



SUNSET

APRIL 2020 | ISSUE 61 | SUNSETCHURCHSF.ORG

# PULSE

NEWSLETTER

- 1 牧師們關於復活節的信息
- 2 鑽石公主號
- 8 COVID 社區外展
- 9 疫情支援小組
- 9 以愛還愛 疫情送暖
- 11 社區外展
- 13 益康事工---餵我羊
- 14 溢樂新春午宴
- 15 在健康危機中的信心之旅
- 16 訪問 Jenny Pei, Sweet Passion Bakery 店主
- 17 聖經學習班
- 19 ASCEND - Alpha Pregnancy Center's Gala
- 20 溢樂華人浸信會 - 人物專訪: 我們英勇的前線醫護人員

## 牧師們關於復活節的信息

撰寫: 鄭識文牧師

在現時一個以病毒這壞消息為主導的世界裏，正是需要耶穌這好消息的時候。在這個前所未有的復活節季節，最相關和需要的就是耶穌復活征服了死亡的好消息。

如果上帝讓最壞的事情發生在祂兒子身上——釘在十架上、死亡和埋葬——但藉著這些使我們得救贖，讓我們今天有活的盼望；所以，讓我們成為悲傷，卻仍充滿盼望的人；讓我們成為那些哀歎，卻仍對主謙卑信靠的人；讓我們將恐懼帶到主前，因主堅定不移的愛，把恐懼轉為信心。

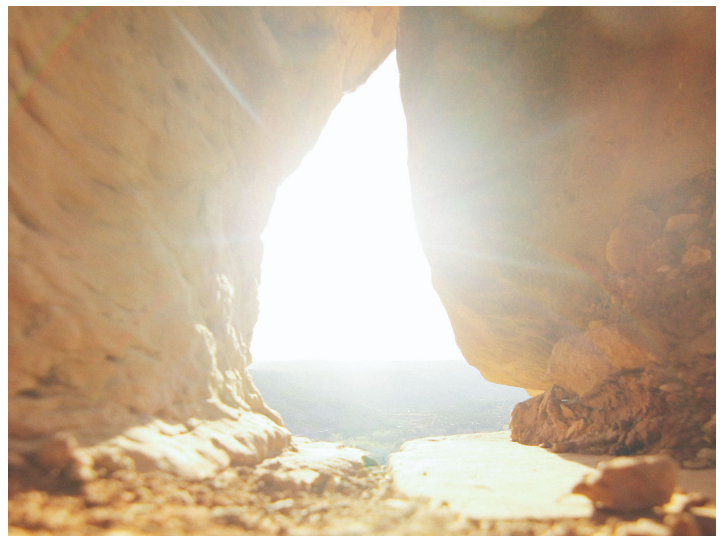
溢樂教會邀請您安靜休息，禱告和作邀請。

安靜休息：在耶穌裏安靜休息。在這危難時期，我們傾向於過度工作或分心。耶穌邀請我們，當我們感到沉重和負重擔時，到祂那裏得安息 (馬太福音11:28-30)。

禱告：通常在世俗世界中最困難傳達的福音部分就是人需要救主、人是有罪的；然而藉著現時全球大流行肺炎疫情提醒我們，人是多麼脆弱。讓我們祈求聖靈作工，把這提醒普世的需要成為人渴求耶穌的時機。

作邀請：即使我們不能親自到教會崇拜聚會，但我們可優先安排通過直播來敬拜主，並繼續邀請家人和朋友一起觀看崇拜直播。讓我們重申，禱告、並在一個似乎以壞消息主導的世界裏，迫切的與我們生活的人分享救主這個好消息。

- 鄭識文牧師





# 鑽石公主號

撰寫 & 拍攝: 朱亮坤, 蔡葉翠華, 王馮梨珍



## 經歷神

朱亮坤



翠華和朱亮坤在公主鑽石號

原本我和五位朋友：翠華，梨珍，表姐，孫先生及孫太的「十四日開心游輪假期」應該是二月四日在日本橫濱結束，但萬萬想不到因發現一位香港人帶有新冠病毒上過我們的船，以至我們要繼續留在船上自己的船艙要隔離十四天。在頭三天，我和我的好

姊妹翠華兩個人留在內倉的一間沒有窗的小房間，不見天日，日夜不分。最深刻的感覺是我們像被遺棄了的人，面對著只有冰冷的四幅牆，外面的世界與我們完全隔絕。在我的內心世界只有面前的翠華和我的天父。我心深知道天父是在我們當中，祂沒有丟棄我們。感謝主在那刻我真正體驗到外面與世隔離，裏面與神親近。非常感恩從第四天開始，我們准許在船頂散步一小時，呼吸那珍貴的新鮮空氣。那段時間對我是何其寶貴，失去自由，始知自由的可貴！

二月五日已知道船上有十個確診個案，之後確診人數急劇上升，數目之多，令人心寒，擔憂！處身在這惡劣不堪的環境，主的靈對我說：「妳認識我已久，現在我要妳來經歷我。平日的妳懂得叫別人凡事要信靠，交托主，現在我要妳去實踐妳信心的功課。」面對無可逃避的試煉，我只有謙卑在神面前，求祂保守自己的心懷意念，賜我有平靜安穩的心，讓我不被苦難所勝，讓我無論在什麼環境都知道感恩，懂得依靠神，深信著凡事都有著

祂的美意。

在隔離的第一天，我和翠華已經開始了大家一起祈禱及唱詩的時間。隔離的第二天，在翠華的建議下，我們一同編排了每日的時間表，包括早上向兩個房間（梨珍和表姐，孫先生夫婦）的弟兄姊妹問安，早上及下午有我們大家一起祈禱及唱詩，時間表還包括了每天做的運動，洗衣服及打掃房間也成為我們的節目內容之一。感恩在船上每天有人送上三餐，又有免費網絡，可以和家人及朋友通話或通訊。閒著時就讀聖經，默想神的話語及背誦金句。二月十日我們和梨珍及表姐開始每晚有一個小時通過電話一同研讀詩篇，分享，唱詩和禱告，這也是我每天最期待着的一刻。從詩篇中學到詩人大衛在患難中尋求神的保護與幫助，用信心等候神。詩篇一百二十一篇「我要向高山舉目」更成為我最愛的詩歌之一。這首詩篇的歌也成為我患難中的力量與盼望。

感謝天父的慈悲，憐憫及保守！向來的我都不需要服用任何藥物，以至 ▶



在公主號期間，我不用像其他人要等候藥物的保充。神更保守我一直在隔離的日子裏，縱使睡眠質數不好，但神仍然賜給我健康的身體，無病無痛，有足夠力量去面對屬靈的挑戰。

每天我們自己都要做體溫測試，船長每天都在播音室對我們報告船上受病毒感染的情況及人數，當聽到受病毒感染的人數劇增，心中頓時產生不安與惶恐，但仍然感恩的是身體蒙主保守，一切無恙，更沒有受病毒感染，但明天誰能擔保自己還會擁有健康，惟有繼續仰望神，學習信心交托的功課，多謝神答允禱告，祂賜給我屬天的平安，把我心中的憂慮帶走。



美國公民乘貨運包機回國

二月十五日晚我們收到大使館的緊急通知，要我們做好準備於次日晚上下船回國。感謝主在疫情的高峯期，我們終於有機會提早離開公主號鑽石船返回美國，雖然還要回國繼續隔離十四天(船上的隔離期只剩下三天就滿)。但我的擔心來了，回去美國隔離，在什麼地方？需要一個人獨住嗎？我是個非常膽小的人，想起要獨居的時候，心裏甚感害怕，縱使翠華不停地安慰我，但我仍無法安心，只有向神哀求不要讓我獨居，希望祂能准許我和翠華姊妹繼續留在一起隔離。二月十六日晚上十點撤離開始，我們上了大巴，在大巴等了差不多四小時才開車到空軍基地，登上一架改裝的貨運飛機，連登記及飛機飛行的時間，大約差不多是十一個小時，飛機終於安全到達加州 Travis 的空軍基地。踏上國土，雖然身心疲憊不堪，但掩不住心中的莫大喜悅與感恩！當安排宿舍，

知道我可以和翠華共住一個單位時，心中如釋重負，滿心感謝慈愛天父的憐恤及禱告蒙答允。大巴於凌晨三時多送了我們到宿舍，打開大門，真令我們驚訝萬分，展現眼前是一個窗明几淨的大廳，隔鄰是廚房，有爐頭，雪櫃，廚櫃內有足夠的廚具，後面有洗手間及兩個大房間，居住單位面積足有一千多尺。神的預備是那麼豐富，超過我們所求所想。早上走出去大陽台，空氣是那麼清新，外面盡是綠油油一片。這兒的工作人員時常面帶笑容，滿有愛心，隨時滿足我們的需求。感謝主這兒有三餐供應，雖然有些食物不適合自己的口味，但非常感恩有愛心的弟兄姊妹為我們寄上必需品及可口的食物，就連冬菇，乾貝及罐頭鮑魚，亦在其中。



在Fairfield Travis 軍營基地隔離

感謝主給我們這麼一個十分寧靜幽美的環境靜養，外面幾乎每天都是風和日麗，但出去散步的人寥寥可數。我和翠華平均每天步行三次，每次出去都是帶着感恩歡暢的心去散步，彼此傾心吐意，有感動時我們還會邊行邊向天父作出禱告。外面陽光時常都是那麼明媚，父神知道我們需要太陽來殺死身上的病毒。置身於天父所賜的幽美居住環境，猶如來到一個修道院，好享受每天和翠華早晚共同禱告，唱詩，分享神的話語及與神同在的珍貴時刻。神亦給自己很多空閒時間去與祂親近，藉著讀聖經、默想、禱告和唱詩，在主裏我再次重新得力。

在臨滿隔離期的前數天，我和翠華終於接受了喉鼻測試。對我而言，那個測試好痛苦，好難忘。在測試期間，痛苦得我眼淚直奔，雖測試完了，眼淚

還在流過不停。接着心裏開始憂愁起來，雖然自己無發燒，無症狀，但若果不幸自己是其中一個沒帶症狀感染病毒的病患者，要孤獨的留下來隔離，沒有姊妹的陪伴，沒有傾訴對象，不能接觸外界的人，不能出外散步，要孤身作戰，每天又要進行那些可怕的測試是非我能所忍受的，靠的是自己身體的免疫力來打勝這場仗。病情輕的，都要大約五、六個星期才能痊癒。在等候結果期間，我和翠華心中都是忐忑不安，我們不住禱告，懇求天父的憐憫與拯救，求祂保守我們身體沒有受病毒感染，測試報告結果會是陰性，我們懇求天父准許我們一起回家，因為我們無法再待下去承擔獨個兒要留下治病的可怕日子，但到最後我們還是謙卑告訴神我們願意順服祂的帶領，願祂的旨意成就，深信凡事都有著祂的美意。等待測試結果是我在隔離期間最難熬，最辛苦的時刻，多謝天父聽我們的呼求，憐恤我們的軟弱，我和翠華的測試結果都是陰性。我們的天父又再次把我倆從水深火熱中拯救出來。終於我們可以釋懷了，欣喜萬分，對神有說不盡的感激！感謝主在三月二日的早上，跟着神的榮光帶領，我們終於踏上歸途和家人團聚。

感謝主的恩典在今次的患難中，祂把翠華姊妹放在我身旁，在靈裏我們彼此勸勉，彼此造就，彼此扶持，互愛互助，就如傳道書說「兩個人總比一個人好，因為二人勞碌同得美好的功效，若是跌倒，這人可以扶起他的同伴，若是孤身跌倒，沒人扶起來，這人就有禍了。」在這段隔離的日子裏，我和翠華學曉隨時隨地禱告，當心中感到不安或有需要時，無論我們身在船艙或船頂，屋內或屋外，日間或夜間，我們都會一同向父神齊心禱告。曾經在數個深夜裏我們醒來一起禱告，把我們心中的需要，愁煩，重擔都帶到主的寶座前。神是一位使人夜間，在黑暗裏，在道路崎嶇中歌唱的神。我和翠華時常一起唱詩敬拜讚美主，我們又時常分享靈修，分享金句，用神的話語彼此安慰及勸勉。在日常 ▶



生活中，我們彼此照顧，分工合作。「萬事互相效力，叫愛神的人得益」處。」曾有一位相熟的姊妹問我一個問題，「妳們在一起生活了這麼久，曾否有過爭執？」感謝神我們在這四十七天的日子裏每天都相處得非常融洽、愉快，從未有任何不快的事情發生過，這都是神的愛在我們當中，讓我們懂得在主裏彼此包容，相親相愛。

很感恩從我旅行的第一天直至隔離完結，我確實地經歷了神的恩典，信實與大能。神是容許患難的發生，但神與我同行，共渡患難，因為祂是以馬內利，神與我們同在。當自己落在一無所有的境況時，有神的同在已很足夠了。感謝神賜下足夠的信心及恩典，讓我有足夠力量撐下去，渡過一關又一關的危難。在七百多人被受感染病毒當中，神用祂的膀臂環繞着我們同行六位屬祂的兒女，好讓我們全隊人在主懷中安然無恙，可以平平安安跟着主的腳蹤回家，這也正好證明了慈愛的神是無所不能，祂是我的拯救，是我的避難所，是我隨時的幫助。感謝神的保守與供應，若沒有苦難，神的恩典就凸顯不出來。感激神給我一個畢生難忘的一段人生旅程經歷，

多謝祂揀選了我落在這火煉中，因為祂看我配得上這考驗，祂賜我足夠的恩典去勝過那火煉。那曾經拯救過我的上帝，祂拯救我到底。因為知道自己不能改變外在的環境，只有靠着主得恩典與憐憫，轉化自己的心境，守住信心，守住盼望，守住勇氣，仰望神，倚靠神，抓緊神的話語的應許，因為祂曾說過這應許是給我的。祂的話語是滿有大能，祂的靈不斷提醒及安慰我。每天我都感謝神賜給我新的一天，存着感恩的心活在當下，不再去多想以後的事。清楚知道我的明天是掌管在神的手裏，學習不再去為明天憂慮，明天為何，只有神知曉，絕不到我所想，唯有完全的信靠與交托，心裏才有屬天的平安。認識到行走天路不是無風，無浪，盼望今後靠着神的幫助，把祂的話語牢記在心中，當我遭遇到任何困惑，苦惱時，我就能夠拔出真理的寶劍抵擋魔鬼一切的詭計，在逆境中戰勝。感謝神藉着今次的患難，使我反思生命的真諦，豐富和堅固了我的生命，使我更加珍惜生命。祈望我今生牢記着神的拯救及祂莫大的恩惠，在逆境中堅強地面對人生，更成為別人面對患難時的正能量與幫助。



朱亮坤在基地隔離

在此滿心感激溢樂教會謝牧師，教會各長老，執事，教會的主內弟兄姊妹及各地各方認識的或不認識的主內朋友在我們隔離期間背後為我們獻上虔誠不斷的齊心禱告。最令我感動的是我的一個未信主的好朋友，她竟然願意為著我能夠早日平安回家代禱。又有一位好姊妹當她知道我上了公主鑽石號，她心急如焚，即時跪在主面前為我發出哀聲禱告。也感激好些姊妹每天從不間斷的寄出神的話語，詩歌來安慰我，堅固我的心。藉着今次的患難，經歷到主內的弟兄姊妹對我滿溢的愛，我是多么受鼓勵及蒙福！感謝垂聽禱告的神！願一切榮耀頌讚都歸給我們在天上的父！

## 軟弱人的試煉

蔡葉翠華

在1/20 我們一行六人包括Ellen、梨珍、表姊、孫先生、孫太太從日本橫濱乘Princess Diamond開始了十五天的旅程，其中遍遊沖繩，台灣，香港和越南。原定2/4 從橫濱飛回美國，已經把行李整理好，船長突然通知因為有船客感染COVID-19，我們需要留在船上隔離十四天。

### 凡事感恩

我和Ellen姊妹就開始被困在封密無窗的小房內，分不出日夜，感覺自己睡在大木箱內，加上我一向失眠，每晚只睡三，四小時，那二十四小時變得非常漫長。後來我編排了一個時間表，由早餐、祈禱、向表姊問安、唱詩、靈修、體操、連洗澡、洗衫也成為節目之一，有規律的日子比較容易打發。團契的組長也每天寄來靈糧，其中詩歌【慈繩愛索】帶給我很大的安慰。現在每次聽到這詩歌，都會想起神在我困難時給我的施恩幫助。後來船長准許我們每三天到船頂散步一小時，吸新鮮空氣。那一天是我們的 ▶



翠華在新年年初一到達香港



大日，很珍惜那一小時。再次看見陽光，吸一口新鮮空氣，欣賞神創造的藍天白雲，那份喜悅是無法形容。凡事感恩，我明白了。



我們在船上被隔離在封密無窗小房間

### 上帝同行

在這段日子弟兄姊妹送上很多關心，鼓勵和代禱，我也不繼的禱告，祈求上帝給予平安和保守。可惜當心中稍為安穩，船長又宣佈大批的新確診病例，心中又再度惶恐焦慮。晚上不停發惡夢，流汗。牧師教導我祈禱、交托、放低。我大力禱告，也把重擔交給神，但總是放不下心中的驚慌。更慚愧的是其他姊妹表現鎮定從容對神滿有信心。梨珍竟有心思弄lemon Coke 做下午茶，Ellen 也慣例地吃她的甜點，只有我整天驚慌失措。因為焦慮，身體開始受創，時常流鼻血，胃痛，肚瀉，耳朵發炎，晚上輕微咳嗽，一大堆毛病，令我更加胡思亂想，總覺得自己已經染了感冒。如果染了病毒，一個人滯留日本，不懂言語，加上時差，心中更惶恐。記得有一位不太相熟的弟兄，說如果我滯留日本，他一定來日本尋找我，接我回老家，心中感動不已。

在船上隔離了十天，美國政府便準備專機來接美國公民回國。日本政府要求每位乘客都要喉嚨測試，証明沒有感染才能離船。梨珍、表姐、孫先生和孫太已經測試了。我因為沒有信心，

拒絕了測試，理由是明天便要坐專機回美國，報告結果要三天才發出，測試是沒有意思的，奇蹟地他們同意了。到2/16 早上，另外三個日本人員再度來替我們測試，我同樣拒絕，他們毫不留難便離開，當時我心想神替我開路回家。2/16 日美國派了十輛大巴送我們九十多人到橫濱機場。在封密的巴士帶著口罩上呆坐了四個多小時才開始到機場。其間旁邊不少人在咳嗽，大聲鼓噪，車上空氣混穢，我感到很疲弱，向神懇求我不要在這關鍵時刻再流鼻血，不然他們必把我帶回船上，仰望神保守帶領我們回美國。最終我們登上了貨運飛機展開九小時的航程到Fairfield Travis navy base. 孫先生夫婦被安排坐另外貨機到Texas。貨運機上只有兩個臨時的廁所供九十多乘客享用，整天臭氣薰天，排著長龍，所見的都是沮喪疲累的面孔。機上有七、八位受了感染正在發燒的乘客，被白色膠布前後左右圍著隔離，我隱約看見他們望著一尺前白膠布的身影，這九個多小時他們就這樣渡過，我心中悲傷難過。在機上有七位志願醫護人員照顧九十多位乘客和負責量度體溫，在準備下機進行第二次體溫檢測，一位醫護員輕聲告訴我和Ellen 他是牧師義務到日本接我們回美國，這真是神的恩典。最終神帶領我們全部平安回到美國國境，我們六個人都能夠由日本回到美國全因神的保守。

上帝同行，我看見了。



翠華，亮坤，梨珍乘坐貨運包機到Travis軍事基地

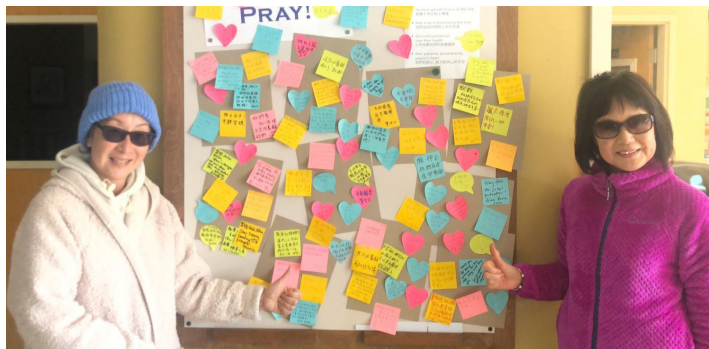
### 神的話語

美國Travis 陸軍基地環境清優，空氣清新，陽光燦爛，一大片綠油油的草地，我和Ellen 居於兩房一廳一廚的寬大apartment。神真恩待我們，給我們舒適的隔離環境來作靈修操練。我和Ellen 每天祈禱感恩，唱詩，靈修，在燦爛的陽光下運動，有幾位好友更寄來精美食物和一些日用品，十四天的日子也較容易渡過。每天早晚我們仍然要驗查體溫，食物也是放在門口椅子上。我身體仍然軟弱，早上肚瀉，晚上也有些咳嗽，有一天還輕微發燒體溫升至99.8，內心忐忑不定。跟著CDC宣布要替我們鼻孔和喉嚨做測驗，我更加驚慌。當醫務員叩門時，我害怕都不敢開門。Ellen 開門後，醫務員解釋了檢查口腔和鼻液的程序，同時這個檢查不是強制性的，已經有十幾人拒絕口鼻檢查。當時我毫不懷疑選擇不做這檢測，心想上帝又一次替我開路完成隔離後便可以回家。跟著的三天我和Ellen 努力曬太陽做運動，不繼祈求上帝保護我們不受病毒感染，也感恩上帝帶我們走出災難回到美國。第一批口鼻檢測証實19 人受了感染，其中很多人沒有病症的，我心中頓時感到不安，害怕我和Ellen 可能把病毒在社區和家庭中傳播，但以我的精神和健康狀態，我是不能承受單獨隔離四至五星期的壓力。當牧師打電話來問候，我坦白告訴牧師我的掙扎，神替我開路不用檢測，就像在日本一樣，更何況不足五天便可以回家，我不想冒險我一定要回家。牧師告訴我檢測是正確合理的做法，驚慌猶豫的話，仰望神尋求祂的旨意吧。我心裡還是不平安，我祈禱告訴天父我的軟弱，求神施恩保護我們不要受病毒感染，我們六個一起來也要一起回家。晚上靈修時，這經文出現：「這百姓藐視我要到幾時呢，我在他們中間行了一切神蹟，他們還不信我到幾時呢」民數記十四章十一節。心想，神一路上給我們無數的恩典，更從日本帶領我們回國，我為什麼不能信靠神的旨意，仍然信心軟弱呢！神的路一定是光明正大，祂為我開的路不會是閃縮鬼祟的路。神的話語，我聽到了。▶



## 軟弱人的試煉

我和Ellen 就作了補測，在等待結果其間，我作了最壞打算。正如感動心靈的詩歌”Trust and Obey : there is no other way”。神是信實聽禱告的神，雖然我不一定懂得神的旨意，但我深信上帝愛我，我願意信靠和順服，如果真是染病，我會勇敢面對。神一定不會讓我經歷不能承受的試煉。最終我和Ellen 都不是確診者，我這樣軟弱低微，神對我仍然不離不棄。軟弱人的試煉，令我身心受創，神卻讓我重新得力，苦難中生忍耐，生老練，至盼望。感謝神！



感謝弟兄姐妹在災難時的愛心和代禱

## 患難試練 屬靈調整

王馮梨珍



我要向山舉目、我的幫助是從造天地的耶和華而來

今年一月底，我和五位弟兄姊妹，一同參加了為期15天的日本橫濱遊輪旅行。意想不到的，要到落船的前一天晚上，船長宣佈整個船上所有的2,500名乘客，加上我1,200名船上工作人員，均要回到房中，接受量體溫的檢驗，單單量體溫的檢驗，也用了一天的時間。最後橫濱衛生處宣佈，所有乘客都要留在船上，開始為期14日的隔離。原因是鑽石公主號遊輪上，有新冠狀肺炎的爆發，船上發現有乘客受到新冠狀病毒感染。可能亦有乘客受到感染，但正在潛伏期當中。

我們留在船上隔離有12天的日子，直到美國派運貨飛機，將美國公民救回美國加州空軍基地。當飛機降落在美國土地上時，我們才放下心頭大石，整個人都安心下來，也不介意在空軍基地，再要隔離多14日的時間。整個旅程總共有41天的日子！

在船上隔離的12天，可算是這旅程中



救護車及救援人員、守候在日本橫濱港鑽石公主號遊輪旁

最驚恐，最擔心，最難過的12日。我和同房在一間沒有窗口的房間中，除了兩張單人牀，書枱，衣櫃，浴室外，可活動的空間甚小，又不知房間之間空氣是如何運作的；頭三天完全困在房間中，到第四日才批准大家到甲板上，逗留一小時，伸展筋骨，呼吸新鮮空氣。但令我最擔心的，是船上每天宣佈受感染的人數日日加增，每天都是雙位數字上升，10位，又10位，再41位，真是心驚膽顫！帶來很大的身心靈的影響，我們感到無助及絕望！

回到美國後，很多朋友、家人、教會的弟兄姊妹，都關心地用微訊或視像電話與我們聯繫，送上祝福，問候及分享他們為我們不斷的禱告。很多弟兄姊妹都會發問：「你們如何渡過這困境？」「如何在一間細小的房間中，經歷12日的隔離？」；「12日在船上的隔離，已夠慘，夠辛苦了，跟着還要在空軍基地隔離14天，真難以想像這40天，你們是如何渡過？」



日本衛生署人員到房間旅客進行口腔檢測

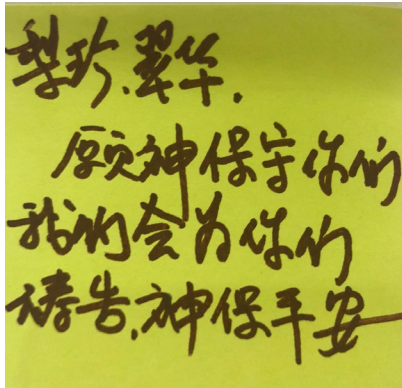
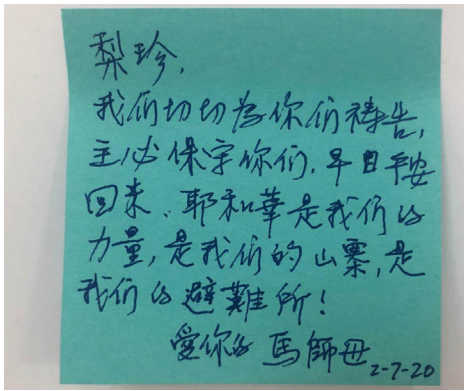
我盼望藉着以下這三方面，和大家分享，我們得着力量及盼望的源頭，及神如何在這三方面幫助我屬靈操練和調整：

1. 教會、家庭及朋友的支持
2. 船上姊妹們的靈修
3. 個人獨處 與神溝通

### 1. 教會、家庭及朋友的支持

船上隔離的第一天，教會鄭識文牧師即時與我們聯繫，並將我們的患難，禱告需要，與弟兄姊妹分享，同一時間更和教會星期三晚上的禱告會聯接起來。連續三個星期的在祈禱會中紀念，弟兄姊妹積極的出席，給予我們無比的支持，關心及鼓勵，讓我們感受到群體禱告的力量，加增我們的信心及盼望。▶





教會設立「祈禱牆」弟兄姊妹送上的祝福及禱告

耶和華是我們的力量、我們的山寨、是我們的避難所

鄭牧師又設立了一幅「禱告牆」，並派給參加祈禱會及耆英團契的弟兄姊妹各人一張小紙，請他們寫上關心我們的字句，並貼在「禱告牆」上，為我們在船上的打氣，令我們非常感動。經文上說：「你們得力在乎平靜安穩」，我們能在神面前平靜安穩，就能從神的話語支取力量。除教會牧師長執及各團契小組的禱告；我所參加的「心愛團契」的弟兄姊妹，星期二晚上的H2H祈禱會等，我也可以用視像電話參加，用祈禱求神保守，病毒不要再感染更多人；又求神賜我們有信靠順服的心。讓神帶領我們。

在此也感謝我的家人、丈夫、孩子們、姊妹們、工作同事及很多很多的朋友們，全球性的用微訊及視像來關心我，和我談天、禱告；藉此感謝大家的支持、祝福和鼓勵。

## 2. 船上姊妹們的靈修

感謝神，在船上隔離時，早、午、晚三

餐有船上工作人員送到房間門前，膳食沒有問題，其實也很豐富；慢慢地我們每天可以出到甲板散步，欣賞及享受溫暖的太陽，如果是傍晚，還可看到美麗的日落，這些我們都感恩是神的供應。但心情仍常有起有伏，因船上感染的人數每天都在增加，已達150位的數字。

我們姊妹們得着牧師的鼓勵及提供詩篇121篇及27篇的思想問題，我們兩間房的四位姊妹，(Ellen、Julie、MeiMei及我)，開始在傍晚的時間，藉着船上房間的電話揚聲系統，一起讀經，唱詩歌及彼此禱告。詩篇27篇，詩人對神的宣言：「神是我的亮光，是我的拯救，我還怕誰呢？」「雖有軍隊安營攻擊我，我的心仍不害怕；……我仍舊安穩」。又詩篇121篇：「我的幫助從那裏來呢？我的幫助是從造天地的耶和華而來」；「他要保護你的性命。你出你入，耶和華要保護你，從現在直到永遠。」神確實是我們的蔭庇保護，我們將一切的憂慮卸給神，因為他顧念我們！（彼得前書5:7）。

我們四位姊妹們，非常享受這一段在船上靈修的時間，彼此分享，一起禱告交托神，從神話語中扎根，支取力量，使我們的身心靈得到安慰，平安度過每一天，仍保持沒有發燒，沒有咳嗽的徵狀。感謝天父讓我們四位姊妹一起經過試煉，共渡患難，使我們「屬靈生命得着調整」。



橫濱港隔離的日子、日出日落都提醒我們神是掌權者！我們盼望的泉源！

## 3. 個人獨處、與神溝通

神的恩典憐憫繼續保守我們，隔離的第十天，收到美國駐日本的領使館電

郵美國公民，說2月16日（星期日）將有美國專機接載我們回到加州或德州空軍基地；非常感恩，美國在這危險時候，搶救我們。就這樣我們四位就在2月16日凌晨回到美國加州。

在Travis 空軍基地隔離的14日，我有自己的房間，非常舒適，外面的環境非常優美及平靜。我每天都可以自由地漫步（當然是有圍欄在建築物周圍，一定要帶口罩及每天量體溫兩次等），一邊散步，一邊用手機聽一些古舊而熟識的詩歌，例如：「I come to the garden alone」、「Trust and Obey」、「He Lives」、「The Old Rugged Cross」、提到耶穌愛我，為我捨己，拯救我們，使我們得生命。我從這些詩歌，與神建立親密的關係。並想起教會在2020年的「屬靈調整」主題，為我在這軍地中，可以獨處的機會來感恩。

在空軍基地的日子中，我們仍然沒有發燒或咳嗽，不過需要接受鼻咽和喉嚨的檢驗，如檢驗到有新型冠狀病毒的話，便要安排離開軍地，到醫院接受治療或觀察；故此，我們也有擔心，憂慮的時刻，感覺仍是處於患難和試煉中，心想如果自己或其中一位受到感染，我們如何面對呢？

想起羅馬書5章3-5節說：「在患難中，要歡歡喜喜；因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望；盼望不致於羞恥，因為所賜給我們的聖靈，將神的愛澆灌在我們心裏。」

神的保守，我們一行六位弟兄姊妹，每一位都沒有感染到這病毒，平安渡過14天的隔離，可以回到教會，與各位見面。可以回到家中，和我們家人團聚，我們大家可以將這41天驚險難忘的旅程，放入回憶錄中！

**\*\* 感謝各位弟兄姊妹不斷的禱告！願神祝福大家！\*\*** ■



# COVID 社區外展

二零二零年四月七日更新

## 感謝你的代禱和捐助

感謝您在這段未知的時間內繼續的支持。儘管我們希望在這個時間小心地保障自己和家人的健康，但我們也認識到作為教會，上帝給了我們獨特的角色，為受疫情傷害的世界服務。以下記錄了教會的捐贈及其產生的影響的最新信息。隨著需求的不斷增長，工作還遠遠未有完成。請繼續為那些需要幫助和受傷的人祈禱，並思考上帝如何呼喚您作出回應。

### 物資捐贈



2,100 個口罩  
7 包消毒紙  
7 樽消毒洗手液



### 支持的醫療機構\*

Alta Bates Hospital  
Citywide Focus  
CPMC - Van Ness  
El Camino Hospital  
Generations Health Care  
Kaiser, SF General  
NEMS

Saint Francis Hospital (Pharmacy)  
San Mateo Hospital  
SF Bay Pediatrics,  
UCSF - Mt. Zion  
Westside Community Mental Health  
Zuckerberg SF General

## 本地合作機構和參與的社區服務

**城市事工City Impact:** 宣教基金捐款\$2,000

- 為田德隆區居民及其學生的家庭提供餐食和支持
- 需要的實物捐贈：白米飯，麵食，薯仔乾，罐頭食品（無玻璃包裝）
  - 我們向其救援地點運送了價值\$600的雜貨

**Mobilize Love:** 捐款 \$2,500

- 他們正在部署食品卡車，每週在灣區的不同地點提供400頓份餐點
- 需要的實物捐贈：待用容器（最好是三個隔間），個人防護裝備（口罩，乳膠手套，消毒劑，消毒濕巾），餐具（塑料叉子，勺子，餐巾紙，午餐紙袋），零食（麥片棒，橙汁，支裝水，水果零食，薯片-不論大小）
- 教會已交付了防疫用品，衛生用品，福音閱讀單張和價值\$300的物資。

**YWAM/BJM:** 宣教基金捐款 \$1,000

- 與無家可歸者社區合作並在此期間為他們提供服務
- 需要的實物捐助：睡袋，完好的男或女裝新舊衣服，日用品/衛生用品

**Freedom House:** 宣教基金捐款 \$1,000

**恩雨之聲:** 捐款 \$1,000

**Local Businesses**

- 為了支持小型企業，溢樂購買了烘焙食品轉送給醫護人員。這些業務因其與溢樂教會有良好關係而得到支持。

• Devil's Teeth • Sweet Passion Bakery • Pilgrim's Kitchen

## 現時需要

我們當前的重點是為前線工人提供防護裝備。我們仍在接受醫療用品的捐贈。

- 如果能縫製，請考慮製作布料口罩。規格可以在Kaiser網站上找到。
- 我們也接受捐贈製作口罩的材料，例如：
  - 橡根帶
  - 編織用6至8盎司的全棉或混棉紡面料（密度類似於襯衫或床單面料）；優先選擇淺色

如果您不屬於高危人士並且覺得自己方便，請在晚上9點至下午4點（星期一至五）溢樂教會附屬樓放置你的捐贈物資。如果不便，我們可以安排到府上收取。請以電郵與我們聯絡：[lorraine.lee@sunsetchurchsf.org](mailto:lorraine.lee@sunsetchurchsf.org)。

\*在資源有限的情況下，教會考慮了需求的緊迫性，或有教會會友所工作的醫療機構，以決定所支持機構。



# 疫情支援小組

撰寫: 黃良幹

新冠肺炎的蔓延,政府相應措施的執行,嚴重影響了我們各人生活的秩序。中文部在三月中成立了「疫情支援小組」,成員包括鄭識文牧師,Patrick Lo,Joe Wong,Kan Kan,Fennie Zheng,Mei Sze Cheung 和 Tyrone Yip。小組經討論後,決定短期內將集中幫助一些有需要的長者和會友去處理因疫情帶來的不便或困難。

為加強聯繫和提供有關疫情的消息,教會設置了留言熱線 415-665-0708,方便會友告知所需。同時,亦設立了「疫情支援事工」網頁,會友可以在網頁「支援\*」處選擇「需要」,填上所需,然後按 Submit;若有興趣參與支援事工,可在「支援\*」處選擇「提供」,填妥欲參與的工作範圍後,按 Submit 便事成,我們會在

短時間內與填報者聯絡。除此之外,在「疫情消息」網頁,我們會不斷為會友提供及更新有關教會與疫情的消息。

居家令和社交隔離政策的施行,使我們不能作集體敬拜,小組、團契生活亦大受影響,在此情況下,為使大家保持聯繫,在疫情中發揮互助互愛精神,中文部推行「一人一日一Call」行動,鼓勵弟兄姊妹每天以各種形式與會友聯絡,並且互相慰問、支持,若發現會友有特別需要如物資短缺,情緒不穩,經濟困難等,可利用熱線告知「疫情支援小組」,或直接與 Kan Kan,Joe Wong,長老或牧師聯絡。

新冠肺炎雖然可怕,但這亦是一個機會讓我們走在一起,活出愛與關

懷的行動。新冠肺炎讓我們再次看到人能力的有限,唯有倚靠著神,才能使我們即使行過死蔭的幽谷,也不怕遭害。在這一刻,我們不知疫情對我們眾人的影響有多大,但相信神必與我們同在,必保守我們。■



## 以愛還愛 疫情送暖

撰寫: 羅愛芬



今年一月份農曆新年,因為新冠肺炎疫情 (Covid-19) 在香港越來越嚴重,我在網路上尋覓,終於買到一些口罩寄回香港及中國。當我離開空運速遞公司,那一刻我鬆了一口氣。心裏默默祈禱希望口罩盡快到達家人和朋友手中,求神保佑他們不被感染。

真的没有想到(COVID-19) 會在短短二至三星期蔓延至全球,三藩市亦成為美國其中一個最早有確診個案

的城市。三月七日,偶然在一個線上禱告的聚會,與年輕家庭團契弟兄姊妹傾談時,發現原來還有很多在美國本地的朋友沒有預備口罩和任何防疫消毒用品。經過禱告,神感動我們的心,要首先去幫助教會中的長者。神是供應的神,耶和華必有預備 (創22:14)。在短短一星期內,就在年輕家庭團契當中,我們籌得250個口罩! 一些家庭捐出ziploc袋,也一些家庭捐出搓手液和小瓶子。團契中當護士的,也參與選印一份份簡單易明的中文衛生防疫小冊子。我們在“居家抗疫令”前預備好50份“愛心包” 給益康團契的長者。每包有5個口罩、1支消毒搓手液、防疫小冊子及一張經文咭。看著經文咭上神寶貴的應許,“你出你入,耶和華要保護你,從今時直到永遠。”(詩121:8) 我默默的讚美感謝神,因祂所賜的那真正的平安,不像世人所賜的。

在此也要多謝益康團契的 Susan姊妹整理長者名單,和教會辦公室的 Lucy 姊妹 Leonard弟兄幫忙逐家逐戶遞送愛心包。相信長者們看到他們熟悉的面孔,聽到他們親切的慰問,想必也能感受到主內一家的溫暖。▶



三月十九日，很奇妙又是在一個線上禱告的聚會，弟兄姊妹當中是在醫院工作的，分享前線醫護人員缺乏防禦保護物資的需要。我們知道醫護前線的需要遠遠大過我們在家不用出門的人。我們就祈禱求神供應，盼望神能給他們更大的勇氣和力量。我們簡單籌備一個“愛心及分享” (Love & Share) 捐贈運動，只在團契面書呼籲。當我在預定的兩天內，到一些弟兄姊妹家拿取他們的捐贈時，我真的很感動。看到弟兄姊妹無私樂意的捐贈，家中前山火買下的N95口罩、外科口罩、消毒搓手液、外科手套、消毒清潔用品等等，我流淚了。我的心滿滿的，為每一個家庭獻上感恩，願神得著一切的榮耀。

三月二十二日，我帶著弟兄姊妹的愛心捐贈來到由 UCSF醫學院學生負責的物資收集站。除了捐出物資，我們亦準備了一封寫給前線醫護的信。當我離開收集站前，看到醫科學生們很認真的閱讀我們那篇帶有神信息的感謝信。其中一位女生朗讀出來，讀着就流淚了。我能想像前線醫護人員壓力有多大，他們一邊照顧病人，一邊亦會擔心自己受感染，防禦保護物資又不足夠。他們亦有懼怕的時候，但為著救人的使命，他們仍站在前線。感謝神讓我看到他們的眼淚，感謝神藉著弟兄姊妹愛心的捐贈給了他們一份肯定，給了他們繼續前行的動力。看著那一幕，我也哭了。雖然我不知道明天將如何，但我知誰掌管明天，我也知誰牽我手。 ■

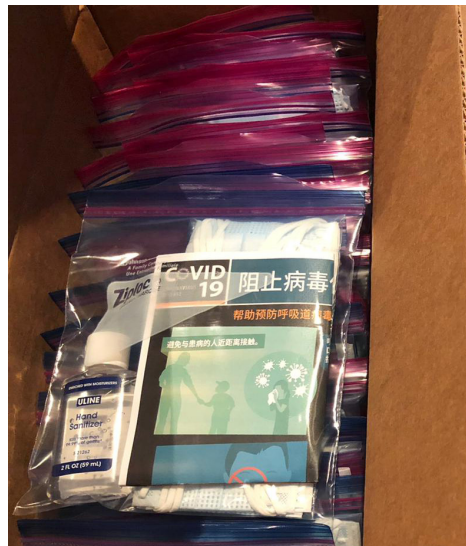


Dear frontline Health Care Workers,

We understand that you are placed in the front line to save lives, and cannot be home with your loves ones. Thank you for your commitment to your work and for your unconditional love and care for those in need of medical help despite the risks involved to you.

Know we are covering all of you in our prayers for protection, for health, for wisdom, for peace and for quiet joy as you give yourselves to save precious lives. We pray too, for your loves ones and family, that they experience God's protection and also God's goodness and enablement as they support you in all you do selflessly for others.

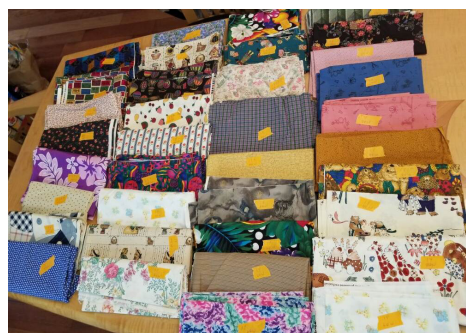
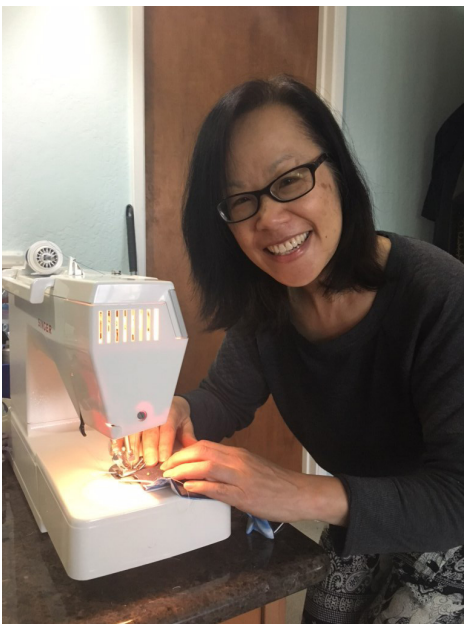
God bless you.





# 社區外展

感謝我們出色的義工捐出的布料/橡根和縫紉布料口罩，以轉贈給我們的前線醫護人員！  
特別感謝 Karen Mach, Amina Yee, Velma Quan, Elaine Chin, Patty Chia, Virginia Jew, Gabby Kwon, Betty Wong, Stanley Lai, Lorraine Lee and Mike Chinn. ▶





“這裡的工作人員超級感激！我剛放下物資，物資已被直接送入深切治療部。”  
三藩市凱薩醫療中心 (SF Kaiser)

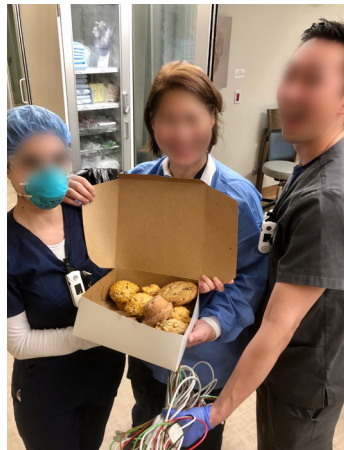


“很高興認識Mike，並感謝你們的捐贈和糕點。請向溢樂華人浸信會的所有人表達我們的謝意。”  
東北醫療中心診所(NEMS Medical Clinic)



“只想再次感謝你們對我們的思念和慷慨。:) 看到糕點盒時，每個人的臉都亮了起來。他們的這一週因你們而美好！我也送了一些糕點給放射科，急症科和當值的實習醫生。急症室的員工也對PPE (個人防護裝備) 感到欣喜。我不敢相信你們已經送來了三趟物資！請向所有人送上我的問候。”  
三藩市總醫院 Zuckerberg SF General Hospital

“每個人都非常感激你們送來的食物，並向你們致謝。我們非常感激你們的禱告。對於我們來說，這是一段可怕的日子。”  
El Camino 醫院





# 益康事工---餵我羊

撰寫: 關李瑤真 | 譯: 薛偉華

「餵養我的羊」約21:17 是耶穌基督離世之前對門徒最後的吩咐。

在我們溢樂教會，益康耆英團契成立有29年的歷史了，聚會時間是每週五上午10:15 - 下午1時，最多有65人參加，年紀最大是93歲，目前的出席率平均在40-50人之間，當中15人是義務事奉的弟兄姊妹，他們忠心地為8個不同事工部門為大家服務。在團契聚會時，成員被分成7個小組，有唱詩禱告，見證分享，每月有查經，一次健康講座。



我們如何在新冠肺炎疫情嚴峻時餵養我們的羊群？

雖然這個病毒帶來了恐懼和焦慮，但給傳道工作打開了機會的大門。因“居家防疫”老人是高危脆弱的人士，都要留在家裡生活，他們感到很孤獨和恐懼。教會許多人問我們如何能提供幫助？我們怎麼餵養這些長者“羊群”？我們發現長者喜歡聯誼，樂於社交和看重人際關係。



儘管每個人被要求留在家裡，但他們還是很感激我們藉著打電話、發電子郵件和寄卡片和信件對他們關心，問候和鼓勵。有些長者住在敬老院，成人護理中心，那裡不允許訪客，我們按照鄭牧師所提倡“一人一天一個電話”，給他們打電話、發郵件。我們收到了許多令人興奮的回應。「滋潤人的，必得滋潤。」箴言11:25

在疫情爆發初期，Apple Lai姊妹和她的青年家庭團契的弟兄姊妹精心為益康團契準備了50個健康禮物包，分發給我們的長者。原來Carmen和Pat姊妹在疫情嚴峻之前的2月初，就收集了口罩和洗手液。因神的靈感動她們的心，早已在為這場疫情做了準備。益康團契的副團長Susan Ng伍葵祝姊妹迅速編制了一份名單，教會辦公室經理Lucy和她的丈夫Leonard Gee在一天內就迅速地把大部分禮物包送到長者家中。他們收到這些禮物包時，知道他們並沒有被遺忘，臉上流露出笑容，感激大家的愛心。在這艱難的日子裡，這樣的善工讓我們所有人重新建立彼此相愛，作為益康一個大家庭，關係更加親密。疫情給我們一個跟進的機會，就是鼓勵長者們通過參加主日直播崇拜和通過視像Zoom一起祈禱，我們肢體間彼此鼓勵，互相幫助。如今我們比以往任何時候都更加堅定地團結在一起，共同度過難關。

「耶和華必在你前面，他必與你同在，必不撇下你，也不丟棄你。不要懼怕，也不要驚惶。」申命記31:8

「你是我的藏身處，你必保佑我脫離苦難，以得救的樂歌四面環繞我。」詩篇32:7

「我們日用的飲食，今日賜給我們。」馬太福音6:11

神要我們依靠祂，祂會藉著環境的改變讓人們更親近祂，神知道我們的健康，我們的憂慮，我們的需要。昔在，今在和永在的事都掌管在祂的手中，一切都是按照祂的旨意，祂的愛和祂的計劃成就，藉著我們對神的信心，相信祂必看顧祂的羊群。

「照着你們的信給你們成全了吧！」馬太福音9:29 ■



# 溢樂新春午宴

撰寫: 薛偉華長老



於2月9日周日,教會中文堂舉辦了首次農曆新年「溢樂新春午宴」,整個會場裝飾了中國農曆新年傳統習俗,喜氣洋洋,彷彿回到了中國家鄉過年的情景。午宴一共有120位弟兄姊妹高朋滿座15席。

午宴開始前,許多家庭和弟兄姊妹在一個充滿以新年賀語為背景前拍照留念。謝謝Wai Lam弟兄幫各位

拍照。盛宴在鄭牧師禱告後,大家享受著豐盛並且懷抱感恩的“盤菜”,也是我第一次有機會享受美味的盤菜。當天的司儀是Tyrone 和Joe弟兄,他們主領猜燈謎和玩遊戲,將歡樂的氣氛帶到高潮,弟兄姊妹彼此祝賀,用神的話語互相勉勵和祝福,整個會場充滿歡笑和喜樂。大家既能享受著豐盛美味的盤菜也有一段快樂的團契時間。我很高興認識與

我同席的一對新婚夫婦和他們的母親,膳後我們彼此有更深的認識。

在此感謝籌辦的弟兄姊妹,他們是 Lily Jung, Ken Ho, Marco Lo, Tyrone Yip, Joe Wong, Julie Choy, Teresa Chow, Lucy Gee和鄭牧師。

最後宴會結束時,鄭牧師忙著給弟兄姊妹紅包,以神的話祝福大家! ■





# 在健康危機中的信心之旅

撰寫: Acker Yip

去年七月初,我在一個家庭聚會中發覺手肘上有個腫塊,好像多了一顆”funny bone”時,大家都覺得這是小意思,心情沒被影響,我還等了幾個星期才去見家庭醫生。

其後,我的家庭醫生轉介我去見專科,當時醫生認為這是小手術,切除後應該問題不大。當我得知要做腫塊切除手術時,我祈求神讓我得著平靜安穩、安靜地倚靠祂,我明白情緒不但會影響自己的身心健康,而且對我身邊的人也會做成影響。

手術終於在九月六日進行,但等候化驗結果並非易事,特別在斷症出現不同版本時,Kaiser要將我的化驗報告寄到不同的研究所核實,當時我的心情有些忐忑,懷疑自己是否得了什麼重病?手術後等了八十二天,終於在十一月二十六日得到一個一致的結果,我有癌症- Marginal Zone lymphoma (淋巴瘤)! 當醫生確診我的病症時,有一刻思想到兒女尚未嫁娶,如果自己等不到,真有些遺憾!但我沒有問神why me?感恩心情很快便回復,心想如果可以醫治的話,就放心去就診,對症下藥,接受治療,勇敢面對,但如果治療已為時已晚,就要學會去接受,與病共存亡,積極去面對。痛雖是無法避免,但苦是一個選擇,因為情緒不單影響病情惡化,還會打擊身邊的人,對事情於事無補,沒有幫助,只會拆毀!

在面對未知、疑惑和等候的過程,我懇切祈求神讓療程能夠在我仍然在職的時候完成,因為當時我已打算今年一月尾退休。

唯一令我心情緊張是醫療保險問題,因為轉醫療保險的截止日期是十一月三十一日,所以我只有五天的時間去決定是否應該轉去UCSF,聽聞在癌症方面UCSF比Kaiser更有權威和保障。神很恩待我,就在我不知所



措時,祂為我在Kaiser預備了一位 lymphoma (淋巴瘤)的專科醫生,據說此人是一個被同事和病人形容為「不容易相處和很有性格的個體」,但在整個會議中,他對我和Tyrone 循循善誘,耐心地講解我們的疑問,讓我放下心頭大石、終於決定留在Kaiser接受治療。

神的恩典夠我用!我並不需要做化療,Kaiser 安排我做十二天電療,療程在聖誕節前夕完成,那是一份極貴重的聖誕禮物!神啊,祢是信實的!

這段時間神要我學習耐心等待,讓我想起女兒入中學的見證,父母信主的過程和我身體抱恙並接受不同手術的經歷,歷歷在目,神一次又一次的向我伸出援手,祂不但沒有離開我,我身上每處傷痕都彰顯著神的慈愛與恩典,祂也沒有忘記我,“In His Time”(祂有定時)在我腦子閃過,祂的同在與應許,叫我再次仰望靜候神的預備和帶領。

數天前剛做了PET scan (正子斷層掃描),報告顯示傷口只有少許發炎,不見癌細胞,三個月之後再做一次PET scan (正子斷層掃描)以確保完全康復。

在我家人和肢體身上,我身心經歷「我愛你」,也許我只是那個「三唔識七」的肢體,但感恩您們的愛與禱告支持,讓我感到溫暖、不至孤單。謝謝您們活現「我愛你」。

人算什麼?祢竟顧念他?

不是我有多少信心,然而神是一位值得我們信賴的父親。神一直看顧著我,祂賜我出乎意外的平安。沒有神,我不能作什麼,這一切都是神的恩典!願榮耀頌讚歸與天父! ■





# 訪問 Jenny Pei, Sweet Passion Bakery 店主

地址：3020 Taraval St, San Francisco, CA 94116 (40 和 41 街之間)

中文翻譯：羅倩恩



## 請介紹你自己和你的餅店。

我在我父母的餅店(芳芳餅店, 31街和Noriega街)成長。小時候,我的孿生姊妹和我會在地板上睡覺。每天早上三時正,父母會喚醒我們,在甜圈上塗上糖漿。在九十年代,我們會在餅店幫忙。我想我父母的創業精神和對餅店生意的熱誠都傳下給我。

2008年5月,我接手Sweet Passion Bakery 這餅店。這餅店原本是烘焙中式西餅的,例如:叉燒包、菠蘿包、蛋撻等。但當我發現日落區有很多愛爾蘭人的時候,我們便加插了各種愛爾蘭式食品,例如:梳打包、司康餅、香腸卷等。

## 我們溢樂教會成員連續 12 年每星期日都能品嚐你的麵包。這段關係如何幫助你們?

在這12年裏,溢樂教會對我們很好。教會職員既慷慨又忠誠。他們不但跟我們訂購麵包,其他教會成員亦在星期日以外光顧。

## 新冠狀病毒疫情怎樣影響你們的生意?

新冠狀病毒疫情令我們感到震驚,難以置信。去年三月,近聖柏德歷節(St Patrick's Day)時,我們收到很多要買愛爾蘭梳打包(Irish Soda

Bread)的訂單。今年,所有的訂單都被取消。我們較年長的顧客也因疫情而不出門。我們這 12 年常見的臉孔逐漸消失,我也擔心他們的安全。

## 你有什麼感慨?

我為我的生意感到憂慮。我們的生意收入突然下降,加上物價上漲,我不知道我的餅店如何生存下去。我覺得未來難以預料,不知道甚麼時候才恢復正常。我擔心我們鄰近的餐廳。我們這 12 年每天都光顧我們的長者,現在大多都不見了。我也為他們的安危憂慮,又不知道他們要不要我們的幫助。

## 為甚麼儘管你的恐懼,你仍然決定營業?

我愛看到顧客到我的餅店品嚐各種中式西餅和John Campbell 所做的愛爾蘭式焙烤食品。儘管我的恐懼,我熱愛我的工作。我喜歡晨早工作,喜愛與我們的常客聊天,又認識新的顧客;喜愛每天為我們的華人和愛爾蘭人顧客送上新鮮出爐的麵包,有些顧客也成為了我的朋友。在早上見到一些熟悉的臉孔可以讓現在的逆境感到一點正常。

## 你對自己的生意和家人有甚麼盼望?

我真的希望我的餅店能踏出這個難關。我很愛日落區亦愛做這社區的一份子。日落區的居民是最親切的。我知道大概八成顧客的名字,我希望可以為他們服侍到我白頭到老。

我祝大家身體健康!

如果你想吃中式西餅,請支持 Sweet Passion Bakery和跟Jenny打招呼! ■



餅店店主和單親媽媽, Jenny, 和她的十三歲兒子。



# 主日學及讀經日營

## 參加主日學課程的感恩分享

在二零一九年八月至十二月，教會舉辦了一個主日學課程「扎根於查經」，這課程是教會與聖言資源中心同工的，教授基本研讀聖經的方法。在這個課程之後，教會亦安排了另一課程「小組帶查經主日學」在二零二零年一月至三月舉行，這課程是教授帶領查經的基本原則及技巧。

我很感恩有機會參加了這兩個主日學課程，一連八個月和弟兄姊妹一起學習研讀神話語的方法，及學習帶領查經的基本原則和技巧。從「扎根於查經」這個課程，我學習到如何觀察和解釋聖經的經文和如何應用聖經真理在我們的日常的生活中，這些技巧能幫助我們更有信心地學習神的話語。加上整個課程是研讀以弗所書，我們有機會將學習到的原則和技巧在研讀以弗所書中實踐出來。

另一個主日學課程「小組帶查經主日學」教導我有關帶領查經的基本原則和技巧，亦幫助我認識一些對聖經解釋的工具。這次課程我們是繼續使用以弗所書的經文，來應用我們學習到的帶領查經技巧。除學習理論也加上操練，這些教導都能幫助我在帶領小組查經時更有信心地講解神的話語。

我參加了這兩個主日學課程的訓練，對我的靈命成長有很大的幫助。盼望我的感恩分享，能激勵弟兄姊妹勤習神的話語，願將一切榮耀頌讚歸給神！

撰寫：李龍鳳娥姊妹



「以弗所書小組帶查經」主日學同學們

這是我第二次參加賴牧師、師母的“十步研經”班。非常感謝他們悉心預備教材講章，耐心教導詳細講解哈該書。

我第一次上堂比較有困難明白，今次學習明白得多而且比較懂得應用。感謝賴師母用許多例子教導，提供實際的操練與學習。在整體觀察之後，賴牧師更帶出全書的主題信息。

1. 建造神的家 - 檢視屬靈現況 (該1:1-4)
2. 將心放在自己的道路上 (自省的人生) (該1:5-15)
3. 靠主剛強 (該2:1-9)
4. 裏外潔淨 (該2:10-23)

經過今次的講座，我更加熟悉研經的操作原則和步驟，幫助我對讀經與研經增加興趣和熱誠，感謝天父恩典！  
撰寫：凌麥鳳鳴



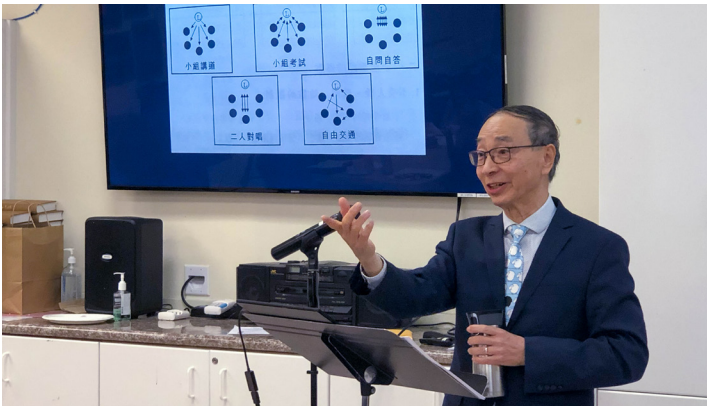
## 「十步釋經法」讀後感想

我對神的話很想去追求進步，但是我一向讀聖經都沒有方法去研讀，所以讀後就很容易忘記了。

但當我去參加了這「十步研經法」研讀課程後，對讀聖經有些掌握和興趣，好像在玩「捉迷藏」這個遊戲；因為我們學習每個步驟時都要在經文裏找答案。舉例來說，在讀一段經文裏面要找人物，可能一找就找出八或九個出來。跟著要找出地點，找出主要連接詞等等……訓練到我對經文多思考，小心觀察。神的話語真是一個大寶藏，我就是在學習神的話語上尋寶。

真是十分多謝賴若瀚師母耐心的教導和指引。感謝神賜我一切豐富的恩典。  
撰寫：吳楊順愛 ▶





「帶小組查經」實踐訓練講師 曾永光牧師



導師賴若瀚院長及賴鍾桂珍師母

## 十步研經法與哈該書讀經日營

我以前讀聖經看了一兩遍，就算是讀了神的話，雖然有時都有思考其中的話語，亦是非常膚淺，沒有深切的認識。我喜歡看與我熟悉的歷史如唐、宋、元、明、清之類的事物，至於猶太人的歷史，不怎樣認真想知道；舊約先知書，只有一些短文或牧師的證道來參考，只有皮毛的認識。

當我被問能否寫一段關於哈該書日營的感想，當時我沒有多大的感想。其實已經忘記了大部分的內容，不知從何入手。

從賴牧師一張PowerPoint說「你若不想做，會找一個藉口。你若想做，會找一個方法，改變自己來面對自己的問題，你會發現到的困難越來越少，一切將變順利。」

為了加深對神話語的認識，祈禱求神的幫助，用十步釋經法的一小部分，寫出我對哈該書的了解，願神幫助我完成。

首先我重讀哈該書中英文版數次，找出最基本的人物、時間、地點、情況、神的命令、應許、信息等等……。我覺得哈該書是敘事文，因為主要的有六點因素(時間、地點、人物、起因、經過和結果)。哈該書只有兩章共38節，提及耶和華 一共出現32次，包括萬軍之耶和華，及耶和華的話臨到哈該等等。哈該用問號的方式，傳達神的心意和啟示；同時哈該先知藉著耶和華的話語勸勉猶大省長所羅巴伯，大祭司約書亞和被擄歸回耶路撒冷的猶太人，要分別耶和華所喜悅的事，要分別事情的優先次序，不要受環境的支配，排除萬難，要剛強壯膽，來建造耶和華的聖殿。

哈該書將當時發生的情形，有非常清楚的日期記載如下：

1. 大利烏王第二年六月一日 (1:1-11)

百姓認為建造神的殿的時間還未到，可能當時百姓覺得耶路撒冷的環境太差，太不理想，太多障礙。他們很灰心，放錯對神的

工作優先決定。哈該傳達神的心意，要百姓省察自己的行為，要把先後次序弄清楚。

2. 六月二十四日(二十三天後) (1:12-15)

耶和華籍哈該傳達祂的心意，若沒有神的許可，百姓所做的一切，都是徒然。因此百姓明白了，順服和敬畏耶和華。耶和華說“我必與你們同在”，百姓就起來作工。

3. 七月二十三日 (少於一個月) (2:1-9)

百姓覺得他們所做的殿沒有從前聖殿的榮耀，在比較前後，他們受到挫折。神卻安慰百姓 “這殿將來的榮耀必大過先前的榮耀，在這地方我必賜平安……”

4. 九月二十四日(2:10-19) 神是聖潔的，鼓勵人要配合，百姓要保守聖潔。

5. 九月二十四日(2:20-23) 百姓盼望猶太人的王降臨，神藉著所羅巴伯是基督為王的啟示，以所羅巴伯為印記。

撰寫：吳林保甘 ■





# ASCEND - Alpha Pregnancy Center Gala

撰寫: 关李瑤真 Elgin Quan



Hauntingly beautiful! What God is able to do with a soul that is woven with His? "I am an abortion survivor!" passionate words echoed by Melissa Ohden\* at Alpha Pregnancy Center's fund-raising gala March 8 held under this year's theme - ASCEND. Before a crowd of 300 at St. Mary's Cathedral, Melissa recounts how she was born at 31 weeks following a failed saline abortion, abandoned and discarded, left on a table to die. Unwittingly, a small whimper drew the heart of a blond-haired nurse who peered in from another room to look on this small premature baby. Thus, the unexpected and miraculous life of Melissa Ohden began.

"Circumstances are part of your redemption story He is writing" - Evinda Lepins

In her intensely personal story, Melissa details her search for her biological parents, and her journey from anger and shame to faith and forgiveness. After learning of her biological mother's unsuccessful attempt to abort her, Melissa embarks on a long search for answers. Despite the stable love of two adoptive parents she wrestles with despair and overwhelming belief that she was unwanted. Melissa's obstacles were great and many, but the most burning question was to know what will happen when she finds her birth mother, who never knew her daughter was alive?

At age 14 Melissa discovers that Tammy, her older half-sister is single but pregnant and is considering an abortion. To persuade Tammy not to have an abortion. Melissa's adoptive parents decided to share a long-held secret to Tammy, that Melissa herself was a survivor of a botched abortion. That new information persuaded Tammy to give birth to her baby. But as a result of a fallout between the two sisters, Melissa also learned the truth about herself. In shock and disbelief, she realized she had been living a myth for 14 years, she had believed her birth mom loved her yet had to give her up for adoption. With grit and determination, this little girl that was supposed to die, begins to refocus her life.

After 30 years, Melissa finally locates her birth father and writes to extend forgiveness, only to learn that he has died without answering her burning questions. When she finally

meets her birth mother and hears her side of the story, this pivotal moment in both their lives allowed her to find her identity, gain understanding and learn forgiveness. In her search, she finds out that her mother's abortion was coerced by Melissa's grandmother. Her mother did not want the abortion and had no knowledge that Melissa survived or had been given up for adoption. Having been forced to soak in saline solution for 5 days, born at 2 pounds, 14 oz. Melissa is thankful the nurses defied her grandmother's orders and took action to save her.

"We must be willing to let go of the life that we have planned so as to have the life that is waiting for us"  
- Joseph Campbell

When the final moment came to meet her birth mother, it would be to come face to face with a number of people who had prayed for her. As she stood outside of St Luke's hospital in Sioux City, Iowa, she would be standing at the very hospital where she survived the failed abortion in 1977. As she returns to that hospital 30 years later, it was to become a mother as Melissa gives birth in the very same hospital where she was aborted.

There are many things to ponder in her story, however unfathomable, yet in Melissa's redemptive journey, she was able to forgive the people who valued her the least and who hurt her the most. United with Christ, Melissa experienced victory is greater than the battle. Many more people came to seek and love her unconditionally as a result of her story.

"We are products of our past, but we don't have to be prisoners of it." - Rick Warren

Melissa's journey of love and redemption illumines the powerful bond between mother and child and finding a God who pursues and calls us. We learn that when our lives are woven with His life, God our Creator helps us to overcome all odds. As a featured speaker, Melissa is thankful that Alpha Pregnancy Center a prolife Christian organization, exists for the purpose of giving women a choice, life over death, so that by walking alongside one another, moment by moment, step by step, women in childbirth can together ASCEND.

*\*Melissa Ohden is founder of the Abortion Survivors Network. With a master's degree in social work, she advocates for women, men and children impacted by abortion and works with those in the fields of substance abuse, mental health, domestic violence, and child welfare. You Carried Me a daughter's memoir is her first book. ■*





# 溢樂華人浸信會 - 人物專訪： 我們英勇的前線醫護人員

## Derrick Lung, MD, MPH

中文翻譯: 黃靜瑩



### 可否簡單介紹一下你自己和你的醫療工作?

我是擁有急症科和毒理學雙重專業認證的專科醫生，目前在San Mateo醫療中心急症科工作。

### 能否分享你在新冠肺炎(COVID-19)抗疫戰中，作為前線醫護的工作經驗?

在這一個多月以來，我們第一次可以透透氣。三月實在是非常瘋狂，我們試圖了解這種全新並(仍然)令人困惑的疾病，並在我們的工作上進行了一些根本性的變革，試圖為最壞的情況作準備。最後，很明顯，我們的社區成功地拉平了疫情曲綫，同時我們也有幸地得了時間去準備，並竭盡所能去控制疫情的擴散。另一方面，在這段期間，教會和社區對醫療工作者的傾力支持實在令人讚嘆... 並顯然給我很多非基督徒的同事留下了正面的印象。

### 你有什麼想法和感受?

新冠肺炎與我們先前見過的疾病毫不相同。它嘲弄了傳統的醫學理解，讓我因自己的天真而感到愚蠢。作為醫療工作者，我們中的許多人對

醫治重病患者都感到無助。

此外，我們許多人開始感到內疚..... 開始懷疑我們的常規治療正在導致死亡- 而不是在幫忙(治病)。我們中的許多人都為在疫情重災區(如紐約)工作的同事和朋友感到悲傷。

### 我們的教會羣體可以如何為你，你的家人和你的醫療團隊禱告?

新冠肺炎是殘酷的 - 當我們為患者插喉時，他們大都是完全清醒和理解正在發生什麼事情。這與絕大多數需要插喉的患者通常會出現神志不清，或昏昏欲睡的情況並不一樣。患者不僅有很多時間思考“可能會死”的問題，而且通常還要獨自思考，因為他們的病況並不允許他們與家人在一起，而在場的醫生和護士都穿著他們的“虛擬太空衣”(保護裝備)。在這些赤裸的情況下，我意識到自己身處於一個可以與他們一起祈禱的位置，因為我許多的病人也來自中美洲，且具有天主教背景。我也是直至我走進我第一個需

要插管的新冠肺炎患者的房間時，才意識到這一點... 這經驗令我感到萬分悲痛。我感到一個沉重的負擔，要盡力幫助他預備他的心思，意念和靈魂，為死亡作好準備。我知道我可能成為在他死前與他交談的最後一人，而為此我感到深深的痛。請為我祈求聖靈會在我將來再面對這些情況時，給我勇氣，並祈求神會用我不足的言語，將我病人的靈魂指向我們的主。

### 在這段充滿挑戰的時期，你對神的信心如何幫助你?

我每次值更也會禱告，祈求神指導我的手，我的決定和我的言語。

### 你有什麼鼓舞人心的故事可以分享嗎?

有無數的人現在或將會，遭受新冠肺炎的折磨。不僅是病痛，而且還會遭受經濟損失和情感上的痛苦。從初期，溢樂華人浸信會(及其他教會)便成為好鄰舍，並為基督作見證而付出可見的努力，這讓我感到振奮。▶





# Cathy Kan, NP

中文翻譯: 黃靜瑩



## 可否簡單介紹一下你自己和你的醫療工作?

我是一名醫護師 (nurse practitioner), 在Mountain View的El Camino醫院的急症室工作。我自2018年以來一直在那兒工作, 並從2016年以來一直從事急症室的工作。

## 能否分享你在新冠肺炎(COVID-19)抗疫戰中, 作為前線醫護的工作經驗?

我每天工作時, 都會遇見新冠肺炎確診者或懷疑個案。自二月以來, 我們已經看到很多個案。在治療新冠肺炎患者的同時, 要確保我們(醫護)和其他病人的安全, 但實在是一個挑戰。我們在醫院的停車場設有一個帳篷, 讓我們可以在病人進入急診室本部前為他們檢查, 進行分流。但是, 這一切都基於我們對這疾病及其流行程度的了解加深而迅速改變。

## 你有什麼想法和感受?

我從沒想過, 我會一個全球大流行的疫情中當上前線工作! 但是我熱愛我的工作, 我真的感到上帝此時呼召我來到這個位置。但當我想到自己可能會染病, 甚至可能更糟地由我將病毒帶回家, 傳染我的丈夫和兒子時, 確實令人恐懼。我一直嘗試在下班時, 儘量非常小心, 清洗乾淨, 以防這種情況出現。

但是, 給我帶來和平的, 是知道上帝應許與我同在, 並幫助我。這種信念確實使我擺脫了 那讓人癱瘓的焦慮和恐懼。

## 你有任何迫切的需求嗎? 在家庭方面? 或是在工作方面?

我的丈夫休假了, 所以他承擔了大部分的工作, 包括我們兒子的在家教育, 和烹飪等。因此, 需要為他的智慧和忍耐而禱告, 正如這段期間所有的父母一樣。

在工作方面, 我們現有的口罩和面罩數量有限。我們暫時有足夠的防護物資, 我想我們不會完全消耗它們, 但我真的在祈禱有足夠的防護物資來保護所有人。

## 我們的教會羣體可以如何為你, 你的家人和你的醫療團隊禱告?

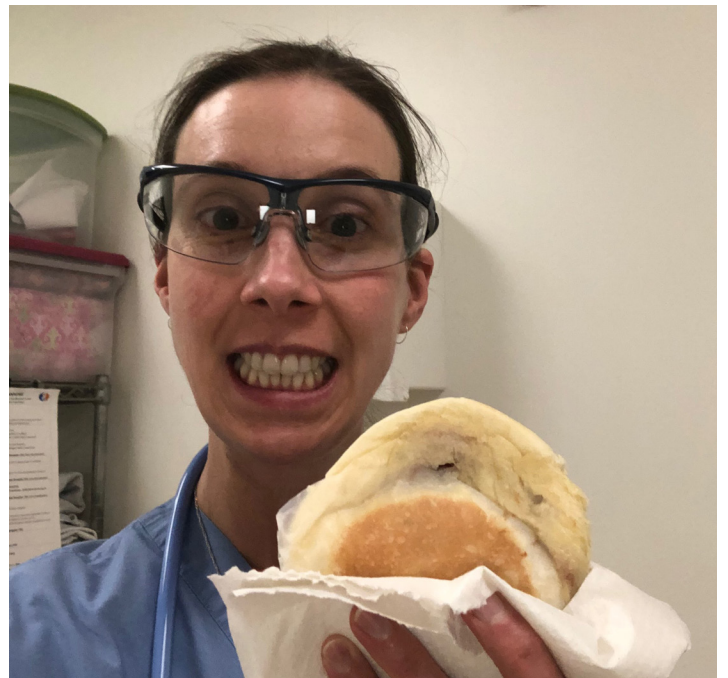
知道教會的人記念著我和教會的其他醫護人員, 並問我們的代禱事項, 實在讓我感到不配! 請祈禱上帝賜我智慧, 並讓我在工作時有清晰的頭腦, 並祈禱這種情況將很快結束而不會失掉更多的生命。

## 在這個充滿挑戰的時期, 你對神的信心如何幫助你?

祂給予我平安, 並從焦慮和恐懼中得到舒緩。在這段時間裡, 祂還幫助我信靠祂。祂的信實廣大! 我只能盡自己小小的本分, 並信靠我的工作祂計劃的一部分。

## 你有什麼鼓舞人心的故事可以分享嗎?

當溢樂華人浸信會向我的部門捐贈食物和口罩時, 每個人都很高興和感激! 他們告訴我要告訴你們他們有多麼感激。我看得出這對每個人都是極大的鼓勵。我很高興看到同事們在吃食物時臉上露出笑容! 我真的感到這是見證耶穌的愛。我確保自己一定要告訴人們這是我教會送來的, 因為我希望他們看到我們真的在嘗試以實際的方式活出我們的信仰。▶





# 李吳以敏醫生

中文翻譯: 吳林保甘

## 簡要地告訴我們你自己和你的醫療工作。

我是在一個大型醫療機構團隊裏的其中一位家庭醫生，服務的群眾年齡範圍包括從嬰兒到老人。

## 您能否分享您在COVID-19前線工作的經驗？

自“家居隔離”命令以來，我的醫療團隊實施每兩週醫生輪班的方法在應付診所裡的病人。我的團隊中有25%醫生在診所工作，75%醫生在家中網上為病人診治。在這“家居隔離”令下，這幾個星期內，我們的病人都充滿恐懼。由於最初未有可用的物資進行測試，醫生很難為病人提供明確的診斷，我的挑戰是無法及時了解這種疾病，誰是優先接受測試 或提供最好的建議。

例如，隨著幾星期過去 我們醫生們意識到 如患者失去嗅覺，腹瀉和普通流感都有可能與COVID-19 共同或單一感染。醫生們常接到不斷發展中的測試指南，醫學界尚未完全下決心要考慮全口罩的好處，懷孕和嬰兒的風險，以及如何是最好的監測尚未患病的COVID-19陽性患者住院。這些不確定性使醫生建議患者變得困難。

## 您的想法和感受是什麼？

我知道大多數患者如果被感染都會康復，但這病毒可能會傳染給醫護人員。我的確擔心的是即使我穿好長衣和手套，也有可能因感染而生病甚至死亡。我知道我不被立即要求到醫院最前線 是因為醫療隊要有後備。我作為三個孩子的媽媽，這疫情真的令人不安和焦慮。

## 您有任何緊急需求嗎？在家？工作中？

感謝神，目前我沒有緊急的需求。但我們的工作場所會很歡迎你的捐贈，包括任何個人防護裝備及自製口罩。

## 我們的教會社區如何為您，您的家人和您的醫療團隊祈禱？

在我繼續診治那些恐懼中的病患者，祈禱求神繼續保守我的平安和賜我智慧去診症。祈禱求神賜智慧給我先生Vernon 和我帶領我們的家庭，值此我們有更深的了解和認識神的平安，恩典和主權。請為我未信主的同事能認識神而祈禱。祈禱我能成為他們的見證。求神保佑我們的緊急門診及其他前線工作人員。

## 在這個充滿挑戰的時期，您對上帝的信仰如何幫助您？

我知道萬物都掌握在愛我們的全能天父上帝手中，祂愛我們，凡事在我們身上有祂的目的，藉著萬物各事來彰顯祂的榮耀。我順服信靠神所有的計劃。在這不明朗及不確定的時候，我發覺我祈禱更像一個孩子向父親祈求，讓祂知道我的焦慮和求祂無論在何處與我同行同在。

過去的一周祈禱，想起上帝的關注。經常唱出 - 音樂公司 (Bethel Music) 的歌曲《It is well》(我很好) 專注於上帝。

## 您有什麼鼓舞人心的故事可以分享嗎？

由於這些日子我大部分護理病患者時間都是網上應診，因此我收到的電郵比以前特別多。另外我每天也有收到不同病人的電郵，他們不是需要我診症而是表達他們在想念我，為我祈禱，並希望我和我的團隊都安全。他們的愛、關心和鼓勵，令我非常感動。▶





# Susan Chung, PharmD



請介紹您自己和您的醫療工作。  
我是在三藩市一間醫院的藥劑師。

可否請您分享一下您在新冠肺炎時期的前線工作經歷嗎？

雖然我不是直接的前線醫護人員，但我們的醫院藥房為患者提供安全的藥物，包括藥物輸送、藥物使用監控、藥物儲存和藥物棄置處理。藥房有明確的制定及修訂指引，以盡量減少工作人員和患者受感染的風險。

藥房要應付醫療人員的個人保護設備(PPE)短缺，也要確保有足夠的急救藥物供應。

您有什麼想法和感受？

於“家居抗疫令”的首兩周，當藥房員工要盡力保護自己的安全，我感

到壓力很大。過了兩周後，醫院發放員工戴口罩的防疫指引；讚美主！我很高興因為院方聽取我們的關注，雙方每日都有溝通和更新。

您有什麼迫切的需要嗎？在家？在工作崗位上？

我們的藥房部門工作人員十分感謝溢樂教會捐贈了一盒N95 口罩和消毒濕紙巾予醫院同事。

我們教會如何為您、您的家人和您的醫療團隊祈禱？

請為我們的醫療團隊代禱，保守各人的情緒、心理和身體健康。

在這個充滿挑戰的時刻，您對上帝的信心對您有什麼幫助？

在這個動盪的時刻，我知道上帝掌管一切；是我生命的主，是我的庇護所。

當我閱讀聖經，觀看崇拜直播，電子郵件，並通過zoom 和我小組組員會面時，我感到額外的平安。我感謝教會的關懷，和我一起祈禱。以下是我默想的一些聖經經文：

- 約書亞記1:9:「我豈沒有吩咐你嗎？你當剛強壯膽！不要懼怕，



也不要驚惶；因為你無論往哪裡去，耶和華—你的神必與你同在。」

- 提摩太後書1:7:「因為神賜給我們，不是膽怯的心，乃是剛強、仁愛、謹守的心。」
- 詩篇46:1:「神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。」

您有什麼激勵的故事可以分享嗎？

有一位院牧每日兩次帶領醫護人員默想，讓工作人員有片刻的寧靜，作深呼吸，然後祝福我們平安。讚美主！讓我們有一段喚醒心靈的時刻。我以哥林多前書12:7:「聖靈顯在各人身上，是叫人得益處。」作為我的醫院使命宣言！



# Myra Cheng, RN

簡要地告訴我們你自己和你的醫療工作。

大家好！我叫Myra Cheng，我是一名註冊護士。我有在遙測(心臟科部門)、醫療外科和急診部門工作的經驗。我目前在胃腸科診所工作，如果你有問題歡迎與我約談。

可否請您分享一下您在新冠肺炎時期的前線工作經歷嗎？您有什麼想法和感受？

在前線工作絕對可怕！眾所周知，這種病毒不分種族、年齡、性別或任何併發症。有時，一個人可以是無症狀卻帶傳染性。話雖如此，擁有適當的防護設備 (PPE) ▶



來保護自己對於醫護人員來說至為重要。目前全國面臨PPE的短缺,及如何把PPE分配給醫護人員的問題;結果是醫護人員要多次重複使用作一次性用途的PPE,這是一個非常危險的情況!經過“再消毒過程”重複使用,此流程同樣存在很大問題。我們沒有足夠的PPE和醫院病床來應對以快速湧入的新冠肺炎患者,因此我們不斷有前線醫護人員確診新冠肺炎,這是一件可怕的事情!醫護同事和他們的親人會考慮到前線工作可能致命,因此有些人選擇自我隔離,害怕將病毒帶回家。迫切呼籲廣大市民要留在家中、經常洗手、不要碰你的臉以減緩傳播感染!我們必須要齊心合力的抵抗疫情!

### 您有什麼迫切的需要嗎? 在家? 在工作崗位上?

那些在前線工作的人肯定感覺自己過着兩種的生活。我們下班,擔心不知帶了什麼細菌回家;同時也與“居家抗疫”的人一樣有相同的擔憂。前線人員同樣要購買食糧雜貨、安排託兒服務、年邁的父母或親人的需要、做時工的不穩定收入。如果你認識有前線工作的人員和必要工作的人員,請盡量關顧他們的需要。

### 我們教會如何為您、您的家人和您的醫療團隊祈禱? 在這個充滿挑戰的時刻,您對上帝的信心對您有什麼幫助?

教會會眾可以為醫療團隊及其家人的安全代禱,願前線人員得到足夠的個人防護裝備,並賜予我們的聯邦、州和市領導智慧作出統一的指引。就個人而言,我經常提醒自己,我不要只為自己而活。雖然看見死亡人數的上升速度比我們的應對疫情速度還要快,但我心裡有平安並深知道上帝在掌管一切,儘管發生了這可怕並急速變化的疫症大流行,神是唯一不變的!

### 您有什麼激勵人心的故事可以分享嗎?

即使在這個艱難的時刻,我感受到社區的團結和慷慨的互相幫助!因為我的同事,無論是前任還是現任同事,不斷地關心我們身體、精神、情感和靈性需求而感到鼓舞。請繼續彼此支持,相信我們可以一起渡過難關!

## Lailene Chin, MD

請介紹您自己和您的醫療工作。  
我叫Lailene,我是一名內科家庭醫生;照顧成人及長者。

### 可否請您分享一下您在新冠肺炎時期的前線工作經歷嗎?

這是一段有趣的經歷。應對疫症大流行不是我們在醫學院或培訓期間可以學到的東西;我必須學會如何適應和改變我照顧病人的方式。

我覺得居家避疫令及社交隔離是十分有效的抗疫措施,使社區的疫情可以受到控制。

我在社區中看到很多人感到有壓力、擔憂和恐懼,這是可以理解的;現時是一個令人難以承受、前所未有的時刻。話雖如此,此時,來自社區,特別是溢樂教會的關愛、支援和信心也更加湧現。溢樂教會很蒙福,會眾捐獻、長者的關顧支援工作,這些積極的參與明顯使疫情的感染減緩,病例曲線變平。十分感謝!

### 您有什麼想法和感受?

有憂慮和壓力,但我相當樂觀,我有信心。

### 我們教會如何為您、您的家人和您的醫療團隊祈禱?

為我們能繼續努力的使疫情受到控制,病例曲線平緩禱告。

為每個人都會嚴格地執行社區和疾控中心的防疫措施禱告。

為社區,不僅是人的身體健康,也為到人的心理健康禱告。

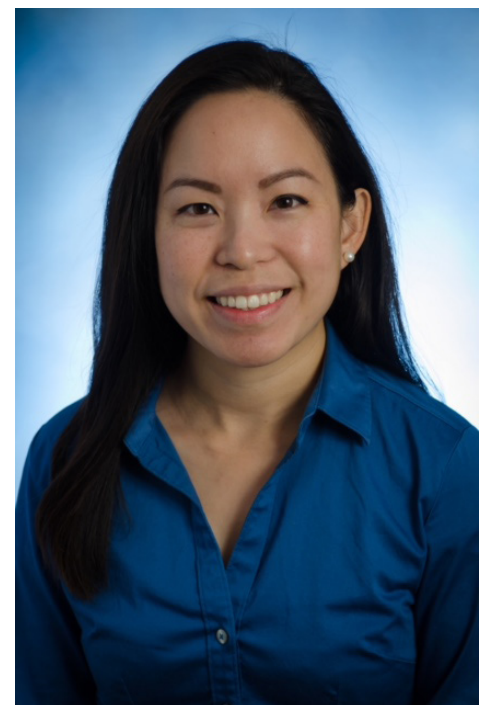
為那些感到孤單的人,憑著信,知道他們並不是孤單禱告。

為保守所有照顧病人的人,不僅是護士和醫生,還有藥劑師、實驗室技術員、保潔員和醫護助理禱告。

### 在這個充滿挑戰的時刻,您對上帝的信心對您有什麼幫助?

單單相信上帝比這一切都偉大。

詩篇46:1-3 「神是我們的避難所,是我們的力量,是我們在患難中隨時的幫助。所以地雖改變,山雖搖動到海心,其中水雖匉匉翻騰,山雖因海漲而戰抖,我們也不害怕。」



### 您有什麼激勵人心的故事可以分享嗎?

教會一直所做的都是激勵人心的。您們捐贈了超過300個 N95 口罩,這些口罩直接送到前線使用。教會的慷慨捐贈、洋溢的愛心和積極參與抗疫都是十分激勵的。■