配偶以外的共同擁有者，在稅務上被視為將該部分資產作應稅處置，等同當日將該部分資產出售，如果資產過去有所增值，便需要為增值收入納稅。當年增加的收入，將有可能導致來年的政府退休老年保障金被扣減。

* 假如將子女加入自住物業作為共同擁有者，而子女本身已經有

自己的自住居所，你的居所中子女所擁有的部分，將會失去自住居所資本利得稅豁免，所要繳交的利得稅比遺產管理稅還要高。假如子女本身未曾擁有自住物業，將來他們購買自住居所的時候，便會失去政府給予首次置業人士的稅務優惠。

* 加入共同擁有者同時增加了資產暴露給債權人的風險。如果子女被起訴或申請破產，他的債權人可以對他共同擁有的財產索償。

* 如果你加入子女作為共同擁有者的原意，只是想避免遺囑認證，到自己離世後再透過子女將財產分配給其他繼承人，你最好跟所有繼承人詳細溝通，否則可能會為所有繼承人帶來爭拗，甚至法律訴訟。

避免遺囑認證還有選擇

其實，要避免遺囑認證，還有其他選擇，例如保險公司的隔離基金合同（segregated funds）或保險公司的GIC。因為它們均屬於保險合同，所以你在合同上指定受益人，在你離世的時候，合同內的資財可以繞過遺囑認證，直接支付給受益人。而且，因為你是資產的唯一持有人，你仍然擁有對資產的完全控制權，可以隨意出售投資或更改受益人，亦無需增加將資產暴露給共同擁有者的債權人的潛在風險。

減少遺產稅務支出，是很普遍的遺產策劃目標，在資產項目上加入子女作共同擁有者，也許是最方便的方法，但卻可能要付上很大的代價。在進行前，必須同時了解此舉的缺點，與其他方案作比較，才能作出最理想的決定。◎

（文章內容只供參考，請與閣下之財務顧問聯絡，以便針對閣下之個別情況作出建議。）



奇異果

林李瓊芷
(加拿大註冊整全營養師RHN)

富含維生素C

高量膳食纖維

奇異果亦名獼猴桃，雖然略帶酸味，但由於其質感不錯，卡路里含量較低，所以很多人都以它作為零食、小食、蛋糕或甜點上的水果點綴。

奇異果富含維生素C、膳食纖維和抗氧化劑，有助心臟及消化腸道健康，提升免疫力，是健康的水果選擇。

奇異果含高量的維生素C，可維持健康血壓，因而減低中風和心臟病的風險。事實上，每天吃3個奇異果，攝入的維生素C已佔每天建議量的230%；而這大量的維生素C，更可以刺激人體的免疫反應，增強免疫系統，還可以改善呼吸，減輕哮喘症狀。

此外，奇異果還含有高量的膳食纖維，可以降低低密度膽固醇LDL，因而減低由LDL過多所導致的動脈粥樣硬化風險。奇異果亦是鉀的來源，鉀有助於降低高血壓的症狀，從而減少中風或心臟病發作的可能性。同時，奇異果果肉中的膳食纖維，可以幫助減少便秘，以及其他各種胃腸道問題和不適，更可以通過降低甘油三酸酯來保護心臟。

睡前吃奇異果

有助更快入睡

奇異果富含抗氧化劑。抗氧化劑有助於消除體內的自由基，並減少氧化

應激（Oxidative Stress），保護身體免受炎症和疾病的侵害，很多研究都指出自由基與癌症相關，因此，經常食用奇異果可能有助於抑制惡性腫瘤的生長。

奇異果中高量的抗氧化劑和類胡蘿蔔素（carotenoid），可能有助於預防眼部疾病，並促進整體眼部健康；還有維生素K，可促進骨骼健康，維生素K缺乏時會導致骨骼衰弱，並增加骨折和與骨骼相關疾病（如骨質疏鬆症）的風險。

對於睡眠有困難的人士，奇異果或許令你有出人意料的收穫，因為奇異果中含有5-羥色胺，這是一種具鎮靜作用的激素。所以有人認為，睡前一小時吃兩個奇異果，會有助於更快入睡，並保持更長的睡眠時間。

有過敏體質者

避免吃奇異果

奇異果雖然是一種美味又健康的零食，但像所有水果一樣，它仍然含有天然糖，因此不可多吃。

儘管奇異果對大多數人來說，都是安全的。但有些人可能會對奇異果過敏，影響症狀的程度有輕微或嚴重不等，輕度症狀可能包括舌、唇或嘴角發癢不適或是喉嚨發癢；也有人腹瀉、皮膚起紅疹或打噴嚏，建議五歲以下小孩或有過敏體質者，避免吃奇異果。◎

泉源信箱

偏心已出的兒子有何不對？

古小姐：

我跟丈夫結婚三年，嫁進去的時候，他已有一個前妻所生的五歲女兒，如珠如寶；開始時我這個做後媽的也是小心翼翼，唯恐對她不好，破壞了我倆的關係。一年前我生下兒子，我當然要花很多時間在他身上，以致對漸漸長大的女兒沒那麼照顧周到；也許是丈夫聽到女兒的投訴，開始對我不滿，心中盡是委屈，偏心已出的兒子有何不對？請賜教。

麥太太上

麥太太：

謝謝來信。離婚後再婚而重組的家庭，一般要比初婚的家庭所需要面對的挑戰為多，尤其是在養育子女及繼子女的問題上，可導致更大的矛盾和張力，如沒智慧去處理，足以導致婚姻破裂，需及早防備為佳。以下建議只供參考，宜尋找專業婚姻輔導，助促進重組家庭的和諧幸福。

(一) 洞悉重組家庭的一些誤區。

其實，無論是初婚或重組家庭的建立，就如一個新生命的誕生，都必須經歷不同的發展階段，才得以邁進成長及成熟。關鍵在於為父母者，有否及早在心、責任及環境上作好充足的準備。可惜的是，不少步入重組家庭的夫婦，多抱有不切實際的幻想，以為只要結了婚，各方面的關係便能順理成章地凝結和連繫，而忽略了所需的磨合過程，以及必然面對的挑戰，亦未及關注到重組家庭成員各人身心靈的狀態，給予所需的時間接納和忍耐。

(二) 夫婦二人務必於婚前及婚後建立坦誠相對的溝通。

認清彼此的期望、角色、心理準備及選擇，合力經營婚姻的決心和努力。例如：

1) 有人自覺因為離婚，而令女兒未能與生母生活，心存內疚及補償心理，以致對女兒更為溺愛，並同樣期望新任太太亦須如此對待繼女。作丈夫的不妨在這方面多作反思，否則不單對孩子心智成長有所影響，亦可成為建立健康婚姻及重組和諧家庭的阻力。

2) 妳是如何看待自己身為繼母的角色，是否明白對繼女而言，在妳尚未與其父親結婚前，她已與親生父母共同生活了五年，有他們共同的歷史、情感和回憶；對她而言，妳是個外人，心理上可能為了效忠生母，又或生怕妳霸佔了生父的愛，而對妳有所排斥或妒忌。無論妳對她如何好，始終妳不是她親生媽媽，於心理上妳是否明瞭，敏感於繼女的心理，並懂得如何處理自己的情緒而不被牽動，且能讓繼女明白和經驗到，妳並不是要取代其生母的位置，她可以保持與生母的親密，妳的存在，只是多添一個愛她的人。

3) 夫婦有否於養育及管教子女的事上作過週詳的計劃。無論是繼女或親生都能一視同仁，以平等看待子女的價值，以公平的態度對待子女，不虧待，不忽略。於管教繼女事上，須明白及接納其生母有參與權，切忌在丈夫或繼女面前說生母的不是，在家時，繼女若有行為上的問題，或許交由父親管教較適合，免得把妳自己放在繼女或生母和妳丈夫之間。又如夫婦倆如早有計劃生養自己的孩子，該在懷孕時，就讓繼女作好心理準備，讓她有機會參與未來新弟或妹的誕生，如一起講故事，聽音樂，互備禮物。夫妻更需明白新生命的誕生，無論在精神、情緒、生理和體力上，對妳都是重大挑戰和適應，作丈夫及父親的該助女兒明白，繼母需要他們的幫助；遇上女兒投訴時，便能助她明白繼母不是不再關愛她，而是幼弟或妹需要她更多的精力和照顧，她作為姐姐，可助繼母及照顧弟妹，同時爸爸可分擔對女兒的關愛而非站邊，親友來看望嬰兒時，亦可提醒不要忽

略對繼女的關注及讚賞，切忌讓教養子女的分歧來破壞你倆的婚姻。

(三) 是否能視繼女為己出，其實這個問題沒有唯一的答案。

其實這亦不該成為對繼父母絕對的要求，因要視乎每個人的性格及環境，有些親生父母也會劣待自己的子女。疼愛己出乃自然人性，但亦有人能超越血緣關係，而視繼子女如己出，且經歷更豐盛完滿為父母之樂。關鍵在於其性格及胸襟，不會是所有關係都以血緣來衡量，對親情有不同的理解。但無論是親生的也好，繼子女也罷，只要賦予為父母的角色及責任，就須明白到他們有責任去為子女營造關愛、歸屬和保護的家庭環境，共同去關愛、引導及支持子女成長，父母的教養和陪伴，足以影響子女的成長及未來的一生。

繼母不易為，痛錫己出乃人之常情，但偏心卻不智慧，無論親生與否，會導致日後子女的爭競、妒忌、自卑及自我。其實，愛是一種選擇，妳既然選擇了與丈夫重組家庭，相信是希望能建造幸福和快樂的家庭，儘管做不到視如己出，也需要秉持善良，溫柔地對待繼女，可營造良好的家庭氛圍，讓一家大小學習彼此尊重，互愛互助，使親情越來越幸福。

祝願妳與丈夫合力克服困難，共創幸福和諧的家庭。

妳的朋友 古潔明

(如需要專業輔導，歡迎致電泉源輔導中心905-763-0818) www.livingwater-counselling.org

教會及社區消息

歡迎教會、機構、團體提供免費活動資訊。每項活動只登一次。敬請貴會把消息簡縮在一百字之內，並於每月十八日前電郵至vancouver@cchc.org。請勿以傳真方式傳送，免浪費紙張。惟版面有限，本報保留刊登及編修權。

福音聚會

「心深的愛」母親節分享會 本立比頌恩堂與溫哥華短宣中心合辦。5月7日星期五晚上8時以Zoom視頻舉行。講員：羅懿信牧師。ZOOM ID 819 8549 3193, Passcode: 688036。查詢：604-298-8277。

愛城華人基督教福音堂

愛城華人基督教福音堂是一間超宗派的福音信仰教會，有國、粵、英四堂崇拜，是多元化的會眾，約九百人，同心合力興旺福音。現誠意邀請兩位有福音遠象的同工與現任的八位牧師結伴，委身拓展神國。

誠聘粵語助牧 應徵者須符合以下要求： 一. 畢業於福音信仰的神學院 二. 有教導和傳福音的恩賜與訓練 三. 能與其他牧師團隊事奉 四. 有北美牧會經驗者優先考慮 五. 能用英語或國語會話更佳

有意者將履歷寄予杜家源牧師 Rev. Ivan Doo, 8810-65 Ave., Edmonton, AB, Canada T6E 0J7 E-mail: Ivan.Doo@eccc.ca

福音 x 網上傾 (粵語)

溫哥華華人宣道會主辦。3月30日至5月18日逢週二晚上7時半以Zoom舉行。主題：「你認識福音嗎?來網上傾一下吧」。會議ID: 894 0101 1771, 密碼: 1061124。查詢: 604-874-7612或電郵: gospel@vcac.ca。

網上講座 / 課程

在線公益講座及打開心窗互助小組 開創會所中文愛心小組主辦。5月8日舉行。(一)講座: 下午1時至2時半。主題: 與家中焦慮的青少年一起成長; 講員: Sheena Miao博士; 國語主講, 粵語翻譯。(二)打開心窗互助小組: 下午2時半至4時。親身經歷過心理精神困擾的人及其照顧者而成立的情緒互助小組, 新成員需簽署保密協議。Zoom ID: 826 7367 1044。報名: 陳小姐 (Elaine) 604-761-3723或電郵: Elaine.Chan@pathwaysclubhouse.com。

其他

恩雨同路人 逢周六晚上7時於中文電台AM1470頻道播出。約克區教育委員譚國成, 分享他的信主經過及如何經歷神。母親節特輯一同工May分享作為單親媽媽的感受; 陳子明分享懷念母親的點滴; 恩雨總幹事郭展能傳道母親節信息分享。溫哥華的受訪嘉賓分享疫中的苦與樂。最後一周邱旭明分享神如何保守他的家庭等。節目亦會在加拿大多倫多、卡加利、愛明頓、澳洲及美國三藩市播出。查詢: 604-244-3767。@

Health and Holistic Wellness Ministry 健康之源 www.hi-ministry.com 長者應急管理事宜 1 想得到最佳護理的五個需知 2 如何獲得應得的照顧 5月15日(星期六)早上10時(東岸時間) Clara Tsang (註冊執業護師)

卡城華人宣道會城西堂 國語事工助理牧師

卡城華人宣道會城西堂現在平均崇拜出席人數約一千人, 其中國語會眾約二百二十人。教牧團隊包括主任牧師、兩位副牧師(其中一位是國語領導牧師)、五位助理牧師和一位義務傳道。本堂看重門訓、關顧、本地及海外宣教事工。申請人必須符合以下條件: 1. 持有普遍認可的福音派神學院學位; 2. 能講流利的國語(普通話), 具有良好的中文書寫水平, 並能講流利的英語; 3. 如有北美牧會經驗更好; 4. 具備良好的溝通能力和講道與教導的恩賜; 5. 對國語年青人和年輕夫婦有負擔; 6. 有熱心向本地的國語年青人傳福音; 7. 了解並能融入本教會兩文三語的多元文化背景。申請人請把個人簡歷、得救和蒙召全時間事奉的見證寄往下列地址: The Chair, Pastoral Search Committee Westside Calgary Chinese Alliance Church 6600 Country Hills Blvd. N.W., Calgary, Alberta, T3G 4H4 Canada Phone: (403) 239-2990 Email: office@wccac.net

卑詩省溫哥華華人播道會 誠聘: 全職行政主任 負責管理教會行政工作, 有工商管理學位/文憑或同等學歷, 中英文講寫流利。 誠聘: 全職設施維修員 有設施維修相關經驗, 有修理大樓輕微破損經驗。 誠聘: 全職堂務員 主要負責教會清潔工作, 有兩年或以上堂務經驗, 曾在教會、學校、政府等機構大樓服務更佳。 詳情請瀏覽本會網站 www.vcefc.org 應徵者請將履歷以電郵傳遞至 hchwang@telus.net 教會人事部主任汪漢忠弟兄收。

阿省卡加利宣道會城南堂 以粵語為主, 能操流利英語; 畢業於國際認可之福音派神學院或聖經學院; 曾牧養北美洲教會三年以上者優先考慮。 應徵者請聯絡聘牧委員會電郵: sgapastoralsearch@gmail.com

卑詩省溫哥華華人播道會 誠聘: 全職中文堂主任牧師 * 以粵語為主, 能操流利英語, 通曉國語更佳 * 畢業於國際認可之福音派神學院或聖經學院 * 曾牧養教會五年以上, 其中最至少三年任職堂主任, 具北美牧會經驗者優先考慮 應徵者請將履歷以電郵傳遞至 careers@vcefc.org 聘牧委員會收

樂道基督浸信會 Logos Baptist Church 1347 Richardson Ave., Los Altos, CA 94024 www.Logosbc.org 誠意尋找粵語堂牧師 具正統福音信仰的道學碩士學位或同等學歷 具流利粵語及英語 熱衷於差傳及外展 有最少三年北美牧會經驗 有意者請電郵中/英文履歷、得救見證、蒙召經歷致: david.ng@logosbc.org

沙加緬度 華人恩典聖經教會 誠聘粵語部牧師一名 負責語言堂的講道、牧養及屬靈帶領 須有新約聖經長老的資格 具道學碩士或以上學歷優先考慮 備有牧養北美教會不同年齡層會友的经验更佳 有釋經講道和教導的恩賜 能用流利中文(國語或粵語)講道、溝通及書寫 有英語溝通能力 有意者請寄履歷到: Pastoral Search Committee Chinese Grace Bible Church, 6656 Park Riviera Way, Sacramento, CA 95831 或電郵: pastorsearch2018@chinesegracebiblechurch.org CGBOnline.net