

莫樹雲在餘下的年日裡...



對許多人來說，退休不只是離開職場，更是重新規劃人生方向的起點。莫樹雲 (George Mok) 正是一位典範。他在加拿大經營企業逾三十年，如今步入退休階段，決定卸下大部份營運責任，將更多心力投入教會和社區服事中，特別致力於聖樂事工的推動與參與。

忙也不敢偷佔神的時間

George於1973年前往加拿大愛明頓留學，主修當時尚屬新興領域的電腦科學，並於阿爾伯塔大學電腦系畢業。這段求學經歷為他日後的職業生涯奠定了堅實的基礎。畢業後他選擇回港，從基層職位做起，憑著傑出的表現，事業步步高昇，不到三十歲即晉升為電腦公司董事總經理。

上世紀90年代，George帶著家人移民加拿大，並展開創業之路。儘管前景未明，但他堅信「人生有很多路，不只一條出路」，因此將新創公司命名為「Polyway」，象徵人生中蘊藏著無限可能與選擇。這間專注於保安與通訊系統的科技公司，三十多年來堅持以「建立長久客戶關係」為營運核心，穩健成長。

回憶創業初期的艱辛，George直言：「在陌生的國度開創事業，語言、文化與市場環境全是挑戰，真是千頭萬緒、困難重重。」縱使如此，他始終堅守對神的承諾：無論多忙，從未停止教會事奉，無論參與詩班還是行政支援，都全力以赴。他說：「即使再忙，也不敢偷佔神的時間。」這份堅持，讓他在事業與信仰間保持平衡，也養成一個屬靈習慣——為主預留時間和空間，神所賜的回報與祝福往往超出所想所求。

跨界經驗有助推動組織

多年間，除了教會與職場事奉，George亦熱心投身社區服務，曾於獅子會、燃動青年基金會 (AcrossU-hub)、華商會，以及多倫多市屬Toronto Centre for the Arts (現為Meridian Arts Centre) 等機構擔任要職。他感恩地說：「這些經驗讓我有機會與

不同年齡、背景、階層的人共事，透過合作，服事社區，同時學習團隊協作與溝通技巧，也擴展了視野與人脈。」這些跨界歷練，後來也成為他推動聖樂事工的強大助力，特別在推動事工與整合資源方面，成效顯著。

音樂是我生命的一部分

音樂，是George自年少以來的興趣。中學時期學習小提琴和口琴，信主之後，更深體會聖樂的意義與力量，進而積極投入相關事奉。從早年在香港教會擔任詩班指揮，到移民加拿大後持續參與詩歌服事，音樂早已融入他的屬靈生命。他說：「我不是專業音樂人，但我醉心音樂、熱愛音樂。信主後更體會到音樂的力量——它能觸動人心，引導我們進入敬拜並親近神。」

今年6月，他參與了由 Praise Ensemble 主辦、楊展奇弟兄領導的《我王是誰》清唱劇音樂會，主題圍繞耶穌的受難與復活，巡迴多倫多、渥太華、愛明頓、卡加里與亞博斯福等地。他擔任行政與溝通協調，觀察到儘管各地音樂會規模與人員配置不一，卻都能傳遞一致的信息與呈現高品質的音樂。他坦言：「會眾反應普遍熱烈，有些人甚至表示深受感動。」

展望未來，他希望能持續參與或推動類似事工，並致力解決排練與交通等實務挑戰，讓團員無後顧之憂，專心服事。

學習天天感恩日日讚頌

多年企業管理所累積的行政與推廣經驗，現今已成為George在教會與聖樂團體中寶貴的資產。他認為，雖然許多人對事工滿有異象與熱忱，卻常在執行策略與資源調度上遭

遇瓶頸。因此，他樂意協助團體在計劃、人事與對外聯繫等方面優化流程，提升效率。

目前他積極參與 Agape Ensemble 與 Praise Ensemble 兩個聖樂團體，負責行政與後勤統籌，將職場所學用於服事。他認同兩個團體的異象——推廣傳統聖樂與福音信息，透過合唱與清唱劇形式服事各地教會。他特別提到 Praise Ensemble 所倡導的標語「天天感恩，日日讚頌」，對他而言是一個提醒：敬拜與感恩不該僅限於主日，而應落實於每日的生活之中。

人生下半場繼續為主而活

歷經多年打拼後，George意識到自己的精力與能力已達極限，加上子女各自開展了自己的人生，他便把握疫情後的契機，展開退休規劃，調整生活重心。他希望能於身體與時間許可下，更有系統地投入教會事奉、參與社區活動，並在個人生活與服事之間找到平衡。他說：「退休不是停下腳步，而是轉向另一種服事方式。我盼能以更彈性的時間與形式，持續投入教會與社區中，做我力所能及的事。我沒有甚麼遠大的理想，也不認為自己能做甚麼特別的事，但只要神給我時間與健康，我就會忠心做好當下該做的事。」

George這份謙遜平實的態度，正是許多即將或已步入退休階段的信徒的典範——持守信仰，繼續參與，按部就班地實踐使命，在人生下半場中，繼續為主而活，為搶救靈魂而努力。



夫婦拍檔服事



請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。



請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。



NEW! カレーシリーズ JAPANESE CURRY SERIES

Switch any ramen to Lamb or Japanese curry broth for +\$1!



Curry Lamb Chop Ramen

カレーラムチョップラーメン | 咖哩羊排拉麵
New Zealand lamb chop ramen with corn in a creamy Japanese curry broth



Curry Karaage

カレー唐揚げ | 咖哩炸雞
A Japanese curry twist on our original fried chicken



AAA Striploin 8oz

ステーキ | 西冷牛扒
Now available bigger and better!



Curry Lamb Ramen

カレーラムラーメン | 咖哩羊肉拉麵
Sliced lamb ramen with a creamy Japanese curry broth

新移民手記



挑戰「不可能」完成的任務——考駕照

無論是移居並融入加拿大的生活，或是努力達到申請永久居民 (PR) 資格的門檻，這條漫長的路都絕非一帆風順。

楊美恩

不再強求一定成功

很多人認為，在加拿大若沒有駕駛執照，生活難免諸多不便。不過，由於丈夫早已取得本地駕照，對我而言，學車並非迫切需要；但人生總要勇於迎向挑戰——即便駕駛看似對我是一項「不可能」完成的任務，我還是鼓起勇氣接受了考駕照的挑戰。

第一位教我的駕駛教練教學嚴謹，要求甚高，常認為我未達他的標準，於是屢次建議我「補鐘」（多加堂數）；原本只想輕鬆地學習，卻因此背上重擔，承受了不少無形的壓力。

後來，我改跟一位經驗豐富、幽默又友善的駕駛教練學習，才逐漸重建駕駛的信心。儘管如此，路考過程仍屢遭挫折：有一次因車速過慢被扣分，也曾遇上被稱為「殺手級」的考官，在他難以招架的指令與緊張的氛圍下，我再次失敗。多次受挫後，我不禁懷疑：自己真的適合開車嗎？

因為壓力漸增，所以我開始調整心態，不再強求「這次一定要成功」，而是轉換目標：專注於「安全駕駛」、「保持平常心」和「盡力而為」。感恩的是，在考試前幾天，丈夫特地陪我練習，還刻意安排高難度的路線，讓我熟悉各種駕駛情況。考試當日，幸運地遇上鼓勵考生的考官，在輕鬆自然的氛圍中，我竟能零失誤通過考試，成功拿下駕照。

強大後盾成我助力

申請加拿大永久居民的資格，除了要達到規定的工作時數外，還必須通過英語測試。對我來說，這幾乎又是另一個「不可能」完成的任務——過去的工作鮮有需要使用英文，而學過的課本知識早已生疏，若要重新投入學習，實在困難；至於一家人能否順利移民，關鍵竟落在我身上，壓力之沉重可想而知。



丈夫下廚



一家享用愛心餐



慶祝我考牌成功



新手司機

起初，我覺得自己孤軍作戰，沒想到家人與好友竟成了我最強大的支援——兒子每天窩心地為我禱告；平日甚少下廚的丈夫，竟在我那段考試週期主動上網學做菜，好讓我專心溫習，甚至女兒也加入幫忙，家中晚餐雖是「新手料理」，味道卻出乎意料的好！

此外，我還邀請香港與加拿大的朋友為我禱告。他們持續的關心、鼓勵與代禱，讓我在備考過程中多了一份平安和信心。

經過努力與倚靠神，我順利通過英文考試，終於可放下心頭大石。消息傳開後，家人和朋友紛紛獻上祝福，有些還送禮物、相約聚餐慶祝，這份真摯的支持與陪伴，令我深受感動。這段經歷成為寶貴的見證，讓我與其他同路人分享，彼此扶持，互相勉勵。

不怕艱難有主同行

移民的道路迷茫未可知，充滿挑戰，壓力與重擔難以言喻；然而，在這段旅程中，我更深刻體會到家人與朋友同行的力量，也真實經歷了神話語的安慰：「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。我必堅固你，我必幫助你；我必用我公義的右手扶持你。」（以賽亞書 41章10節）

前路縱然充滿變數，無法掌握，但我們並不孤單，因為有主與我們同在，與我們同行。請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。

移加路上



一個愛要及時的提醒



暑假時家人來加歡聚數天



帶媽媽與團友午餐



與婆婆和媽媽慶祝生日



長居美國的哥哥也回港探望外婆



媽媽精神奕奕分享見證

最放不下的是父母

過去三年，我們一家五口在溫哥華逐漸安頓下來，開展新的生活。雖然每年都有至親不辭勞苦，跨越半個地球來探望我們，今年也不例外，但當他們一次又一次出現在眼前時，心裡總湧上一種複雜的情緒，既開心又帶點感觸：歲月已在他們臉上悄悄留下痕跡，曾經健步如飛的長輩，如今需要多歇息，每走一段路，便要休息一會才能繼續行；過往談笑風生的親人，如今連基本操作手機都顯得吃力。每一次揮手道別，我心底總會泛起一個聲音：「我們還有多少次見面的機會？」

移居海外，最放心不下的往往是父母。初到加拿大時，孩子要適應新學校，丈夫忙於神學進修與教會事奉，而我也得摸索工作與生活的節奏；那段日子，回港的念頭一次次被延後。可是時間從不為人停下來，親人的年歲也不會為我們暫停。每當透過視像跟父母聊天時，看見他們皺著眉頭努力操作手機，聽著斷斷續續的聲音，我心裡就更明白：再先進的科技，也無法代替親身的陪伴。

特意安排回港探望

更令我牽掛的，是已與帕金森症共處二十多年的母親。她行動不便，說話需費極大的力氣，有時甚至聽不清她的聲音，還要爸爸在旁邊「解話」。因此，今年9月，我特意安排回港探望她，多陪她外出走走，親手為她煮飯，只為能陪伴在側，讓她感受到溫暖與安心。

《聖經》提醒我們：「要孝敬父母，使你得福，在世長壽……」（以弗所書6章2至3節）這誠命並不限於住在同一屋簷下的雙親，即使相隔萬里，孝敬父母的心仍要在生活中實踐出來。親身回港探望父母，給他們一個深情的擁抱中的慰問，甚至越洋送上禮物，給他們驚喜，都是我們活出信仰的方式。

身邊有一位朋友，父母相繼離世。他感嘆：「我以為還有機會多回去幾次探望他們，但人生的無常，比我想像中更快。」回想起那一刻，他語氣中充滿後悔與不捨，還夾雜著深深的無奈。移民後的我

們，確實要面對工作簽證、公民身份、經濟負擔、孩子學業等種種現實，這些瑣碎但不可忽略的生活擔子，常讓我們把回港的念頭一再延誤。

只要有機會就回去

然而，與至親相處的時光卻無法倒流。若我們選擇再拖一年、兩年，換來的可能是永遠的遺憾。父母的的笑容、外婆慈祥的神情、熟悉的聲音與溫暖的擁抱，這些習以為常的細節，一旦錯過，即使再經歷，已經不一樣。錯過一次，便少一次與家人相聚的時間，讓思念與遺憾悄然地交織起來。

《聖經·傳道書》3章1至2節提醒我們：「凡事都有定期，天下萬務都有定時。生有時，死有時；栽種有時，拔出所栽種的也有時。」人生有限，當下若決定陪伴左右，便能留下珍貴的回憶。主若容許，願我們抓緊時間，不要錯過與家人同行的日子。

我們無法掌握何時批出簽證，也未必能常常回港，但若有機會，就別輕易放過。因為陪伴父母與親人，不只是盡責任，更是愛的具體流露。這份愛，可以跨越地域與時間的限制。當孩子再問我：「媽媽，下次甚麼時候再回香港？」我不會再支吾以對，而是堅定回答：「只要有機會，我們就會回去，因為要珍惜與家人、親友相聚的時間。」

在移民的日子裡，我深深體會：所謂「回港探親」，不僅是一趟旅程，更是一個提醒——提醒我們不忘養育之恩，不忘「家」的根源，也提醒我們愛要及時。趁著還能同行，願我們都抓緊機會，與至親共享每一段寶貴的時光。請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。

陳頌恩

玉筆珠

牽掛不放的手

李鄭玉珊

年老是一段無可避免的旅程。當父母步入暮年，身體機能逐漸退化，生活起居需要他人協助時，真正受考驗的不是他們，而是子女；照顧長輩，不僅是體力上的勞累，更是心靈的拉扯。許多照顧者本身已不再年輕，頭髮斑白，腰背早已無法挺直，卻因對至親的深情，不願輕易放手；也有人將年邁的伴侶或父母接至身邊，日夜相伴，縱使自己不眠不休、膝蓋疼痛，仍堅持親力親為。說到底，是不忍心將責任交給陌生人，這份不捨，源自血脈與感情的深厚連結；即使最後不得不將父母送進護理院，他們仍每日探望，唯恐老人感到孤單，心中生出「被拋棄」的悲涼。

然而，另一種態度卻截然不同。有些子女視年邁父母為累贅，嫌照顧麻煩，巴不得早早將之送入老人院，不用再操心，付了錢便當作「任務」完成，探望成了例外而非日常，甚至乾脆斷了聯繫。對老人而言，缺的從來不是飯菜與床位，而是家人的一句問候、一聲呼喚；怕的不是疾病與死亡，而是孤寂。

照顧年老人是一場長跑，它需要愛，也需要智慧。愛使我們不輕言放棄，智慧則提醒我們要量力而為，懂得善用資源。老人院不是長者視為的「洪水猛獸」，也不是子女甩手父母的垃圾桶，而是一種選擇，關鍵在於，我們是否仍將至親放在心上。當歲月輪轉，有一天我們也會老去，那時最渴望的，無非是子女願意來到身邊，讓我們感受到自己依然被關愛。🍵



森思森意

梁振森

自由之道

多倫多近日多處車輛高速攝錄機 (Automated Speed Enforcement, ASE) 遭人為破壞。有人可能認為，這些攝錄機限制個人自由，於是激烈方式表達不滿；然而，事件卻引發值得深思的問題：何謂自由的本質？自由若與愛和責任脫節，這是否真正的自由？《聖經·加拉太書》五章十三節說：「弟兄們，你們蒙召是要得自由；只是不可將你們的自由當作放縱情慾的機會，總要用愛心互相服事。」真正的自由不是推翻規範，而是懂得在愛中行事，顧念他人的安全與益處。

從交通規則的角度看，限速不是單純的束縛，而是保護生命。若駕駛者超速，雖覺自由，卻可能危及他人，甚至奪去無辜的性命。這樣的

自由，是對愛的忽視。《十誡》不是一套冰冷的禁令，而是上帝以愛為核心的引導，當祂說「不可殺人」、「不可偷盜」時，正是教導人如何彼此相愛、彼此尊重。耶穌進一步總結《十誡》：「你要盡心、盡性、盡意，愛主你的上帝。」這是誠命中的第一……其次就是要愛人如己。

當一些人選擇破壞ASE攝錄機時，他們自以為捍衛自由，但忽略了愛的核心。若人人都按己意行事，社會將陷入混亂，自由也將失去保障。真正的自由，是在愛的引導下，願意自律與負責。或許，下次我們看見攝錄機時，可以轉換角度去理解：它不只是限制，更是一種保護。正如律法和誠命，不只是禁止，更是愛的具體表達。當懂得自由之道，才能真正得享平安與喜樂。🍵

天父，你是這樣真實（上）

2020年新型冠狀病毒肆虐全球，安省學生新學年不能回校上課，我工作的補習學校也被逼改為網上授課；由於我對網課不認識，壓力與日俱增。某天晚上，當我準備就寢時，心中有聲音對我說：「你願意與我一起經歷每一個困難嗎？」我即時回應：「主啊！如果這是你的聲音，我願意。」

那段日子壓力非常大，除了因為我不認識網課外，也因為學校大部分老師都沒有經驗，整所學校的運作都跟以往不一樣。每天早上睜開眼睛，腦海中都會想到一個新的難題：學生怎樣報名呢？不是所有家長都熟識電腦啊！怎樣派發功課及書本呢？會影響收生嗎？學校會虧蝕嗎？家中的網絡穩定嗎？可以支持整日的課堂嗎？

萬一網絡中斷怎麼辦呢？老師懂得網上教學嗎？懂得網上批改功課嗎……困難數之不盡。那段日子，每一天我都希望不會醒過來，可以一直睡下去。

天父是信實的，是看顧我的阿爸父，祂透過家人、教會的弟兄姊妹、朋友幫助我，給我意見，令問題一一迎刃而解；其實，我從來沒有告訴他們這些困難，但神早已知道，並差派不同的人來幫助我，信實的主真的帶著我經歷一個又一個困難。

開學前一天，閱讀《聖經》時，神給我的信息是：「聖靈會幫助你。」心中不禁多謝天父，但我依然軟弱，信心不足，越接近開學的日子，心中越忐忑不安。🍵

淡談細嚼

黃婉雯

談情說藝

梁立勳

馬騮搥

馬騮搥是極品的鐵觀音茶，產於福建安溪南岩峰，業界公認為極具觀音韻的野生鐵觀音品種。觀音韻是指清雅細膩的天然蘭花香，香氣含蓄不張揚；視乎茶葉的發酵輕重程度，口感醇厚帶有水蜜桃香或熟果香；茶湯入口先微澀後即化開轉為甘潤，回甘在喉頭與舌根處餘韻綿長，回轉不散。

馬騮搥名稱來自嶺南地區的方言。馬騮即猴子，「搥」是採摘的意思，在北方馬騮搥有稱之為「猴子採」；傳說這些優質茶葉生長在岩壁上難以採摘，因此訓練猴子代勞，故稱「馬騮搥茶」。其實製造上等鐵觀音的原料等級很關鍵，並非讓猴子爬上去摘幾片茶葉下

來便了事；上等鐵觀音最理想的採集標準是一芽二葉，以中間開為主，這與綠茶追求鮮嫩爽滋味的一芽一葉標準不同。鐵觀音的葉底要肥厚，內含物質均衡，製成的茶才香氣馥鬱，滋味醇厚，韻味十足。如果茶菁過嫩或過老，滋味變得淡薄或粗澀。由此看來，整個採摘的工序細緻，並非猴子能勝任。我較認同另一說法，就是工人用繩索吊掛攀爬懸崖採茶，如猴子般靈活，故取名為馬騮搥。

目前市場上的馬騮搥，可以泛指高品質的鐵觀音，因為馬騮搥的名稱突顯稀有性和文化趣味色彩，不少野生茶葉也冠以馬騮搥名稱來自高身價。但當你收到朋友饋贈馬騮搥，第一件事不是去分辨真偽，而是懷著感恩的心去接受，因為在朋友心目中是把最好的茶送給你了。🍵

蝸居獨白

李鴻韜

這派對

此刻我握著手機，緊盯電視屏幕，與旁邊十多個對手，比賽誰能以最快速度按鍵爭取遊戲冠軍。我正身處一個男孩在家舉辦的生日派對，眼前氣定神閒的遊戲主持，就是今天的小壽星。生日會主題cereals (穀物食品) 是他選定的，網上遊戲的題目和圖片，也是他設定的；穀物食品的歷史和發展，品牌和類別都羅列其中，而且還有貼圖展覽，讓我大開眼界。

派對另有他擬定的數學和智力遊戲，我都輸得一敗塗地，輸在心不在焉。事實是，從踏足現場開始，心中的驚奇與詫異就如江海翻騰不絕，我驚奇於派對策劃周全，由主題、節目、遊戲、程序和展覽分區，以至用餐時間與餐單，都由男孩包辦，家長只作配合。我詫異於男孩心思慎密，巨細無遺——入場登記以後，每人均獲發一張程序表和分區圖，哪場遊戲、哪個展覽、哪個節目，甚麼時間在哪裡舉行，清楚明細；而現場播放的生活影片，居然也是他自己剪輯配樂的傑作！

洶湧在心中的是一浪浪止不住的讚嘆，只因派對中還有極多意想不到的細節，包括他偕同姊妹繪製滿有拙樸之美的佈置、色彩奪目的自製橡皮糖、手製「大富翁」遊戲回贈禮物……當然還有由他指定，飾以cereals的朱古力雪糕蛋糕。

這派對，叫我喜不自勝。忘了告訴你，這是男孩的十二歲生日。我必須為他鼓掌，為他感恩、為他的父母感恩；也忘了告訴你，我必須向他道謝，謝謝他邀請爺爺參加獨特如斯的派對。🍵



海闊天空

山丁子

海松

在蒙古草原上，幾百公里幾乎都見不到一棵樹，只有在河邊會生長一些灌木，野生果樹更是只有兩三種，山丁子是之一。山丁子的果實圓圓的，帶著長長的柄，乍眼看像一個個小釘子，也因此得名。

每年五到六月之間，山丁子花開始綻放，滿眼芬芳潔白的小花簇擁成片，給綠色的草原增添一抹別樣的景致。與別的野果相比，山丁子的果子成熟得很晚，要到九月霜凍來臨的時候才會完全成熟，成為晶瑩剔透紅色的果實。這時草原上花草樹木已經開始枯黃，呈現出蕭瑟的景象，只有山丁子樹枝頭掛滿紅紅的果實，煞是好看。

山丁子不光好看，還非常好吃，不但可以直接吃，也可以做成餡料烙成餛飩（方言「餅」的叫法）。在上個世紀八十年代，物質相對匱乏的年

代，山丁子餛飩是小孩子們心目中的美食。每到山丁子成熟的季節，媽媽都會給我和弟弟烙山丁子餛飩；媽媽將新鮮的山丁子清洗乾淨，加上白糖和豬油，搗成果醬，然後用白麵發酵成麵團，把山丁子餛飩包在麵裡，幹成薄薄的餅，加油烙熟。山丁子餛飩外皮金黃酥軟，咬一口酸酸甜甜的，加在餛飩裡的豬油，讓山丁子餛飩更加香甜。

上帝創造天地萬物，讓地球上每一個角落都呈現豐富多彩的景象，也都有祂豐富的供應，草原上的山丁子就是小小的例證之一。🍵



毒舌照顧者

採訪手記

陳筱苓

在採訪今期專題時，其中一位照顧者表示，在照護的過程中，很難接受那種「罵不還口忍讓到底」，完全不理照顧者個人感受的說法，說著說著便聊起了一本日本書《錢先花光還是命先沒了——長照四個九十歲老人的我，將如何面對老後生活？》

拜電子書的方便所賜，這種冷門書甫出版時已在加拿大一早買下。內容講述年近六十、在出版界工作多年的女作家，為了照顧家中長輩而辭職回鄉的真實經歷，家裡的「四大長老」是失智老父、購物狂兼大胃王的老媽、駕照過期仍然駕車亂闖的姨丈、把住家堆成垃圾屋的姨媽。這本書在日本迴響熱烈，因為是第一手現場記錄，當中有各種超乎想像的老人生活實況，而最令作者跳腳的，還是老人的倔強固執不講理。

書中最治癒的地方應該就是作者的毒舌，她沒有逆來順受，日本也是典型講求長幼尊卑男性主導的亞洲文化，面對不講理的老人，作者沒有賣賬，不會順從無理指令，亦不會罵不還口，但明眼人仍可看到她極有效率地，結合自己、家庭和政府的資源去盡力照顧老人，但當中不失自我，仍然享有自己的一片天空。「即使開始照顧工作，也絕不被他們拖累，不放棄任何事，繼續過著自己的生活。」

這令我想起在照顧者互助小組遇上的一位組員，她需要照顧年長子女，但沒有自怨自艾，沒有覺得因為無了期地照顧他人而人生暗淡，她說：「快樂掌握在自己手中，不需由別人去決定的。」🍵

千言味語

陸禎甫

消失的美食之腸粉

這次推介的，是一款我吃了幾十年，至今仍念念不忘的經典美食——豬腸粉。現在市面上流行的所謂「名貴腸粉」，如安格斯牛肉腸、水晶大蝦腸、帶子腸等，雖然用料講究，卻總比不上童年時那些「甚麼都沒有」的齋腸來得真味。

腸粉的靈魂是米漿，其製作工藝十分講究。好吃的腸粉必須選用優質長米，再以石磨慢慢磨成米漿，然後按比例混合澄麵和玉米粉，這樣蒸出來的腸粉才會薄透有韌度，入口爽滑而不破。至於蒸腸粉的關鍵爐具是火水爐，它火力夠猛，能在短時間內達到高溫，使粉皮迅速凝結，做出「薄、滑、軟、嫩」的

理想口感。如果火力不足，整張粉皮就會蒸得過厚或乾硬，前功盡廢。舊時的做法是，先將米漿倒在蒸布上蒸熟，趁熱用竹片捲成條狀，擺放盤中；那時候的腸粉不像現今「即叫即蒸」，而是做好後再翻熱出售。

至於靈魂中的靈魂，當然就是那特製的醬油。舊日的醬油多使用黃豆，經過日曬和自然發酵，形成獨有的鹹香；為了配合腸粉口味，這醬油再加糖熬製，形成香甜中帶鹹的腸粉專用醬油。另一個畫龍點睛的元素是豬油，以新鮮豬脂煉成，色澤金黃，香氣濃郁。最後灑上少許炒香芝麻，簡單一碟齋腸粉已讓人回味無窮。有人喜歡額外加上麻醬、甜醬、辣醬，但在我看來，這樣反而搶了主角的風頭，我一向堅持「雙油加芝麻」，便是最純正的味道。🍵

姑奶奶的故事

詹維明

不一樣的童年：上陣不離姊弟兵

上學兩個多月，認識了不少同學，課餘一起遊玩。清一色是男孩子，女孩子不屑參與我們粗魯的遊戲，我才不管這些呢！專心作癩痢頭們的首領、參謀和總司令。

校園中有一座大滑梯，架在一個有四條木柱圍起的木框上，是最理想的「監牢」。我站在滑梯頂的平台上，把繩環拋出去，將四散的嘍囉索住。阿Dee把他們關進囚籠，玩得高興時，忽然想起應該回家，二話不說往家直奔。可憐「敵人」的家人們要四出尋找，才能把囚犯釋出監牢，帶返家中。飯後，天開始陰暗，是剷除外患的好時機。我們五、六個義勇軍，身懷武器——綁上橡皮圈的樹杈叉，袋中小石子是向敵人（動輒就哭啼，投訴被欺凌，心靈

易受傷的「薄皮」女孩子）發射的子彈。她們在我心目中毫無地位，必須受懲！

內街有許多矮叢，我們躲在後面，找尋適當時機刺敵。我們呼叫她們的名字，主角就跑到二樓的露台，尋找聲音的來源。我們趁機向之發彈，他們的老爹聽到喊叫，跑出來大叫：「誰作的好事？」我們立即蹲下，對方雖高臨下，卻看不清楚，只得作罷。

和童稚時住過的梧州和廣州灣相比，汕頭一切都多姿采。當然八、九歲的我對生活的經歷和體驗「成熟」多了。《聖經》的「話語像孩子，心思像孩子，意念像孩子」慢慢離開我，將自己的快樂建築於別人痛苦上的心態也逐漸收斂，反而對前路充滿期盼和好奇。🍵

方圓百里

《玩轉極樂園》：

在愛的記念中連結生命與追尋公義

何兆斌博士



《玩》故事背景是亡靈節

10月31日是萬聖節。在墨西哥文化中也有類似節日，稱為「亡靈節」（西班牙文：Da de los Muertos）；獲2018年奧斯卡最佳動畫長片的《玩轉極樂園》（Coco），故事背景正是亡靈節。電影講述男主角米高熱愛音樂，並以已過身的明星德古拉司為偶像，但米高一家不允許他玩音樂，因家族認為米高的曾曾外祖父，因熱愛音樂而拋妻棄女，所以不想後人步其後塵，甚至不讓子孫記念他；然而，米高太愛音樂，不理家人反對，以音樂參與在亡靈節舉辦的天才表演。米高從一張家族照片中猜測自己是德古拉斯的後人，於是沒樂器的他闖進偶像的陵墓，拿走他生前用的結他參賽，不料這舉動就令他進到陰間。

喚起Coco對父親的回憶

亡靈節是打通陰陽兩界的一天，而只有親人在那天拿先人的相片作記念，先人才能渡到生人那邊與他們相聚。米高在陰間希望跟德古拉斯見面，途中遇見不能與生家人相聚的海特，海特承諾帶米高見他的偶像，條件是米高返回陽間後，要把他的個人照給他的家人作記念。在這趟陰間冒險旅程中，米高發現原來海特就是他的曾曾外祖父，而德古拉斯竟是殺害海特的兇手，因此米高一家一直誤解了海特一去不返的原因。於是，米高返回人間後，用結他向記憶逐漸模糊的曾外祖母Coco，唱出從前海特離家前跟她唱的歌曲 Remember Me，希望喚起Coco對父親海特的回憶，因為如果生者不再記得陰間的人，他們就會經歷「終極死亡」（the final death），灰飛煙滅。

Remember through remembering：肉身死了生命仍在

《玩》的一個重要信息是死者能與生者結連，而

前者因後者愛的記念才不致經歷終極的死亡，這信息跟基督信仰既有不同亦有契合之處。一方面，基督教相信所有生命在肉身死後，並非如不少信徒那樣認為直接「上天堂」或「落地獄」，而是處於陰間、「居間」或是「睡了」的狀態（帖撒羅尼迦前書4章），等待上主把萬物更新，也就是新約學者賴特（N.T. Wright）經常提及的「死後生命之後的生命」（life after life after death）。所以，死者是否經歷終極死亡，不是取決於生者之記念，而是上主的決定和行動。

但另一方面，基督教傳統認為生者能在記念中與死者結連。相傳萬聖節源自古凱爾特人（the ancient Celt）在西曆11月1日的「薩溫節」（Samhain）；人們認為這天陰陽兩界開通，而他們因害怕被幽靈滋擾，於是扮成鬼怪作掩護以自保——這就是今人在萬聖節「扮鬼扮馬」的由來。

愛在這裡才不懼怕死亡

大公教會不否認陰陽兩界相通，但就轉化薩溫節的意義，立此為「諸聖日」（All Saints' Day），記念已離世的聖人——不是懼怕他們，而是向他們表達愛與尊重。10月31日的“Halloween”，其實就是「諸聖日」前一個晚上的意思（“Hallow”：Saints；“een”：e'en, evening）；而11月2日就被定為記念所有亡靈的「諸靈日」（All Souls' Day）。

一些新教徒徒不了解自己的信仰傳統，以為記念先人就是「拜鬼神」，或將這行為和萬聖節塗上恐怖可怕的色彩避而遠之；那知大公教會早就吸納萬聖節並轉化其意義，叫人無懼懼怕，而是可以用另一心態看待和度過這節日。《玩》中 Remember Me 喚起 Coco 對父親海特的回憶，具體、感人地呈現為何記念先人重要，而這遙遙呼應大公教會的傳統：我們的生命需要超越時空的愛

的連結，因為愛在這裡，我們才不會懼怕死亡。

重探歷史還受屈者公義

記念和回憶一個人意味著走進那人的歷史，但我們如何記念和回憶人的一生，則很受我們現有的理解框架影響。就如《玩》中德古拉斯於陰間，原本跟他在生時那樣受萬人景仰、得到無數祭物，但這只是由於他殺害海特一事沒被揭發。米高的長輩向子孫說，海特為追求個人夢想而拋妻棄女，那知這是因他們一直不曉得，海特是被德古拉斯謀殺而從此沒有回家。

世上有很多人壞事做盡卻被歌功頌德；更多人受屈被欺，但死後仍公義未伸。其中一個原因是，由於我們的記憶框架被操弄。喬治·歐威爾（George Orwell）在《一九八四》的一句名言是「誰控制過去，就控制未來；誰控制現在，就控制過去。」

聖餐中記念受屈的生命

我們有多少回憶和記念，是受今天當權者或意識形態影響？今天，有多少大國領導人在試圖抹去，或改寫民族、受屈受苦者的痛苦歷史？我們在生者要做的，是恰當地記念和回憶每個生命。再鄭重一點說，借用法國哲學家利科（Paul Ricoeur）的說法，就是彷彿我們每個人都欠了前人的債，唯有盡力公正地評價、回憶、記念每個人的過去，我們才算還了自己的債務。

實踐這道德責任的場所，其實離信徒不遠：如果採取聖餐記念的立場，我們明白這禮儀不單止是為記念耶穌為我受死，它也提醒我們要記念世間所有含冤、受苦、被忘記的生命；因為，耶穌在世經歷的正是這些生命經歷的；餅和酒象徵耶穌的身體和血，而耶穌就是這些生命的代表；所以我們也當在愛中記念受屈與被遺忘的生命。@

華記食品

Wa Jee Food Package 批發 · 餐館 · 零售

Tel: 416-293-7239
Address: 25 Milliken Blvd., Unit A13, Scarborough, Ontario M1V 5H8

Kennedy Rd.	華記食品
Milliken Blvd.	鴻福酒樓
Finch Ave. E.	

Our expertise, Your freedom.

陳國豪 特許會計師

Andy Chan MBA, MTS, CPA, CGA, FCCA, US-CPA(NH)

330 Highway 7 East, Suite 308, (HSBC Building), Richmond Hill, Ontario L4B 3P8
Tel: (416) 987-0987 Cell: (416) 803-4663 Fax: (647) 694-1575
E-mail: andy@andychanCPA.com www.andychanCPA.com

Member of Canadian Tax Foundation 加拿大稅務學會會員

加拿大基督少年軍 Christian Brigade Canada

招募導師

如貴教會有興趣成立一隊基督少年軍分隊或有興趣參予導師行列（必須為基督徒）請聯絡伍先生 / 電話：1-416-502-1258 電郵：bb.canada.org@gmail.com 網址：www.cbhq.ca

基督少年軍事工的異象，得到牧者及信徒的認同及支持。多間教會正願意與我們合作，在教會推動及發展基督少年軍事工。現呼籲：熱心參與青少年事工的信徒，加入我們的義工行列，攜手服侍及祝福下一代。

恩福幼兒園

提供政府資助學位

- * 本幼兒園成立於二〇〇一年
- * 學生年齡：四個月至四歲
- * 安省註冊優良師資
- * 互動學前幼兒班
- * 聖經教導
- * EQ情緒培育
- * 室內、戶外活動場地

地址：201 Tempo Ave., North York (Victoria Park and McNicoll) Toronto, ON M2H 2R9
Tel: 416-502-1540 Email: gcs@gcgcny.org

少量政府資助派位 歡迎致電查詢

恩美移民服務公司 Chiaris Immigration Services Inc.

Helen Cheng, RCIIC
Full Member of ICCRC 加拿大移民顧問協會執業永久會員
Registered Member of CAPIC 加拿大專業移民顧問學會註冊會員
Commissioner 法庭委任監督專員

境內外夫妻擔保 父母子女擔保 快速入境申請
僱主LMIA申請 PNP省份提名技術及商業移民 人道移民
各類簽證及延期 入籍申請 楓葉卡延期
邊境保釋 移民上訴 傳譯、文件翻譯宣誓

Suite 500, 7030 Woodbine Avenue, Markham, Ontario Canada L3R 6G2
Tel: 416-609-3709, 416-845-3860 (國、粵、英語)
Email: info@chiaris.ca

號角網址

www.heraldmonthly.ca

視聽樂英

號 f X You Tube