

生活

Life Monthly

贈閱
COMPLIMENTARY

2026年3月◎第295期 (eLM)

生活月刊・與你同行

在多元文化之間生活
——我眼中的澳洲

旺達拜恩雕塑。
(Wondabyne Sculptures)
它們現在在哪裡？

談戀愛

你知道的那些「職場法則」
……也許都是謊言！

www.lifemonthly.org



lifemonthly.org



@lifemonthly

請關注生活月刊在 Facebook, Instagram 及 Twitter 的帳號。

掃描二維碼可登入
生活月刊網站。

今期〈在多元文化之間生活——我眼中的澳洲〉這篇文章，我心中升起的，是一份真誠的敬意。在當今媒體環境中，關於移民與多元文化的討論，往往充斥著數據與政策辯論。而這篇文章做到了更困難、也更重要的一件事——它用生活的真實，娓娓道出一個人的親身體驗，既不誇張，也不煽情。

文章以悉尼街角咖啡館裡的一個平凡早晨為起點，層層展開——不是一場論辯，而是一連串積累的瞬間：帶著義大利口音的問候、廚房裡飄來的西班牙語笑聲、一個孩子在英語與母語之間自然切換。這些細節精準而克制，將「多元文化」這個原本流於抽象的概念，落實為可感知、可觸摸的生命經驗。

這篇文章最令人動容之處，在於它拒絕將移民經驗簡化為單一的歌頌或申訴。作者坦然承認歸屬感帶來的溫暖，也誠實面對差異帶來的不適——開口說話時對口音的自我意識，心裡那道無聲的盤算：改變多少才能被接受？保留多少才不會失去自己？這種拉扯，被作者表達得清晰而有力，相信能在許多讀者心中引起深深的共鳴。

作者沒有迴避社會對住房與公共服務壓力的焦慮，而是正面承認這些情緒，並以自身觀察為基礎，將問題根源指向制度與規劃，而非人口的多元本身。這不是天真，而是一種有所依據、有溫度的立場，也因此更具說服力。

文章結尾，夕陽映照海港大橋，不同膚色的人們共享同一片海岸線——這幅畫面的靜謐力量，是時間慢慢累積而成的，而不是刻意塑造的。也許，多元文化並不是一個需要被定義的詞，而是一種正在發生的生活。

目錄

在多元文化之間生活——我眼中的澳洲	03
-------------------	----

在穩定之中覺醒：中年之後的生活與思維轉向	05
----------------------	----

在智能時代裡，守住人的價值	06
---------------	----

慶祝生日很尷尬	07
---------	----

來場冒險之旅！	08
---------	----

旺達拜恩雕塑。它們現在在哪裡？	10
-----------------	----

四十載恩典路——告別職涯，迎向新程	13
-------------------	----

談戀愛	14
-----	----

我決定不「斷捨離」這段關係	16
---------------	----

笑話天地	19
------	----

你知道的那些「職場法則」……也許都是謊言！	20
-----------------------	----

生活月刊 第295期 2026年3月 (e-LM)

出版發行Publisher: Christian Life Mission Ltd.
澳洲基督教新生命事工協會 ABN 48003922352

38 Day Street, Drummoyne NSW 2047 Australia

電話Tel: 0419 816 666

投稿: editors@lifemonthly.org

諮詢/廣告/義務總幹事(CEO) 陳偉雄 Colman Chan

電郵 Email: colman_chan@yahoo.com

網站 Website: www.lifemonthly.org

網頁設計Web Page Design: 徐慧娟

2026 © 版權所有

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月刊一致。贈閱刊物。所需費用少部份來自廣告收入，其餘由教會及個人奉獻。

廣告刊登

我們歡迎您刊登廣告。

如果您有任何關於廣告刊登的疑問

或需求，請隨時與

陳偉雄聯絡。

電話 0419 816 666

他將樂意為您提供詳盡的解答和協助。

郵箱: colman_chan@yahoo.com



在多元文化 之間生活—— 我眼中的澳洲

文 / 小辰

在澳洲，多元文化並不是一個抽象的政策名詞，而是每天都在街角、咖啡店與節慶之間發生的生活景象。不同背景的人帶著各自的故事相遇，也在同一片天空下慢慢學會共處與理解。

有些體會，是在生活裡慢慢長出來的。

剛來澳洲時，我並沒有特別去思考「多元文化」這個詞。那四個字聽起來太宏大了，像政策文件裡的用語，離日常生活有些距離。直到某個普通的週末早晨，我坐在悉尼街角的咖啡店裡，才真正感受到它的存在。

咖啡師帶著義大利口音的英語問我要不要加糖，後廚傳來西班牙語的笑聲；旁邊桌的小孩用流利的澳洲口音和父母說話，卻偶爾夾雜著母語；門外經過的是穿著校服的華裔學生。那一刻我忽然明白，這座城市並不是由單一文化拼湊而成，而是一個同時發生著無數故事的地方，而我們，都只是其中的一頁。

在這片土地上生活久了，多元文化不再是一種標籤，而更像日常生活的底色。

農曆新年時，唐人街燈籠高掛，街

道被紅光映亮；排燈節的夜晚，南亞社區的燭火點點閃爍；希臘節的音樂在公園裡響起，人群隨著節奏舞動。這些節慶沒有彼此競爭，它們只是各自存在，散發不同的氣味與記憶。

城市像一個開放的容器，把來自世界各地的人安放在同一個空間裡——有人帶來香料，有人帶來咖啡，有人帶來技術與專業，也有人只是帶著一顆想重新開始的心。久而久之，這樣的交織，便成了一件再自然不過的事情。

然而，身為移民，我也清楚，多元文化並不只有溫暖的一面。

我還記得第一次在本地場合開口發言時，小心地讓自己的口音盡量清楚。對方並沒有惡意，但那種微妙的自我意識，仍然讓人明白自己還在學習如何站穩。移民的過程，其實是一種緩慢而持續的調整——你學語言、學規則、學如

何表達，同時也不斷在心裡衡量：要改變多少，才能被接受？要保留多少，才不會失去自己？

第一代努力適應，第二代在兩種文化之間成長。有的人選擇融入主流，有的人努力守住傳統，也有人在兩者之間長期擺盪。那種拉扯並不總是劇烈，卻是真實而日常的。

這些年，城市變得更擁擠，房價上升，交通與醫療的壓力也日益明顯。每當這些議題浮上檯面，總有人把矛頭指向移民。我理解那種情緒背後的焦慮，但我更相信，問題的根源往往在制度與規劃，而不是多元本身。

我曾在醫院遇過來自菲律賓的護士，在工地遇過來自尼泊爾的工人，在辦公室裡遇過來自印度、中國、巴西的

同事。他們不只是統計數字，而是這座城市每天正常運轉的一部分。

有時我也會問自己：所謂的澳洲文化究竟是什麼？是英式傳統？是海灘與咖啡？還是公平競爭與法治的精神？

或許它本來就沒有單一答案。這片土地之所以特別，正是因為它沒有要求所有人變得一樣。你可以保留自己的語言與記憶，同時遵守共同的制度與規則。在這樣的框架裡，多元不是威脅，而是一種擴展——文化沒有被抹去，而是在日常生活中慢慢重新組合，長出新的形狀。

構成這一切的，不是統計數字，也不是政策文件，而是一個又一個普通人的選擇：有人為了孩子的教育遠渡重洋，有人為了一份更好的生活重新出

發，也有人只是想在某個地方安靜地落腳。每一個決定背後，都帶著重量。

傍晚時分，我常常走到海邊，看著夕陽慢慢落在海港大橋上。不同膚色的人們散步、聊天、遛狗、拍照。沒有人刻意說起自己的來處，但每個人都帶著各自的故事。

多元文化讓澳洲變得豐富，也讓它變得複雜；它帶來機會，也帶來磨合。但或許，一個真正成熟的社會，本來就不會只有一種聲音。

在那樣的黃昏裡，我常常覺得，多元文化不是口號，也不是政策，而是一種正在進行中的生活。我們帶著不同的過去來到這裡，然後在同一片天空下，慢慢安頓，慢慢生根。

這就是我眼中的澳洲。



多元文化節慶讓不同族群在同一座城市相遇與交流。

文 / 李嘉軒

在穩定之中覺醒： 中年之後的生活與思維轉向

在澳洲日常節奏之中，重新思考努力的方向、生活的步伐，以及中年階段所帶來的清醒與轉向。



有一天早上，我走進附近那家常去的咖啡店，照例點了一杯平時喝的Flat White。坐下來時，無意間看到隔壁桌一位男人正用筆記本寫著什麼。不是手機，而是真正的筆記本。他大概五十幾歲，穿著工作服，鞋子上還沾著些泥。他寫得很專注，咖啡放在旁邊涼了也沒喝。我不知道他在寫什麼，但那個畫面讓我停留了很久。

在澳洲生活久了，這樣的畫面會不知不覺累積起來，然後在某個平靜而普通的早晨，忽然讓人重新想起一些被忽略的事。這裡的生活節奏並不急促，街道安靜，咖啡店裡的人各自專注於自己的時間。久而久之，人也會被這種節奏影響，開始重新檢視自己過去對「努力」的理解。

年輕時我相信一件事：只要夠拼，問題就能解決。收入不夠就多做幾份，時間不夠就壓縮睡眠。那種邏輯在當時有它的道理，也確實撐過了一些關口。但步入中年之後，身體開始誠實起來。不是突然倒下，而是一種慢慢的疲憊。怎麼睡都還是累。你開始意識到，勞力其實是一種會耗盡的資源，而你已經用掉不少了。

我認識一位在建築公司工作的朋友，他沒有換過工作，在同一家公司做了十幾年。我曾經覺得這樣有點可惜。後來才知道，他這些年默默考了一張

估價師的執照，現在偶爾接些案子，兩邊都在走。他沒有宣告什麼轉型，也沒有勵志創業的故事，只是慢慢多開了一條路。

我問他是什麼時候開始準備的。他只是淡淡地說：「沒有特別開始，就是慢慢累積。」

這句話讓我想了很久。

關於家庭這件事，我承認自己以前想得太簡單。總覺得出門上班才算辛苦，在家帶孩子只是另一種節奏。真正走近之後才明白，那種日復一日的情緒消耗，那種幾乎沒有下班時間的狀態，其實是另一種形式的重。這種重，不會出現在任何帳單或工時記錄裡，也很少有人主動說謝謝。即使如此，它依然真實地存在著，而我們往往要經過一段時間，才慢慢理解。

澳洲這個地方有個特質，就是你會看到很多「重新來過」的人。五十歲去念書的、退休後經營小店的，也有人在移民之後轉行的。這些人不見得過得特別好，也不是每個故事都有圓滿結局，但他們的存在本身就讓人覺得，人生的輪廓沒有你以為的那麼固定。所謂穩定，並不等於停滯，而是可以在既有基礎上，慢慢調整方向。

我現在偶爾還是會陷入那種舊有的焦慮——覺得自己做得不夠、走得不夠快。但時間久了，會慢慢學到一件事：速度不是唯一的標準，甚至不是最重要的標準。真正讓人撐得久的，是一種對自己誠實的能力——知道什麼時候該停，什麼時候該轉，什麼時候其實只需要一杯咖啡和一個安靜的早晨。

後來，那個鞋子上沾泥的男人喝完咖啡走了，筆記本收進包裡。我不知道他寫的是工作計畫，還是給孩子的信，也可能只是今天要買的東西和一些零碎的想法。但在那個平凡的瞬間，我忽然明白，中年之後的覺醒，往往不是劇烈的改變，而是一種在穩定生活之中，逐漸清晰的自我調整與內心轉向。

在智能時代裡， 守住人的價值

文／文翰

這幾年，我愈來愈明顯地感受到一種時代的轉變。不是某一天突然發生的大事，而是在日常生活裡，一點一滴地滲透進來。早上用手機搜尋資料、整理文件時出現的自動建議，商店裡的智能推薦，甚至寫作與設計所使用的工具，都比以往更「聰明」。起初我只是覺得方便，後來才慢慢意識到，這不只是工具的進步，而是一場正在發生、悄悄改變日常的科技革命。

我們常說人工智能改變世界，但對我而言，它更像是在悄悄改寫工作的節奏與思考習慣。過去需要花上數小時處理的資料，如今可以在短時間內完成；一些重複性的流程，也逐漸被系統接手。效率確實提升了，但同時也讓人不得不重新思考：在這樣的時代裡，人究竟應該站在什麼位置？

我身邊從事不同工作的人，都開始感受到這種轉變。有人發現行政與基礎操作的職位逐漸減少，也有人因為主

動掌握新工具，而在職場上站穩了腳跟。這讓我明白，科技並不是單純地「取代」人，而是在重新塑造整個產業結構。某些職位可能消失，但同時也會衍生新的需求——數位內容創作、數據分析、系統管理，以及跨領域整合能力。能夠持續學習並適應的人，將會愈來愈被需要。

從另一個角度看，人工智能也為中小型企業與創意工作者打開了新的空間。以往需要龐大資源才能完成的項目，如今借助智能工具，變得更加可行。對於設計、媒體與出版領域而言，這種變化尤其明顯。創作不再完全受限於時間與人手，創作者可以把更多心力放在構思與品質上。在某種程度上，科技反而成為放大創意的助手，而不是取代創意的存在。

當然，變革也伴隨著不安。在產業結構轉變的過程中，不少人會擔心未來的穩定性。這種焦慮其實可以理解——畢竟過去習以為常的工作

模式，正在被快速改寫。但我逐漸發現，與其抗拒這股浪潮，不如調整自己的學習方式。過去社會重視記憶力與固定技能，而現在更需要的是理解與分析的能力、獨立判斷的能力，以及跨越不同領域的思維方式。

教育與社會制度也需要跟上這樣的節奏。若仍停留在單一知識傳授的模式，將難以應對瞬息萬變的未來。培養持續學習的能力，或許比任何一門具體技能都來得重要。科技更新的速度遠超以往，唯有保持開放的心態，才能在變動之中找到自己的位置。

此外，我也常常思考科技發展帶來的另一個問題：信任與界線。當資訊生成變得愈來愈容易，內容的真實性、資料的安全性，以及科技使用的倫理，都變得更加關鍵。科技的影響，最終仍取決於使用者的選擇與社會的規範。如何負責任地運用技術，將會是未來社會必須共同面對的課題。

科技可以
加快速度，
但方向仍需要
人來把握。

生活在澳洲這樣高度數位化的社會，我更能感受到科技融入自然的自然與持續。銀行服務、零售系統、媒體平台，甚至日常溝通方式，都在不知不覺中變得更加智能。這些改變並不張揚，卻真實地影響著我們的生活節奏與工作方式。

回顧歷史，每一次科技革新都曾帶來疑問與陣痛，但最終也推動了社會前行。從工業革命的機械化，到後來的電腦化，再到今天的人工智能，人類始終在適應與調整之中前進。所謂的「AI革命」，或許並不是要人被科技淘汰，而是一個契機，讓我們重新審視自身真正的價值所在。

在這個變動的時代，我愈來愈相信，觀察力、創造力與判斷力，才是最難被複製的能力。科技可以加快速度，但方向仍需要人來把握。學習與科技同行，在改變之中尋找屬於自己的可能，也許這正是這個時代最值得去做的事情。

慶祝生日很尷尬

文/曉聲

過生日、慶祝生日，怎麼成了一件讓人感到尷尬的事？

想幾年前，生日當天我去了某家中式火鍋店。點菜時一時興起，問服務員是否有生日優惠。

當時為我們點菜的服務員回答說沒有。不過，如果顧客願意，店裡可以安排員工們一起為壽星唱生日歌慶祝。接著，她似乎又嘗試勸我們打消「唱歌慶祝」這個念頭，帶著一副略顯委婉的表情補充說：「如果不覺得尷尬的話。」

或許她並非有意如此。也許每個人慶祝生日的方式不同，也可能是為了節省人手，讓其他員工能專心工作——這些我都能理解。然而，在今天這個時代，為壽星慶祝生日、送上祝福，似乎反而變成了一件讓人覺得不好意思的事。慶祝生日，竟然成了一件令人尷尬的事情？

每一個人來到這個世界上，都是經過上帝精心的安排與創造。每一個生命的誕生，本身就是一份祝福，是神賜予我們的榮耀冠冕，讓我們得以來到這個世界。

若今天正是您的生日，我願在此向您道賀——生日快樂！

您來到這個世界，絕非偶然，而是上帝精心的安排；祂因您的存在而歡喜，因為您是祂手中美好的傑作，而非瑕疵品。我們的受造奇妙可畏，是按著上帝的形象所造的。

因此，慶祝自己得以來到這個世界，從來不是一件羞愧的事。恰恰相反，這是一件值得大聲慶賀的事情——因著上帝的愛與恩典環繞，使我們得以聚在一起，同慶祂所行的一切奇妙作為，包括祂讓我們誕生在世上的美好旨意。





歡迎投稿

如果您擁有感人至深的故事，或有令人驚奇的事物想與大家分享，請不要猶豫，發送電子郵件給我們。一旦被採用，您的文章將會被刊登出來。

郵箱：editors@lifemonthly.org

本文章轉載自宇宙光網站 - 光譜月刊

來場冒險之旅！

事工顧問／金明璋（丁莉）



基督教百思道華人公理會

Padstow Chinese Congregational Church
9 Gatwood Close Padstow NSW 2211

粵國語崇拜	星期日上午 9:00
國語成青主日學	星期日上午 10:00
英語崇拜	星期日上午 11:30
國語崇拜	星期日上午 11:00
兒童主日學(英語)	與粵國英崇拜時間同時進行
午餐團契	星期日下午 1:00
詩歌練唱	星期日下午 1:30
教會祈禱會	逢星期五晚上 8:00
青年團契(國、英語)	每週六晚上 7:00
守望禱告會(國、粵語)	每周三 10-12:30am

歡迎參加小組聚會，有關時間及地點等詳情，請洽詢：

堂主任：姚正魁牧師 手機：0438 382 008
中文堂牧者：薛從愛牧師 手機：0402 481 915
中文堂牧者：林守旺傳道 手機：0433 273 589
英語堂牧者：Rev. Alan Best 手機：0414 887 198
查詢電話：謝麥靜嫻姊妹 02 9785 2377; 0433 025 973
教會網站：www.padstowchinesecong.org



恩典基督教會
Grace Christian Church

Castle Hill,
Sun 10:15am (English Service)
Call Ps. Joe Helg: 0431 236 557
www.gracechristian.com.au

Rouse Hill Town Centre,
週日下午 2:00pm (華語崇拜)
連絡：陳傳道 (Kevin Chan)
0430 321 060
www.gracechristian.com.au/mandarin

facebook.com/GCC.RouseHill

無意間在報上看到一篇文章：「二度熟齡遊學去」，近六十的作者，分享了她先後兩次去日本遊學的經歷。第一次時，她五十出頭，找到學校，毫不猶豫，拎起行李就飛往北海道，展開多彩的遊學生活。照理說，有了一次經驗，再出發較容易，可是隨著年紀增長，體力不如前，小病痛纏身，以致她躊躇，只因內心裡想探索世界的熱情不減，下決心勇敢起步，結果一切安排順利，她還是踏上了第二次的遊學之旅。

所謂遊學，不只是因她退休前學習日語，想給自己一個加強學習的機會，最重要的是希望藉著在日本long stay的機會，能放慢腳步，細細品味日本生活的點點滴滴，她真做到了。文章裡

分享了她獨自慢生活中體會的種種，感受到專注自己內心需求的滿足。最後，她說：「勇氣果然是人生美妙樂章的序曲，祝福每一位心中有夢的朋友，能勇敢的跨步，美夢成真！」

人生美妙樂章的序曲

這讓我想到最近看的一本書，由旅人作家藍白拖寫的《人生不只是一場馬拉松》，他認為人生不只是一場馬拉松，生命可能是一場漫長的冒險，有著許多打不完的大魔王，有時候真覺得努力不下去了，無力了，就收拾行李走出去，把被「恐懼魔王」擄走的勇氣找回來。他認為一個人能出去走走，有時會和生活更親密，但往往我們都有夢，甚至是一些瘋狂的夢，但僅止於「想」，很難



切入實踐。就像一般人走路撞見牆，就會換條路走，很少人會站在原地思考，怎麼把牆鑿開。他自己在二十多歲時就展開了一年的世界性的冒險旅行，深深體會過程中的心情、感受及所得，知道勇氣的重要，更知道面對問題尋求解決方法的重要。

人生中最困難的部分

他說，第一次出門冒險的人，無論年紀大小，絕對會認真解決問題——語言不通怎麼溝通、如何省錢、如何保住荷包、怎麼規劃行程、遇到壞人怎麼辦、如何克服恐懼……，在冒險面前，人人都是學習者。冒險可以學會克服人生中最困難的部分，就是跨出第一步。不過，大多數人會覺得生活安逸、舒適很重要，不想給自己改變、冒險的機

會，但他認為「生活無力是假裝成『安逸』的慢性毒藥，會讓人失去熱情，停止學習。」秉持著冒險精神才是優質安逸生活的最好養分，千萬別把對生活的無力誤以為是安逸。

作者說他當年出門冒險，不是為了追求快樂，而是清楚意識到自己的不快樂，承認了這點，誠實面對，才有了出走的勇氣，也才有機會真正和自己深度對話，認清了自己。因此，他認為出門不是為了看世界，是為了看自己哪裡故障，才能動「腳」維修。

不過，所謂的冒險，未必一定是遠走他鄉，因為生活本身就是一場大冒險，問題在於我們有沒有一個冒險者擁有的冒險靈魂，他說：「秉持著冒險的

心，到處都是闖關樂園。」他曾經帶著孩子在台灣做了一次搭便車環島之旅大冒險，也曾經企劃了台式早餐之旅、老台北咖啡廳、基隆河源頭探索等等專題之旅，其實也是一次次的主題冒險。

除此之外，蒙著眼爬樓梯也是冒險，看google地圖，搜尋對自己陌生的地方、學習新事物也是冒險，總之，保持好奇心及對生活的熱情，拒絕自己一成不變，無感又不快樂的生活，想法讓自己有機會藉著面對大自然、人，而能誠實跨越自己內心的魔王，才是讓自己擁有安逸、豐盛生活的祕訣。

你覺得呢？新春期間，祝福各位馬年中有勇氣突破，來一場冒險之旅！

Wondabyne Sculptures

旺達拜恩雕塑。它們現在在哪裡？



與喬安妮同遊
圖文 / Joanne

旺達拜恩雕塑在哪裡？它們是什麼？你或許真的會這麼問。自從我搬到霍克斯伯里河畔居住以來，我就知道旺達拜恩雕塑花園的存在。它以前位於旺達拜恩車站附近。

旺達拜恩車站

這座車站是澳洲最小的車站之一。月鰲溪(Mullet Creek)或鄰近砂岩採石場搭船前來的乘客，便是在這個月台上下車，而月台長度不到10公尺。當我從市區搭火車回家時，列車長會告知在旺達拜恩車站下車的乘客：「請通知列車長，並從最後一節車廂的後門下車。」

構成旺達拜恩雕塑花園的十二座旺達拜恩雕塑，是以來自該採石場的優質霍克斯伯里砂岩巨石鑿刻而成。

多年來，它們一直留在創作完成的原地——位於旺達拜恩車站附近、溪流與採石場之間的一小片狹長土地上。後來，它們被移走了。

旺達拜恩雕塑的背景故事

在1986/87年夏季，雪梨雕塑家勞倫斯貝克(Lawrence Beck)策劃了旺達拜恩雕塑研討會(Wondabyne Sculpture Symposium)，這是澳洲首個國際雕塑研討會。貝克同時也策劃了「活沙漠研討會」(Living Desert Symposium)，那是造訪布羅肯希爾(Broken Hill)時最令人印象深刻的亮點之一。

首屆旺達拜恩雕塑研討會

在炎熱的夏季裡，六位澳洲雕塑家與六位國際雕塑家——其中包括各



一位來自保加利亞與法國，以及各兩位來自尼泊爾與巴布亞紐幾內亞——僅使用鐵鎚與鑿子創作他們的藝術作品。由於現場沒有電力供應，清脆的敲擊聲「叩、叩、叩」在山谷間迴盪，伴隨著月鑑溪的水聲拍打著附近的岸邊。

在每一個漫長工作日結束時，雕塑家們都會爬上採石場上方的營地休息。曾在營地擔任廚房志工的裘德普里查德(Jude Pritchard)回憶說，晚餐時「大約有五、六種不同的語言交織在一起」，而我想，當中肯定也少不了大量的手勢比劃。

如今，如果你特地在旺達拜恩車站下車想一睹這些雕塑，恐怕會感到失望。它們已於2003年遷移至彭南山花園(Mt Penang Gardens)，據說是「基於安全考量」，同時也為了讓公眾更方便前往參觀。

一則來自布魯克林當地居民偶然發佈在Instagram上的貼文，讓我得

知這些雕塑如今位於彭南山花園。於是，我決定親自前去探訪。

彭南山花園

從 M1 高速公路的 Gosford 出口駛離，依照路標指示前行，我左轉進入彭南山花園。在抵達瀑布咖啡館(Waterfall Cafe)之前，我把車停進一個空著的停車位。那裡俯瞰著一座池塘，一排鴨子在如鏡面般平靜的水面上彼此尾隨而行。

一座橫跨池塘的小橋成為花園的入口。旺達拜恩雕塑位於花園的最遠端，我沿著平滑的混凝土小徑悠閒前行，享受著冬日陽光灑在背上的溫暖，以及樹上鳥兒的啁啾聲。周圍幾乎沒有什麼遊客。

漫步經過一座方尖碑倒映在狹長水池中的景象時，我興奮地看到一群六、七棵瓶樹。它們讓我想起家鄉的猴麵包樹。這些原生於昆士蘭的瓶樹樹皮粗糙——與西澳那種樹幹光滑的波亞布樹(boab)不同。

小徑蜿蜒通往一片草地，十二座旺達拜恩雕塑自豪地矗立其上，俯瞰著上方水壩微微蕩漾的水面。草坪後方的一棟建築物暗示著這些雕塑最初創作的地方。建築外層包覆著塑膠布，上面印有旺達拜恩車站等比例大小的影像。

細看旺達拜恩雕塑

沿著小徑前行，我慢慢欣賞這些雕塑。來自尼泊爾與巴布亞紐幾內亞藝術家的作品中，蘊含著鮮明的文化元素。我透過克里夫阿克塞爾森(Cliff Axelsen)作品《Pietra Santa》中的圓孔向外望去，並驚嘆於維斯科托特夫(Vesco Totev)如何以手工打造出《Circular Form》中那顆渾圓的石球。

小徑繞行返回咖啡館，途中經過龍之花園(Dragon Garden)，蘆薈與仙人掌的橘色與綠色，在清澈蔚藍的天空映襯下形成鮮明對比。





瀑布咖啡館

我坐在瀑布咖啡館 (Waterfall Café) 陽台的座位上，眺望著池塘花園。鴨子在平靜的水面上划行，青蛙不時鳴叫，與水流從矮牆潺潺滑落的聲音交織成一曲自然的旋律。我打算在午餐後去尋找第二屆旺達拜恩雕塑研討會的作品。

第二屆旺達拜恩雕塑研討會

第二屆旺達拜恩雕塑研討會於首屆舉辦一年後，也就是 1988 年舉行。這些作品同樣由澳洲與國際雕塑家共同創作，並在鄰近的彭南山公園 (Mt Penang Parklands) 現場完成。

彭南山公園

據說，從這裡開車前往第二屆旺達拜恩雕塑研討會的地點只需 7 分鐘。據聞雕塑位於麥凱布路 (McCabe Road) 旁，但我卻在附近繞來繞去，始終找不到任何指示牌告訴我該往哪裡走。

最後，我只好放棄，回到家中，並寄電子郵件給幾位相關人士，希望有人能提供我前往那些雕塑的確切路線。

尋找第二屆旺達拜恩雕塑研討會

幸運的是，當地議員辦公室的一名工作人員在週末騎自行車時，偶然發現了那些雕塑。她打電話給我，並提供了詳細的路線指引（見下文）。

如果說首屆研討會的雕塑以草坪為舞台，那麼第二組十二座雕塑則被原生叢林環繞。這些風化的砂岩作品覆滿斑駁的地衣，在自然環境中顯得格外融洽，彷彿本就屬於這片土地。

可惜的是，它們實在太難找到了。



實用資訊

- 前往彭南山花園(Mt Penang Gardens)時，請在抵達瀑布咖啡館(Waterfall Café)之前停車，否則您會進入單向循環道路，最後繞回中央海岸公路(Central Coast Highway)。
- 花園內設有無障礙步道，並提供身心障礙人士專用停車位與洗手間。
您可以在咖啡館索取花園地圖、在入口處掃描QR Code下載，或線上下載。
- 花園開放時間為上午9:30至下午4:30(聖誕節、節禮日、元旦、耶穌受難日及特定活動期間休園)。
- 園內設有2座烤肉爐、3張野餐桌，以及開闊的草地野餐區。
- 瀑布咖啡館(Waterfall Café)供應早餐與午餐，每週一至週日營業，時間為上午8:30至下午4:30。
- 第二屆旺達拜恩雕塑研討會的雕塑位於McCabe Road旁。請將車停在Options Disability Support對面，然後沿著道路步行，讓該支援服務中心位於您的右側。最後您會看到指示牌，引導您前往道路對面叢林中的雕塑。

此文章翻譯及圖片摘自
www.travelwithjoanne.com.au

文/Roger Chan

四十載恩典路—— 告別職涯，迎向新程

去年九月，我正式告別了四十年的職業生涯，為診所的業務劃下一個句點。四十年，是一段不短的歲月。回首走過的道路，箇中滋味實在難以言盡。有汗水、有掙扎，也有收穫；有成長、有挑戰，也有突破。每一步，都是恩典的記號。

我由衷感謝天父的眷顧與保守。多少次在難關之中，祂為我開啓新的出路；在疾病與軟弱時，賜下醫治與平安；在苦惱與迷惘裡，給我毅力與忍耐，使我能夠繼續前行。四十年的歲月，讓我真實經歷到神的恩惠與慈愛，一生相隨。

我也深深感謝妻子多年來的辛勞與守護。她在背後默默承擔，使我能安心專注於工作與使命。感謝兒女與我一同努力，攜手建立這個家；也感謝教會牧者與弟兄姊妹多年來的祝福與關懷，讓我在信仰群體中得到支持與鼓勵。這份同行的情誼，是我人生中最寶貴的資產之一。

9月6日，是我生命中極為難忘的一天。那天中午，我與太太及員工一同共進午餐，原以為只是平凡的一天。沒想到回到診所時，竟發現有數十位教會的弟兄姊妹早已在裡面「埋伏」。他們細心佈置診所，預備了豐盛的美食，還特別製作了一段影片，回顧我的人生歷程。那一刻，我既驚喜又感動，心中滿是說不出的感恩與激動。

牧者與弟兄姊妹的熱情與愛，使我深深體會到教會這個屬靈大家庭的溫暖與真摯。我實在受寵若驚，也因能身處其中而滿心感恩。這份情誼，將成為我記憶中最溫柔的一頁。

聖經說：「你必將生命的道路指示我，在你面前有滿足的喜樂；在你右手中有永遠的福樂。」（詩篇16:11）這節經文，正是我此刻心境最真實的寫照。回望過去，是滿滿的祝福與保守；展望未來，則是對神信實應許的仰望與信靠。

如今，我踏入人生另一個階段。雖然角色改變，腳步或許放慢，但心中的盼望與使命依然清晰。我願神的話語繼續成為我腳前的燈、路上的光，在新的旅程中，活出祂所賜的平安與喜樂。

四十載職涯落幕，不是結束，
而是另一段恩典旅程的開始。

歡迎投稿



郵箱: editors@lifemonthly.org

靈修小品



墨爾本華人浸信會

誠聘華語堂牧者(全職)

本教會每周日聚會包括，英語、華語及粵語三堂崇拜，再加兒童事工聚會人數平均超過300人。華語堂牧者主要職責包括，按聖經真理帶領、教導、關顧牧養。

應征者考慮條件：

1. 具有認可神學院學位並擁有牧養教會經驗或
2. 在認可神學院就讀最後一年學習
3. 具有澳洲永久居留身份、澳洲公民或臨時居留沒有工作限制

有意申請索取資料，
請電郵 pscman@mcbs.org.au 與
聘牧委員會接洽。

本會網站 www.mcbs.org.au

此文章內容及圖片取自雅米事工原創「www.ya-mi.org」

談戀愛

繪畫：EVE

談戀愛，到底在談什麼？你是否想過，為什麼戀愛非「談」不可？又是該「談」些什麼，才能彼此舒服、造就、滿足，在這段互相專屬對方的關係中健康成長？有的人談戀愛，不用“談”，肢體接觸很多，最終卻難以“談明白”。有的人談著談著，彷彿毫無意義，毫無造就的營養。這一期圖文讓我們一起深入思考「談戀愛」這回事！



佳美廚櫃



專業電腦設計各種風格廚櫃，衣櫃，澳洲板材，德國配件，廁所翻新，油漆，水電一條龍服務。免費報價，價格優惠，十年保用。

廠址：21 Hollywood Dr Lansvale NSW 2166

Lic:238789C

0415 900 314



更新RENEWAL
華人基督教會

更新生命 彰顯基督

主日崇拜：星期日11:45am (華語)

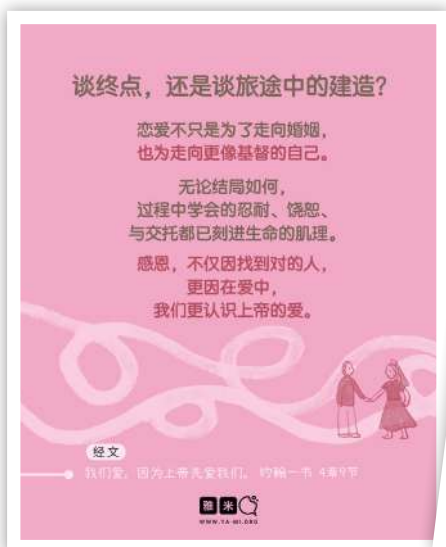
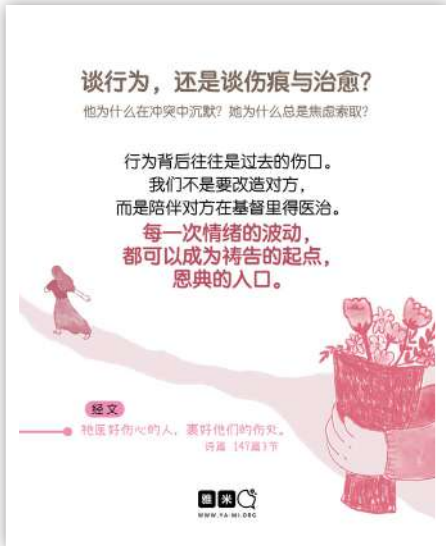
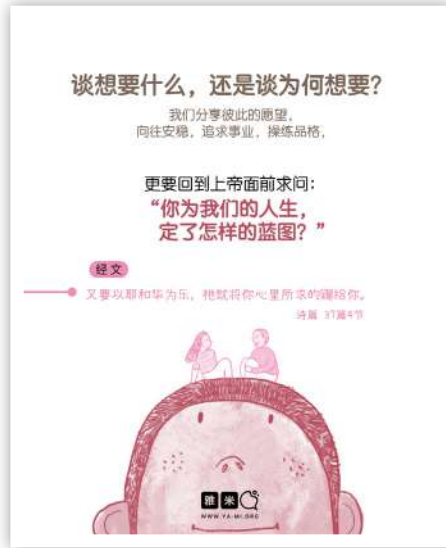
沈志堅牧師：9833 3553 / 0400 530 823

邵嫻嫻牧師：9833 3553 / 0413 034 741

96 Essex Road, MT Waverley VIC 3149

教會開設主日學、禱告會、青年團契、小組團契

教會網站：www.renewalchurch.info



我決定不「斷捨離」這段關係

作者：Dahlia



我喜歡在新開始的一年整理自己的房間，在收拾的過程中分類出很久不再使用的物品。若還很新，就捐給機構做慈善用途；若已經舊了，請回收單位處理也好。在分類物品時，斷捨離的動作，似乎很有效地幫助我們，將雜亂無章的空間重新整理得井然有序。然而當我們在一段緊張的關係中，或是處理我們不滿的情緒時，要做個斷似乎就不這麼簡單。

一年多前我在偶然的機會下，開始服務一對住在偏鄉的小姐弟，利用視訊

的方式練習英語會話。課程剛開始的時候，最讓我頭痛的事情，不是孩子的英文程度，而是他們常常在約好的時間沒有如期出現。許多時候，上課時間已經過了大半，我也發訊在群組裡詢問：「今天是否有要上課？」但往往未能獲得即時的答覆。這樣的情況持續了三個月，我感覺心中的憤怒已達到滿水位，我決定在群組裡消聲匿跡，不再主動發布每月上課的日期，課程就在此結束吧！關係的了斷，看似能立刻解決我心裡的憤怒情緒。但過了一段時間我意

識到，這樣的行為只是一種逃避，並非能真實解決問題的根源。站在學生的立場，他們一定不明白，老師怎麼突然停止上課了。

有一天我在禱告的時候，跟主分享這段不愉快的經驗。主引導我思考，以前當學生時，曾經得到好幾位老師的幫助。他們利用課後留在學校免費指導我，讓我順利考幾張證照，順利申請到大學。主提醒我：「現在孩子學英文，正是為了要申請中學不是嗎？如果這件事發生的時間點，是你在海外服事時，你會怎麼做？」想到這裡，我心裡頓時有些過意不去。在海外服務時確實有更大的包容心，怎

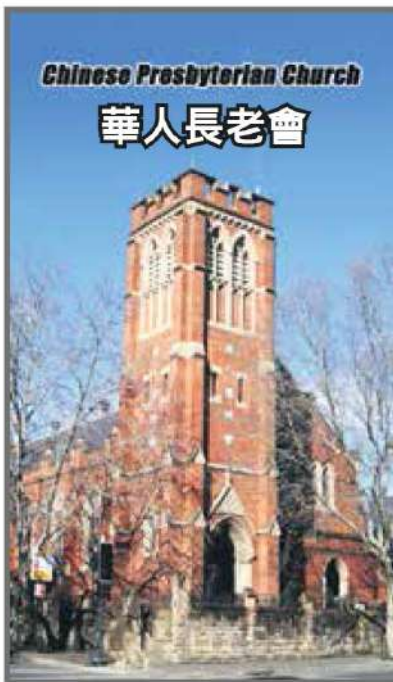
麼回來以後就變得計較？偏鄉的教育資源有限，若這個英文課程幫助孩子取得好成績，申請到城裡的中學，他們未來可能有更多發展機會。

於是我鼓起勇氣，在群組裡說出了要求，告訴家長接下來的課程要準時出席，不能上課時一定要通知我，才不會讓我在線上苦苦等待。家長很明理，除了道歉也確實督促孩子準時上線。同時家長也請求我，每堂課出功課給孩子在家複習。

課程進行了半年，弟弟完成作業的情況實在不理想。我心中罪惡的想法再次浮現，告訴我：「之後不要再花時間

出作業了」。但這次我試著不要用「斷捨離」的方式來處理自己的不滿情緒。於是我試著了解弟弟沒有完成作業的原因。家長告訴我：「因為學校26個英文字母都還沒教完，所以寫英文對弟弟來說很吃力」。從那天起，我們便改成會話錄音的作業。

最近我聽了一場志工分享會，講員分享他們到少數民族的聚落，傳授牧民動物科學的知識，幫助他們藉由畜產振興當地經濟。他們每個月有一次專案會議，因為是在鎮上舉辦，所以牧民需要長途跋涉來參加。會議進行了幾次以後他發現，當地人如果發現自己遲到了，雖然人都已經到了門口，但仍選擇不進



現在活著的不再是我，乃是基督在我裡面活著

誠邀參加主日崇拜

上午9:00 英語家庭崇拜	王多馬牧師	0418 867 563	TomWall@cpc.org.au
上午9:00 國語崇拜	曾恩臨長老	0419284726	zengenlin@gmail.com
上午10:30 粵語崇拜	蔡小麗傳道	0414672188	dorothychoi@cpc.org.au
中午12:00 英、粵語崇拜	陳靈光牧師	0433 370 271	chrisChan@cpc.org.au
下午4:00 英語崇拜	陳靈光牧師	0433370271	chrischan@cpc.org.au

教會設有以下活動

上午9:00-10:30	兒童主日學
下午1:30-4:00	語文學校(國、粵語) 附設繪畫班

地址: Corner of Crown & Albion Street, Surry Hills, NSW 2010

電話: (02) 9331 4459

傳真: (02) 9360 6020

電郵: cpcoffice@cpc.org.au 網址: www.cpc.org.au

主任牧師: 陳靈光牧師 Rev. Chris Chan 0433 370 271 ChrisChan@cpc.org.au

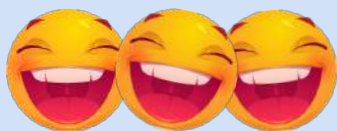
來參加。直接不出現，但也不說一聲。初期，團隊成員都對於這樣的行為，感到沮喪與被冒犯。但是經過他的觀察，當地人在參加婚喪喜慶的時候，若遲到了就不出現，反而是一種尊重主人的表現，與我們的文化是完全相反的。這個文化衝突的例子，給我很深的省思。

2026年，願我們有勇氣面對緊張的關係與受傷的情緒。選擇不是用「斷捨離」的方式來逃避問題，而是採取主動，真誠地說出我們的感受。同時學習擁有一顆寬廣的心，來擁抱那些我們感到「被冒犯」的時刻。我相信身邊的人，從來不是刻意要讓我們覺得不舒服，只不過是他們做事的方式，跟我們不同罷了。面對衝突不要選擇做切割與論斷，而是重新調整我們的眼光，站在對方的視角觀察差異的原因。說不定結局真的會不一樣！

人有見識就不輕易發怒，寬恕人的過失是自己的榮耀。（箴19章11節）



笑話天地



為了在這個充滿挑戰的世界上存活，我們需要懂得放鬆和享受生活。以下是一個簡單又風趣的人生笑話

醫生問小明：如果把你一邊耳朵割掉你會怎麼樣？

小明：我會聽不見

醫生又問：那再割掉另一個耳朵呢？聽不見

小明：我會看不見

醫生問他為什麼...

小明：因為我有戴眼鏡

一個老鷹叫什麼？eagle

兩個老鷹叫什麼？兩gle

老鷹很熱叫什麼？熱gle

老鷹很冷叫什麼？冰gle

老鷹上網查資料叫什麼？google

女士：可以幫我辦會員嗎？

服務員：請問您的姓名是？

女士：我姓陳，名字是美麗的相反

服務員：陳醜陋嗎？！

女士：麗美...

服務員：喔喔好的非常抱歉...

聽人家說.....飯後抽煙對身體不好！

為了健康，我就不吃飯了

老師問：「小新，你的毛病就是用詞不當，需要多加練習。現在你用一句成語來形容老師很開心？」

小新答：「含笑九泉」



讓大家笑口常開，歡迎投稿笑話！

說一個笑話可以讓人快樂一整天，因此我們非常歡迎您貢獻笑話。不論是您自己創造的，還是您在別處聽到的，都歡迎與我們分享。

請注意，笑話要適度幽默，不要帶有不當言論或歧視性的內容，以免冒犯他人。同時，請盡量使用通俗易懂的語言，讓大家都可以理解並分享您的笑話。

最後，期待您的精彩貢獻，讓大家開心一下，忘卻煩惱！

郵箱：editors@lifemonthly.org



澳洲雪梨西南區華人浸信會 誠聘全職牧者

本教會成立超過二十年，目前會眾大約有五十人，崇拜以雙語進行，粵語為主，設有普通話翻譯，會眾多來自香港和中國內地，青少年另有英語崇拜。本教會現誠聘一位有清晰牧會呼召的全職牧者帶領教會，負責教導、牧養、福音及教會發展的工作。應徵者須持守福音派信仰，具神學學位、有三年或以上牧會經驗、流利粵語，並能以普通話及英語溝通。應徵者請把個人履歷，得救見證及蒙召見證電郵至：bcbcrecruitment@gmail.com

查詢請致電：Steven Wong 0433 330 235



雪梨中央浸信會 Central Baptist Church Sydney 作主門徒 活出主愛



粵語崇拜 上午9時、下午4時30分

國語崇拜 上午9時

英語崇拜 上午11時

服侍居住唐人街、鄰近及雪梨的居民

地址：619 George Street, NSW 2000 電話：02 9211 1833

網頁：www.centralbaptist.org.au

文章摘自雅米事工原創・雅米・你的話語so yummy! www.ya-mi.org



你知道的那些「職場法則」……也許都是謊言！

文／小木木

文化和社會觀念對於塑造工作觀有著巨大的影響，在這個被謊言充斥的世界，我們正在被一些關於職場和工作的謊言影響，下面我將分享幾個真實發生在我身上的謊言，以及與之對應的真理，求上帝歸正我們的想法，幫助我們在工作中榮耀祂！

謊言一：只有「鐵飯碗」才是上岸

2023年，中國申請就讀碩士研究生的人數達到了474萬人。大家希望透過提昇學歷增加自己在就業市場的競爭力，然而走出校園卻發現，在極度飽和的就業市場，學歷早已貶值，高

學歷並不能換來安穩的工作。於是又掀起了報考公務員的熱潮。

在這個充滿不確定的世界裡，我們怎麼能過著想要的生活？我們常常陷入一種迷思，就是試圖讓我們想得到的東西永恆不變。感恩是著眼於過去，愛是紮根現在，而幾乎一切罪惡都紮根於未來——恐懼、貪婪、色欲、野心則眺望著未來。然而，當下是時間觸及永恆的那一瞬間，也是上帝給我們的禮物。正如在《魔鬼家書》路易斯借大鬼Screwtape之口說，人類生活在時間之中，但上帝卻命定他們進入永恆。上帝讓我們看見世間所有的事物都要被時間沖刷，無論是一份光鮮亮麗的簡歷，或是千萬人奔赴的“鐵飯碗”，都會在時間的長河中被凍結，只有那天上的產業才是永恆的福分，是永不廢的約。

謊言二：職場裡只有利益與權利關係

我從小就不喜歡出頭露面，即使是幫助了別人也不會主動告訴對方，因為不想讓對方覺得我在「討好別人」。有次回家，媽媽給我親手做了包子，並囑咐我帶一些給領導，我立刻拒絕了：「萬一別人覺得我是在拍馬屁怎麼辦？」其實，是我太在意自己和領導之間的那層權利關係，太想讓自己的行為無瑕疵，導致我表達善意時畏手畏腳，反而不敢去方方的愛我的領導。這何嘗不是因為我太在意領導的地位，以致於矯枉過正了呢。

馬太福音十章42節說：「無論何人，因為門徒的名，只把一杯凉水給這小子裡的一個喝…這人不能不得賞賜。」上帝讓我們奉祂的名去愛別人，因此我表達對領導的關心和愛，其實是在遵守上帝的命令，是在服事



上帝。討好人和服事上帝最大的差別就是上帝的命令比人可靠，祂吩咐我們做的都是於我們有益處的。討人喜歡和討上帝喜悅也完全是不一樣的，討人喜歡指向自私的愛，討對方喜悅是希望從Ta身上索取好處；但討上帝喜悅指向無私的愛，是以感恩的心回應上帝對我們的愛和供應。

謊言三：永遠不要把同事當朋友

前不久部門來了一位新同事，她比我年長幾歲，工作經驗也豐富一些。有一天，領導者說有個業內非常有名的會議名額，但只能一個人去參加，我看了看旁邊的同事，發現她滿臉期待。當晚回家後我跟父母提起這件事，父母都要我直接跟領導要名額，不要問同事的想法，但聖靈藉著一位姊妹的口提醒我要「憑愛心說誠實話」。第二天我便和同事溝通這件事，得知她很想去，我便鼓勵她爭取領導者。許多職場生存法則說“不要和同事當朋友”，但作為基督徒應當像基督一樣捨己愛人，顧念他人。「人為上帝的國撇下房屋，或是妻子、弟兄、父母、兒女，沒有在今世不得百倍，在來世不得永生的。」顧念他人勢必會讓自己失去一些東西，但上帝已將最好的賜給了我們，又有什麼不能失去的呢？

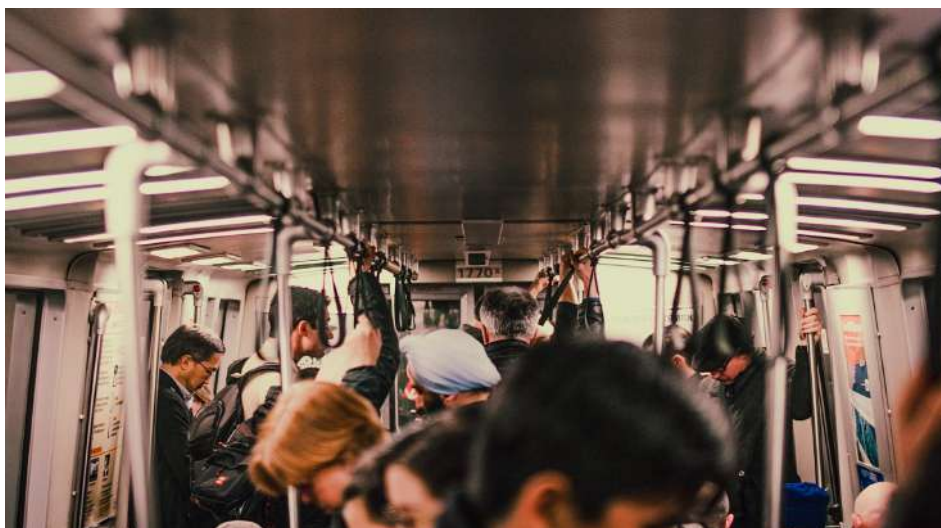


謊言四：努力追求 你想要的工作環境

大學畢業後我參加了一個宣教活動，看到世界上還有這麼多“未得之民”，我在上帝面前躊躇滿志，立志奔赴遙遠的禾場。後來因為父母極力反對，我暫時擱置了這樣的想法，開始日復一日的上班。每天穿梭在擁擠的地鐵走道裡，望著周圍低頭一言不發的人群，每天重複著機械的生活，感覺自己的靈魂彷彿也被掏空。我想逃離這偌大的城市，到一個陌生的禾場，肩負起榮耀的使命，每天過「屬靈的生活」。

直到我來到現在的教會，只是一個能容納四、五十人的地下室，卻讓我看見上帝對這座城市的應許。猶大人在被擄到巴比倫做奴隸時，他們的國家被巴比倫毀滅，積蓄被搶奪，百姓痛苦不堪，但上帝說“要為那城求平安，為那城禱告耶和華”，“因為那城得平安，你們也隨著得平安”。我們今生所到之處都是暫居之地，哪裡都可以成為我們的禾場，我們是上帝手中祝福的器皿，傾倒在哪裡，哪裡就會開出繁盛的花。這座充滿墮落與犯罪的城市，因為有上帝的子民，上帝的義怒不輕易臨到這地，而我也在立志在工作中作光作鹽，成為平安的使者。

很多人說職場和校園完全不一樣，在職場中有更多人情世故，也會有很多試探和誘惑，但我想這些都是上帝賜給我們的考驗，好讓我們在不同的環境中操練，我們要拿起上帝所賜的全副軍裝抵擋仇敵，並且在職場中成為祝福的管道。



《生活月刊》網上書架

《生活月刊》提供另一種閱讀與下載方式，讓讀者可以隨時瀏覽，輕鬆保存。

除了原有的官網下載服務外，現在亦可透過「網上書架」平台瀏覽各期內容，以更直觀的方式翻閱期刊，並下載完整的PDF版本。

平台支援手機、平板及電腦裝置，無需安裝App，只要打開連結即可閱讀。

歡迎分享給親友，讓更多人一起閱讀《生活月刊》。

點擊連結，立即體驗：

<https://lifemonthly-55d2b.web.app/>



歡迎投稿

若 您想要為某個議題或主題撰寫文章，我們非常歡迎您的投稿。無論您是專業人士、學者或是一般讀者，只要您有熱情、有見解，我們都非常願意給您一個投稿的平台。

在撰寫文章時，請盡量清晰明瞭地陳述您的觀點，同時也請注意避免過度使用專業術語，讓文章更加易懂。此外，您也可以加入一些具體的案例或故事，以加強文章的說服力和趣味性。

最後，我們期待您的精彩文章，期待您的投稿能夠為讀者帶來啟示和啟發。

投稿郵箱：editors@lifemonthly.org

讀者回應

- ☐ 我願意支持生活月刊：AUS\$ _____
- ☐ 我考慮贊助或登廣告，請與我聯絡。
- ☐ 我希望更明白聖經真理，請寄贈有關信仰小冊子。
- ☐ 我願意參與「生活月刊」作義工，請與我聯絡。

本人聯絡資料

姓名 _____ 電話 _____

地址 _____

電子郵箱 _____

付款方式

1. PayPal 付款 (詳情請與月刊聯絡)
2. 支票付款：支票抬頭請寫
Christian Life Mission Ltd.
3. 銀行付款：請存入 ANZ Bank 戶口
BSB: 012 071 A/C No: 347133494

月刊地址：38 Day Street, Drummoyne
NSW 2047 AUSTRALIA

電 郵：colman_chan@yahoo.com

手 機：0419 816 666

— 海外訂閱友人請以 PayPal 付款或購買澳幣匯票 —



聯合教會墨爾本福音堂
Gospel Hall Melbourne
www.ucghm.org.au

To act justly and to love mercy and to walk humbly with your God. Micah 6:8
要你行公義，好憐憫，存謙卑的心，與你的神同行。彌迦書 6:8

愛加倍及職場團契（國）：

職場團契時間：每月第一周日，上午11:15

愛加倍時間：每月第二周日，上午11:15

我們在福音堂定期舉行團契聚會，誠邀弟兄姊妹一同分享喜樂。分享和討論主要以普通話進行。

（联系人：楊華東傳道，電話：0468 946 876）

詩班：

我們的詩班定期練習，練唱各種類型的詩歌，並經常在禮拜和特殊慶典上演唱。歡迎有興趣參與的信徒垂詢。

（联系人：林主愛姐妹 0412014593）

兒童主日學（粵、國、英）

每周主日，我們的小朋友都有機會參加教會的兒童主日學。

內容生動有趣，活動在副堂內進行，確保安全，家長們可以放心參與崇拜。

時間：主日崇拜同時

地點：副堂

（联系人：劉陳麗珍姐妹 0403 317 989）

周四查經、門訓及禱告會（粵、國）

為了加強信徒在讀經和禱告上的訓練，教會多年來一直舉辦每周四的查經、門訓及禱告會。參與的弟兄姊妹受益匪淺，內容多樣化，包括感恩分享、聖經書卷、神學、教會歷史、倫理等的探討，多為小組研討形式。歡迎您隨時加入！

時間：每周四晚上7時30分至9時*

地點：小博街福音堂

（联系人：賴德明牧師 0403 289 318）

青年團契(In Christ Fellowship, 粵、國、英)

青年團契主要由大專學生、打工假期和已工作的年輕弟兄姊妹組成。（每月第一、二、三周五，晚上7:30）

我們一起聚會分享，學習互相鼓勵，有時還會舉行專題講座和戶外活動等，給年輕人一種家的感覺。

（聯絡人：許家發傳道 Ken, 0413 780 926）

年輕夫婦團契（學、國）

該團契是為較年輕的夫婦設立的，旨在幫助和教導他們在婚姻中的道路和家庭生活知識。我們在屬靈和實際生活中相互學習和代禱。每月第二周日晚上，我們會在家中或其他地方聚會和進行活動。歡迎攜帶孩子一同參加。

（联系人：區陳慧茵姐妹 0411 881 635）

細胞小組

福音堂除主日崇拜外，還有定期的小組活動，旨在促進團契生活並一同經歷健康快樂。歡迎您的加入，請與團契部或相關小組負責人聯繫。

怡康團契（粵）

我們每月第四周日上午11:15在韋斯利教育樓底層舉行聚會。聚會人數約有三、四十人，非常熱鬧。活動內容包括唱詩和信息分享，此外還有郊遊、外展以及與日常生活相關的講題，滿足長者的需求。

（联系人：關李少榆，9846 4597）

社區頻道系列：

初到墨爾本（認識本地生活）

社區專題（專題訪問）

生命見證（見證分享）

歡迎大家也可以參觀以下頻道：

墨爾本福音堂頻道及

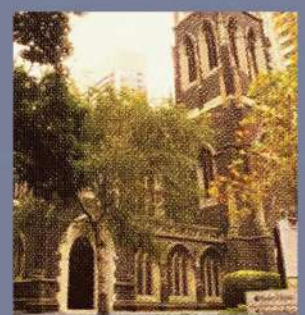
聯合教會墨爾本福音堂網頁

www.ucghm.org.au

歡迎查詢 Whatsapp +61 423 205 161



墨爾本唐人街 福音堂
196 Little Bourke Street
英語



衛斯理堂
148 Lonsdale Street
粵語及普通話