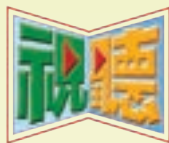




陳鈞陶 (Pottery Chan)



# 牛



埃及人拜牛神亞皮斯

## 牛是色盲 看東西比畜物大

牛是哺乳類偶蹄目動物。遠古時代，牛已被人類馴化成家畜，現今地球上約有13億隻家牛。中國以豬、狗、雞、馬、牛、羊為六畜，在古代農業社會，牛一向是重要的資產，牠被飼養作為食用、供應牛奶或皮革的用途，牛糞能做燃料。

牛的眼睛長在頭的兩側，牠的視角寬闊高達320度，但牛其實是色盲的，牠的眼睛有兩種視錐細胞，對藍色和紫色較為敏感，看到其他顏色都像不同深淺度的同一顏色而已，所以在鬥牛場上，惹怒公牛的不是因為旗幟的紅色，而是鬥牛士揮動旗子的動作。牛眼為橢圓球形，看見的東西比實物大，所以牠看主人看得很清楚，難怪以賽亞先知說：「牛認識主人……」（以賽亞書1章3節）此外，牛可以憑視覺、聽覺和嗅覺，認出不同的人。

## 野牛壁畫 畢加索愛畫公牛

最早被發現的野牛壁畫，位於西班牙北部阿爾塔米拉洞穴裡，是公元前一萬二千年的作品，乃是野人出去打獵，把所見所聞包括野牛、鹿和其他動物畫在石壁上，供妻兒欣賞，這可能是最遠古的貼文。該處現已建立了一座展覽館，



古代西班牙石壁野牛

成為遊客「打卡點」。

著名西班牙畫家畢加索喜愛繪畫公牛，他曾經擊節讚賞岩洞壁畫，這樣說：「在阿爾塔米拉岩洞壁畫之後，一切都開始走下坡了。」在他64歲那年，花了一個多月時間創作了11幅「公牛」石版畫；這個系列的作品由寫實手法開始，逐步變成抽象，最後把形象昇華至線條，畢加索藉此實踐如何將圖像分解為「本質」。蘋果電腦公司得到畢加索「公牛」石版畫的啟迪，旗下產品設計化繁為簡，成就設計領域的經典。

## 獻牛為祭 初生無殘疾公牛

牛是《聖經》裡常常提及的動物。耶和華吩咐摩西曉諭以色列人，若有人獻供物給耶和華，是要從牛群羊群中取出牲畜獻為供物。若以牛為燔祭，他們要選擇沒有殘疾的公牛為供物，獻祭的牛，出生第八天以後才可用作祭牲。

關於《出埃及記》「金牛犢」事件，為何百姓要求亞倫造神像的時候，他會鑄造一隻牛犢呢？無可置疑，當時以色列民將金牛犢視為敬拜對象，認為牛犢是埃及人的牛神亞皮斯 (Apis)。希臘人和羅馬人延續崇拜牛神的風俗，一直到公元400年。

摩西在未領到十誡約版之前，早已告知百姓有關耶和華的命令與典章，並將耶和華的命令都寫上，在山下築一座壇，按以色列十二支派，立十二根柱子，並打發以色列人中的少年人去獻燔祭，又向耶和華獻牛為平安祭。所以，作為領袖之一的亞倫理應不會這樣糊塗，以牛犢當為敬拜的對象。在金牛犢事件以後，摩西曾透露耶和華向亞倫發怒，要滅絕他，摩西懇切為他禱告，但之後《出埃及記》再也沒有神直接責備亞倫的記錄。

## 雕刻偶像 自作聰明的錯誤

按照當時近東地區的風俗，神靈都有座駕。考古學家在好幾個迦南遺址挖掘到3至7吋的青銅或合金製

造的公牛像。在壁畫中也有刻畫神祇站在公牛背上的造型，原來迦南的假神都是站在牲畜上的。亞倫可能受迦南文化的影響，鑄造金牛作為耶和華座駕。

根據《以西結書》的記載，先知以西結曾在異象中看見，耶和華的座駕有四個輪子和四活物。雖然我們無法證實亞倫鑄造的金牛是否只作為耶和華座駕，但這個假設也是合理的；然而，就算金牛犢只是作為神的座駕，亞倫也犯了自作聰明的錯誤，因為這不是神的吩咐，正如約櫃是不應用牛車搬運那樣（撒母耳記上6章1至10節）。況且，亞倫造了金牛犢，縱容百姓，使他們在仇敵中間被譏刺。詩人也如此說：「他們在何烈山造了牛犢，叩拜鑄成的像。如此將他們榮耀的主換為喫草之牛的像。」（詩篇106篇19至20節）難怪神鄭重宣告：「除了我以外，你不可有別的神；不可為自己雕刻偶像。」其實，當時亞倫面對群情洶湧的狀況，理應先祈禱求問耶和華，或許就不會鑄成大錯，此事確是我們的鑑戒。 @ 請上號角網站 [www.heraldmonthly.ca](http://www.heraldmonthly.ca) 欣賞本文影視版及聆聽版。



亞倫在何烈山造了金牛犢



# Dr. Andrew Wong & Associates 牙醫黃仁傑

## Family & Cosmetic Dentistry



- 成人及兒童牙齒護理
- 二十多年豐富經驗
- 牙齒美容及漂白
- 低幅射數碼 X 光
- 數碼科技掃描 (Digital Scanning)
- 洗牙、補牙、牙周病治療
- 鑲牙、牙橋、牙托
- 杜牙根 (根管治療)

### 牙齒矯正

### 植牙手術



invisalign®



- 歡迎新症及急症
- 英、粵及普通話服務
- 特價優惠教牧同工及長者

6633 Hwy 7 East, Suite 108, Markham  
(Hwy 7 E 夾 9th Line 西南角, 醫務大樓內)  
電話: (905) 294-2569  
網址: [www.drandrewwongdentistry.com](http://www.drandrewwongdentistry.com)  
電郵: [info@drandrewwongdentistry.com](mailto:info@drandrewwongdentistry.com)

Smile with a joyful heart!  
「喜樂的心乃是良藥」箴言17:22



Not intended to solicit patients of other dental offices.

# 為神奉上福音心

全方位 多媒體  
請支持號角事工

## 支持號角事工回應表

本人 \_\_\_\_\_ 願意支持號角出版經費。

一次奉獻 \$ \_\_\_\_\_

每月奉獻  \$25  \$50  \$75  \$100 或 \$ \_\_\_\_\_ 由本月起至另行通知為止。

地址: \_\_\_\_\_ 郵政號碼: \_\_\_\_\_

城市: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_ 電郵: \_\_\_\_\_

奉獻方式:  支票 (抬頭請寫 CCHC)  信用卡  VISA  MasterCard

信用卡號碼: \_\_\_\_\_

持卡人名字: \_\_\_\_\_

有效日期: (MM/YY) \_\_\_\_\_ CV2: (卡背面3位數碼) \_\_\_\_\_

簽名: \_\_\_\_\_

填妥表格請寄: Chinese Christian Herald Crusades (Canada) Herald Monthly, 300 Steelcase Rd. West, Unit 28, Markham, Ontario, L3R 2W2。奉獻\$20或以上可獲退稅收據，但不會即時獲發收據通知書。退稅收據於翌年初寄出。查詢請電 (905) 944-1777 號角月報。





# 安樂窩

香灼珊

## 港人居住狹窄的蝸居

有從香港移居加拿大幾年的新移民對我說，按他的觀察，他發覺不同族裔的人士對居住環境的美學要求迥然有別。他慨嘆說，香港地小人多，一般人都居住在環境狹窄的蝸居，從小缺乏培養家居生活情趣和品味的機會，通常對於家居設計或生活美感不太重視；因為家中地方狹隘，吃飯或會友都出外解決，家中的空間都以實用（functional）為主；而且很多都是「餐盪餐食餐餐清」的「月光族」，那有餘暇或情趣去美化居室呢？

我個人較喜歡日本的建築和居室美學，尤愛在古裝片中所見的舊式日本庭院，窗明几淨，木地板擦得發亮，庭院的樹木優美有致，室內擺設也是minimalist的簡單美，每件物件不多不少，絕對沒有多餘的。每人都是席地而坐，睡覺也是鋪棉床墊（futon）在地上，早上把棉墊和被子摺起，然後收入大櫃中，房間又立即變得寬敞利落，全無雜物，雅潔非常。

## 年久失修房子被廢棄

在八、九十年代，「蒲團」（futon）也曾經流行過一陣子，有設計師做了像椅子的木架，日間將蒲團三摺起放在木架上當沙發用，晚上把木架拉開變成床架，將墊子鋪開成為床墊，這樣便可安睡。我以前在多倫多舊居的客房，就是用這種蒲團招待客人的。在紐約還是學生時當二房客，房東是美國白人，一名尚未成名的藝術家，她提供給我們用的睡床更是經典，連木架也不用，將墊子貼牆，就變成席地而坐的沙發，晚上鋪開便是地道的日本榻榻米式睡床。

很可惜隨著時代變遷，在我心目中日式簡潔美的庭院，由於日本城市化和人口老化的問題，已經式微。現時在日本全國佈滿年久失修的破屋，成了社會問題；屋主年老了，兒女都已離家，他們沒有能力，也沒有財力修葺和保養房子，只好任由居住的房子不斷衰殘下去，直到要入住老人院或離世。就算有後代的，他們也未必有能力重修或保留舊居，年久失修的房子只有面臨被廢棄的命運！

## 為自己製造個安樂窩

每個人的人生觀不同，重視的也不同，有些人喜歡花錢在魚翅撈飯上，有些人著重出外時打扮光鮮——穿名牌，開名車，但家居環境卻一團糟。住得有品味、舒服，其實並不需要豪華裝修，只要保持家居乾淨整齊，肯花點錢在保養和維修家居上，東西壞了、舊了便要盡快處理。花點心思插上從自家花園隨手拈來的花草枝丫；住柏文的，到超市買一束鮮花也不過十元八塊，便能為家居添上優雅。為自己製造一個安樂窩，住得安樂、舒服，環境清潔，身心也會變得更健康愉快。 @



# 婚姻問題背後的原因 完美主義者的哀歌（下）

蘇關南

## 沒盡家庭主婦責任

接著，太太想起來，廚房還有一些東西在爐上熱著，她立即走入廚房，羅君也跟著她進去看看，太太把爐火關上，但似乎東西已有些燒焦了！此時，羅君十分生氣地對她說：「你又不用工作，只是照顧孩子，為甚麼會做得這麼差勁？完全沒有盡家庭主婦責任去把家庭弄好。」太太聽到丈夫的話，很是氣憤：「為甚麼我沒有盡力？雖然我不工作，但你不要以為照顧孩子和家庭很輕鬆，其實我每天都感到很疲倦，剛才就是因為太累睡著了。別以為你外面工作賺錢養家就了了不起……」羅君聽太太這樣說，就更加生氣，一怒之下推了她一下，失去平衡的羅太，就摔倒在廚房的地板上，額頭可能碰到甚麼地方，出現了瘀痕。太太對丈夫這個舉動很是驚訝，也很生氣，於是馬上拿起手機致電報警，羅君也被自己從來沒有過的行為，受驚發呆了。

## 列為家暴即時搬離

不久，有兩名警察到來，羅太把剛才發生的事情如實告訴警察，羅君也承認自己推了太太一下，但不知道會倒地受傷。警察把事件列為家暴，首先勒令羅君要馬上搬離這個家，到朋友家中暫住，直到案件審結為止，期間也不能跟太太和孩子有任何接觸。警察向羅君解釋，這是一定要遵守的家暴條例，羅君只得致電好朋友，對方表示可以讓他搬來家中暫住。

在離開之前，警察也提醒羅太和孩子們不能跟丈夫有任何接觸，直至案件審結為止。

於是羅君收拾了簡單的行李，在離開前警察告訴他，明天要出庭聆訊，他會被檢控襲擊傷人的罪名。第二天早上，羅君第一次到法庭，他造夢也想不到會有這一天，幸好法庭容許他保釋，但仍然不容許與家人有任何接觸。

## 不覺做錯離婚收場

這件家暴案在法庭的聆訊程序中，拖了八個月才審結，結果羅君被判守行為兩年。本來案件判決後，他便可以回家跟太太和孩子們團聚；不料他仍然決定住在朋友家中，而且找了一位律師，決定向太太提出離婚，因為他覺得太太的表現實在令他太失望，太生氣了，所以寧可一個人生活下去，也不願意跟一個不斷令他失望的女人生活在一起，最後二人真的離婚了。

我是從好友那裡得知這件事情的始末。其實，羅君已經結婚十年了，他並不覺得自己做錯甚麼，甚至認為自己的離婚決定很正確，他不能忍受跟一個沒法滿足自己期望的女人生活在一起，所以寧可一個人生活，大可減少很多煩惱。不過，聽完了這個故事後，我有一個很強烈的感覺，如果羅君不去改變他這種極端的完美主義性格，就算將來有機會再婚，一定再會是離婚收場。 @

請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。

## 健康是寶

# 食白果

馮新偉（中醫博士）



## 慢嚼時微甜帶微苦

在形容「辛勞付出但沒有收穫」時，廣東話稱之為「食白果」，即徒勞無功或白費功夫之意。小時候常有機會吃到白果這種食物，例如腐竹白果糖水，或家裡過節煲湯時，間中在湯料內也見有白果混在其中。昔日每逢家裡煲腐竹白果糖水或豬肚白果湯時，家中小孩便很雀躍，急不及待地找出手鏟、木屐或洗衣刷等堅硬可用上的工具；等大人分配幾粒白果後，大家坐在地上，用力拍打白果的外殼，直至它爆開，脫去內皮後，趕快將黃色的白果肉交給大人，孩提時對此差事樂此不疲。若論味道，白果比起其他果實不算太吸引，慢嚼時覺微甜，又帶微苦，且澱粉質重，絕非孩童首選的零食。

白果又名銀杏，又稱為鴨子，為銀杏科植物銀杏的種子，可以說是一種活化石，因為它出現的年代久遠。根據考古學發現，白果在恐龍時期已經存在，從植物分類學來說，仿如九代單傳，是單一科下的單一屬再而單一。白果樹是雌雄異株，如木瓜樹一樣。

## 吃煨白果可治夜尿

入秋之際，漫步於萬錦市街頭時，常見很多扇形葉子落在地上，白果樹的扇形葉形是很容易辨認出來的。原來萬錦市政府在城市的周圍廣植了很多白果樹，不過多屬公樹，很少母樹。筆者曾偶爾在貝爾維爾市（Belleville）的路旁見過一些母銀杏樹，它在開花時會散發出一種像腐肉的惡臭氣味。白果的外殼呈白色，外型像開心果，但沒有裂口，它的種仁飽滿而呈黃色。白果也是一種中藥材，味甘苦性平，生食有毒，入藥必須去內皮，否則有中毒的危險。一般在10月至11月收成熟果實，堆放地上或浸入水中，使外皮腐爛（亦可搗去外種皮），洗淨後曬乾；它的功能為斂肺氣，定喘嗽，止帶濁及縮小便。

民間流傳一種治夜尿的方法：吃煨白果。方法是將數粒生白果放在炭爐或火爐上，加熱，待白果殼內的空氣受熱膨脹後，果殼會自動爆開，發出「劈里啪啦」的聲音，裡面的白果肉發出濃郁的香味，食後有止夜尿的功能，此乃由於白果有縮小便的作用，但切記不能多吃，過量食用反為不妙，會引起肩尻尿（即小便不利）的反效果。藥書上有記載：「多食則收令太過，令人氣壅腫脹昏頓。」

## 忌長期服用或生食

中醫有一條叫「定喘湯」的藥方，內含白果、麻黃、蘇子、半夏、黃芩等藥，是專治哮喘咳嗽，痰稠色黃的熱性哮喘的良方。可見白果的藥用價值實在不少。

另外有一個家居湯水——白果薏仁豬小肚湯，是用10粒白果，30克生薏米及3個豬小肚煲成，能健脾利濕止帶，對於治療婦科帶下病有顯著功效。

白果雖有以上的好處，但它略含毒性，不可長期服用或生食，如果生食白果或服用過量而中毒，可出現發燒、嘔吐、腹瀉、驚厥、抽搐、肢體強直、皮膚青紫、瞳孔散大，甚至昏迷不醒等症狀，嚴重的當然要前往醫院洗胃，輕微症狀者，據說可將白果殼煎水服用，能解白果毒云云。相傳「昔有飢者以白果代飯食飽，次日皆死」，務必慎之！ @

請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。

## 財富本身不存在善惡之分

「財富即力量！」相信我們很容易會對持有這種理念的人有負面的評價，形容他們為自私的拜金和物質主義者，是渴望權力，會以各種手段，甚至不惜剝削別人，以達到擁有金錢為目的的人。我們會聯想到那些擁有金錢的富豪或財團，他們如何透過賄賂獲得不公平的競爭優勢，或以競選捐款的手段去塑造對其有利的公共政策和立法，造成社會不公。

無疑「財富即力量」常常喚起人們對「腐敗」和「貪婪」的聯想，但這些並不是必然的結果。正如「知識即力量」一樣，因為它強調了教育和學習，在賦予個人能力和改善社會方面的價值，所以我們普遍會對這句話作正面評價；但是知識用在錯誤的地方上，同樣會為世界帶來巨大的破壞，原子彈的發明就是一個例子。跟知識一樣，財富本身並不存在善惡之分，它只是一種工具，它帶來的結果只在乎運用工具的人。

## 波阿斯在財富上擁有力量

我很喜歡讀《聖經·路得記》，書中的人物波阿斯被形容為一個「大財主」，而在希伯來的原文中，「大財主」也可以被翻譯為「一個擁有強大財富的人」（a man mighty of wealth），而同樣的詞語也被用來形容戰士，所以他是一個在財富上擁有力量的人。他怎樣運用他的力量呢？他慷慨地，以超出以色列的律法所要求的態度，來照顧和保護被「邊緣化」而貧窮和沒有社會地位的人。

其實，今天也有很多運用財富力量為社會帶來改變的事業。像比爾·蓋茨（Bill Gates）和沃倫·巴菲特（Warren Buffett）等人，通過他們的基金會捐出了數十億美元，來對抗疾病、減少貧困和改善教育。他們的貢獻展示了如何將財富力量引導到慈善事業中，可以顯著改善全球健康、教育和福祉。

## 微不足道的施子集合一起

比起以上的例子，也許我們會認為，我們的力量非常微小，不足以為社會帶來甚麼改變。但有人如此說：「當我們走在一起時，就會有力量。」集腋可以成裘，當很多微不足道的施子集合在一起的時候，足以為社會帶來機會和改變。

弗朗西斯·培根（Francis Bacon）的一句名言值得讓我們深思：「金錢就像糞便，除了撒播之外，幾乎沒有甚麼用處。」糞便被囤積只會帶來惡臭和令人厭惡，但撒播在田間作為肥料卻能刺激生長，帶來更美好和豐富的收成。

（文章內容只屬關於議題的一般性討論，僅作為一般資訊參考，而不應作為稅務或法律建議。請根據您的具體情況尋求獨立的專業建議。）



請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。



# 財富與力量

林大駒



# 熱帶迴響

游榮光 (Stephen Yau)

「熱帶迴響」取材自1989、1992年舉家往星馬旅行時的懷想。大馬給我強烈色彩感，民風純樸又熱情，自然美景多不勝數。回港後，即將那美麗的構圖和回憶，再重現於水彩紙上。



1990年 別有洞天

1989年初到馬來西亞，畫友開車上雲頂遊，途中看到這特別情景，兩塊背光的巨石，當中有一枝葉由上垂下，從巨石向外望，看見藍天白雲，感覺別有洞天。我以渲染彈灑，表現石頭的肌理和那通透翠綠的枝葉，形成強烈的質感和空間對比，結構之美，實在驚嘆造物主的奇妙創造！



1992年 花夢 (五)

1992年再到大馬，畫友邀請我們一家三口到他在麻坡的家小住，平房小屋，十分清雅。他在家居後園種植不同品種的蘭花。我選畫了其中一棵，以紫藍色調子渲染，用留白膠、灑鹽和噴水，繪出喜樂動感背景，這蘭花的形態充滿活力，黃色花朵和背景顏色互相比對，令蘭花更顯突出和舞動感。



1992年 棕櫚

沙田馬場彭福公園內種了多株棕櫚樹，很有大馬風情，女兒在樹叢中遊戲，一幅美麗的圖畫展現眼前，就是這樣創作了這幅《棕櫚》。



1993年 倒影 (三)

那天在馬六甲遊，河上船隻和藍天白雲的倒影，色彩異常明艷，與馬來西亞人的熱情非常吻合。倒影同時反映當地文化，啟發我日後創作重要的《倒影》系列。



1992年 一對椰子

馬來西亞到處都是椰樹，椰子高高掛在樹上。看見猴子敏捷地爬上樹頂採摘椰子，不到一會已把樹上椰子摘下。畫中的一對椰子飽滿成熟，在樹上隨風搖曳，相信不久便會自動掉下來，不用猴子幫忙了。



1993年 西瓜

從麻坡開車到馬六甲途中，途經西瓜市場，看到一籮籮西瓜放在地上，即時拍了幾幅不同角度的照片。當時陽光照著西瓜，同時令竹籮產生了戲劇性的光影效果，非常吸引、悅目。



1993年 齊來享受陽光 (二)

在吉隆坡街頭看到一所房子外牆，懸掛晾著純樸的衣物，享受著陽光的洗禮，衣物色彩鮮明，擺放得十分自然，層次分明。我以留白膠、高亮度調子表現牆壁質感和表現早上陽光，深色的影子造成明暗對比，令衣物更為突出。



1993年 馬六甲風情 (一) 三輪車

路經馬六甲街頭的一所房子，屋前停泊著一部三輪車，後面的窗台擺放著一些小盆栽，中午的陽光照耀著破舊的泥土牆，正是車夫辛勞了半天，午飯後休息的時候，也帶出熱帶風情。



1993年 馬六甲風情 (二) 綠色簾

左邊一條巨型羅馬式石柱，右邊一幅綠色的竹簾。我採用濕畫法表現陽光樹影投射在那輕輕搖著的竹簾上，很有電影蒙太奇的效果。竹簾後面擺放著一些枱檯，深色的背景和強烈光影對比，將竹簾更加突顯出來，令畫面加添趣味。 @ 請上號角網站www.heraldmonthly.ca欣賞本文影視版視頻。



# 我的孩子是否網絡上癮？

## 健康上網 過度上網

很多家長都會問：「我的孩子是否網絡上癮？我該做甚麼才可以預防呢？」網絡在我們的生活中已經越來越重要，如在網絡上娛樂消遣、在網絡上工作、在網絡上課，完成學業 生活與網絡已經緊密相連，有時真的難以分辨甚麼時候是工作，甚麼時候是學習，甚麼時候是娛樂。

專家把網絡使用分成：

- \* 健康上網——上學和上班都必須使用網絡。
- \* 過度上網——過度使用網絡會出現危機，因為若不加以控制，便容易「網絡成癮」。網絡成癮嚴重影響青少年，造成很大的危機；不過，為人父母者也不要太擔心，覺得孩子玩電子遊戲就一定會網絡成癮。

## 網絡成癮 戒斷反應

其實「網絡成癮」是有明確的定義和判定的標準。最明顯的症狀就是對網絡的使用有強烈的渴求，好像被



這東西控制。當父母要子女停下來或減少上網時，他們就出現「戒斷反應」——變得非常煩躁、渾身不自在、容易發脾氣、注意力不集中、不能夠入睡，出現睡眠障礙，甚或有過激的反應。當上癮的時候，日常生活會受到影響，社會功能也會受損。例如在社交方面，成癮的青少年不喜歡跟親戚朋友相聚；學習方面，成績下滑；工作方面，表現欠佳。然而，不是一、兩天就有這情況，按病情的標準，一定要達到或超過3個月。3個月都沒法停止，甚至變本加厲，每日使用網絡的時間達到或超過6個小時，我們就可以說，這個孩子已經網絡上癮了。

## 虛擬世界 廣交朋友

「網絡上癮」還可以分為網絡遊戲成癮、網絡關係成癮、網絡信息成癮，其中網絡遊戲成癮對青少年（尤其對男孩）影響最大。網癮青少年有以下特徵：

- 1、他們主要來自破碎家庭，如父母關係欠佳或已經離異、家人時常吵鬧；孩子沒有平安，為了逃避壓力，他們便進入這個虛擬的世界。
- 2、這些青少年本身不懂表達或不能調節情緒，當他們情緒失控時，便很害怕與人交往，為了躲避，就走進虛擬的世界。
- 3、另外一些青少年不太清楚生活的目的，他們不明白人生有甚麼意義，例如父母強迫升讀大學，而自己卻不喜歡讀書；當他們不知為何活著時，也會為了逃避而走進網絡的世界。

此外，也有些青少年不甘寂寞，害怕沒有朋友、被拒



林呂華 (資深心理輔導員)

絕，於是不停上網，他的朋友圈子可能有300至500個人，但是專家告訴我們，可以處理的關係，無論是真實的或網上的，最多也不過是150個人；孩子在虛擬世界裡不斷建立許多這類的友誼，然而跟誰建立的，他們根本不知道。

## 活得滿足 活得實在

通常這些網癮的青少年也得不到社會的支持，或許他們從小便沒有很要好的朋友，父母又忙碌，經常不在家，這些青少年在孤單的成長過程中，也很容易墮入上癮的危機，如果刻意停止他們上網，他們會有很極端的表現，例如對家長有暴力的行為、自己「躺平」、出現憂鬱症狀等。作為家長的，當孩子還小、還未進入網絡癮之前，便要幫助他們避免網絡成癮。我們需要急切教導孩子恰當地、健康地使用電子產品，可以放，也可以收，不受網絡控制；同時讓他們知道可以培養其他嗜好、參與教會生活、家人在旁支持，學習不走進虛擬的世界，也能活得滿足、活得「實在」。 @ 請上號角網站www.heraldmonthly.ca欣賞本文影視版及聆聽版。





# 朱古力杏仁條

李綺蓮 (Anita Li)



朱古力杏仁條

- 材料：**
- 糖身：牛油 75克
  - 杏仁 200克
  - 幼砂糖 120克
  - 粟膠 10克
  - 水 10克
  - 雲呢拿香油 1茶匙
  - 糖衣：白朱古力 190克
  - 果仁碎 約120克

- 特別工具：**
- 朱古力熔化鍋
  - 長條形朱古力模具

- 做法：**
- 糖身：**
1. 將杏仁切成小粒，備用。
  2. 將牛油倒入不黏鍋中，用中火煮熟。
  3. 倒入幼砂糖、粟膠和水，用中火煮約至攝氏150度，或糖漿開始黏稠及轉深啡色，期間輕輕攪拌。
  4. 熄火，加入杏仁粒，快速攪勻。
  5. 將糖漿倒入長條朱古力模具內，凝固後脫模。
- 糖衣：**
6. 將白朱古力切碎，倒進朱古力熔化鍋，加熱至溶化，用小匙攪拌勻。
  7. 將每一杏仁條糖身放入朱古力溶液內，沾上朱古力後，再沾上果仁碎。
  8. 放入雪櫃最少2小時，待朱古力凝固後便可享用，或用糖紙包裝袋保存。

### 原來糖果好易做 留意當中有秘訣

趁糖漿仍熱時要快速入模，如果糖漿硬化了，便難模成杏仁條：就等於聖經教導人，應當趁著有光行走，免得黑暗臨到，便不知道往何處去了。

《聖經·約翰福音》12章35節：「……應當趁著有光行走，免得黑暗臨到你們；那在黑暗裡行走的，不知道往何處去。」



請上號角網站www.heraldmonthly.ca收看本文影視版視頻。



a) 食材



d) 糖身填滿模具



g) 滾上果仁



b) 溶化糖漿



e) 溶化白朱古力



h) 置於盤中



c) 加入杏仁攪拌



f) 糖身粘上朱古力



i) 放入紙托

## 2024 號角異象分享會

## 首創雙線舉行

### 1 實體午宴 (多倫多)

2024年6月24日  
星期一早上11:00

大多市萬錦廣場金廷宴  
3225 Highway 7, Unit 1, Markham, ON

現場精彩節目 豐富美食  
席位有限 必須預先報名 自由奉獻

## 闖進 AI 新境界 號角進步新姿態

### 2 號角網站直播 www.heraldmonthly.ca

2024年7月7日  
星期日晚上8:00

多倫多及溫哥華時間各一場



趙善基牧師

現場特別嘉賓



號角如何利用 AI 人工智能 製作聖經故事動畫?



號角如何編採 貼身時事專題?



免費贈送2本新書  
《喻意人生第一事》  
(陳琛儀牧師新書)  
《金句猜字謎》  
屆時在號角網站登記索取

查詢請電加拿大號角  
多倫多 (905) 944-1777  
溫哥華 (604) 876-1061

