



諾貝爾和平獎的爭議

江大惠 (多倫多)

含金量最高的諾貝爾獎

透過競爭贏得勝利，對於自身勝過對手已經獲得極大的滿足感。勝利者得到高度讚賞，更是臉上有光、增添名譽色彩，如果加上獎牌、獎金實質的利益，就更是名利雙收。

今日世界上含金量最高的獎項是諾貝爾獎。得獎者稱為諾貝爾桂冠 (laureate)，這是承繼希臘傳統對於詩人及競技優勝者佩戴以桂葉編織成的頭飾。含金量並不單指獎金的數目，也包括獎金所建立的聲譽、國際上的地位，以及受到世人重視的程度。由發明硝酸甘油炸藥的瑞典化學家諾貝爾 (1833-1896) 所設立的諾貝爾獎，已成為今日世界最受重視的獎項，諾貝爾獎的金額，以今日的幣值計算不足120萬美元，但金錢並不代表一切。諾貝爾獎並沒有設立數學，數學界最高的獎項屬於紀念加拿大數學家菲爾茲 (John Charles Fields 1863-1932) 的菲爾茲獎。菲爾茲獎金只有加幣\$15,000，但獲獎的難度高過諾貝爾獎，因為得獎者必須在40歲以下，而且四年才評選一次。

最具爭議的和平獎評選

具有世界地位的諾貝爾獎在自然科學界的爭議比較少，因為自然科學有比較客觀的準則；經濟學獎爭議較大，因為有不同經濟學派門戶之見；文學獎的爭議更大，到底文無第一，很難有客觀的標準，並且語文透過翻譯總會大打折扣。

和平獎則是最具爭議的諾貝爾獎項。諾貝爾和平獎由挪威諾貝爾委員會選出，在奧斯陸頒獎，不像其他諾貝爾獎都在斯德哥爾摩頒發。得獎者除了是個人之外，亦可以是團體，譬如曾經三次得獎的紅十字國際委員會、聯合國兒童基金會、國際特赦組織、聯合國難民公署、無國界醫生、國際廢除核武器運動等，甚至1947年頒給教會，資格會屬下的人道組織。

恐怖分子也有機會獲獎

大家對於和平的理解迥異、量度的尺度不同亦會令和平獎成為爭議。和平的定義，除了消極地停止戰爭和殺戮，也有積極地推動人類和平相處的努力，包括捍衛人權、以非暴力手段爭取民主，代表弱勢群體發聲，甚至保護自然環境，都有促進人類和平相處的功效；因此，連手上染有無辜受害者鮮血的人士都有機會獲獎。1978年得獎者以色列總理貝京 (Menahem Begin)，年輕時是爭取以色列立國的行動者，當時在巴勒斯坦，實際管理的英國政府企圖擺平猶太人和巴勒斯坦人之間的衝突，阻止猶太復國主義者的行動；貝京就在1946年7月22日午夜，策劃向巴勒斯坦英國政府和英國司令部的大衛王酒店放置炸藥，炸毀六層樓，炸死91人，包括28名英國人、17名猶太人。這名「恐怖分子」30多年後竟然獲得諾貝爾和平獎。1994年得獎者巴勒斯坦解放組織的領導人阿拉法本是公認的恐怖分子，與策劃「黑色九月」、傷及無辜的恐怖活動有千絲萬縷的關係；洗底後，也獲得諾貝爾和平獎桂冠的榮銜。

1991年，得獎人昂山素姬以和平手段為緬甸人爭取民主，受到軍政府長期監禁，見不到丈夫最後一面；但當她獲得短期執政地位時，卻沒有為2016年居於緬甸受到政府種族滅絕式對待、信奉伊斯蘭教的羅興亞人 (Rohingya) 發聲。此外，為人垢病的包括2008年得獎人奧巴馬，他未有任何和平功績，卻獲得諾貝爾和平桂冠。

特朗普盼望獲得和平獎

特朗普三番五次在公眾場合表示，自己極之盼望獲得2025年諾貝爾和平獎。在聯合國大會發言時，他提到曾經結束七場戰爭，但是經過事實考證，有不少吹噓成分，他霸佔不屬於自己的功勞；結果2025年諾貝爾和平獎落在委內瑞拉反對黨領導 Maria Corina Machado 女士手上。得獎名單公佈後，特朗普主催的以色列哈馬斯和談，達成停火和交換人質的協議，取得巨大成績，如果再促成俄烏停火，明年的諾貝爾和平獎應該是他的囊中之物。

本來有資格得獎的人，一定多過實際得獎的人，歷史上、現實世界中充滿應得而得不到的例子。如何面對應得而沒有得到的態度，反映自己是個甚麼樣的人。聲譽是別人對你的欣賞，強求就顯得太低俗、太過重視虛榮、名利，實在不夠瀟灑。㊦ 請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。



Maria Corina Machado

釋放以色列人質 勝利的起點 重建的考驗



胡忠 (多倫多)

歷時兩年多的激烈衝突與人道危機後，以色列與哈馬斯於2025年10月達成停火協議。協議中，哈馬斯釋放了20名仍然在世的以色列人質，以色列則釋放數百名巴勒斯坦囚犯；協議同時要求哈馬斯交回28名已確認在押期間死亡的人質遺體，但截至目前僅有9具被交出。這場人質釋放行動象徵著某種和平契機的出現，卻也揭示了更深層的安全、政治與社會挑戰。



國家勝利的象徵

對以色列而言，成功帶回被俘人質，是政府與民眾多年來盼望的「國家勝利」象徵。對受害者及其家人來說，更是一場漫長噩夢的終結與重生的開始；然而，回家的旅程並不等於回歸正常。根據醫療單位報告，這些人質在長期囚禁中，經歷了被孤立、饑餓與心理創傷，以致出現創傷後壓力症候群、睡眠障礙與焦慮等症狀。以色列多家醫院已成立專責小組，為釋放者提供醫療與心理輔導，但復原需要時間與穩定的社會支持網絡。在這樣的背景下，「人道勝利」只是開端，如何協助釋放者重新融入社會、避免被標籤化或邊緣化，成為以色列社會的新挑戰。

安全局勢仍脆弱

儘管達成停火協議，地區安全局勢卻仍然脆弱。分析人士指出，特別在以色列與加沙邊境地區，復仇性襲擊與再度綁架的風險依舊存在。若哈馬斯未能履行協議、交還所有遺體，以方可能視此為協議破裂，導致安全措施升級，甚至重新引發軍事行動；這使得「停火」更像是一場暫時的戰略停頓，而非真正的和平。

此外，安全體系面臨巨大壓力。邊境防衛、情報蒐集與反綁架機制的強化，將是以色列政府接下來的首要任務，若無法迅速提升防護與情報能力，這場暫時的和平恐將淪為短暫的插曲。

輿論反對派攻擊

在釋放人質的背後，也蘊藏著高度政治化的動力。對以色列政府而言，這是一次可被包裝為「果斷領導」的政策成果，短期內有助於凝聚民意、緩解內部批評；只是民眾的耐心有限，若未被釋放者的命運仍不明朗，或死亡人質遺體長期未被交回，政府可能再度面臨輿論壓力與反對派的攻擊。

更深層的挑戰在於如何平衡安全與外交。這次協議屬於更廣泛的「20點計劃」

談判的一部分，未來的議題涵蓋加沙治理、重建與軍事撤離。政府若能以此為契機推動可持續的方案，或可在國際舞台重塑形象，但若決策搖擺或過度軍事化，則可能失去國際支持。

此外，重建與復健所需的龐大經費，也對以色列財政構成壓力；如何在軍事安全與社會福利之間分配資源，則更考驗政府的政策平衡能力。

真正挑戰剛開始

這次釋放人質在國際上普遍被視為正面進展。歐美多國與聯合國均表歡迎，並呼籲以、哈雙方把握契機，推動更長期的和平與人道合作。若以色列能在加沙重建、人道援助與地區穩定上展現誠意，它的國際形象與談判地位將有所提升；反之，若被外界認為過於強硬或違反國際法，則可能再度引發外交壓力與被孤立的風險。

除了政府與外交，這場危機也深刻影響以色列社會的集體心理。被釋放的人質及其家人需要重新學習信任與生活，整個社會也必須學會面對創傷與失落。學者指出，若社會對釋放者的痛苦與需要保持理解與包容，並提供實質支持，其再融入過程將更順利；反之，若他們被視為「創傷象徵」而被人疏離，社會裂痕將進一步擴大。

整體而言，這場人質釋放行動雖為以色列帶來外交與心理上的正面契機，但也揭示了復原之路的艱鉅。政治操作、信任建構、安全挑戰、心理復健與外交平衡，缺一不可。未來的走向仍充滿變數，但若政府能在制度支持、情報防護與社會療癒三方面同步推進，和平的曙光仍有機會延續。

人質獲釋或許是勝利的起點，卻不是結束，其實真正的挑戰，才剛剛開始。㊦ 請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。

蔡達文牙科醫生

Dr. Damon Tsai, B.Sc.(Hons.) D.D.S.

現接受加拿大牙科福利
Canada Dental Care Plan

BRACES



- 矯正牙齒
- 牙齒美容及漂白
- 洗牙、補牙
- 杜牙根

IMPLANTS



- 植牙手術
- 植骨手術
- 智慧齒手術
- 牙托、牙橋

- ◆ 特價優惠教牧同工及長者
- ◆ 歡迎海外宣教士及全時間神學生免費檢查及洗牙
- ◆ 樂意到各教會團契免費主講牙醫護理講座

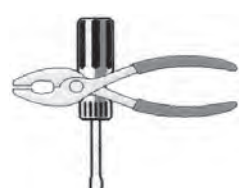
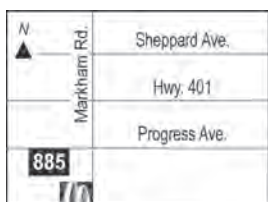
Family, Implant & Cosmetic Dentistry

多倫多大學牙醫博士
三十多年豐富經驗

精通國滬粵語
預約請電

416-439-4080

885 Progress Ave.,
Suite 101, G/F.
Scarborough
(Markham Rd. 夾
Progress Ave. 西南角)



機械維修
冷氣維修
保險賠償

Ted Wu Auto &
Collision Centre
汽車維修免費諮詢服務

定期保養
拖車服務
車身維修

7 Heritage Rd., Unit 5, Markham
Kevin Wong Cell: (905)294-4868
(647)282-3310
(電話預約)



洛磯山外

進入抑鬱的雨季

—土成—

調慢時鐘 進入雨季

11月初，時鐘撥回標準時間，白天變短，又是深秋的日子，有點瑟寒的感覺。隨著11月到來，大溫地區正式進入漫長的雨季期，“Raincouver” 暱稱又出場了。人說阿省冬季雖嚴寒刺骨，但起碼陽光充沛，足以溫暖心靈；反觀溫哥華幾個月灰濛濛的雨季，往往令人陷入情緒低潮。

千呼萬喚 預算出爐

在經濟迷霧的氛圍下，期待已久的卡尼首份財政預算，終於在11月4日出台了。這是卡尼初試牛刀的藍圖，亦難免成為保守黨博勵治猛烈炮轟的目標。各方的持份者各有關注：中產家庭留意減稅、住房者關心新屋興建、小商戶在乎郵遞服務、北約則著眼加拿大的軍事承擔。在刺激經濟與削減財赤之間，這是一份求取平衡的預算嗎？至少，聯邦政府有勇氣去裁減臃腫的部門，值得嘉許。

當然，對預算大失所望的加國公民，大不乏人。畢竟，各省的需求不同，而省級的需要未必被列入聯邦的優先考量，因而要經歷冗長的申請與輪候；也許阿省所期待的「西岸油管計劃」，恐怕亦是前路漫長、充滿變數。

國殤紀念 毋忘英魂

11月11日上午11時，在渥太華軍人陣亡紀念廣場舉行高度莊嚴的紀念儀式；總督、總理、三軍司令，海陸空軍人、退伍戰士以及歷戰老兵等悉數出席。各界代表在軍人紀念碑前置放花圈，場面莊重，令人對因捍衛自由而捐軀的軍人肅然起敬。加拿大立國158年以來，參與過無數戰役，包括兩次世界大戰、韓戰、以及在中東、歐洲、非洲的維和任務，參戰軍人不僅有歐裔加人，也有亞裔華人、日本裔及原住民等。國殤口號是：“Lest We Forget”（莫讓我們遺忘）。



光棍獨身 網購熱潮

當加、中關係仍處於冷峻之際，遙望神州大地，11月11日竟成了不可思議的「光棍節」。從躺平、慶祝單身開始，發展到今日成為網購狂歡；從玄妙觀念至龐大商機，反映出中、加截然不同的價值觀和相異的文化背景。

歲杪在即 計劃未來

11月通常是市政府重整策略，計劃未來的月份。阿省卡加里的市選已在10月20日落幕，11月新班子登場；在大溫的列治文，當了四分之一世紀市長的馬保定（Malcolm Brodie）9月宣佈：2026年11月卸任；消息一出，勢必在市府政壇激起千層浪。到底明年此刻，市長一職，會落在誰人之手？



洛磯山外

當超支變成常態

盧健恒

卑詩省政府於9月15日公佈最新財政報告更新，一如外界預期，赤字再度攀升。本財政年度原定赤字為109.12億元，現已調升至116億元；值得注意的是，這僅是第一季度的修正數字，未來三季若經濟惡化，赤字恐怕會進一步擴大。更令人憂慮的是，預計到2027至2028年度赤字將升至123億元，而省政府總負債更會衝上歷史新高的1665億元。根據菲沙研究所的數據，到2028年，每名卑詩省省民每年需承擔1,298元的財政赤字；而人均累積負債則會由2022年的16,683元，飆升至2028年的36,413元，短短5年間增幅達一倍。

廣大大市民承擔

更令人擔心的是，鄰近列治文市，規模更龐大的 Iona Island 污水處理廠，同樣潛藏風險。根據2022年估算，建設成本接近100億元。隨著北溫超支醜聞曝光，外界普遍預料此案也難逃超支命運。可是，政府既未重新審核，也未就可能的風險作出公開說明；雖然部分市議員已提出核查和調查的訴求，但尚未獲重視。因為一旦承認超支是常態，整個制衡機制便形同虛設，而最終承受代價的，永遠是普羅大眾。

更糟糕的是，政府高層往往能以各種理由為財政失誤開脫，而議員仍可繼續領取額外的會議津貼（每次最高可達1,094元），且無需公開申報。這一切開支，最終都落在廣大市民的肩上，因此，市民更應該正視這些財政問題，並要求政府承擔應有的責任。



一粒麥子落在地裡——

查理·科克 (Charlie Kirk)

盧維溢

指出社會的錯誤觀念

9月10日那天，一位31歲美國基督徒查理·科克（Charlie Kirk）在猶他谷大學一場問答活動時，被一名槍手開槍殺害。這位被一般公眾傳媒描繪為知名的川普總統（Donald Trump）支持者、右翼政治活躍份子，他的死亡消息傳出那一天，很多歐美國家的左翼人士就公開慶祝他的死訊。

筆者一年前開始留意到，他過去10年曾經在美國和英國不少著名的大學裡，與學生們公開辯論許多社會問題；他根據基督教信仰基礎，清晰地指出墮胎、性道德的混亂、歐美國家各方面的道德敗壞，皆因被左翼思維透過40多年在學校（小、中、大學）和主流傳媒所錯誤引導而形成。查理·科克自己親身在大學裡讀了一年就下定決心，未完成大學課程就離開了，毅然加入與志同道合的基督徒朋友所組成之Turning Point USA 機構，專心以公開的理性辯論“Prove Me Wrong”，指出現今普遍在社會上的錯誤觀念。他認為川普雖然過往的私人行為並非好榜樣，但現今他的治國政策是帶領美國回歸到尊重《聖經》、敬重基督和復興信仰精神，所以支持他再次競選成為總統。

冒險說出《聖經》真理

經過10多年的努力，他改變了不少30歲以下的美國年輕一代，對宗教信仰、人生哲學、社會道德、國家政治的世界觀，導致美國左派人士

（包括民主黨的核心份子）認為他是DEI（Diversity多元，Equality平等，Inclusion包容）、CANCEL和WOKE文化的巨大威脅、是他們的公敵，因此用盡一切抹黑、妖魔化的宣傳攻勢去打擊他，所以難怪很多年輕男女在回應他被殺害的消息時，不怕公開表達他們心中的喜悅甚或興奮；筆者在電視新聞上親耳聽到他們滿面笑容地說出「總要有人作成這任務（殺害他）」（Somebody has to do that job）。由此可見現今世代的一斑！

感謝神，查理·科克不怕冒險去說出《聖經》真理，成為年輕人認識信仰和世事真理的橋樑。

早在數年前，當被問及他喜歡在世上留下怎樣的形象時，他精簡地回答：「我的勇氣、我的信仰（my courage, my faith）。」他被殺害之後一星期，筆者已經在網上看到一些年輕人公開說自己非常受到查理·科克的糾正和鼓勵，很願意參與他所留下的、極有意義的人生事業！

堅持永不放棄的毅力

也許他的死亡使很多基督徒覺得十分灰心絕望，以為美國和加拿大一樣，不能扭轉敵對基督教和它所產生的道德文化之惡劣形勢，於是決定不再理睬國家大事和政府政策。不過，無論如何，上帝的話語還是提醒和承托著我們，鼓勵我們堅持永不放棄的毅力：「世人若恨你們，你們要知道，他們在恨你們以前已

經恨我了。你們若屬世界，世界會愛屬自己的；只因你們不屬世界，而是我從世界中揀選了你們，所以世界就恨你們。你們要記得我對你們說過的話：『僕人不大於主人。』他們若迫害了我，也會迫害你們，他們若遵守了我的話，也會遵守你們的話。」（約翰福音15章18至20節）

筆者也想藉著現任美國國家情報局長 Tulsi Gabbard 在查理科克的追思禮拜中，讚揚他對於言論自由的勇氣，不怕批評很多人的無知和愚昧，並且激勵信徒為見證真理而視死如歸（https://www.youtube.com/watch?v=YiMJ_aeg3qY）。

雖然死了仍舊在說話

「因為我們這活著的人常為耶穌被置於死地，使耶穌的生命在我們這必死的人身上顯明出來。這樣看來，死是在我們身上運作，生卻在你們身上運作。但我們既然有從同一位靈而來的信心，正如經上記著：『我信，故我說話』，我們也信，所以也說話。」（哥林多後書4章11至13節）

贊同殺害查理的人以為就此消滅了他的聲音，但他的話卻變得更為響亮，正如《聖經·希伯來書》11章4節所寫：「……他雖然死了，卻因這信仍舊在說話。」

為甚麼他可以仍舊說話？因為「……一粒麥子不落在地裡死了，仍舊是一粒；若是死了，就結出許多子粒來。」（約翰福音12章24節）



一家計劃在新斯科舍省建設綠色氫能工廠的公司，近日爲其陸上風電場提交了環境評估申請。若獲批，該項目將成爲新省迄今規模最大的陸上風力發電工程。儘管企業強調項目對環境「不會產生顯著影響」，但在生態敏感的新省地區推行如此龐大的開發計劃，仍引發廣泛的憂慮與討論。

EverWind表示，為減少潛在破壞。 共榮。



少使用私家車。在熱門景點如 Moraine Lake，已實施接駁車與預約制度，預料這項模式將持續擴大。同時，原住民旅遊也逐漸成為焦點。2024年，原住民旅遊業為阿省創造約1.26億元國民生產總值，預計2026年將突破1.43億元。心之一，支持原住民族主導文化成為主角與受惠者。

面對氣候變遷，環境韌性修訂與聽證程序，落實策略性。這次《班茨社區計劃》由案更具延續性與實際操作性。敗，而應以「品質」取勝；否客，也可能讓這座舉世聞名的



這次《班芙社區計劃》的辯論與制定過程，折射出衝突與妥協，也讓最終方案更具延續性與實際操作性。未來的班芙，若要真正永續，不應只以「人潮」論成敗，而應以「品質」取勝；否則，再壯麗的山景，也可能被擠壓得失色；再多的遊客，也可能讓這座舉世聞名的小鎮，失去原本的特色。🌀

全方位欣賞號角文章 www.heraldmonthly.ca

有它**視**就有影音
號角影視版

有它**英**就有英文
號角英文版

有它**聽**就有聲音
號角聆聽版

有它**樂**就有音樂
號角音樂版

號+ You Tube

f X 對話

福音
小故事

回教激進分子歸主記

曾福

家族背景與早年訓練

現居德國的艾力施（Yassir Eric），是聖公會主教，任教於大學跨文化研究所，主要負責伊斯蘭文化。艾力施出生於蘇丹一個與獨立革命和伊斯蘭興盛有緊密相連的家族，曾祖父參與1881年的抗英運動，並致力推動伊斯蘭教法成為國家根基；父親在達爾富爾領軍作戰，後來成為地方行政首長。作為家中獨子的他，自小被告知要傳承家族的信念：建立全球伊斯蘭共同體「烏瑪」（Umma）。

8歲時，他被父親送到北部沙漠的宗教學校，與十名孩童同住，整日跪坐在長鬍子的教長面前背誦可蘭經。教長右手拿經，左手握皮鞭，只要背誦有誤，立刻挨打；他連哭了17天，心中認為安拉真主就是如此嚴厲殘酷。兩年後，他能背誦整部可蘭經，家人因此引以為榮；回家時，父親的眼神充滿驕傲，艾力施亦開始接受軍事訓練，學會拆卸來福槍與模擬襲擊。

情報局長官成基督徒

16歲時，學校來了一名新同學——撒迦利亞，他來自南方少數族裔，那裡的人多為基督徒，是同學們眼中的敵人。撒迦利亞待人友善，成績優秀，這更挑動了艾力施的嫉恨，所以每日禱告求安拉除掉他。最終，艾力施與幾名同伴埋伏在樹上，手持刺刀和來福槍，等候他經過；當他走到樹下時，艾力施揮刀刺入他的身體，隨即轉身離去，任由他在黑暗中流

血，之後再沒在校園見過他。

在艾力施心裡，真正崇拜的人是叔叔Khaled。他是情報局長官，受過英國教育，能迫使基督徒改信伊斯蘭教，不從者便被監禁；然而某次家族聚會中，他突然宣告：「我不再是穆斯林，我是基督徒！」這句話破碎了所有人的心，叛教是死罪，家族立即聲討他，情報局逮捕他。後來得知，他在監視教會時，聽到牧師講道提到使徒保羅從逼害基督徒到歸主，他以為牧師在說自己，最後他拿槍威脅牧師，卻在長談後心靈被基督的愛融化。

禱告令堂弟奇蹟復甦

艾力施跟叔叔家族中一個堂弟特別親近，兩年後，他因瘧疾與不明感染陷入昏迷，醫生束手無策。艾力施每天走到醫院，在他床邊大聲背誦可蘭經，但他依然沒有醒過來，還一天天消瘦下去。某日，兩名來自埃及的基督徒前來探望，說曾在監獄見過叔叔，他們提出要為堂弟禱告；就在他們禱告時，堂弟竟慢慢地睜開眼睛，奇蹟般甦醒。這情景震撼了艾力施的心，當晚他與那兩位基督徒談到深夜，翌日晨禱時，他第一次試著向耶穌祈禱，心裡出現前所未有的平安；之後偷偷買了一本《聖經》，反覆研讀兩個月，家人已察覺他的改變。

叛教惹怒家人被埋葬

1991年2月，祖父嚴厲地問艾力施：「你是否跟你叔叔一樣？」「是的，我已是基督徒。」父親隨即一拳打在他的臉上，宣佈與



兒子脫離關係，並逼他簽下放棄產業與家族姓氏的協議，家族更為他舉行「喪禮」，埋下空棺，象徵他已死去。

艾力施寄居朋友家，並開始參加教會聚會。第一次進入南蘇丹信徒聚集的教堂時，心中想起了當年被他重傷的撒迦利亞。很快，他在尼羅河受洗，正式歸主，並開始傳道，後因叛國罪多次被捕。最終，他逃往肯雅神學院深造，受到一個德國家庭照顧，並移民到德國。

與昔日敵人奇妙重逢

2008年，艾力施在開羅講道。會後，一名拄著拐杖、右眼失明的男子走向他，問：「你認得我嗎？」這個人竟是撒迦利亞！原來在撒迦利亞的《聖經》首頁，貼著一張名單，第一個名字正是艾力施。他說：「我知道你最恨我，所以我最常為你禱告。」當時艾力施忍不住淚流滿面。

朋友，當我們仍是罪人時，耶穌已為我們捨命，你願意接受這份奇妙的大愛嗎？請用本報決志表跟我們聯絡。☺

請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。

更新的旅程——
與自己和好

王若敏

「……在人這是不能的，在神凡事都能。」（馬太福音19章26節）

神帶我走出心靈的陰霾

從小到大，我一直深信一句話：「江山易改，本性難移。」脾氣、固執、說話方式、性格，甚至心裡那些嘈雜的聲音，我都以為是與生俱來，無法改變的。這讓我常常對自己失望，也覺得無能為力——既然改不了，就只能接受。

然而，神的話語擊中了我：「……在人這是不能的，在神凡事都能。」（馬太福音19章26節）我才明白，祂不是來修修補補，而是要徹底更新，使我成為新造的人，正如《聖經·哥林多後書》5章17節所言。我原以為一輩子都會被壞脾氣、固執、任性與自我的性格定罪和捆綁，但神親自帶我走出心靈的陰霾。

與自己和好，並非浪漫的口號，而是一條充滿眼淚與掙扎的路。比起改變別人，更難的是誠實面對自己，尤其是那些不願觸碰、不敢承認、害怕揭開的部分。過去，我常用別人的眼光來衡量自己的價值——被稱讚就覺得有意義，被批評便陷入懷疑。直到參加了八年的「生命更新醫治課程」，我才體會到，與自己和好不是一夜之間的事，而是一步一步、靠主勇敢地走出來的過程。

饒恕不是縱容而是釋放

在一次禱告中，聖靈帶我回到童年遭受性侵犯的記憶。壓抑已久的情緒瞬間湧出：焦慮、罪惡感、憂鬱、自責、憤怒、無助、害怕……它們像鬼魅般纏繞我，甚至化作噩夢。我哭著向主呼喊：「我不想再假裝沒事了！」祂溫柔地對我說：「孩子，到我這裡來，這不是你的錯！」就在那一刻，祂的光照進我最黑暗的角落。

大約六年前，我鼓起勇氣，傳了一則短訊給加害者：「在我小時候，你侵犯了我的身體，這個陰影跟隨我數十年；直到接受輔導，我才明白那是性侵犯。今天，



我在主面前選擇原諒你，願神祝福你。」雖然對方沒有回覆，但我深深明白：饒恕不是縱容，而是釋放；不是因為他值得，而是因為神要釋放我。從此，這件事不再控制我，因為我已把主權交給神。原來饒恕不是為了他，而是為了讓自己得自由！

不停在自責要活在當下

我開始學習不再用「我很糟糕、很污穢」來定義自己，而是感恩——因為我能一次又一次站起來，勇敢面對。神應許我：「因我看你為寶為尊；又因我愛你……」（以賽亞書43章4節）這句話成為我心裡最溫柔的依歸。

今天，我不再是那個被傷害、被罪惡纏繞的人，而是一個被神愛、被神更新的新造之人。與自己和好，是一段艱辛卻充滿喜樂的旅程，當中有掙扎、有眼淚，但有更多的是盼望……因為我知道，我並不孤單，耶穌與我同行，我心無畏懼！

每個人都有遺憾與傷痛，有時甚至伴隨羞愧或悔恨。這種事若發生在今天，加害者需要承擔法律責任，但與其逃避或壓抑，不如給自己一個機會，全然傾倒在神面前，勇敢面對。雖然過去無法改變，但我們可以選擇用新的眼光去看待已發生的事，讓傷痕成為成長的養分，而不是逃避的藉口。

與自己和好，不是停留在自責的情緒中，而是勇敢地活在當下，懷抱希望迎向明天。這並不是說我不需要改變，而是因為在神裡面，我可以被祂改變。靠著祂，我能更勇敢地面對自己，帶著信心，成為更好的人——與主同行，也鼓勵自己向前行。

「耶和華是我的亮光，是我的拯救，我還怕誰呢？耶和華是我生命的保障，我還懼誰呢？」（詩篇27篇1節）☺

請上號角網站www.heraldmonthly.ca收聽本文聆聽版音頻。

喜樂婆婆的一片天

小金子

排尿時有點困難

親愛的、關心我的朋友們，最近我的光景你們不知道；但是經常看我寫東西的讀者就知道，這個月是我為自己挑的生日，而今年的生日非常特別、非常快樂，因神送給我一份很大很大的禮物。

在這之前，我去了溫哥華有三天的佈道會。佈道會完結後，我又去了三藩市，有兩天的慈善籌款音樂佈道會。之前，很多人不贊成我去，覺得我年長，擔心，但是我覺得神給我開路，我就去，而去了之後，一切在神的恩典當中，順利地完成了。

及後回到家，神就送給我一份很大的禮物。像我這樣的年紀，三高都不高，真的很不容易，而在我這一次出發之前，無意中發現我的血壓有一點偏高，我的天使姊妹就給我預約了醫生，預算服事完畢，就去看醫生。服事順利完成了，姊妹就陪我去看了醫生，檢查過程中，真的發現血壓偏高了，醫生問我要不要吃藥，因是在邊緣線

上，可以選擇不吃藥；跟天使商量後，覺得既然有點偏高，就吃吧！於是，我們看完醫生預備離開時，醫生要我留點小便，做一個檢驗，可是發現排尿時有困難，但感恩，終於完成了！

發現膽裡有結石

朋友把我送回家，到了第二天一早，有位姐妹開門進來，我問她：「妳來幹甚麼？」說話時，完全不能很順利表達；像過去一樣，她覺得不妥，就立刻撥打911，把我送進醫院。等我醒來的時候，已經做完清理腎臟的手術，並且發現我的膽裡面有結石，所以這是神的恩典，讓我在完成服侍之後，回到醫院，好好的將體的問題解決，這真是神送給我很大的生日禮物！

這是我住過最舒服的醫院。首先我的膽有石頭，如果跌下來是會很痛很痛的，據說比孕婦生寶寶還要痛，感恩我的石頭沒有跌下來，完全不痛。醫院裡的病牀非常舒服，甚至腳上還有24小時按摩器，舒服極

了；吃的東西是可以自己點的，當然也是醫生為我選的。

被清理好的身體

現在我已經開始做物理治療了，早上有人幫助我學習走路。神說，要回到小孩子的樣式，這是神給我們預備的路，再也沒想到，到了年老真的回到小孩子的樣式。復健師用一條繩子綁在我的腰上，我則撐著walker走！下午又有物理治療師來教我如何運動手和腳；所以不久的將來，我就可以回家了，感恩！在完成服事後，神就把我身體裡面，那些亂七八糟的東西取走了！

主，感謝祢！送給我這麼大的禮物，願主將來繼續使用我這個被清理好的身體。主！能一生被祢揀選，被祢使用是我的福氣，感恩、感恩！☺

一份很大很大的生日禮物