

宣教日引

2026年10-12月

認識未得之民 每日靈修代禱



柬埔寨 | 土耳其 | 地極的出產二&三部曲、年終特輯：為世界求平安



真民福音使團
CROSSROADS
PUBLICATIONS

顧問

張寶華、范榮香、夏超凡、黃偉恩

創刊人

范張秀明

編輯顧問/發行

魏一恆

主編

黃穎穎

責任編輯

Joan Chang

編輯

Isa

作者

昭儀、繪鈞、teeth、Amy、以諾、格格、穎穎

(依主題順序)

校對

鄭德發

行政統籌

潘淑玲、Sukin、Maritza、Novia Lu

封面/排版

甘例蓓&鄭美心@www.imconcept.net

封面照片

Photograph copyright © !Koss on Flickr

出版

萬民福音使團

Crossroads Publications

P. O. Box 3356

Los Altos, CA 94024-0356 U.S.A.

Tel: (650) 968-1866

info@missionpathway.org

www.cross-roads.org

東南亞發行與推廣

萬民福音使團東南亞辦事處

Crossroads Publications

A-16-2, Saville @ Melawati

No. 2, Jalan Kolam Air, Desa Melawati

53100 Kuala Lumpur, Malaysia

Whatsapp: +6 018-315 7707

missionpathwaykl@gmail.com

致謝

本期內容參考之期刊文獻、著作，及推薦閱讀文章，可參閱目錄頁之線上附錄QR。

每日讀經靈修，採用 TODAY'S WORD
A Devotional based on the Greek and
Hebrew texts Written by A. J. Moen, Ph.
D (TODAY'S WORD線上訂閱: www.atgodstable.com)



reurl.cc/Mz2NRX



目錄

contents

編者心語：一次探訪旅程

004

差傳換日線：兩個世界之間：伊斯坦布爾36小時

006

報道寫真：生命走出了那個寒冷的冬天

008



如何使用 宣教日引

每天為萬民祈禱

祈禱是宣教的根，宣教是祈禱的果。
《宣教日引》發行廣及全球華人，
每日介紹一個未得之民，認識他們，
並具體為該群體的需要代求。
誠摯邀請您加入宣教禱告的行列，
並推動身邊的人一起參與，
用禱告在福音未及之地，
為神預備道路。

適用於個人及團體

個人

每日禱告手冊。
附靈修經句，
以原文解經註釋。



親子

可親子共讀，
認識各國風土民情。
也可說故事、唸給孩子聽，
帶領孩子禱告。



小組/團契

每次聚會時，
介紹當週的一個群體，
或每人認領一個群體。



主日/禱告會

在公禱時刻挑選一個群體，
為之代求。



代禱主題

本月或本週聚焦關心的國家或群體，
有系統地分類禱告族群。



專題導讀

導覽當地文化、
政經、福音景況，
幫助讀者深入了解
地區風貌。

每日代禱群體

未得之民名稱



介紹
未得之民
的生活

代禱文

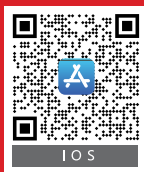
每日原文解經

採用Skip Moen博士的Today's
Word靈修日誌，以希伯來文和
希臘文的原文字義探索神的話
語。帶你發現隱藏於翻譯本中
的亮光。

聯繫各地發行單位



訂閱表格



iOS



ANDROID



SUBSCRIBE



兒童PODCAST



兒童PODCAST粵語



YOUTUBE頻道



PDF訂閱



官方網站

美國

Crossroads Publications

P. O. Box 3356
Los Altos, CA 94024-0356 U. S. A
Tel: (650) 968-1866
Info@missionpathway.org
www.cross-roads.org

加拿大

世界華人福音事工聯絡中心-加拿大聯區

Chinese Coordination Centre of

World Evangelism-Canada

25-145 Royal Crest Court, Markham
ON L3R 9Z4 Canada
Tel: (+1) 416 497 0146
office@cccowecanada.org
www.cccowecanada.org

台灣

中華基督教聯合差傳事工促進會

United Missions of Taiwan

100013 台北市中正區臨沂街1號3樓
Tel: (886) 2-2321-2915 | Fax: (886) 2-2321-2917
service@umot.org.tw | https://umot.group

香港

香港基督徒短期宣教訓練中心

Hong Kong Christian Short Term Mission Training Centre

香港新界沙田小瀝源順圍28號都會廣場7樓
Tel: 852-2751-7744 | Fax: 852-2751-7444
info@hkstm.org.hk | www.hkstm.org.hk

馬來西亞/東南亞

萬民福音使團東南亞辦事處

Crossroads Publications

22A-2-1, Jalan Megan Setapak
Taman Megan Sri Rampai
53300 Kuala Lumpur, Malaysia
Tel: (60)3-4141 7975
Whatsapp: +6 018-315 7707
missionpathwaykl@gmail.com

新加坡

Christian Nationals Evangelism Commission

134/136 Braddell Road Singapore 359919
Tel: 65-6280-0312
Whatsapp: 65-86115604
cnec@cnecintl.org

一次探訪旅程

我在火車上，繼續這段探訪的旅程。車廂裡，有人低頭滑着手機，有人靠着窗睡着，也有人拖着行李匆忙上下車，一切看起來和平常沒有兩樣。

今天是復活節，尚在旅途中的我，無法到教會參加復活節崇拜。窗外的天色灰白而安靜，火車穿過一座又一座城市，我想起自己只有這一次不能去教會崇拜，但這一路上探訪的工人與信徒，他們卻很久沒有團契和教會生活了。

近年來，這個地方的宗教自由逐漸收緊，聚會、傳福音，以及下一代的信仰教育，都面對越來越多限制。有的人只能在線上聽講道，有的夫妻至少還能彼此陪伴，也有單身工人在偏遠地區多年，長期獨自承受壓力與孤單。

前天，我與一位工人見面時，正值受難節。那天晚上，我們坐在昏黃燈光下的小房間裡，外面格外安靜。我提議一起唱詩、讀經，記念主的受難。她沉默了一下，輕聲說：「這麼多年了，能參加受難節聚會，是一件很奢侈的事。」她說這句話時，語氣很平靜，我心裡湧起一陣酸楚。最後，我們也沒有做成這件事。

其實，這樣的「奢侈」在教會歷史中並不陌生。過去神在不同的艱難時代，保守了一批又一批願意持守信仰、堅持聚會，繼續傳揚福音的人。這次的探訪中，我發現許多新一代工人，都是在他們父母輩的陪伴與帶領下認識福音的，也有不少是在少年或大學時期接觸信仰，並回應神的呼召。

如今，這條路逐漸收緊。

新一代不再容易聽見福音，更遑論像上一代那樣，願意為信仰付代價、走十字架的道路。加上今日的年輕人，成



長於物質豐富與資訊爆炸的時代，生活被娛樂與各樣聲音充斥，他們還會渴慕信仰嗎？還會願意走十字架的路嗎？

同時，他們也活在急速變動的社會之中，面對前所未有的壓力與挑戰。許多人內心脆弱，普遍喪失意義感。在沒有校園團契、沒有穩定教會生活的處境下，他們將到哪裡尋找支持？

然而，這趟旅程中，我也看見另一面。即使沒有辦法參加聚會，仍有人每天安靜讀經、禱告；即使缺乏團契，仍有人默默陪伴身邊一、兩個人。福音依然透過真實的生命，一點一滴地傳開。

歷史一再提醒我們，教會的生命力從來不取決於環境的寬鬆還是艱難，而是在於神親自動工和保守，以及人對神的回應。讓我們為各地面對挑戰的教會禱告，求神加添他們能力，在各樣處境中堅守信仰，忠心站立。



Photo by Marjion Obsioma on Unsplash

兩個世界之間：伊斯坦布爾36小時

5月底，波斯灣霍爾木茲海峽的緊張情勢還沒有和緩，但我還是出發前往中東服事，路上再次選擇在伊斯坦布爾轉機停留兩天。這幾年飛往這個區域，甚至歐洲，我總是特別偏愛土耳其航空。除了航線方便，更因為伊斯坦布爾本身，就是一座讓人願意一次次回來的城市。它不像歐洲某些城市那樣精緻，也不像波灣某些城市那樣土豪的現代；它更像是一個巨大的文明交界口——亞洲與歐洲、基督教與伊斯蘭、帝國與共和國、榮耀與失落，在這裡彼此重疊。

天才剛亮就到，不用調整什麼時差，搭地鐵拉着行李去市區走走，輾轉到了奧斯曼貝站(Osmanbey Station)。正逢土耳其青年與體育節，在解放大道(Halaskargazi Cd)剛好遇到了遊行，學生、政治人物與旗幟



組成遊行隊伍。紅色國旗幾乎復蓋整條大道，凱末爾的肖像高掛在建築外牆上。這條街曾見證鄂圖曼帝國的沒落，也見證現代土耳其共和國的誕生。

那天下午，搭上博斯普魯斯海峽的遊船。陽光燦爛得不像我印象中的中東。藍綠色海水在船邊翻滾，海鷗一路跟着渡輪飛翔。歐洲在左，亞



與藍色清真寺的義工——阿富汗年輕人的合照



洲在右，而渺小如我站在甲板上，端着一杯過甜的茶，航行在兩個世界之間。兩岸排列着昔日鄂圖曼帝國留下的宮殿、清真寺與豪宅。曾經統治三洲的帝國，如今早已消失，但它留下的文化、語言、宗教與歷史記憶，仍然深深影響着今天的土耳其與整個中東。文明會衰落，政權會更替，但人類對身分與歸屬的追尋似乎從未停止。

天黑之前，來到藍色清真寺。在那裡，我遇見一位來自阿富汗的年輕人，在接待來賓的信仰回答小站，擔任義工。他的責任就是跟人「分享信仰」，做見證。我們談論伊斯蘭，也談革命；談政治，也談女性在社會中的角色。他的英文不算流利，但眼神裡帶着一種超越年齡的成熟。對許多穆斯林而言，信仰從來不只是個人的宗教選擇，而是一整套社會結構與世界觀。家庭、法律、教育、國家認同，甚至男女角色，都與信仰彼此交織。

我再次意識到，很多人在談論穆斯林世界時，容易停留在神學辯論或宣教策略層面，但真正的跨文化理解，往往始於願意坐下來（好好凝視着對方），好好聽，認真對話。也許最重要的第一步，不是回答，而是傾聽。

一邊是清真寺傳出的宣禮聲，一邊是世俗共和國的民族主義象徵；一邊是伊斯蘭傳統，一邊是現代化與西方化的拉扯。這種張力，幾乎成了土耳其社會最真實的縮影。而這樣的矛盾與掙扎，其實是許多中東國家的難

題。我們是誰？我們從哪裡來？又要往哪裡去？

夜色漸黑，我回到老城區最熟悉的那家餐廳 (Ortaklar Kebap)，點了一份烤肉串 (Adana)。熟悉的香料味，讓人暫時忘記自己只是匆匆過客。晚上入住多年來常住的民宿，叫做亞斯藍 (Aslan) 的帥老闆看到我依然熱情，但不難發現他的眼神多了一些滄桑。這幾年，這個國家經歷劇烈通貨膨脹，里拉大幅貶值，物價與油價快速上升。俄烏戰爭、中東局勢與全球能源波動，都深深影響着一般人的生活。他跟我說，古爾邦節 (宰牲節) 快到了，回家的機票晚買了，已經貴到不想飛回去。觀光客看到的是浪漫的海峽與千年古城，但當地人每天面對的，卻是房租、油價與生活壓力。

那一刻我忽然想到，無論是在香港、南非、菲律賓或土耳其，世界上大部分人的渴望其實很接近：好好生活、照顧家庭、讓孩子擁有更好的未來。

離開那天，拖着行李箱穿過石板路，忽然想起出發前，兒子特別交代我：「記得帶土耳其軟糖 (Turkish Delight) 回來。」或許旅行的意義，從來不只是看見世界。而是在看見世界之後，更深刻地理解人。伊斯坦布爾沒有給我答案。但她提醒我，宣教從來不只是跨越地理疆界，而是學習在不同文明、不同信仰、不同故事之間，看見上帝仍然在工作。而途中經過的旅人，是怎麼看他所愛的人。

生命走出了那個寒冷的冬天

受訪者 沖田義弘(Okita Yoshihiro)、沖田步美(Okita Ayumi)夫婦

十字架教會(Cross Church)傳道人，經營燈架咖啡館(Lamp Stand Café)，以咖啡館接觸社區、分享福音。

兩人育有5名子女，在家庭與事奉中攜手同行。

採訪/撰文 穎穎



雪靜靜落下。我和義弘傳道坐在廚房餐桌旁，窗外是一片雪白世界。廚房瀰漫着咖哩香氣，鍋中的熱氣驅散北海道冬日的寒冷。步美師母正準備午餐，偶爾回頭看看我們，臉上帶着溫柔的笑容。

義弘傳道說話溫和而平靜，很難想像他曾是受過傷害、憤怒和迷失的人。「如果要說我的故事，可能要從4歲那年開始。」那一年，他醒來發現母親不見了。當時他不懂什麼是離婚，只知道找不到媽媽了。空蕩蕩的房子裡只有自己的哭聲。從此，他的生命進入寒冷的冬天。沒有人教過他禱告，但小小的他經常躲進被窩，求一位不認識的神把媽媽還給他。他持續禱告將近兩年，母親始終沒有回來。

「後來我開始覺得，神大概不存在。」他帶着被遺棄的傷痛長大。憤怒、說謊、暴力、偷竊，逐漸成為生活的一部分。父親後來再婚，但他始終找不到母愛，他無奈地說：「我一直覺得自己是多餘的人。」

國中開始，他唯一的目標就是離開家。他努力考上有宿舍的高中，希望獲得自由，也在那裡遇見改變他一生的人。說到這裡，他看向正在廚房忙碌的步美。

16歲那年，他們開始交往。步美是牧師的女兒，在充滿愛的教會長大，也是義弘遇見的第一位基督徒。然而，信仰成了兩人最大的障礙。「她說如果認真交往，就要帶我去教會。」於是他去了。但那時他根本無法理解信仰，內心充滿傷痛與憤怒，一直問：「如果神是良善的，為什麼我的人生如此破碎？」

最終，他們分手了。兩人都很傷心。

在寂靜教會中遇見愛

離開步美後，義弘的人生一路往下墜。他輟學、離家出走，搬到札幌。夜店、酒精、香煙、大麻成了日常；身邊圍繞着吸毒者、自殺的人和幫派分子。那時，他經營二手服飾生意，也擔任DJ，表面看似自由成功，內心卻越來越空洞。直到23歲那年，一位好友因吸食過量毒品，精神錯亂，被強制送醫。那件事帶給他巨大衝擊和不安：「我意識到自己的人生可能走錯了路，卻找不到回頭的方向。」隨後，恐慌症、焦慮與憂鬱接連吞噬他的生活。

就在他生命最黑暗之時，他聽說步美結束海外宣教回到日本，於是鼓起勇氣聯絡她。當時他全身刺青，像個危險人物。為了安全起見，步美約他在教會見面。就在推開教會大門的那一刻，奇妙的事發生了。「我感到前所未有的安穩」他說。

那天，步美坐在鋼琴前，他請她唱一首詩歌。「我熱愛音樂，卻從未聽過這樣的歌聲。我感到一股濃厚的愛傾倒在我的身上，我無法停止哭泣，深深感受到神全然接納我。」多年來累積的傷痛，漸漸融化。那一天，他第一次真實遇見神。

接着，他輕聲補充：「後來我才知道，分手之後她一直為我禱告，求神讓我回到她身邊。」神記得那位4歲男孩的眼淚，也記得那位少女10年的禱告。

福音改變生命的故事

信主之後，他的驚恐症逐漸消失，內心充滿喜樂，但他的菸癮仍然很大，常常一邊抽煙，一邊讀聖經：「那段時間，我讀完整本聖經6次以上，新約超過20次。我試圖靠努力讀聖經，抵銷我的罪。」

直到一天，一位年輕牧師向朋友解釋福音。他坐在旁邊，一邊吃湯咖哩，一邊聽。那是他第一次明白福音。當他聽見耶穌為人的罪死在十字架上時，震驚地問：「我現在相信耶穌，可以得到赦免嗎？」牧師回答：「當然可以。」他這才明白救恩不是靠努力換來，而是神白白賜下的恩典。

步美把食物端上桌，聽丈夫說起往事，安靜地笑了笑。談到後來的重逢，她說：「他打電話給我時，我非常驚訝。我從沒想過他會成為基督徒。」她坦言自己沒有立刻答應他重新開始：「我很難相信他真的改變了。畢竟我知道他過去的生活，也知道他的經歷有多混亂。」

因此，她選擇禱告。「就在禱告中，神對我說：『你相信福音的能力，你也告訴別人耶穌能改變人，難道你不相信我能改變他的生命嗎？』」她望向丈夫，眼神充滿感恩：「後來我跟他說：『我不是相信你，我是相信神。』」

當年分手時，步美傷心地向神禱告：「主啊，我知道現在不是與他在一起的時間。我願意離開他，在你預備的日子再相遇。」

16歲，他們分開；26歲，他們重逢。中間隔着10年的等待、禱告與預備。「神聽了她的禱告。10年後，我再次回到她生命中。我們結婚了。」義弘露出欣喜的表情。

看着眼前這對夫妻，我讀到的不只是愛情故事，更是福音如何改變生命的故事。

訪談接近尾聲，我問義弘傳道：「你現在最想做的是什麼？」他回答：「我很喜歡分享福音。因為我曾經迷失，認為自己沒價值，直到我聽見福音，生命從此有了方向，感到無比喜樂。因此我知道，每個人都需要福音。」

窗外的雪依然飄落。但義弘傳道的人生，早已走出了那個寒冷的冬天。



日本的基督徒比例極低，因此日本是《宣教日引》長期代禱的地區。很感恩，我在旭川認識沖田傳道夫婦，知道神在日本仍保留屬他的人。

發起公禱 SO EASY!

若是你們中間有兩個人在地上同心合意地求什麼事，
我在天上的父必為他們成全。（太18:19）

宣教 日引

每月主題禱告PPT

歡迎教會或團契下載，
在實體或網絡主日、團契小組使用。
每月一次為未得之民齊聲禱告！
祝福宣教工人、預備人心成為好土，
願意聽從神的道！



如何使用

STEP 1

於宣教日引官網下載當月主題PPT

STEP 2

領禱者可使用PPT內的附註資料，
簡單導覽主題

STEP 3

請會眾按禱告文齊聲禱告
(過程需時8-10分鐘)



禱告PPT下載

本季宣教日引代禱地區

中國
南韓
越南
柬埔寨
馬來西亞
印尼
緬甸
斯里蘭卡

土耳其
黎巴嫩

也門
埃塞俄比亞

剛果

哥倫比亞

10月
11月
12月





柬埔寨

Cambodia

從滿目瘡痍中走向新生

作者 昭儀、繪鈞 編輯 Joan

Photo by pen_ash on Unsplash

柬埔寨宣教，「三」思而後行

法國建築師格萊斯(Maurice Glaize)說柬埔寨的吳哥窟「布局之平衡、比例之協調、線條之優美，威風赫赫，可媲美世界上任何最傑出的建築成就。」親眼見過這座世界遺產、讀完柬埔寨歷史的我們，鼻子翹高高地想着：「我認識柬埔寨人了。」但認識一個地方的古蹟，不等於認識那裡的人；讀完一段歷史，也不等於聽懂當地人的心。尤其當福音走進一個村落、一間屋子、一場洗澡的討論、一段關於孩子的閒聊時，我們才會發現：柬埔寨人，真的不是三言兩語就能說完。下面的幾篇小故事，將帶給你連番驚喜——柬埔寨人，你永遠認識不完。



「耶穌來了」

W宣教士回應呼召，去到柬埔寨鄉下。起初，村民每見到她都會高呼：「耶穌來了！」這個反應讓她哭笑不得，不曉得要糾正還是默認。後來她意識到，在從未聽聞福音的地方，人們一開始分不清耶穌和宣教士都屬正常事。後來她再聽到「耶穌來了」，都會笑着回應：「跟耶穌一掛的來了！」

學洗澡

去柬埔寨宣教的第一步是學會洗澡。在炎熱的柬埔寨，沖涼是件樂事，但讓W宣教士始料未及的是，洗澡竟會成為一道關卡。不是不會洗澡，但如何用「水布(Krama)」^註與大夥一同露天洗澡，還不走光，這可難倒她了。W請益當地女性，人家只當是玩笑話。於是她只得「自學」，「偷看」女生洗澡，再回家反覆練習。皇天不負苦心人，她現在也能在柬埔寨優雅洗澡了。

註：長方形格紋棉織品，用途多變，被列為柬埔寨非物質文化遺產。

這就是水布囉~



小孩的話題

W宣教士大概也沒想過，沒生小孩也能成為宣教的開場白。柬埔寨是農業社會，多一個孩子就多一個幫手，還能防老，所以婆婆媽媽們總是抓着她，想把孩子送給她養。她漸漸明白，這時比起回答一句「與您何干」，更重要的是讓對話和關係延續下去。而當孩子的話題聊完了，對方的耳與心也開了，耶穌的話題就能出場了。

Photo by Greg Walters on Flickr



要懂得從日常話題開啟關係，讓福音有進場的空間。

這些故事看似瑣碎，卻提醒我們：宣教現場從來不是單純把一套信息帶到另一個地方。人在聽福音以前，已經活在自己的語言、家庭觀、生活習慣與宗教想像裡。因此，宣教士不只要學會和人相處，也要學會把福音說清楚。

傳福音給柬埔寨人 3件必做的事



當好人、做好事、說好話都很重要，但切記一定要傳福音、講耶穌，因為「信道是從聽道而來」，這才是神差派宣教士的主因。



要傳福音，就要用福音對象最熟悉的語言。這不僅是尊重，也很實際，在柬埔寨一句高棉語都不會說，對方聽了福音也是一知半解，可惜。



要記得為福音「消毒」！比如：信耶穌不能大笑，信耶穌宣教士就送錢送車……這些對基督信仰的錯誤認知，必須一次次向人們澄清和解釋，讓人聽見貨真價實的福音。



柬埔寨人3種標準 回應福音的版本



我已經有神了，
所有宗教和神都
一樣啦～

柬埔寨人不說「高棉人
都是佛教徒」，言下之
意是，慢走不送。

啊～走不下去了～

這些人是少數中的少數，是「剛出爐」的新門徒，卻在家人鄰舍的責備、孤立、輕看之下潦倒憔悴，但也代表他們的信仰正在被煉淨。



可以信教，但
不可以入教/守
教。

聽到這話別開心得太早，對柬埔寨人來說，信教說來只是場面話，入教/守教才是玩真的。



所以，柬埔寨宣教為什麼要「三思」？

柬埔寨宣教之所以需要「三思而後行」，是因為宣教士需要花時間與當地人建立關係、學習進入他們的文化，以及處理基督信仰與當地世界觀的處境化議題。如何觀察、如何生活，還有如何把福音說清楚，都是宣教士在禾場的挑戰。因此，多次、反覆地思考，再做行動，是宣教士的必修基礎課程。



多重挑戰的轉型關口

柬埔寨政府

近年柬埔寨的政治核心，落在現任總理洪馬內 (Hun Manet) 身上。洪馬內具軍事與經濟背景，也嘗試透過與私營部門對話，回應私營領域的投資與發展需求。

在他的領導下，經濟維持成長，外資持續流入，城市發展快速。然而，柬埔寨的發展仍高度依賴出口與外來投資，產業集中，使其在全球環境變動下較為敏感。2029年，柬埔寨將脫離聯合國最不發達國家身分，關稅優惠退場，成衣、大米、自行車等主要出口產業將面臨嚴峻挑戰，轉型勢在必行。

由於柬埔寨政治長期權力集中，近年有記者與公民因發表意見而被指控或拘留。同時，新法規允許在特定情況下撤銷公民身分，引發社會議論。國內制度信任與政策溝通頻遭困境，經濟轉型更顯複雜。另外，近期的詐騙園區問題，雖已大規模整頓，但其成效仍有待觀察。

面對一個正在成長，也正在重建的國家，執政者如何在穩定與開放之間取得平衡，並逐步優化制度與產業韌性，將是能否順利轉型的關鍵。



2023年，柬埔寨總理洪馬內與前日本首相岸田文雄



遠離紛爭是人的尊榮，但**愚妄人**都愛爭鬧。(箴20:3)

聖經使用幾個不同詞語表達「愚妄」，這節經文使用的是‘ewil。除此還有kesil、nabal，有時翻譯為let (褻慢人)。

‘ewil不是指無知或愚蠢，而是指明知神的道德治理，卻選擇忽視，甚至與之對抗的人。他不否認真理的存在，卻拒絕順服，並為自己的選擇辯護，認為只要沒有立刻的不好後果，就沒有問題。

這樣的人常以自信的語氣表達自己，好像掌握一切答案，實際上他的判斷卻是脫離了神的標準。他的原則是逃避責任，並為此尋找各樣理由。他的言語看似有力，卻缺乏真理的根基；他的爭辯沒有止境，使人陷入無休止的拉扯之中。

箴言提醒我們，真正的尊榮不在於辯贏對方，而在於懂得止息紛爭。面對‘ewil，智慧人不是費力證明自己，而是選擇不被捲入，因為與拒絕學習的人爭辯，只會消耗生命，失去本該有的安穩與尊嚴。

天父，求祢親自引導柬埔寨執政者按照祢的託付治國，在多重挑戰中走上符合真理的方向，以長遠眼光做出合宜的決策，為國家帶來更長久的安定與盼望。也願上位者聆聽與自己不同的聲音，理解人民的需要，增進更多溝通與信任，使制度逐步建立穩定與公義的基礎。願柬埔寨的發展不只追求速度，也能顧及人民的生活與尊嚴。主啊，但願祢引導人們抬頭仰望天上永恆、公義的國度，渴慕並尋求祢的同在。奉主耶穌基督的名求，阿們。



瞬息萬變的80年

柬埔寨近代簡史

提到柬埔寨，1970年代的赤柬政權常被視為苦難根源，該政權在短短數年造成約四分之一的人口死亡，重創社會。然而，若將近代困境全歸咎於此，仍顯不足。因為除了經歷赤柬統治，柬埔寨也在各方政權與外力影響下，長期動盪不安。

二戰期間，日本扶植西哈努克 (Norodom Sihanouk) 作為柬埔寨傀儡國王，卻意外促成他於1945年宣布獨立，並在1953年帶領柬埔寨脫離法國。西哈努克在位期間，對外與中、越共產政權維持關係，對內卻打壓赤柬，迫使他們退入叢林，反而獲得越南共產黨的支持並壯大。

1970年，首相龍諾政變奪權，親美反共。1975年，流亡中國的西哈努克與赤柬合作，攻回柬國，有了王室支持的赤柬聲勢大噪。隔年，赤柬領導人波布上台，展開4年的恐怖統治。

1979年，前赤柬軍官洪森在越共支持下結束赤柬統治。1997年政變成功，全面掌權至2023年，如今再將權力移交兒子洪馬內。

不到80年內，柬埔寨經歷了多次劇烈的改變，至今她仍在修復過去的損傷，尋找自己的道路。

註：又稱紅色高棉，1970年代統治柬埔寨的共產政權，時任總理為波布。



敬畏耶和華是知識的開端；**愚妄人藐視智慧和訓誨。**（箴1:7）

這節經文的「愚妄人」(kesil)，指那些對神的道德要求缺乏認識的人。他的問題不在於刻意反抗，而在於無知與遲鈍。他可能在行為上偏離神的道路，但並不是故意為之，因此他仍有被喚醒的可能。

這樣的人往往缺乏教導，對勸誡反應遲緩，不容易被提醒。他習慣以自己的判斷為準，自以為明白，卻不願接受修正。然而，他不像'ewil那樣有意抗拒，也不至於像nabal那樣全然敗壞，更不同於lets以譏諷、輕蔑態度對待訓誨。他只是停留在不願真正聆聽的狀態中。

因此，聖經對kesil並未完全關閉。只要他願意聽，願意讓真理進入，生命仍有轉向的機會。對於這樣的人，耐心與真實的教導仍有價值。

當你被提醒時，不要急於辯解，先學習停下來聽，讓神的話有機會修正你的方向。

天父，願柬埔寨認識祢這位主動走近、以慈愛扶持他們的神。祢掌管柬埔寨的過去、現在與未來，也認識這片土地歷經的政權頻繁更迭、戰亂、暴力與深層創傷。求祢醫治歷史留下的傷口，將世界奪不走的平安賜給每一位柬埔寨人，使他們在恐懼中得着盼望。主啊，祢將管理和守護大地的使命託付給人，願柬埔寨的執政與決策階層存謙卑的心轉向祢，不倚靠人的權勢與才智，乃是跟隨聖靈的引導，忠心治理，使國家未來的運作與制度彰顯祢的公義、憐憫與真理。奉主耶穌基督的名求，阿們。



創傷後壓力症候群

赤柬後遺症1



法爾 (Phare) 馬戲團的9位創辦人，皆成長於赤柬下台後的年代，童年在泰柬邊界的難民營中度過。1994年，他們回到家鄉馬德望，創立PPSA藝術學校（柬語全名意為「藝術光輝」），盼為柬埔寨人創造訴說創傷故事的空間，以藝術回應人們心中難以痊癒的傷痛。

無法抑制的暴力傾向、極端憂鬱、嚴重的睡眠障礙與恐慌等，是赤柬統治後「創傷後壓力症候群」（PTSD）的常見併發症，甚至下一代也在無形之中複製了父母的行為模式，影響孩子的自我價值、大腦結構與情緒發展。

當創傷成為集體經驗，它影響的不僅是個人的心理狀態，也逐漸形塑整個社會的行為方式。例如，柬埔寨的歷史多半由外國人代言，本地人卻避而不談。有人將此歸咎於赤柬摧毀教育體系，人們不懂得如何表述自己的歷史。但更深層的原因在於，人們不再想，也不敢談論政治，「我不知道」和維持現狀才是保命之道。

有些學者以「順服且懶惰」解釋柬埔寨人對改變的抗拒。然而，包括赤柬在內，這片土地上每一次的「改變」，往往伴隨著屍橫遍野。若改變意味着死亡，又有誰敢輕易嘗試呢？

天父，祢看見赤柬留下的創傷仍深植人心，許多人的生活支離破碎，不只經歷過那段歷史的人承受痛苦，甚至擴及下一代與社會。祈求醫治的主親自動工，醫治受創的心思意念，使被恐懼捆綁的心因祢得着安息。願當地教會成為安全的避風港，陪伴哀傷、接住破碎。願祢感動並興起具有藝術、心理、醫療與教育等專業技能的基督徒，以十字架的愛為根基，細心修補人心的裂縫，參與祢在柬埔寨的更新工作。特別求祢看顧法爾馬戲團、PPSA藝術學校，供應所需資源，使藝術成為承載盼望與真理的器皿。奉主耶穌基督的名求，阿們。



愚頑人心裡說：沒有神。他們都是邪惡，行了可憎惡的事；沒有一個人行善。（詩14:1）

這節經文的「愚頑人」（nabal）所描繪的是一種道德崩壞的生命狀態。他否認神，拒絕承認任何屬靈權柄，因此行事失去界線，走向敗壞。

聖經常以nabal形容假先知或心硬之人。這樣的人不敬畏神，也不尊重人。他輕看恩情，剛愎自用，言語放肆，行為無度。撒母耳記提到的拿八，正是一個具體的例子，他的名字Nabal成為這種性格的象徵。他的一生，顯出拒絕神的後果，最終走向羞辱與毀滅。

箴言勸我們遠離這樣的人，因為這種生命態度具感染力，使人逐漸偏離正路。留意長時間受影響的人，選擇親近敬畏神的人，讓生命在正確的方向中被塑造。



孤兒

赤柬後遺症2

對多數人而言，失去家人往往是一生之痛；若因國家動盪而被迫離開父母或喪親，傷痕更是深刻烙印在生命中。

赤柬統治期間，人民被迫進入集體勞動營，家庭結構全面瓦解，無數孩子幼年即與父母分別。一名倖存者回憶道：「媽媽被帶走前，哭着要我照顧弟弟。」弟弟和他，與幾個孩子躲在沾滿血跡的囚犯衣服堆裡，半夜再摸黑到廚房吃豬飼料。

當時，許多人死於飢餓與疾病；被視為政治犯、知識分子與資本家者，則被送往「第21號安全監獄」^註，遭審問與處決。這些清洗行動使無數家庭破碎，孩子被迫在孤兒院長大。有些孩子因無人知曉他們的姓名，便以孤兒院之名作為新姓氏。有人長大選擇從軍，只為阻止暴政重演。

如今，當年的孩子已步入中年，談及父母與赤柬仍會淚流滿面。赤柬的暴力並未隨政權終結而消失，它持續影響着一整代在「失去」中長大的孤兒，形塑他們對家庭、身分與國家的理解。



Photo by Camille on Unsplash

註：如今稱為吐斯廉屠殺博物館，或波布罪惡館。

天父，祢是孤兒的父，也是受傷者的避難所。在赤柬暴力留下的深重創傷中，祢未曾離開這群倖存下來的孩子。願為孤兒伸冤的主，按祢信實應許扶持柬埔寨一整代孤兒，使他們在恐懼、貧困與記憶的壓力之中，真實經歷祢同在的保守與醫治。求祢興起教會與基督徒，以教育、心理諮商與實際關懷等方式，服事祢所愛的百姓，使他們的心因着福音得着修復。懇求祢使政府以慈愛和憐憫回應歷史造成的傷害，制定合宜的支持與修復措施，使受苦者得着重建生命的機會。奉主耶穌基督的名求，阿們。



指斥褻慢人的，必受辱罵；責備惡人的，必被玷汙。不要責備褻慢人，恐怕他恨你；要責備智慧人，他必愛你。（箴9:7-8）

褻慢人 (lets) 的特徵不只是拒絕真理，更以嘲弄真理為樂，對一切勸誡抱持敵對態度。對他而言，貶低他人、挑釁權威，是一種自我肯定的方式。

這樣的人不肯受教，也對真理沒有興趣。他的心不願悔改，因此任何責備都難以進入，反而引發敵意與衝突。箴言提醒我們，對褻慢人多言無益，只會使自己受辱。

令人驚訝的是，現代文化卻十分推崇這種態度，視諷刺與嘲弄為聰明與優越的表現。然而，恰恰是這種看似鋒利的言語，遮蔽了對真理的謙卑，使人越走越遠。

當你發現對方以嘲諷取代對話時，智慧的作法是不需證明自己，安靜退開，保守內心的正直。



「完美」女人

柬埔寨女性1



古代東方對女性的期待常以「無才便是德」概括，而柬埔寨人對「理想女性」的想像，則藏於古老的訓誨詩《女人的規矩》(Chhap Srey)。此詩最初是母女間的婚姻叮囑，後來發展為影響深遠的女性行為守則，並使女性承擔維繫家庭與社會秩序的責任。

訓誨詩規範女性穿着、說話與走路方式，也談及如何順服父母和丈夫、尊重長輩。這套價值觀深受南傳佛教影響，認為女性在今世盡心照顧家庭，是為來生積累福報。訓誨詩原意在於教導德性與和諧，卻在實踐中逐漸延伸出灰色地帶。例如，詩中強調忍耐與順服，或視「家醜不外揚」為美德，使得家暴容易被隱匿。女性即便選擇求助，仍可能被責怪未盡本分、破壞家庭和平，承擔額外的道德壓力。

2007年前，該詩被納入學校課綱。直到婦女事務部介入遊說，部分內容才被移除。如今，城市中的女性多半視之為過時，但在保守家庭中，女性長輩仍會將這首訓誨詩傳授給晚輩，使傳統與當代價值持續拉扯並存。

天父，祢按着自己的形像造男造女，視每個生命為尊貴與美好。祢看見世代相傳的教導如何塑造柬埔寨女性的言行，也明白其中為家庭與社群帶來秩序與關懷的初衷。願基督徒夫妻的婚姻成為見證，男女在家庭中共同承擔責任，活出彼此尊重、彼此承擔的關係，讓人因此回轉向祢。主啊，當柬埔寨女性在家庭中面對不公與暴力時，求祢的公義與保護臨到，為她們開路，使她們得着扶持與醫治。願柬埔寨教會與宣教士，以謙卑和同理心傳講福音，與柬埔寨女性分享更新生命的好消息。奉主耶穌基督的名求，阿們。



塞特也生了一個兒子，起名叫**以挪士**；那時候人才求告耶和華的名。(創4:26)

為何人類歷史的這個時刻，開始有人求告耶和華？線索或許在「以挪士」(enosh)這個名字。以挪士的詞根是'anash，指人本質上的脆弱與走向衰敗，這個詞表示「必死的人」，與表示「人」(adam)不同。

當以挪士出生，人類或許逐漸意識到自己的處境。起初，犯罪的後果似乎沒有立刻顯現，但隨着時間推移，人開始看見死亡沒有突然降臨，卻是一種緩慢侵蝕的過程：關係破裂、承諾瓦解、盼望落空，那些原本穩固的事物逐漸鬆動。生命不再完整，而是一點一點走向終結。

當人不再以為自己可以掌控一切，當「必死」成為無法忽視的現實，人便開始轉向那位至高的主，盼望祂介入，挽回劣勢。

當我們面對生命的限制與破碎時，不要急着掩蓋或逃避，讓這些時刻引我們轉向神，學習真實地依靠祂。



為職業婦女加油

柬埔寨女性2

2021年，標榜柬國婦女100%手作的「蘭(讀音：吝)草夾腳皮革涼鞋」在台灣掀起熱潮，來自品牌「薩拉蘇蘇」(Salasusu)。當初，日本創辦人深究柬埔寨人口販賣的根源，發現「提升婦女經濟自主性」是一種解方，便於2016年在柬埔寨郊區成立「薩拉蘇蘇」。

「薩拉」是柬文的「學校」，而「蘇蘇」意為「加油」，是在地時尚品牌，也是社會企業，專為16~24歲的弱勢女性提供工作與培訓，已支持超過600名婦女承擔家計。

應徵者由當地村長推薦，家訪後進行評估。獲選者將在兩年內接受手工藝訓練與軟實力培訓，包括基礎柬文教學；同時享有上下班接送、營養午餐、托育等服務。結訓前夕，「薩拉蘇蘇」提供職涯輔導，並與當地非政府組織和社會企業合作，讓已具備識字能力的女性，在餐廳、飯店、服務業找到長期工作。



Photo by Chetana Hichon on Unsplash

延伸閱讀



天父，我們為着「薩拉蘇蘇」的創立初衷向祢獻上感謝，願祢紀念他們有一顆願意照顧「最小姐妹」的心，並堅固、使用他們手所做的工，真實祝福柬埔寨弱勢女性，使這些女性的生活逐漸穩定。願祢親自帶領在「薩拉蘇蘇」培訓的女性，未來進入尊重女性的職場，不受壓迫或剝削。懇求祢興起忠心、謙卑與良善的基督徒與宣教士，無論是參與「薩拉蘇蘇」的工作，或是以營商宣教的方式，都能帶着祢的愛走向女性群體，效法耶穌基督道成肉身，服事他們。奉主耶穌基督的名求，阿們。



塞特也生了一個兒子，起名叫以挪士；那時候人才**求告**耶和華的名。(創4:26)

「求告」(qara')是向特定對象呼喊，並期待回應。這是一種有意識的行動——人主動來到神面前，向他呼求，為了要恢復與耶和華(YHWH)的關係。

這項行動背後是一段漫長的歷程。從亞當夏娃被逐出伊甸園開始，人經歷了罪帶來的連鎖惡性反應：報復與競爭、兄弟相殘、自我誇耀、無視神的命令等。人並不是立刻轉向神，而是在一連串破壞與後果中，逐漸看清自己的光景，才求告耶和華的名。

「求告耶和華的名」不是一個簡單的轉折，而是一種覺醒。人開始明白離開神帶來的是關係的破裂與生命的失序。於是，他嘗試重新回到神面前，尋求恢復。

然而，聖經並未描繪一個立即圓滿的結局。人類歷史仍走向洪水的審判，顯示人的問題並未解決。求告神，並不是結局，而是一個重新的開始。



在柬埔寨當記者

新聞自由

新聞媒體經常被稱為「第四權」，記者的工作不只是傳遞資訊，更是監督政府，為社會留下真實的紀錄。理想中，新聞報道應受保障，不因提問而遭預先審查、干預或懲處。然而，在柬埔寨，這樣的空間正逐漸變得狹窄。

梅達拉 (Mech Dara) 是柬埔寨一名獨立記者，長期報道人口販運與詐騙園區等社會敏感議題，卻因報道工作被控「煽動引發嚴重社會動亂」等刑法罪名，遭到審前羈押逾一個月。即使後來獲得保釋，這段經歷仍迫使梅達拉宣布退出媒體界。類似的處境，也曾發生在其他新聞工作者身上。

無國界記者每年發布的「世界新聞自由指數」顯示，柬埔寨的排名長期處於後段，且呈現持續下滑的趨勢。自2017年起，新聞環境逐漸收緊，獨立媒體相繼關閉，包括《柬埔寨日報》與《民主之聲》(VOD)，因此許多記者轉往社群平台傳遞資訊。然而，在報道公共議題時，新聞工作者需不斷衡量風險與代價；當自我審查成為常態，真實也因此變得更加脆弱。



天父，在發聲與提問日益艱難的處境中，感謝祢仍呼召許多柬埔寨新聞工作者與國際組織，努力提供相對平衡的報道。求祢親自保護他們，也賜下夠用的恩典與勇氣，使他們在壓力與風險中不致灰心；願這些報道成為社會學習彼此聆聽的契機。求祢幫助柬埔寨人民培養媒體識讀的能力，透過不同管道更認識國家正在發生的事，柬埔寨教會也能以這些資訊為國家代禱。求祢持續呼召心中有負擔的基督徒，成為靈巧像蛇、馴良如鴿的新聞工作者，忠心於祢，在東國為祢作見證。奉主耶穌基督的名求，阿們。



神聽見他們的哀聲，就記念他與亞伯拉罕、以撒、雅各所立的約。(出2:24)

我們常把禱告當作一種輔助工具，是一個自己計畫之外，尋求一點額外的幫助。只是我們在需要時，期待神提供資源，使事情更順利完成。

這樣的禱告，其實並未真正轉向神。我們仍倚靠自己，只是把神納入我們的安排中。一旦沒有得到預期的回應，我們很快就會另尋方法。

但出埃及記所描繪的呼求，是另一種光景，是人在無助中向神發出的呼喊。當人不再能掌控、不再有退路，禱告才不再是形式，而成為生命的出口。

若我們放下控制，停止維持表面的鎮定，禱告的聲音會變得不同。那時，我們不再只是請求幫助，而是真正來到神面前，承認自己的有限，尋求他的介入。

今天就試着在禱告中放下「如何解決問題」的想法，只誠實地把自己交給神，讓他帶領接下來的方向。



醫術之外

醫護職業道德

你是否擔心醫護人員「有醫術、卻缺乏醫品」？不少柬埔寨人也有相同感受。

半世紀前，大批醫護專才死於赤柬時期的飢荒、疾病或遭處決，醫療體系幾乎全面崩解。儘管近年逐步重建制度與設施，醫護職業道德仍是社會高度關注的議題。

公立醫院普遍面臨候診時間冗長、設備老舊及人力不足等問題。然而，引發民眾不滿的，是醫護人員態度冷漠甚至粗魯，醫病間缺乏專業、平等的溝通，以及傾聽患者的耐心。非營利組織亦指出，公立醫院普遍存在裙帶關係，使有能力者難以發揮專業。加上媒體揭露藥局超收藥費、無照營業等亂象，進一步削弱民眾對公立醫療體系的信任。

為此，柬埔寨政府與非營利組織皆呼籲，醫護人員需更加重視職業倫理，醫療服務不應因種族或宗教等因素而有所差別；應公平對待患者、鼓勵正確就醫與服藥，並改善體制內的不公現象，就能培育更多值得信賴的醫護人員，提升公立醫院的品質。



神聽見他們的哀聲，就記念他與亞伯拉罕、以撒、雅各所立的約。(出2:24)

「聽見」在希伯來文是shama'，不只是接收聲音，而是帶着留意與回應的傾向。神的「聽」，包含他的關注、記念與即將展開的行動。

當以色列人在埃及受壓迫時，他們的呼喊未必條理分明。他們或許沒辦法清楚說出需要什麼，只是在極重的勞苦與死亡威脅中發出呻吟。

神所聽見的，是破碎的混亂、刺痛的心碎，被摧殘的生命所發出的聲音。

那些說不出口的哀嘆，在他面前不會被忽略。對神而言，每一聲呻吟都與生命息息相關。因此，他記念他的約，開始介入歷史。神的回應不是因為人禱告得完整，而是因為他們在真實中向他呼喊。

當你無法好好禱告時，不必強迫自己說出完整的話，只需把真實的痛帶到神面前，他聽得見。

天父，求祢帶領柬埔寨的基督徒醫護人員，使他們看見工作不只是職責，更是獻給祢的馨香之祭。願十字架的愛激勵他們，在忙碌與壓力中仍以溫柔、耐心與智慧對待每一位患者，忠心提供專業且尊重患者的醫療服務。主啊，願這些基督徒影響同僚，在醫院與社會中作光作鹽，成為重建醫護職業道德的力量。願決策者針對現況投入資源，制定合乎當地處境的法律，改善人民對公共醫療體系的信任。願醫院任用合適的專才，為柬埔寨奠定更穩定、公平且有尊嚴的醫療環境。奉主耶穌基督的名求，阿們。



修補校園裂痕

教育

1956年前，赤柬領袖波布之妻帕娜莉曾言，她夢想着柬埔寨孩子都能上學。七十多年過去，這個簡單而深遠的願望，是否實現了？

1953年，柬埔寨脫離法國獨立，國王承諾以教育奠基國家未來。然而，1960年代內戰爆發，教育建設全面停滯。1975年赤柬掌權，老師與知識分子被殺害或流亡，校舍殘破，教育體系幾近瓦解，使一整代人的求學路被戰亂硬生生中斷。

戰後重建至今，教育逐漸恢復。調查顯示，2020年15歲以上人口識字率約為88%，較2008年提升近1成。然而，仍難掩歷史創傷後遺症。師資與基礎建設不足，公立小學僅能實施半天制課程；老師為維生需兼任私校，難以穩定教學。偏鄉學生每日上學需跋涉5~10公里的泥濘路，途中還可能面臨人口販運風險。貧困家庭的孩子往往小學畢業便被迫工作，而有資源的家庭則轉向私立學校，貧富之間的教育差距持續擴大。

這些困境都表明着，柬埔寨的教育，仍在承受戰亂留下的重擔。



我說：「我的神啊，不要使我中年去世。你的年數世世無窮。」
(詩102:24)

hesi指「年日的中間」，描繪生命尚未走完的階段。人常試圖衡量自己的人生進程，想知道何時算是「過了一半」，但生命的長短與終點，不由人決定，而是掌握在耶和華手中。

當人意識到這種不確定，便需要一種勇氣，像詩人一樣向神祈求：不要在生命歷程未完時帶我離開。這樣的禱告並不容易，因為人在壓力與困境中，往往渴望結束。然而詩人並未把未完成的生命視為負擔，反而視為仍需承擔的託付。他知道自己仍在過程之中，因此願意繼續前行。

這樣的眼光使我們對生命有全新視野，生命不是為了逃離，而是為了承接神所交付的工作；結束的時刻不在人的選擇之中，而在神的手裡。

因此，信仰的核心，不是等待離開，而是在仍然身處其中時學會活著。人不是消極等候拯救，而是在現實中參與神國的工作。

天父，柬埔寨的教育，長久以來與戰爭歷史留下的痛苦與恐懼交織在一起。祢看見這片土地曾失去老師與學校，但慈愛的主，祢也收納百姓的眼淚。願祢的醫治臨到，修復破碎的記憶，賜下力量使教育制度向前邁進。願祢興起國內外的基督徒老師，走進柬埔寨的教育現場，效法基督耶穌的謙卑與慈愛，願意長久陪伴，並活出十字架的盼望，成為孩子生命中的穩定力量。也求祢感動當地教會，看重學生與教育事工，樂意與偏鄉的孩子與家庭同行。懇求祢賜下資源與智慧，引導政府與非政府組織，發展合宜且尊重當地處境的教育方式。奉主耶穌基督的名求，阿們。



渴望清泉

飲用水安全

金邊的五星級飯店裡，清澈的自來水穩定流出，這座城市的供水系統被稱為柬埔寨的「水務奇蹟」。然而只需1小時車程，景象便截然不同。據世界銀行統計，柬埔寨仍有約1,200萬人無法取得安全飲用水，城市與農村之間，彷彿被一道無形界線劃開。

湄公河沿岸的村落，世代依賴地下水維生，視其為生命之泉。但土壤中的天然「砷」元素悄然滲入井水，長期飲用可能導致皮膚病變，甚至提高罹癌風險；缺乏汙水處理系統，也讓細菌在雨季隨水擴散，孩童反復腹瀉、營養不良，影響成長。醫療支出成為家庭的負擔，疾病與貧困便交織成惡性循環。

然而，有些改變正悄悄發生。在柏達村(Preah Dak)等地，非營利組織正引入太陽能淨水設備，讓混濁、帶鐵鏽色的苦澀井水，轉為可安心飲用的清水。對外人而言是技術進步，但對當地家庭來說，卻是孩子能健康長大的起點。這場關於水的努力，不為了生存，更是對未來的守護。



Photo by Ricarda Christina Hollweg (Hiddentraces Blog) on Flickr

天父，城市與鄉村的明顯落差之中，求祢引導柬埔寨的決策者，深入了解水資源分配的不均與人民真實的需要。願政策能更貼近民生需求，使資源逐步被公平地分配。在公共建設與發展的選擇上，求祢賜下遠見與責任感，使政府持續改善供水與衛生系統，減少疾病與貧困的循環。當孩童因水質問題影響健康時，願有更完善的醫療支持與保護，使他們能安心成長。也求祢祝福每一個投入改善水環境的人，讓這些努力被看見並持續擴展。奉主耶穌基督的名求，阿們。



要為信仰打那美好的仗，持定永生；你是為這永生而蒙召的，又在許多的證人面前**承認**過美好的信仰。（提前6:12，新譯本）

「承認」(homologia)指公開的認同或宣告，常帶有群體見證的背景。這不是個人的私下信念，而是在眾人面前對真理的認同與歸屬。因此，信仰不僅關乎心裡相信，也包含清楚的立場與可見的生活方向。

提摩太出身於熟悉妥拉的家庭，他的承認很可能不只是接受耶穌為救主，更是承認耶穌是應驗妥拉的彌賽亞，並以此重整整個生命的道路。這樣的回應，超越了單一時刻的悔改，而是一種持續的轉向與跟隨。

因此，真正的「承認」，不是一段話語，而是一種活出的生命。當言語與生活一致，信仰才成為可見的見證。在這個時代，我們也被呼召持定這永生，在眾人面前活出真實的信仰。你是否願意，為這個世代寫下屬於你的「美好見證」？



無止盡的債務人生

微型貸款

1990年代起，柬埔寨引進微型貸款，旨在幫助貧困家庭改善生活，卻陸續傳出有人因此失去土地、健康，甚至性命。原因何在？

所謂微型貸款，是提供給貧戶的小額現金借貸。由於並非慈善性質，加上銀行需承擔違約風險，利率通常偏高。雖然政府於2017年規定利率不得超過18%，但對許多貧民而言，仍是沉重負擔。理想情況下，人們借款作為創業基金，待收入穩定後逐步還款。然而在柬埔寨，多數人借貸來支付醫療、教育等基本開支，無法直接帶來收入，因而累積債務，形成惡性循環。

借款人無力償還時，往往需以土地作為抵押。有銀行經理匿名指出，內部甚至存在「定期對客戶施壓，要求出售土地」的情況。對此，微型貸款協會回應，銀行此舉，是因為土地等不動產比動產更具穩定性，可降低放貸風險。

針對現況，學者建議，政府應強化公共醫療與教育體系，並提升國家整體收入，使人民不必依賴借貸，也不需承擔失去土地的代價。



天父，祢的眼目看顧因着微型貸款而受壓迫的柬埔寨人民，祢與他們同哀傷。求祢親自安慰他們，使受壓的心得着釋放，在基督裡重新得力。願當地教會成為光與鹽，主動關懷這些家庭，在困境中陪伴、扶持他們，活出基督的愛與盼望。願柬埔寨的銀行建立更健康與公義的借貸體系，協助人民面對資金週轉、財務規畫或突發經濟困境。也求祢賜給政府憐憫與智慧，願意從根本整頓現況，建立更完善的醫療與教育資源，並幫助人民提升收入，使他們不再因基本需要而背負沉重債務。奉主耶穌基督的名求，阿們。



要為信仰打那美好的仗，持定永生；你是為這永生而蒙召的，又在許多的證人面前承認過美好的信仰。（提前6:12，新譯本）

「永生」（zōēn aiōnion）指的是在神裡面的生命。這生命有方向，有關係，也有同行的深度。提摩太在許多見證人面前承認這信仰，意味着他不只是內心相信，更是在眾人中作出一個公開而真實的回應。這樣的承認，不是一次性的決定，而是一條需要不斷持守的道路。

因此，保羅說要「打那美好的仗」。這場仗，不一定是外在的衝突，更常是內在的堅持，是在動搖、疲憊與壓力中，仍選擇緊緊抓住那已經得着的生命。信仰從來不是靜止的狀態，而是一種持續的站立與跟隨。

當我們面對生活的拉扯與試探，也許正是在這些時刻，提醒我們已進入永生了。



如何邁向和解

柬泰衝突調停

柬埔寨、泰國因古印度教神廟「柏威夏寺」的歸屬問題，多次爆發邊境衝突。繼2008年之後，2025年7月衝突再起，即便12月在美國調停下一度停火，仍迅速破局。至12月，衝突已造成超過11萬個家庭流離失所，至少43名士兵與平民喪生，邊境醫院被迫緊急疏散病患，戰火的代價持續累積。這場衝突的根源，來自100年前法國殖民時期對柬泰邊界的模糊劃設，部分分界至今未獲雙方承認。

隨着局勢升溫，外部調停成為避免衝突失控的關鍵。中國外交特使分別赴柬、泰，呼籲克制與對話；柬埔寨則轉向美國尋求支持；身為東協輪值主席的馬來西亞，也嘗試促進雙方重返談判桌。此外，認為自己對邊界問題負有歷史責任的法國，同樣加入調停行列，希望在保持中立的前提下，避免更多傷亡。

期盼調停國的介入不是以自身利益或影響力為導向，而是以長遠和解與安定為優先。否則再多的協議，終歸只是延後下一次衝突的時間。

國家利益與內部政治

兩國政客有時會為了鞏固國內支持率或國內出現危機，在邊境問題上採取強硬立場，利用民族主義情緒來轉移內部政治焦點。因為捍衛國土，是最容易動員人民的議題。

天父，我們為柬泰長久累積的歷史傷痕向祢呼求。耶穌基督以自己的身體拆毀中間隔斷的牆，廢掉冤仇，使猶太人和外邦人歸為一體，如今我們願這份和睦也成就在柬泰邊境上。願神醫治因衝突而破碎的家庭，安頓流離失所者，也願戰火下的人心得享安息。我們宣告，真正的平安不是出於人的算計，乃是從祢而來。我們為介入調停的國家守望，願各國執政者敬畏祢，向祢尋求智慧與憐憫，放下對利益與影響力的追逐，願意成為促成和解的器皿。奉主耶穌基督的名求，阿們。



耶穌在一個地方禱告；禱告完了，有個門徒對他說：「**求主教導**我們禱告，像約翰教導他的門徒。」（路11:1）

門徒的請求顯出一個事實：禱告不是人自然就會的事，而是需要學習的。

耶穌教導門徒禱告，約翰也教導他的門徒，顯示禱告是一種可以傳遞，也需要操練的生命方式。按猶太傳統，禱告常與困境相連，使人意識到自己對神的依賴。同時，禱告也包含自我省察，但這並非以自我為中心，而是建立在對神的盼望之上。當人站在神面前，看見自己的有限、破碎與無助時，才真正進入禱告。

因此，禱告不是從言語開始，而是從轉向開始。當人走到自身的盡頭，才學會向神回轉；若不是如此，禱告終究只停留在空洞的話語之中。



恩典不息

基督新教教會

2023年1月，柬埔寨所有基督新教教會齊聚首都金邊，舉行百年慶典，紀念1923年首批宣教士踏上這片土地。3.5萬名柬國各地的信徒共襄盛舉，一同見證神在柬埔寨的作為從未停歇。在佛教為主的柬埔寨，能有0.3%的基督徒，大家相信是許多人為柬埔寨禱告的結果。

回顧歷史，美國宣教士來到金邊宣講福音、培育牧者與教會領袖。同時，翻譯高棉語聖經，該版本至今仍廣泛被使用。然而，1965年，因着越戰，國內興起反西方浪潮，宣教士被趕逐，外界一度憂心教會將要衰微。出人意料的是，基督信仰反而在隨後10年間迅速增長。

不久後，赤柬政權帶來嚴酷迫害，約8成基督徒喪生。但倖存者重建教會，透過小組祕密連結與扶持，在困境中持守信仰。

時間拉回2023年，百年慶典上，一位年長牧者激動地表示，這正是屬靈前輩曾殷切盼望的未來，只是他們多已在赤柬時期殉道，未能見證今日榮景。



耶穌在一個地方禱告；禱告完了，有個門徒對他說：「求主教導我們禱告，像約翰教導他的門徒。」（路11:1）

希伯來思想中，「教導」（lāmad）不只是知識的傳遞，而是塑造學生生命的方向。學習禱告，並非掌握一套方法，而是被引導認識自己的有限，並在神面前學會站立，活出合宜的關係。

人常以為自己知道該求什麼，也為人生訂立周詳的計畫。然而，真正知道該求什麼、什麼才是最好的，乃在於神。問題在於，我們雖然口裡承認這一點，心中卻仍緊抓自己的安排，期待神配合我們的計畫。一旦事情未如所願，便又回到禱告室，問神問題出在哪裡。

主所關注的，不是外在處境，而是人的內心狀態。若耶穌要教導門徒禱告，那麼在沉默之後的第一件事，便是承認並接受一個事實：我們其實毫無頭緒。

人需要放下「我知道」的姿態，才可能真正開始學習。禱告不是運用屬靈技巧，使事情照我們的方式發展；禱告乃是將生命交託於神，並預備自己去面對他所帶來的一切。

天父，我們向祢獻上感謝與讚美，祢透過宣教士與宣教團隊在柬埔寨的作為，顯明了祢對萬民永不改變、永遠信實的愛。感謝祢在屬靈前輩心中種下福音的種子，堅固他們的信仰，並在不同世代間興起跟隨祢的門徒。願在南傳佛教興盛的柬埔寨社會與文化中，祢親自引領祢的兒女，找到福音的切入點，與更多柬埔寨人分享改變生命的福音，使人心回轉到祢的寶座前。祈求祢呼召柬埔寨城市中的教會，差派人前往鄉村服事，透過教育和醫療等方式，使福音傳遍柬埔寨各處。奉主耶穌基督的名求，阿們。



正在消失的臭魚醬

中央高棉族

Mainstream Khmer People

中央高棉族是柬埔寨最主要的民族，亦稱高棉族。他們的人口占全國超過9成，約1,600萬人。依居住區域可再分為北高棉族、下高棉族^註。

中央高棉族的飲食深受自然環境影響，其中最具代表性的，莫過於擁有百年歷史的臭魚醬(Prahok)。臭魚醬的製作過程費工，須將新鮮的淡水魚去除鱗片和內臟、清洗與剁碎，放在太陽下曝曬一日，再加入鹽巴醃漬成肝醬狀，拌炒豬肉、煮湯或拌飯都是極品美味。臭魚醬氣味濃烈，有「柬埔寨起司」之稱。能做出這道料理，表示你廚藝精湛。

傳統上，上一代以全人工的方式製作臭魚醬，如今市場上多交由機器代勞，許多人不信任機器的手藝，依舊選擇到市場採買新鮮的魚兒，回家自製臭魚醬。一名女性在接受採訪時表示，中央高棉族離不開臭魚醬，製作它已是他們生活的一部分，但年輕一代似乎對於傳承臭魚醬興致缺缺，她很擔心自己過世後，臭魚醬會就此失傳。

註：高棉人分布於柬埔寨、泰國及越南等地。住在柬埔寨者稱為中央高棉族；住在泰國者因位處北方，被稱為北高棉族；住在越南者，被稱為下高棉族。



耶穌在一個地方禱告；禱告完了，有個門徒對他說：「求主**教導**我們禱告，像約翰教導他的門徒。」(路11:1)

禱告，或許是人所能進入最嚴肅的行動。人來到創造主、掌權者、全然聖潔者面前，不應是輕鬆自然，而是帶着敬畏與顫抖。真正的禱告，使人意識到自己的脆弱與有限。

然而，我們往往將神想像為一位隨時回應需求的長者，忽略了他的聖潔與威嚴。這樣的觀念，使禱告變得輕忽，也削弱了人對神的真實認識。

進入禱告，就像踏入曠野之地，是一個人無法依靠自己存活的地方。人的計畫在這裡無法立足，原有的掌控逐漸失效。當人面對這樣的處境，才開始真正明白，自己並不屬於這個世界，更無法憑己力站立在神面前。

學習禱告，不只是學會呼求，更是學會敬畏。若缺少敬畏，人無法在神的同在中持續前行。

從今天起，每次禱告時，提醒自己正站在聖潔的神面前，放慢心思，用敬畏取代習慣性的開口。

天父，感謝祢在歷史進程中賜給中央高棉族豐富的手藝與智慧，使飲食不僅承載傳統，也成為祢供應人每日所需的記號。求祢興起年輕世代，願意重視臭魚醬的傳承，在製作過程中連結傳統，使文化得以延續並被保存。我們將人數眾多的中央高棉族交託給祢，祢認識他們每一個人，並按着名字呼喚他們，願他們有機會聽聞福音，來到祢的寶座前敬拜祢。願祢興起宣教士與基督徒，以尊重文化的方式，找到福音與傳統飲食文化的連結點，引導人從日常所需，看見祢是創造與供應的主。奉主耶穌基督的名求，阿們。



身處泰國邊緣

泰國的北高棉族

Northern Khmer People of Thai

古時，高棉帝國統治今日的泰國地區，留下一批高棉人，他們的後代被稱為北高棉族。自那時起他們便在泰國落地生根、逐漸泰化，如今主要居住在泰國東北部的依善與泰東地區。2015年北高棉族人口達150萬人，為泰國境內最大的非泰語民族。然而，他們在今日的泰國社會中卻彷彿是「隱形人」。

自1930年代起，泰國推行民族主義，當時統治階層一度稱北高棉人為「退化的泰國人」，使其被貼上負面標籤。加上柬泰長期關係緊張，例如1962年柏威夏寺爭議（詳見10月12日）後，泰國激起強烈反柬情緒。當局更要求北高棉人銷毀宗教文獻、宗教場合禁用高棉語，高棉語逐漸被視作地方方言，而非獨立語言。

如此氛圍之下，泰國的北高棉人年輕世代多以與柬埔寨的連結為恥，強調自身的泰國人身分；長輩雖保有北高棉人的民族認同，但在公開場合也謹慎發言。現實上，認同泰國身分往往更容易取得工作機會。



耶穌在一個地方禱告；禱告完了，有個門徒對他說：「求主教導我們禱告，像約翰**教導**他的門徒。」（路11:1）

禱告意味着讓神成為我們生命最深處的知己。這不只是分享需要，更是將隱藏的內心帶到他面前，包括那些不願被看見的軟弱與黑暗。

人習慣維持一個外在形象，使他人以為一切安好。即使知道自己並非如此，仍努力掩蓋內在的破碎。然而，在神面前，隱藏並不能帶來真正的安全，反而使人與他的關係停留在表面。

所謂知己，是能承載祕密而不洩露的對象。人會失信，但神不會。那些我們最不願說出口的部分，正是神等待我們交託的地方。當人願意敞開，承認自己的不完全，才開始經歷被理解與被接納。

學習禱告，就是學習在神面前活得真實。不是呈現理想的自己，而是讓他進入最深的角落，觸及那些未被愛的部分。

在你的禱告中，嘗試說出一件你平常不願提起的內心狀態，讓神進入那個你最隱藏的地方。

天父，感謝祢世代代看顧北高棉族，保守祢所愛的百姓在泰國土地上生活。祢深知他們在社會中因族群身分被邊緣化，也被貼上負面刻板印象的標籤。求祢親自醫治北高棉人身上的傷處，並為他們預備合適的福音使者，以謙卑和愛，將十字架的恩典帶到他們當中，使北高棉族明白自己是按祢形像所造、被祢無條件接納，在基督裡得着不被否定的身分與盼望。主啊，願祢為北高棉族開路，使他們逐漸在泰國社會獲得接納與生存的空間。也願福音成為泰國人與北高棉族和好的橋梁，使人因基督的犧牲彼此和睦。奉主耶穌基督的名求，阿們。



在校外學母語

越南的下高棉族

Khmer Krom People of Vietnam

歷史上，高棉帝國的版圖曾擴及湄公河三角洲（今越南境內），當時有許多高棉人在此定居，後來被稱作下高棉族，也就是居住在越南的高棉族。2019年，越南政府的人口普查顯示，超過130萬的下高棉族以湄公河三角洲為家。

下高棉族傍水而居，湄公河長期滋養他們的農作與日常。牛是農耕好幫手，所以下高棉族不宰殺牛隻，也不食用牛肉，反映人與牲畜之間緊密而互信的關係。每年政府舉辦的賽牛節，除了吸引觀光，也成為下高棉族展現農耕文化的時刻。對於參與者而言，比起獎金，更重要的是看見自家牛隻的價值被肯定。

然而，現代國家體制下，下高棉族的文化傳承面臨挑戰。一位下高棉僧侶發現，在教授越南文的公立學校就讀的孩子，較少機會系統性地學習高棉文，以及認識高棉人的傳統信仰南傳佛教。為回應這樣的落差，他在寺院中開班教授高棉文及英文，讓孩子在放假的時間來上課，協助下一代維繫與自身文化的連結。



Photo by Sam Sitr on Wikimedia Commons

天父，感謝祢以湄公河滋養土地，也以牛隻成為下高棉族勞作中的幫助，使他們世代在越南安居，顯明祢對萬民細緻而長久的看顧。主啊，願祢引導下高棉族的心，使他們在倚賴河水與牲畜時，心也渴慕認識這一切恩典背後的造物主。求聖靈親自動工，預備他們的心來聆聽福音。也求祢在越南及各地興起合祢心意的基督徒與教會，帶著智慧與謙卑，預備合適下高棉族的事工，透過柬埔寨文的教育、關懷陪伴與營商宣教等方式，走進下高棉族的社群，成為可靠的好鄰舍與和平的見證。奉主耶穌基督的名求，阿們。



那**倚靠**耶和華，不理會狂傲和偏向虛假之輩的，這人便為有福。（詩40:4）

「倚靠」（batach）指因有可靠的對象而產生的安穩與安全感。七十士譯本常將其譯為「盼望」，強調的是一種在神裡得安息的狀態，而不僅是理性上的相信或意志上的選擇。因此，信靠神不只是承認他的存在，而是因着對他的認識，活在安然之中。

那些單單倚靠神的人，必從仇敵手中得拯救（詩22:4）；他們依賴神，禱告必蒙應允（代上5:20）；他們必行在正直的道路上（箴3:5）；他們必得着喜樂與歡欣（詩16:9、33:21）；他們必經歷內在的平安與無懼（詩4:8、賽26:3）。

神的這些應許，並不是基於我們已經做了什麼或可以做什麼，而是建基在神不改變的慈愛與信實之上。人之所以能安穩，不是因為掌握了局勢，而是因為知道神掌權。

當人停止以自己為依靠，轉而將信心放在神身上，生命便逐漸進入一種不受環境左右的安息。



湖上人家

越南裔柬埔寨人

Vietnamese Cambodians

越南裔柬埔寨人的處境，與柬埔寨兩國長年互動的歷史息息相關。17世紀，越南阮氏王朝與柬埔寨王室通婚，越南百姓被鼓勵遷往柬埔寨。法國殖民時期，為補足人力需求，政府再度鼓勵越南人移居柬埔寨。1960年代末，柬埔寨獨立，西哈努克國王開始限制越南移民來柬，當時境內約有45萬越南人。1970年起，柬國爆發大規模反越暴力事件，約20萬越南人被迫切離境。紅色高棉掌權後，約17萬人遭驅逐，另有3萬人死於饑荒、疾病與屠殺。直到紅色高棉垮台，越南人才逐漸回流。

早在紅色高棉統治之前，不少越南裔柬埔寨人已在洞里薩湖定居，於湖面搭建水上聚落。竹屋之間，逐漸發展出學校、診所、寺廟和教堂、警察局與商店，構成自給自足的生活網絡。

然而，歷史遺緒至今仍影響越南裔柬埔寨人的日常。由於他們被視為非法移民，缺乏國籍與證件，無法擁有土地或正式就業，子女也難以登記戶籍、就讀公立學校。這些結構性限制，使他們長期處於社會邊緣。



那**倚靠**耶和華，不理會狂傲和偏向虛假之輩的，這人便為有福。（詩40:4）

希伯來語中，「信靠」的反義詞是「隱藏」（māstar），意即遮掩與保留。換句話說，不依靠神的核心，不只是懷疑，而是在神面前仍有所隱藏。

從聖經的角度看，隱藏的罪使人失去盼望。首先，收藏祕密本身就是一種錯覺，因為沒有任何事能瞞過神。當人刻意保留某些不向神敞開的領域，他的生命便建立在分裂之上，也顯出他並未單單信靠神。

其次，隱藏也意味着人心知自己與神的旨意不一致。這種不忠削弱了人與神之間的關係，使「hesed」所表達的忠誠與敞開被破壞。當關係不再透明，信靠便失去根基。

真正的信靠，必然伴隨敞開。人越隱藏，就越遠離神；人越真實，才越可能進入他所賜的安穩。

天父，越南裔柬埔寨人長久活在恐懼與不安中，許多人也因着動盪失去摯愛的親人。願祢溫柔地醫治他們的傷口，親自纏裹破碎的心。今日，越南裔柬埔寨人仍身處不穩定和被忽視的處境中，願他們遇見祢，知道祢是永不動搖的避難所。求祢差派教會與宣教士，進入洞里薩湖及柬埔寨各地，透過長久的陪伴、教育與實際倡議等方式，活出福音的憐憫與公義，並帶領人們歸向祢。求祢賜智慧給柬埔寨政府，以憐憫回應越南裔柬埔寨人的需要，制定保護生命尊嚴的政策，改善他們邊緣的處境。奉主耶穌基督的名求，阿們。



找尋信仰

占族

Cham People

以南傳佛教為主的柬埔寨，身為穆斯林的占族人格外顯眼。但其實，占族人並非一開始就信奉伊斯蘭教，而是經歷多次信仰轉變。

早期，占族人崇拜大地之母，相信其掌管土地與農作生產，反映人與土地密不可分的生活方式。到了3~4世紀，當時占族社會受到印度教影響，但多數人的日常仍以祖先崇拜為主。之後，北傳佛教逐漸流行，部分族人轉而信奉北傳佛教。直到15世紀，隨著與阿拉伯商人往來，占族當中信奉遜尼派的人數慢慢增加。

今天，絕大多數的占族人是穆斯林，主要分為三個群體：一是使用占語的遜尼派穆斯林，人數最多，較受馬來西亞與中東的影響；二是賈赫德 (Jahed) 穆斯林，僅在禮拜五祈禱，且自認為是伊斯蘭信仰中的正統派，對外來影響的回應保守；三是切維亞 (Chvea) 穆斯林，屬於遜尼派，使用柬埔寨語和馬來語，與馬來西亞和爪哇地區來往密切。

2019年的統計指出，柬埔寨約有60萬占族人，其餘分布在越南、馬來西亞等地。



Photo by Jérémy Couture on Wikimedia Commons

天父，感謝祢賜給占族人一顆願意尋找神、柔軟敞開的心。祢看見他們在不同信仰與文化中尋找生命的意義，耶穌基督道成肉身，正是為尋找失喪的人而來。願聖靈親自動工，引導占族人認識祢，得着從祢而來的盼望。求祢使用受裝備、願意長久陪伴的宣教士，賜他們智慧學習占族的語言、文化與信仰，使他們以謙卑、耐心與愛走進占族人的日常生活，在尊重中展開真誠的信仰對話。求祢保守占族人生活在佛教為主的社會中，仍能被尊重，並在家庭與社群中經歷和睦。奉主耶穌基督的名求，阿們。



那**倚靠**耶和華，不理會狂傲和偏向虛假之輩的，這人便為有福。
(詩40:4)

神最主要的特質，是他的信實與可靠 (申33:28、詩27:3)。這一點，往往是那些承認自己毫無資源的人最深切體會到的。當人不再倚靠自己，轉而投靠神時，才真正看見他的穩固與可信。

「倚靠」(batach) 是一個嚴肅的詞。我們或許口裡宣告信靠神，生活卻常與所說的相違背。恢復的起點，在於誠實檢視自己的生命。當人勇敢面對內心與行為時，常會發現自己仍試圖掌控一切，不願完全交託給神。這正顯明，我們尚未全然相信他在萬事上都是可靠的。

信靠不是一種感覺，而是持續選擇在無法掌控的處境中，仍然把自己交給神。從今天開始，將一件你無法改變的事交託給他，停止用自己的方式抓住，學習單純地信靠他。



捨身流血

柬埔寨的華人

Chinese in Cambodia

華人遍布世界各地，各自以不同方式迎接農曆新年，但多半是在連日慶賀後，隨着「開工開市」畫下句點。而在柬埔寨，部分華人社群則以一連三日的「神靈遊行」(Hei Neak Ta)^{註1}作為新年的壓軸。此習俗約於19~20世紀間，隨中國南方移民傳入東南亞；時至今日，後代子孫仍透過參與遊行紀念祖先，並繼承傳統。

儀式中，數十位乃至近百位的乩童(靈媒)被齊天大聖、哪吒等傳統中國佛道教神祇附體。他們以刀具刮舌至出血，再舔舐黃色符紙^{註2}分送信眾。有人原本抗拒成為乩童，畏懼儀式過程中的疼痛與流血，最後因着敬畏神明的責罰，仍選擇承擔此角色。

遊行期間，人群簇擁着乩童前行，身旁有多名隨行者協助照料、維持秩序、撒米或灑米酒為神明「開路」。有人敬重乩童為眾人祈福的犧牲，也有人在隨行團隊中感受到手足般的情誼。於是，在人們心中，這場遊行不僅是宗教儀式，更成為凝聚社群與連結情感的重要時刻。

註1：近似於台灣的神靈「遶境」。

註2：被認為能驅吉避凶。



那能保守你們不失腳、叫你們**無瑕無疵**、歡歡喜喜站在他榮耀之前的我們的救主——獨一的神。(猶1:24)

「無瑕無疵」(amōmos)意指沒有斑點和缺陷。聖經中，這詞常用來描述獻祭的羔羊，也出現在法律語境中，表示在神面前被判為無罪。令人驚訝的是，這樣的描述，竟也被用來形容跟隨彌賽亞的人。

然而，「無瑕無疵」並不是人靠努力達成的結果，而是神主動賜下的地位。經文清楚指出，能力與主動權完全在於神。他保守我們，使我們能站立在他面前；他稱我們為義，如同昔日稱亞伯拉罕為義一樣。「無瑕無疵」不是我們信心的功勞，而是神親自維持的狀態。

若人以為信主之後，可以憑着更強的意志力勝過罪，很快便會再次跌倒。因為人並非靠自己站立，而是持續倚靠那位為我們預備一切的主。信耶穌不只是救恩的起點，更是每一刻不斷的經歷神的供應。

當你再次看見自己的軟弱時，不必急於修補自己，而是轉向神，領受他此刻的保守與恩典。

天父，祢差遣耶穌為世人流血捨命，在十字架上完成救贖，顯明祢主動尋回萬民的心意。求祢使柬埔寨華人得聽福音，在聖靈光照下明白，唯有基督的寶血能真正潔淨，使人得着平安，他們就甘心回轉向祢。願宣教士以尊重、理解和處境化的角度，陪伴他們思索敬祖的意義，引導他們看見，基督信仰並非否定傳統，而是將感恩與榮耀歸於賜生命的神。願每一位乩童遇見復活的主，心被更新，轉而為基督信仰作見證。願柬埔寨華人在日常生活中，有機會看見教會肢體的彼此相愛，心被吸引，認出祢國度的美好，樂意走進教會。奉主耶穌基督的名求，阿們。



淘金夢碎

柬埔寨的印尼人

Indonesians in Cambodia

柬埔寨與印尼淵源甚深。歷史上，古代印尼曾統治現今柬埔寨的領土，兩地旅人往來頻繁，建築工藝也相互影響，如著名的吳哥窟與印尼佛寺婆羅浮屠可見諸多相似處。

進入近代，柬埔寨與印尼於1957年建立外交關係，2010年又簽署免簽證協議，促進兩國人民來往與貿易交流。2025年，柬埔寨境內的印尼人已達16萬。

然而，近年媒體呈現的在柬印尼人處境，常與詐騙案件相連。2026年1月，逾兩千名印尼人前往印尼駐柬大使館求助，表示自己遭遇詐騙，目前正等待遣返回國接受調查。許多人因經濟壓力與國內求職不順，抱着尋找工作機會的期待來柬，不料卻成為詐騙集團的一員。

對此，社會出現不同聲音。有人認為涉案者應依法受罰；也有人指出，召募過程尚待釐清，不宜一概而論；還有人借此反思印尼國內的經濟困境與就業結構問題。



那能**保守**你們不失腳、叫你們無瑕無疵、歡歡喜喜站在他榮耀之前的我們的救主——獨一的神。（猶1:24）

「保守」（*phyllassō*）意為守衛、看守，是一個動詞，強調神持續且主動的作為。信徒能在祂面前無瑕站立，不是因為自身穩定，而是因他不間斷的看顧。

因此，信仰的根基不在於人的堅強，而在於神的保守。我們若試圖以自我控制來對付罪，很快便會發現這條路通向挫敗。人常以為多一次禱告、多一分決心，就能帶來改變，但這樣的努力，往往只是另一種形式的自我依靠。對改變有熱心，並不同於對主的倚靠。

真正的出路在於完全降服。當人不再試圖指導神該如何修復人，而是讓祂按自己的心意工作，生命才開始邁向穩固。潔淨與站立從來不是人努力的結果，而是神在順服之人身上持續完成的工作。

因此，信徒的責任不是維持某種屬靈狀態，而是不斷回到神面前，讓祂保守我們的每一步。當你再次想靠自己「變得更好」時，停下來，轉而向神說：「我需要祢保守我。」

天父，願柬埔寨教會接待與陪伴在柬埔寨生活的印尼人，使人得聽福音，也使初信者在真理中得餵養，生命散發馨香之氣，在所到之處成為祝福。懇求祢保護尋找工作的印尼人，使他們不因受騙、受壓迫而進入詐騙行業工作。也為有意參與詐騙行業的人守望，願他們渴慕聖潔的生命，願意伏法並改過自新。求祢賜給執法單位智慧與公義，在審理日前的詐騙案件時能釐清真相，使無辜、受壓迫的人得着保護與公義的對待。求主賜給印尼政府智慧，改善國家的經濟與就業問題。奉主耶穌基督的名求，阿們。



半世紀的福音接力

墨農族

Mnong People



Photo by Aviva West on Flickr

托特·聶年近百歲，仍清楚記得信主歷程。越戰期間，美軍轟炸不斷，他與家人被迫從柬埔寨逃往越南。顛沛流離在他心中烙下創傷；身為信奉泛靈信仰的墨農族，他也憂懼未祭祀亡靈會招致不幸。即便後來在越南重建生活，一家人仍長年活在悲痛與恐懼裡。

直到幾位越南基督徒前來探訪，與逃到越南的墨農族分享上帝的愛，見證耶穌基督使人脫離一切轄制。托特回憶，那一刻恐懼盡散，心中湧現前所未有的平安與自由，於是決志信主。

越戰後，托特為福音大發熱心，回到柬埔寨向族人傳福音、建立教會，但當時仍缺乏母語聖經。

其實，1960年代已開展越南墨農文新約翻譯，但由於兩國墨農族的語言相同，文字却不同，柬埔寨墨農族無法讀懂。直到2025年，越戰結束後約半世紀，柬埔寨墨農族終於迎來第一本屬於他們的聖經，托特臉上綻放出無比喜悅。

編註：墨農族為跨境民族，分布於柬埔寨與越南。

天父，托特·聶的生命故事，使我們看見祢長久忍耐、不願一人沉淪的愛。懇求天父醫治墨農族因戰爭與逃難留下的創傷，願祢的愛撫平他們心中的傷口、恐懼與失落，並興起教會成為安慰與陪伴的器皿。願高棉語聖經譯本被祢大大使用，引導柬埔寨各民族渴慕真理，在聖靈的光照下認識基督，甘心將生命主權交托於祢。奉主耶穌基督的名求，阿們。



我們日用的飲食，今日賜給我們。（太6:11）

「日用的」（epiousion）只出現在主禱文中，在其他古代文獻中幾乎沒有對應詞。這個不尋常的用語，對耶穌當時的門徒卻是清楚的。若將其還原為希伯來語，最接近的表達是 tamid，意指持續的、每天所需的供應。

聖經中，「餅」（lehem）不僅指身體所需的食物，也象徵屬靈的供應。人需要的不只是維持肉身的資源，也需要神的話語作為生命的根基。兩者同樣來自神，都是人得以存活的來源。

耶穌用這個詞提醒門徒，領受神的供應不是一次性的，而是持續不斷的過程。正如人每日進食一樣，神的話語也需要被不斷領受與消化。

讓我們每天預留一段時間親近神，如同進食一樣，讓他的話成為我們持續的供應。



撫慰人心的曲調

坦普安族

Tampuan People

一位坦普安族人低吟着：「縱使天各一方，我們仍彼此相愛，互相扶持，在困境中守望相助。」這首安慰人心的歌謠，誕生於紅色高棉時期，流傳至今。坦普安族在高壓與動盪之中，以坦普安語祕密創作、悄悄傳唱，成為當時族人的定心丸。

事實上，音樂本就深植於坦普安族的生活。孩子自小耳濡目染，學習各式樂器。眾多音樂種類之中，鑼鼓樂最受族人喜愛。傳統上，無論婚喪喜慶、豐收祭典、青年求愛或宗教儀式，音樂始終是他們文化的核心元素，它承載民族價值觀、生活智慧，也是日常娛樂。

如今，坦普安族更使傳統歌謠轉化重生。青年與非營利組織合作，着手整理坦普安傳統曲目，撰寫研究書籍，拍攝樂器、歌謠與祭典影像，為文化存留紀錄。同時，他們持續以坦普安語譜寫新曲，內容實用，涵蓋文化認同、族語傳承，以及衛生教育等議題，將傳統與新時代緊密銜接。



我們日用的飲食，今日賜給我們。（太6:11）

「賜」（nātan）常用來描述神主動的供應與給予，指出一切的源頭在於神，而非人。這個看似簡單的動詞，卻揭示一個根本事實：生命的一切所需，不是人本來就擁有的，而是從神領受的供應與恩典。

主禱文中的這個祈求，打破了人對「權利」的想像。我們習慣以為，基本需要理應被滿足，是自然且應得的。然而，耶穌的教導提醒我們，即使是最基本的飲食，也是一份來自神的恩賜。

當人忽略這點，更容易將供應視為自身努力的成果，逐漸失去感恩。但當人重新看見一切都是領受，生命的姿態也隨之轉變，不再緊抓不放，而是學習信任與感謝。

每一次用餐前，讓我們真誠向神獻上感謝，提醒自己今日擁有的一切，都是從他而來。

天父，感謝祢在紅色高棉時期保守坦普安族，賜下堅韌的心志。當恐懼籠罩大地，祢仍使他們以歌曲彼此扶持，讓音樂成為安慰的記號。願祢親自醫治歷史傷口，並將從祢而來的真平安澆灌他們。主啊，祢是創意與美善的源頭。求祢祝福坦普安青年，在整理曲目、保存文化的過程中，成為振興族群的祝福。祈求天父差派有音樂恩賜、生命成熟的工人，以謙卑與尊重進入坦普安族中間，透過音樂交流的方式見證福音，使坦普安族在旋律中聽見祢慈愛的呼喚，快跑歸向祢這位樂意親近萬民的主。奉主耶穌基督的名求，阿們。



森林守護者

庫伊族

Kuy People

庫伊族主要居住在柬埔寨北部與東北部，也分布於泰國與寮國邊境，是歷史悠久的原住民族。長久以來，庫伊族的生活與森林密不可分，族人多靠採集樹脂、蜂蜜、藥材與木材，以及小規模農耕為生。

庫伊族文化深受泛靈信仰影響。他們相信森林與土地不只是自然環境，更是祖靈與不同神靈的居所，例如森林之靈 (Ah'ret)，以及土地與村莊守護靈 (Neak Ta)。人們在砍樹、耕作或婚禮前，常透過祭祀與供品向神靈祈求祝福。這也使庫伊人長期以永續的方式利用森林資源，例如：採集樹脂而不傷害樹木。

然而，守護森林並不意味着富足，許多庫伊族家庭仍然貧困。近年來，政府未與庫伊族協商之下，把森林劃為經濟特許區，發展橡膠與腰果種植園，加上非法伐木，使庫伊族的生計受到衝擊。當世代守護的森林逐漸消失時，庫伊人失去的不只是土地，更是文化的延續與信仰的根基。



庫伊族的生活樣貌

天父，願祢記念庫伊族與森林的關係，他們雖然還不認識祢，卻忠心地管理自然環境。當森林逐漸消失、生活變得艱難時，願祢安慰每一個家庭的不安與傷心，讓他們在困境中仍能彼此扶持，並為庫伊族在變動中興起基督徒陪伴者。願柬埔寨政府被祢的憐憫充滿，看見庫伊族所失去的不只是資源，更是與土地深深連結的根，而以合宜的政策支持他們的生計與族群發展。也求祢感動柬埔寨社會，尊重及理解庫伊族，並向他們學習如何管理自然環境、守護生態。奉主耶穌基督的名求，阿們。



我們日用的飲食，**今日**賜給我們。(太6:11)

「今日」(yom) 強調當下的供應與依靠。信仰不是一次性的決定，而是在每日生活中持續實踐的歷程。人不是一次決志信主，而是在每一天中不斷學習信靠神。

對蒙救贖的人而言，更能體會這樣的節奏。生命的需要不是一次就領足，而是每日都領受：今天得幫助、得醫治、得力量。神所賜的恩典，總是與「今日」緊密相連。

人常試圖為明天建立安全，或從過去尋找依據，但屬靈的生命無法儲存，也不能轉移。我們不能為明天累積恩典，也無法從昨天提取力量。神所供應的，總是恰好足夠今日。

因此，「今日」不只是時間的標記，更是一種生活的方式：在每一天中，單單依靠神而活。當你面對未來的不確定時，試把注意力帶回今天，專心領受神此刻為你預備的供應，然後一步一步向前走。



沿着長屋生長的家族

嘉萊族

Jarai People



嘉萊族是生活在柬埔寨東北部與越南中部高原的原住民族。嘉萊文化最鮮明的特色是母系制度與長屋生活。

家族血統由女性延續，孩子隨母姓，婚後丈夫搬入妻子的原生家庭生活。財產多由女兒繼承，其中，小女兒——主要照顧父母的人往往分得最多。

傳統村落裡，長屋以竹木建造、離地架高。屋子會隨家族的擴增而在尾端再添一節，有些長屋可長達50公尺，一條延伸的長廊，將新誕生的家庭一戶戶連在一起。長輩在夜裡講述祖先故事，教孩子歌唱、織布與辨認森林中的植物與水源，傳統知識就在同個屋簷下代代相傳。

然而近年來，柬埔寨東北部森林因大量伐木與種植園開發而減少，一些族人的農地也被企業強占，生計面臨考驗。森林的消失使建造長屋的木材與竹子越發難尋，小型住宅逐漸取代長屋，核心家庭的興起衝擊了嘉萊人與家庭觀念，大部分年輕人開始追求主流文化，形成世代隔閡。當長屋不再，祖先留下的文化記憶似乎也慢慢淡去。

天父，感謝祢使嘉萊族家庭中有美好的情感連結，與願意承擔彼此、成為對方的依靠和後盾，讓家成為溫暖與安息之地。當生活型態改變、家庭結構轉變，甚至出現距離與隔閡時，求祢親自修補人心，使愛仍能流動。也為他們的土地向祢呼求，當農地因開發而縮減、傳統生活受到擠壓時，願嘉萊人在變遷中尋求祢，知道在祢裡面有世界奪不走的身分與盼望。也求祢的憐憫臨到政府，使上位者願意重視嘉萊族面臨的處境，幫助他們另謀生計出路。願他們的文化與記憶不被遺忘，在新世代中仍舊延續。奉主耶穌基督的名求，阿們。



天起了涼風，耶和華神在園中行走。那人和他妻子聽見神的聲音，就藏在園裡的樹木中，躲避耶和華神的面。(創3:8)

我們一般會把「行走」(mithalech) 理解為具體的動作，進而想像神以某種人形在園中出現。但希伯來文的表達並不支持這樣的畫面。這裡所用的動詞形式，帶有反復、來回的意味，更接近一種持續出現的聲音，而非有方向、有目的的移動。

所以，經文所描述的，可能是神的聲音在園中回響，從各處傳來。這是一種可感知卻非具體形體的臨在。

這提醒我們，閱讀聖經時，不可輕易以現代語言或習慣性的理解取代原文的表達。希伯來語常以動態與經驗性的方式描寫現實，而非具體的物理描述。



夾縫中發芽的福音

布勞族

Brao People

全球的布勞族共6萬人，其中約1.4萬人生活在柬埔寨東北部山區，傳統上以刀耕火種的方式耕作為生；信仰方面，幾乎全體奉行泛靈信仰，並宰殺牲畜祭祀，求取神靈祝福。

1990年代，柬埔寨頒布新憲法，開放宗教自由，外國基督教會與宣教士隨即湧入。布勞族聚居的東北部地區起初對基督信仰極為反彈，但仍有少數布勞族人選擇成為基督徒。

對此，在地非營利組織工作者表達憂慮：同一社群中出現不同信仰群體時，生活中的摩擦與衝突往往隨之增加，若要和諧共處，需要雙方另下功夫。學者也指出，包括布勞族在內的高地族群，長期在經濟與文化上處於弱勢，基督信仰的傳入可能動搖原有的民族凝聚力，使其處境更為複雜。

政府則對基督信仰存有戒心，雖未明令禁止，但根據宣教士的經驗，宣教工作時常遭遇刁難。因此，布勞族當中逐漸出現檯面下的家庭教會，宣教士也大多不願公開工場地點、信徒人數。



天父，感謝祢對萬民的憐憫，使福音借着國外教會和宣教士傳到布勞族當中。願祢賜下謙卑與智慧，使當地宣教士不只傳講福音，也以理解與尊重融入、深入布勞族文化，在關係中見證基督的愛。願祢堅固當地初信的弟兄姊妹，使他們在真理中扎根，在聖靈的帶領下生命漸漸成長，活出愛鄰舍的生命，以靈巧像蛇、馴良如鴿的態度，與未信主的親族相處與對話，成為凝聚布勞群體的和平之子。祈求祢差派經濟方面的專家，改善布勞族的生計。奉主耶穌基督的名求，阿們。



眾弟子阿，你們當來聽我的話。我要將敬畏耶和華的**道**教訓****你們。
(詩34:11)

「教導」(lamad)，不只是傳遞知識，而是包含訓練與實踐，強調生命的塑造。若沒有行動的跟隨，再多的教導也是無用的。

這與許多現代教育形成對比。當教育只停留在資訊層面，人可以學會概念，卻不必承擔其後果。當理論與生活分離時，看似正確的觀念，在現實中可能顯出偏差。

這種落差使人難以按照神的心意生活。當世界被視為「研究對象」，而非神所託付的創造時，人容易忽略行動所帶來的影響。學習變成理解，而不再是活出。

然而，聖經中的教導是在生活中進行的。它不是抽離現實的知識，而是引導日常所行的。敬畏神，不是單靠理解，而是在實際生活中不斷學習與回應。因此，真正的教導，是帶領人進入一種生活方式，使所學的成為所活的。



不會說母語

斯丁族

Stieng People



柬埔寨的斯丁族人主要生活在東部的磅湛省、桔井省、蒙多基里省，人數6~7千名，另有約十萬人分布於鄰國越南東南部。

柬埔寨小學教育目前所教授的原住民語言，並未包含斯丁族所使用的斯丁語。原因相當複雜：缺乏斯丁語教材、師資嚴重不足，以及斯丁族多居住在偏遠地區，師生往返學校不易。再加上多數學生家境貧困，難以負擔制服等費用，且常需協助家中農務，導致輟學率居高不下。此外，政府推動相關政策的力度有限，也使斯丁語教育難以落實。多重因素交織之下，斯丁語正面臨傳承危機。

目前長輩在家中多使用斯丁語為主。然而，長期接受主流文化影響的年輕一代，在與高棉人互動時易產生自卑感，因此傾向使用高棉語而非母語，造成跨世代語言傳承出現斷層。學者因此呼籲，應加速推動斯丁語雙語教育、培訓師資並結合扶貧措施，以降低斯丁語消亡的風險。

天父，我們將斯丁族面對母語逐漸凋零的憂慮交在祢手中，求祢親自安慰他們的心。懇求祢興起具語言恩賜的宣教士和基督徒，參與斯丁語聖經翻譯、母語教育與文化保存等工作，使這珍貴的語言得以傳承，也讓斯丁族能以熟悉的語言聽聞福音。也求祢感動政府願意制定政策，保存斯丁語、推動斯丁語教育。願祢興起非政府組織深入偏遠村莊，提供斯丁族教育支持、改善交通與生計的方法，使孩子不因貧困而失去學習的機會，家庭生計也能因此改善。奉主耶穌基督的名求，阿們。



於是埃及人派督工的轄制他們，加重擔苦害他們。他們為法老建造兩座積貨城，就是比東和蘭塞。(出1:11)

一般理解中，這是一幅奴役與勞苦的畫面。然而，原文所用的詞語，指向的不只是勞動管理者，更與徵收與制度性的負擔有關。壓迫並非一開始就以強制勞役出現，而是透過逐步加重的負擔，使人無法脫身。

這提醒人，壓迫往往不是突然出現，而是在制度與權力運作中逐漸形成。當權力被用來控制資源與勞動時，人容易被捲入其中，失去自由。

從聖經的角度來看，神的作為並不建立在強制之上。他呼召人，是以關係與吸引為基礎，而不是以壓迫為手段。因此，出埃及的故事，不只是關於離開一個地理空間，更是關於脫離一種控制與壓迫的體系。

這段經文提醒人，要留意那些看似合理，卻可能逐漸奪去自由的結構，並重新思想什麼是真正出於神的生命方式。



在邊界中逐漸淡去

柬埔寨的寮族

Lao People in Cambodia

清晨的湄公河霧氣未散，一個用香蕉葉細細包裹的小包被放在祖先墳前。趁着黎明前的微光，葉子被輕輕打開，裡面裝着熱騰騰的糯米飯、甜糕與時令水果。祭拜結束後，一家人圍坐在墓旁，依循傳統分食供品。這是柬埔寨寮族在亡人節(Pchum Ben)的獨特祭禮。不同於主流高棉族多在寺廟供養僧侶，寮族保留了更古老的祖靈信仰與佛教交織的痕跡。

寮族在柬埔寨東北部已生活數百年。1904年，法國殖民政府將原屬寮國的上丁省劃入柬埔寨，使這群人的身分一夜翻轉。隨時間推移，年輕一代多接受高棉語教育，傳統寮語逐漸淡出公共領域。也因生活方式日益趨同，寮族在法律上難以被認定為「原住民族」，無法申請保護土地的「集體產權」。

面對森林開發與水壩建設，缺乏法律保障的寮族人只能持續艱辛地與政府協商，或轉向非正式的跨境小額貿易維生。對這群邊界上的子民而言，身分與土地的流失，正如晨霧般在靜默中改變着他們的未來。



photo by Coastal on Flickr



寮國人在柬埔寨

天父，寮族是祢所愛的百姓，祢體會寮族在邊界上的處境，也明白他們身分難被承認的無奈。當他們努力尋找被看見與理解的位置時，求祢陪伴他們，使他們不失去盼望與尊嚴。在法律保障不足下，他們的生計時常不穩定，求祢記念他們辛苦的勞動，供應他們每日所需。也求祢感動政府回應他們的需要，制定合宜政策，保障寮族群體的權益。願宣教士與基督徒，走進寮族中間，效法基督道成肉身，成為陪伴與幫助，使更多人歸向祢、認識祢的愛。奉主耶穌基督的名求，阿們。



照樣，你們作丈夫的，也要合情合理地與妻子同住。(彼前3:7a)

基督教常被誤解為將妻子置於被壓制的位置，這種看法多半源於對「順服」的錯誤理解。事實上，順服並非僅限於婚姻中的角色安排，而是整個基督徒生命的核心。它不是社會性別角色分工的要求，而是每一位跟隨基督之人的記號，因為這正是基督自己所活出的樣式。

彼得在這段勸勉中使用「照樣」(homoios)一詞，將丈夫的責任直接連結到前文的教導。這個詞如同一座橋，把讀者帶回第二章所描繪的主題：效法基督在受苦中的順服。耶穌在逼迫中不報復、不威嚇、不抱怨，而是將自己交託給神，因為他確信父的旨意正在其中成就。

這樣的生命模式，正是彼得所指的「照樣」。妻子的順服，是為使人得救；同樣地，基督徒的順服，是參與基督的工作，使人回轉。順服不是軟弱，而是出於對神主權的信任，是一種甘心將自己交在他手中的選擇。



走進愛的小屋

克倫族

Kreung People



Photo by Linda De Volder on Flickr

當今影視流行戀愛綜藝節目，讓一群俊男美女在同一空間自由發展戀情。其實，柬埔寨的克倫族也有類似的戀愛安排喔！

當家中女孩年滿15歲，父母會在住家旁為她搭建一座以竹子建成的「愛的小屋」，除了表達父母的關愛，也表示女孩可以開始選擇未來配偶。小屋讓女孩與家人保持適度距離，能自在認識來訪的男性。男孩必須徵求女孩同意，才可以留下聊天、加深認識。只有在女孩決定與某位男性結為伴侶時，他才可以留宿，否則都必須在天亮前離開。

這座小屋並非全然密閉，而是留有門縫，象徵節制與界線。克倫族的傳統嚴禁婚前懷孕，若違反規矩，女孩的家人須向全村支付罰金，否則人們相信將招來不幸。

然而到了現代，受到現代化生活的影響，長輩不再教授相關習俗，「愛的小屋」逐漸走入歷史。年輕人大多透過手機交友、相約見面，摩托車也讓出遊往返更加方便。

天父，我們將柬埔寨的克倫族交託在你手中，願他們渴慕走進屬靈的「愛的小屋」，如同來到至聖所一般，與祢面對面，更深認識祢在基督裡為人預備永恆的愛。願宣教士和教會所建立的小組、團契與聚會之處，也能成為克倫人安心對話、彼此認識與陪伴的地方，使他們在真誠的關係中經歷基督的愛。願祢保守身在網路時代的克倫族青少年，興起基督徒陪伴他們走過年輕、迷惘的歲月，使他們在基督裡認識自我價值與親密關係。奉主耶穌基督的名求，阿們。



照樣，你們作丈夫的，也要合情合理地與妻子同住。（彼前3:7a）

彼得對丈夫的勸勉，以「照樣」開始，表明這不只是倫理要求，而是建立在基督生命樣式之上的呼召。丈夫同樣被召進入順服，不是被動屈從，而是為着神的旨意，主動將自己置於他的權柄之下。

這樣的順服，與妻子的順服有相同的根基：神掌權。耶穌以順服父神為榜樣，顯明真正的權柄不在於掌控他人，而在於對神的全然交託。因此，若忽略這節經文，就容易誤以為順服只是妻子的責任；然而彼得清楚指出，丈夫同樣需要順服。

婚姻的本質，不在於權力的分配，而在於彼此順服的實踐。真正的問題，不是對方是否順服，而是自己是否按神的心意而行。丈夫被託付的責任，是讓妻子活出神所賜的位置，使她成為合宜的幫助(ezer)，而非壓制的對象。

因此，「照樣」不是一個形式上的連接詞，而是一個具體的呼召：在婚姻中活出基督的樣式。



「醫」起變健康

卡維特人

Kavet People



Photo by Linda De Volder on Flickr

想像你罹患瘧疾、急需就醫，最近的醫療站卻遠在35公里外——這曾經是卡維特人的日常。

過去，卡維特村落長期缺乏醫療資源。當人生病，多半先求助傳統巫醫，但費用高昂且治療成效有限。若要前往正式醫療機構，必須到距離村落35公里的醫護站。然而因道路毀損失修，到了雨季又泥濘難行，人們需乘船通行。有些孕婦甚至選擇自行開車前往，不僅路途危險且耗時；即使平安抵達，人滿為患的醫療站往往也無法立刻為她們看診。

情況直到2023年才出現轉變。國際培幼會與當地衛生所合作，在卡維特村落內開設了一間醫護站，提供初級醫療服務，期盼降低孕婦及其子女的死亡率，減少兒童營養不良的情況。

卡維特人是布勞族的分支（見10月25日），分布在柬埔寨東北部的上丁省和臘塔納基里省。根據2019年的人口普查，柬埔寨約有7千多名卡維特人。

天父，感謝祢對卡維特人的看顧，他們是按祢形象所造、心中所愛的族群。求祢使用國際培幼會與新設立的醫護站，以此祝福卡維特群體，使人們獲得及時合宜的醫療服務。懇求祢差遣具備醫療專業的宣教士與基督徒，願他們帶着基督的憐憫走進卡維特人的村落，在診療與陪伴中與他們同行。同時，求祢打開福音的門，使卡維特人認識主耶穌是醫治與拯救的主，不只身體得着醫治，破碎的心靈也被更新。願卡維特人得着福音的盼望，回到祢的家中。奉主耶穌基督的名求，阿們。



照樣，你們作丈夫的，也要合情合理的與妻子同住。要體諒她比你**軟弱**，要尊敬她……（彼前3:7）

這節經文常被誤解為支持男性優越，彷彿女人因為「軟弱」而需要被支配。然而，彼得所用的「軟弱」（asthenestero），並不能簡單理解為能力或價值上的低下。在七十士譯本中，這個詞曾用來翻譯多個不同的希伯來字，涵蓋溫柔、微弱、受壓或處境脆弱等不同含義。因此，「軟弱」更可能指向需要被顧念與體察的處境，而非本質上的優劣之分。

彼得的重點，不在於比較誰強誰弱，而在於提醒丈夫要以敏銳與理解回應妻子的需要，在關係中給予尊重與保護。因為妻子與丈夫同樣承受生命的恩典，在神面前具有同等的地位。

當這一點被忽略，婚姻關係便會失去平衡，甚至影響人與神之間的關係。禱告之所以受攔阻，不是因為形式上的問題，而是生命沒有活在神的心意之中。



曾經茂密的森林

部弄族

Bunong People

2025年，柬埔寨導演潘禮德執導電影《我們是森林的果實》(We Are the Fruits of the Forest)，呈現居於柬埔寨東北方的部弄族過去到今日生活的鮮明對比。

過去，部弄族依靠森林為生：採集橡膠樹脂和蜂蜜、種植稻米與打獵覓食。他們信奉的泛靈信仰教導人尊重自然、節制開墾，因此世代居住的森林始終鬱鬱蔥蔥。

然而，近年企業大規模砍伐森林、開發土地，大幅改變部弄族的處境。他們被迫面對祖先未曾遭遇的難題：是否改用機械開墾？應向企業租回曾屬於自己的土地，或領取微薄薪資為他人工作？同時，氣候變遷使稻作更難；森林的消失也使打獵收穫銳減，原先穩定的生計逐漸動搖。部弄族認為，越發頻繁出現的狂風豪雨，是神靈因人類破壞自然而降下的憤怒。

透過這些生活轉變，電影呈現部弄族如何被迫捲入工業化與現代化的浪潮。在生存壓力下，原本豐富的文化傳統逐漸褪色，甚至被外來人士視為落後、不文明的象徵。



照樣，你們作丈夫的，也要合情合理的與妻子同住。要體諒她比你軟弱，要**尊敬**她……（彼前3:7）

「尊敬」(time) 與舊約中敬畏神、孝敬父母的誡命密切相關。這種尊敬，不是表面的禮貌，而是一種帶着分量的道德承擔。這個字也可連結到希伯來語kaved，意指「給予分量、看為重要」。它所呈現的圖像，好像一雙張開的手，邀請人進入屋內。尊敬，不只是肯定對方，更是邀請她進入自己的生命。

因此，若內心仍保留界線，不讓妻子參與自己的世界，這仍未達到聖經所說的尊敬。真正的尊敬，是承認她在你生命中的地位，並讓她進入你生活的各個層面。

當人仍保留某些不願分享、不願交託的領域，無論是權力、地位，或內心的界線，就已在削弱這份尊敬。尊敬，意味着拆除這些隔閡，使兩人的關係在神面前可以合一。

彼得提醒，這樣的態度會直接影響與神的關係。若丈夫不尊敬妻子，他的禱告也會受到攔阻。

天父，祢看見部弄族的生活因着土地開發所承受的改變和不安，願祢親自安慰並堅固他們的心，適應新生活時仍有盼望與力量，也願柬埔寨社會學習尊重他們的文化。願柬埔寨政府制定合乎公義的政策，平衡經濟發展與少數民族的權益，同時協助部弄族尋找其他生計出路，逐步穩定生活。願祢興起有專業能力的基督徒與宣教團隊，與部弄族一同面對氣候變遷、土地被開發等等的挑戰，並向他們分享賜下平安的福音真理，使人因着認識救主基督而得安慰。奉主耶穌基督的名求，阿們。



這一天，請按着聖靈感動，寫下
你為柬埔寨的禱告。

A large vertical rectangular area with horizontal lines for writing, intended for the reader to write their prayers for Cambodia.



這樣，就使你們的禱告不受攔阻。
(彼前3:7c)

彼得在這裡提出一個極為嚴肅的屬靈原則：若丈夫沒有向妻子履行當盡的責任，他與神之間的禱告關係就會受到攔阻。問題往往不在外在的環境，而在於人如何對待身邊最親近的人。

當婚姻出現張力時，人很容易向外尋求解答，卻忽略了更根本的問題。也許我們需要先停下來問自己：我的禱告生命如何？我是否真實經歷神的同在？我是否按他的性情塑造自己的心？我是否能坦然無懼地來到他面前？

彼得已經指出關鍵所在：在人與人的關係上。若丈夫忽略彼此順服的原則，不願體諒妻子的處境，看不見她軟弱中的需要，也未以尊重對待她作為同承恩典的人，那麼他與神的關係自然會受影響。禱告之所以受阻，不是技巧的問題，而是生命沒有活在神的心意中。

因此，作丈夫的責任，不在於掌控，而在於承擔。「一家之主」並非權力的象徵，而是責任的託付。神所交託的第一個對象，就是你的妻子。這不是負擔，而是一項極深的託付與恩典。



Photo on Canva

土耳其

Turkey

如果約翰還在寫信

作者 teeth、Amy、以諾、格格、穎穎（名字按筆畫順序排列）

編輯 Joan

Photo by Mykhaylo Kopyt on Unsplash

埋進地裡，是為了再次發芽

土耳其從來不只是「另一個」九成人是穆斯林的伊斯蘭國家。土耳其不屬於阿拉伯，卻曾以鄂圖曼帝國的名義，統治歐、亞、非大陸的穆斯林世界六百多年。如今的土耳其不再是穆斯林世界的共主，卻還是經常以老大哥的姿態，為巴勒斯坦發聲，介入中東、巴爾幹、高加索與非洲的穆斯林議題。

這個國家像一扇門，推開博斯普魯斯海峽，往右是亞洲，往左是歐洲。小小一道海峽，硬是把伊斯坦布爾切分成歐洲區及亞洲區，讓這個城市變成世界上唯一橫跨亞歐兩洲的大都會。特殊的地理環境也在提醒我們：不要用單一視角來看待這片土地。

在今日伊斯蘭色彩濃厚的地底下，還埋着另一層更古老、更幽深的記憶。這裡曾有傳喜信的佳美腳蹤、有使徒為真道辯護的急切、有基督徒躲避逼迫的驚慌、有八十多歲的老人家殉道前迴盪至今的宣告。

信仰傳承最古老的地方

如果把土耳其純粹當成需要福音的地方，可能會開笑話。舉個例子，當我們到伊茲密爾 (İzmir) 旅行的時候，或許會遇見當地基督徒。我們可能忍不住會問：「在土耳其這麼伊斯蘭的國家竟然還有基督徒，太難得了。請問你們的教會建立了多久？是哪位宣教士帶領你們信主的呢？」

這位或這群主內肢體可能會相視一笑，說：「不是約翰就是保羅，我們的老前輩坡旅甲是使徒約翰的門徒；保羅的推喇奴學堂離我們就大約50公里。哦對了，伊茲密爾的古稱叫『士每拿』，就是啟示錄裡面主耶穌勸勉我們要『至死忠心』的士每拿教會。我們確實受了很多苦，我們也還在受苦，但我們沒有辜負『忠心』這兩個字。不知道你們的教會建立了多久呢？」



Photo by Amo Journey on Unsplash

土耳其與基督教的深刻關聯

土耳其也是形塑基督教信仰的地方，早期教會最重要的7次大公會議，全部發生在今日土耳其境內。追隨主耶穌的人聚集在這裡，想要說清楚我們信的基督不只是偉大的先知，不只是道德榜樣，而是「出於真神而為真神」。那些後來被一代代信徒背誦的「我信」，不是冷冰冰的神學公式，是教會在辯論、逼迫、混亂與敬拜中，慢慢淬煉而出的同聲宣告。

看到這裡，如果你還是和我一樣，很難想像「土耳其」和「基督教」的關聯。別擔心，很正常。如果說土耳其的教會可以分為「地下時期」和「地上時期」，那我們只是正好碰到「地下時期」，像過去一樣。

在「地下」敬拜的那段時期

「躲藏」曾經是土耳其教會的主旋律，基督徒真的曾經躲在地底下敬拜神。那時的教會沒有宏偉的建築、沒有放聲的敬拜，只有減到最低的音量在石壁間輕輕迴盪。像今天一樣。

後來，教會走到地上。

君士坦丁堡建造起至今仍然讓人驚艷的圓頂大教堂，基督教進入城市中心、帝國禮儀與公共生活。曾經在地下安靜守候的信仰，忽然被放在世界的中央，十字架高懸在圓頂之下。那是一段無法複刻的輝煌，也是權力與信仰的界限開始模糊的時刻。

再後來，歷史轉身。

帝國更迭，城市改名，圓頂之下響起了另一種敬拜聲調。基督徒群體慢慢縮小，許多古老城市只剩殘垣斷瓦，還有新近立起的導覽牌。教會似



乎消失了，只留下歷史供人參觀，留下廢墟讓人拍照。

但也許，廢墟不是終點。

也許土耳其教會的故事，只是一次轉入地底。不是同樣的洞穴，不是同樣的岩壁，卻有着同樣微小、隱密、不易被看見的忠心。

福音可以從耶路撒冷走向安提阿、從安提阿走向小亞細亞、從大數走向羅馬；福音也可以在地底下安靜保存，彷彿埋進地裡，只為了在我們以為消失的地方重新發芽。

也許，土耳其僅存的教會不是歷史的殘影，而是復興再臨之前，很輕很輕地一聲哈利路亞。

我們第一次有了名字

安提阿

親愛的小子們，我坐在以弗所的暮色中，想起多年前耶路撒冷的那場亂石。司提反倒下了，這場殉道像風一樣把我們吹離了家園。我們跑向腓尼基，跑向塞浦路斯，跑向那座被稱為「東方皇后」的安提阿。那時，我們的腳雖然走出了城門，心卻仍被「潔淨與不潔」的籬笆囚禁。直到沒有留名的人從各處來到安提阿傳揚主的名，我們才驚覺：原來神賜下的生命，從不分希臘或猶太人。

你們可曾見安提阿？那裡的市集喧鬧，香料的氣味撲鼻，腳下踩着的是紅赭與橄欖綠拼成的精美馬賽克。但在我眼中，最美的拼圖不是馬賽克地磚，而是聖彼得洞穴教堂裡那些面孔。曾經我們是被人嘲笑的「拿撒勒教黨」、「基督那伙人」，但在那洞穴中，不管是猶太人還是希臘人，我們得了一個共同的身分：基督徒。

轉瞬千年，2023年的大地震讓這座城滿目瘡痍，古老的會堂化為瓦礫，族群四散。曾經的「東方皇后」如今在挖掘機的轟鳴聲中掙扎重建。當最後一批守候在那裡的猶太老人因地震撤離，安提阿持續了兩千載的希伯來祈禱聲也隨之沉寂。

天父，感謝祢曾在安提阿賜予我們「基督徒」的尊貴身分，開啟了外邦宣教的大門。求祢今日再次施恩，讓這片土地在重建的塵土中，重新聽見祢的呼喚，得着屬天的生命。願安塔基亞人^註不僅在遺跡中看到歷史，更能真切遇見那位道成肉身、走近人群的主。求祢保守地震後四散的人們，求祢的聖靈跨越邊界，保守他們在基督裡合一的心，在各片土地上繼續作光作鹽。奉主耶穌基督的名求，阿們。

註：古城安提阿現名為安塔基亞。



你要盡心、盡性、盡力愛耶和華你的神。(申6:5)

「盡力」(me'od) 表達「極其地、全然地」去愛，強調一種毫無保留的投入。因此，愛神不是完成外在的行為，而是進入一份完全敞開的關係。人不再隱藏自己，而是帶着真實的情感與狀態來到神面前。這樣的愛是全人的投入，在各個層面都不退縮的回應神。

這也重新定義了屬靈爭戰。真正的關鍵，不在於對抗某個外在的敵人，而在於人是否在與神的關係中真實地站立。當人願意在神面前敞開、回應，並持守這段關係，其他的影響就失去主導地位。

同時，這樣的愛也影響禱告的樣式。禱告不再形式化或只有言語，而是帶着生命全然投入的回應。當人真正看重與神的關係，禱告就不再空洞。

「盡力」愛神是一種毫無保留的投入，是一種真實面對神的生命狀態。

來自使徒約翰的信

以弗所與七教會

親愛的小子們，我站在拔摩島的礁石上，隔海望向小亞細亞。那些曾閃爍在異象中的七個金燈台，如今正映射在現代版圖上。

以弗所，你曾是繁華的港口，如今泥沙淤積成了內陸平原；別迦摩的衛城依舊高聳，俯瞰穿梭的游人；推雅推喇的斷柱，早已被鬧市的烟火層層包裹。這3座城，你們可還記得主對你們的提醒：即便勞苦，也別忘了起初的愛；即便自由，也別向世俗妥協。

我望向撒狄，昔日金幣叮噠的繁華已歸於塵土；我也看着棉花堡的熱泉流向老底嘉，水溫變得那般不冷不熱。面對這兩座城靈性生命停搏的教會，望着「不冷不熱」的信徒們，耶穌依舊站在門外叩門。

士每拿，在如今繁華的現代港口之下，我仍記得你們在患難貧窮中被煉淨的尊貴，主說要賜你們「生命冠冕」；還有非拉鐵非，主曾說為忠心的宣教士打開的無人能關的門，如今是否只剩下幾根巨大的石柱殘骸，在阿拉謝希爾的烈日孤獨守望？

這裡不是一片與聖經無關的土地，而是一片曾被提醒、安慰、責備、鼓勵的土地。兩千年前，七封信曾漂洋過海而來。兩千年後，當叩門聲再次響起，誰會推開那扇塵封已久的門？

天父，祢是那在金燈台中間行走、察看人心腸肺腑的神。求祢賜下聖靈，喚醒今日地上的教會。願我們找回起初的愛心，在患難中至死忠心。求祢的話語如兩刃利劍，除去教會中的世俗與妥協。救我們脫離「按名是活、其實是死」的沉睡，醫治「不冷不熱」的自足。求祢開我們的眼，使我們買火煉的金子，看清祢的心意。祢也堅固地上正受試煉的教會，在忍耐中持守真道，成為同坐寶座的得勝者。奉主耶穌基督的名求，阿們。



因為我所做的，我自己不明白；我所願意的，我並不做；我所恨惡的，我倒去做。（羅7:15）

保羅描述的是人內在惡與善傾向的張力。人一方面渴望掌控、成就與主導，另一方面又知道應當順服神，承認自己的有限。

於是，人不禁困惑地問：為什麼我總做那些讓自己痛苦的事？為什麼不去行我明知是對的？此時，人的內心成為一個無法逃離的戰場。

信心反而帶來爭戰。人需要對抗長久以來自我為中心的習慣，也要面對受世界塑造的價值觀。信靠神、遵行他的指示，不意味着立刻進入平安，而是走上一條真實又掙扎的路，在過程中不斷被塑造。

當你再次陷入掙扎時，不要急着否定自己，反而要記得，這正是信心正在運作的記號。

迴蕩在岩壁裡的讚美歌聲

隱藏的信徒

燭火在石壁上搖曳，光影落在粗糙的岩面，勾勒出一個模糊的十字架輪廓。沒有詩班，沒有管風琴，只有壓低的聲音在洞穴深處輕輕流動。這裡不是教堂，是他們唯一能敬拜的地方。這樣的畫面，發生在一千多年前的加帕多家。也可能正發生在今日某個我們不知道的角落。

加帕多家位於今日土耳其中部，遍地是火山凝灰岩——初挖時鬆軟，暴露空氣後逐漸硬化。西元4世紀前後，拜占庭帝國與阿拉伯軍隊在此反復拉鋸，基督徒選擇走向地下，用鐵鏟鑿出一座座隱藏的空間。他們為了躲避逼迫，在地下敬拜，也在地下生活，一直持續到1923年。斷斷續續近1,500年。1963年，當地農民無意間敲開一面牆，才發現地下城的存在：深達85公尺，超過1,200個房間，牆上留着壁畫與早期基督徒的符號。一個埋藏千年的祕密才得以重見天日。

今日的土耳其，基督徒不足人口的千分之二。許多人低調信主，在沒有聚會場所的城市裡悄悄傳遞一本聖經。那份隱密，與千年前石壁裡的燭光，竟有幾分相似。

天父，求祢記念今日在土耳其隱密中尋求祢的弟兄姐妹。他們或許沒有聚會的場所；或許不能公開自己的信仰；或許面臨來自社會、家庭、同輩的壓力，主祢就來作他們的避難所和高台，祢就親自預備那「無人能關的門」，讓他們在隱密中得見祢的榮光。求主也來堅固信徒的信心和勇氣，讓曾經在岩穴裡迴蕩的讚美，不斷在這片土地上響起。奉主耶穌基督的名求，阿們。



因為我所做的，我自己不明白；我所願意的，我並不作；我所恨惡的，我倒去做。（羅7:15）

禱告，不只是安靜的時刻，更是一場真實的爭戰。禱告中，人被邀請與神相遇，也被迫面對自己最真實的狀態。

然而，內在的衝突並不會因此消失。當這些拉扯持續存在時，保羅說：「我不明白」（ou ginōskō）。他並沒有試圖合理化自己的處境，也不否認這種矛盾，他承認：我不知道為何如此，但我確實在其中。

這樣的承認，本身就是禱告的一部分。否認掙扎，只會使人遠離真實；承認掙扎，才使人留在與神的關係中。禱告是爭戰，愛是爭戰，活着本身也是一場爭戰。

人作為受造者，本質上帶着一種深層的渴求。這種渴求，最終只會引向兩條道路：轉向神，或轉向自我。無論哪一條，都是一場爭戰，而選擇權在我們手中。

禱告中，不必掩飾混亂與掙扎，把真實的狀態帶到神面前，讓他與你相遇。

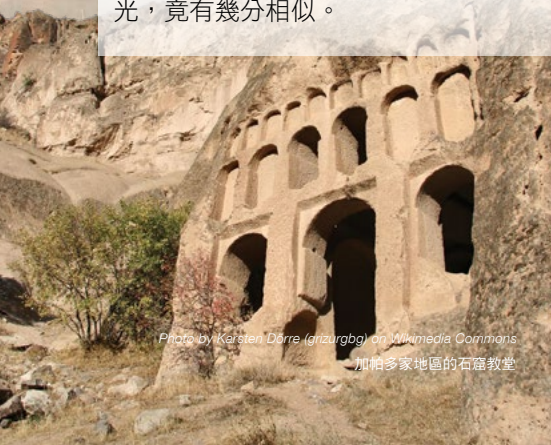


Photo by Karsten Dörre (Inzurgb) on Wikimedia Commons

加帕多家地區的石窟教堂

皇城圓頂應猶在

君士坦丁堡



昔日聖索菲亞大教堂一隅

推開沉重的「帝王之門」，進入聖索菲亞大教堂主廳，55公尺高的圓頂底部密密麻麻地開了40扇窗戶。建築內陽光射入時，光線模糊掉支撐圓頂的結構，彷彿「金鏈從天上垂下」。

西元537年，聖索菲亞大教堂是君士坦丁堡帝國教會的榮耀象徵，每一縷穿過穹頂窗扉的光線，都在宣告基督在人間的王權。宏大的唱誦、絲綢祭袍、繚繞的乳香，這座城將世俗權利、先進科技、神聖信仰完美縫合。然而，歷史的潮汐從未停歇。1453年，君士坦丁堡陷落，拜占庭帝國滅亡；1930年，土耳其政府頒布法令，君士坦丁堡正式更名為伊斯坦布爾。

如今，聖索菲亞的宣禮聲取代了古老的讚美詩，金色的馬賽克聖像在塗料下沉默了數百年。這座城市承載了三代帝國的輝煌與失落，你能感受到那種名為「呼愁」(Hüzün，土耳其作家帕慕克提出，意為一種深刻的、集體的憂傷)的情緒。神不會被困在斑駁的石塊與斷代史裡。喧囂的市井與禮拜聲中，這座城今日仍需聽見祂的聲音。

天父，我們見證了一代代帝國的興衰，但唯有祢神國的應許永不落空，永不改變。求主憐憫那些每天從索菲亞大教堂旁走過的人，讓他們不只看見一座博物館，而是被祢的靈觸動，開始尋找那道光背後的主。願這座承載厚重歷史的城市，在今日的喧鬧、觀光、宗教與政治層層交疊中，仍有人真實尋見基督。求主祢也堅固和保守今日在這裡聚集的地下微小教會，求祢賜給他們智慧和膽量，在多元的喧鬧中活出真實的生命，帶着永恆的盼望。奉主耶穌基督的名求，阿們。



那人說：「你的名不要再叫雅各，要叫以色列；因為你與神與人較力，都得了勝。」(創32:28)

「以色列」(yǐsrā'ēl) 這名字，出現在雅各與一位神祕者整夜摔跤之後。創世記的敘事極為簡潔，只描述他與一個人摔跤，沒有更多明確的說明。

然而，有一點十分清楚：這個名字與「爭戰」緊密相連。這不只是那人的宣告，也是整個故事所揭示的核心。以色列的身分，是與神、與人較力的記號。

這引出一個更深的問題：凡承接這名字的人，是否也承接了這樣的生命？是否意味着，我們也要在生命中學習與神、與人，甚至與自己掙扎？

信仰並非避免衝突，而是在張力中與神相遇。雅各不是在平靜中被改名，而是在掙扎與破碎中，帶着傷痕領受新的身分。

當你正經歷內心或關係的拉扯時，不急著逃避，思想神是否正在這場爭戰中塑造你。

當愛從爭辯匯聚成同聲說 我信

尼西亞信經

公元325年，尼西亞的烈日下，君士坦丁大帝召集了來自世界各地、呈不同政見的教父。他們聚集在此，激烈又嚴肅的討論信仰中奧祕的核心主題——耶穌是誰，我們到底信的是什麼。

尼西亞派相信耶穌出於真神同為神，與父一體；亞流派相信耶穌是偉大的受造物，地位低於父。作為深受古希臘哲學影響，對辯論極度狂熱的東羅馬帝國，即便在當時的公共澡堂，搓澡工也會嚴肅地問：

「你認為子是受造的嗎？」現代人大概認為這是一場出於政治生存的站隊，但會議召開的10~20年前，許多主教因不敬拜羅馬神靈而受到迫害。他們守護的信仰，即便在死亡面前，也不接受一丁點模糊和妥協。

最終，全體主教在《尼西亞信經》上簽字。這場持續了半世紀的辯論裡，信徒們把自己對基督的愛、敬畏與依靠，濃縮成可傳頌的告白，鎖進信經的字句。

一句句重如千鈞的「我信」，超越理性，超越生命，超越時間，在永恆裡匯聚成共同愛主、共同承認主的敬拜方式。



描繪第一次尼西亞公會議，眾教會父老和簇擁中間的君士坦丁大帝手持信經的聖像作品。

天父，求祢使今日的教會，不把真理與愛分開。願我們不是只會為立場辯護，卻失去對基督的深情；也不是只有熱情，卻沒有清楚認識祢。求主使我們像早期教會一樣，在分辨中更深認識祢，在認識祢之後，更勇敢同聲說「我信」。也求主眷顧土耳其這片曾見證信仰告白被打磨成形的土地。願今日住在這片土地上的人，不只看見古代會議留下的記憶，也能重新遇見那位曾讓教會甘願花上歲月去認識、去承認、去愛的主。願土耳其今日微小的信徒群體，在壓力與孤單中，仍能帶着愛與信心說：我們信。奉主耶穌基督的名求，阿們。



亞伯蘭信耶和華，耶和華就以此為他的義。（創15:6）

「信」（'aman）不只是理性的同意，而是帶有「站穩、依附、把自己交託」的意思。這是一種把整個生命重量交在神身上的信任，而不是建立在可見證據上的把握。

亞伯拉罕信靠耶和華時，沒有經文文本，沒有先前歷史，沒有古老禮儀，也沒有信仰群體可以倚靠。他只有一個呼召，以及與耶和華間歇性的相遇；其中有多年的沉默，有被要求交出自己最深渴望的時刻，也有許多跌倒的時候。

我能有這樣的信心嗎？若沒有正確答案、完整教義、群體支持和外在形式，我與主的關係還能存活，甚至成長嗎？亞伯拉罕的經歷提醒我們，信仰的根基，不在於外在條件是否完備，而在於人是否願意在不確定中，仍然把自己交給神。信心不是建立在清楚與掌握之上，而是在缺乏與等待中，選擇依附那位呼召我們的主。

呼召是把人推向列國的底蘊

大數，走出去吧



Photo by Arild Vågen on Wikimedia Commons

大數不是最常被提起的地方。它沒有耶路撒冷的聖潔，也沒有安提阿的宣教火焰，更沒有君士坦丁堡的歷史地位。但神在土耳其南部預備了一個人，一個後來走向列國、改變教會歷史的人——保羅。

保羅出生在大數，是會說希臘語的猶太人，腳踏兩種文化，也背負兩種身分。他原本以為自己知道自己的名字、知道自己的位置，直到神在大馬士革的路上呼召他，把他從熟悉的世界推向外邦人的禾場。從那一刻起，大數不再只是他的故鄉，也是福音向外展開的起點。

今天的土耳其仍然保存着基督教的遺產，但我們的視線不能只停在「這片土地曾經有什麼」，更要問：這片土地今天還會把誰差出去？土耳其教會如今雖然微小，但我們的期盼是：這裡不是只有歷史，更要再次成為差派之地。土耳其教會不只要說「請記得保羅來自土耳其」，更能參與神今日仍在展開的宣教故事。

天父，祢的靈曾經在這裡大大運行，我們求祢繼續運行。願祢再次吹起呼召的風，求祢在這裡興起新一代願意回應呼召的人，無論他們來自大城或小鎮、來自古老教會的遺址，或來自從來沒聽過祢福音的地方，當他們聽見祢的聲音之後，他們要被祢差遣。他們要像保羅一樣，不被出身限制，不被環境捆住，而是因着祢的恩典，走向祢所預備的列國。也求祢堅固土耳其今日的教會，使他們不只守住信仰，更能成為差派者、扶持者、代禱者，與祢同工。奉主耶穌基督的名求，阿們。



那人說：「你的名不要再叫雅各，要叫以色列；因為你與神與人較力，都得了勝。」（創32:28）

猶太會堂的禱告語言，常帶着堅定而主動的態度。人向神求辨識力、悟性與知識；求他持續赦免，而不只是略微寬容；求狂傲被除去、被降卑，而不只是稍為受挫；求耶路撒冷被建立直到永遠，而不只是被重建。這樣的禱告，不是柔弱的低語，而是宣告、堅持、催促神成就他應許的事。

這樣的禱告，也許不是許多人熟悉的禱告方式。它不是空洞的形式，也不是無力的重複，而是從生命深處發出的呼喊。人來到神面前，不只是安靜接受，也是在信心中抓住神的話，向他呼求，直到他成就所說的。正如雅各在黑夜中與神較力，不肯放手，直到領受祝福。

若你正處在一場使你跌倒的爭戰中，不要急着逃避。那裡或許正是你與神相遇之處。你可能會受傷，甚至留下長久的痕跡，但也可能正是在那裡，你領受了祝福與新的名字。

伊斯坦布爾的街貓： 比人更熟悉這些巷子

街貓穿行的8個城市日常



土耳其最大的城市裡，1,600萬人想盡辦法，在擁擠的空間生存下來。然而，這裡也住了另一批為數龐大的「居民」。不同於掙扎求存的人，牠們悠閒自在，平時橫行穿梭於大街小巷。這些「居民」——街貓，有人說有12.5萬隻，有人說25萬隻，如果加上養在家的寵物，甚至100萬隻，牠們散居在城市各處，完全被接納、被呵護、被寵愛，被視為這座城市——伊斯坦布爾的一部分。因此，有人說伊斯坦布爾是「貓斯坦布爾」。

這次，我們找來伊斯坦布爾著名的流浪貓「胖胖」，帶領我們踏入伊斯坦布爾的現在和過去，在穿梭大街小巷中，從歷史、古蹟、宗教、市集、澡堂，到人們家裡的餐桌，深入了解伊斯坦布爾人的需要。願我們的走禱，祝福這個城市的人。



我是胖胖～
我想睡覺了～



11月07日 ☾ ★ 六 ★ 伊斯坦布爾的光影、氣味與腳步聲

貓比人更熟悉這些巷子

街貓穿行的伊斯坦布爾

我是伊斯坦布爾的一隻街貓，早上走在托普卡匹宮(Topkapi Palace)，中午去到聖索菲亞大清真寺(Hagia Sophia)，下午溜進大巴扎(Grand Bazaar)，又偷偷跑過對面，鑽入那間近500年歷史的哲姆柏里塔什澡堂(Çemberlita Hamami)。傍晚，我蹲坐在蘇丹艾哈邁德廣場(Sultanahmet Meydani)，想想腳下過去是拜占庭帝國的君士坦丁堡競技場(Hippodrome)。旁邊，有蘇丹艾哈邁德一世陵墓(Mausoleum of Ahmed I)、蘇丹艾哈邁德清真寺(Sultanahmet Camii，又叫藍色清真寺)。再過去一些，那座地下水宮殿(Yerebatan Sarnici)有柱子壓着的蛇髮女妖梅杜莎頭像，我不喜歡她們。

我一條貓命，跟伊斯坦布爾近2,700年的歷史相比，當然不算什麼。過去的羅馬帝國、拜占庭帝國、鄂圖曼帝國，隨風而去，我很難理解，但晚上到處都關了門，我卻不想跟伊斯坦布爾的12.5萬隻街貓一起搶老鼠，因為白天人們都餵飽我了。他們受先知穆罕默德的影響，視我為神聖而潔淨的動物，因此善待我。鄂圖曼帝國時期，有一種動物飼養員(Mancaci)的職業，他們定期餵養流浪的動物，那時馬、貓、狗、鴿子等動物都受到法律保護。伊斯坦布爾流傳一個說法：「如果你弄死了一隻貓，就必須建造一座清真寺，才能得到真主的寬恕。」我覺得，貓才是伊斯坦布爾最歷久不衰的遺產。

天父，願土耳其人從伊斯坦布爾的朝代更迭中，看見原本牢固的帝國，最後走向瓦解；原本輝煌的時代，最終走向衰弱，他們便理解到世間沒有永恆，回轉過來尋找自有永有的主。願主澆透土耳其的犁溝，潤平犁脊，降甘霖，使地軟和；其中發長的，蒙祢賜福，使曠野和干旱之地歡喜，沙漠也快樂，又像玫瑰開花。奉主耶穌基督的名求，阿們。



神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。我的心渴想神，就是永生神；我幾時得朝見神呢？我晝夜以眼淚當**飲食**。(詩42:1-3)

感受主的喜樂，沐浴在他的良善中，當然是美好的。然而，許多時候，人最靠近神的時刻，卻是在痛苦、心碎和患難之中。我們需要的是一位在陰間般低沉之處仍能環抱我們的神；一位能把眼淚的餅一點一點餵給我們，使我們不至被痛苦淹沒的神。

人常說要數算恩典，但我們未必會把眼淚也看作恩典。人也許盼望天上的賞賜，盼望宏偉的住處與黃金街道；但神似乎更看重我們是否願意在曠野中行走。





11月08日 🌙 日 ✨ 伊斯坦布爾的光影、氣味與腳步聲

兩塔之間亮起了字

伊斯坦布爾的瑪哈雅燈飾

齋戒月，夜幕低垂，本貓又溜出去閒逛了。清真寺亮起了瑪哈雅燈飾 (Mahya) 註1，好有氣氛！瑪哈雅燈飾起源於16世紀的鄂圖曼帝國，只在齋戒月掛於宣禮塔之間，燈光拼出各種以齋戒、祈禱、慈善、團結、憐憫等主題的詞語，如「歡迎，11個月的蘇丹」（意指齋戒月是伊斯蘭曆最重要的一個月）、「齋戒月就是分享」。老貓們告訴我，過去的日子，譬如土耳其共和國成立初期，瑪哈雅燈飾甚至展示「阿塔圖克」註2、「節省用錢」、「賭博摧毀人」、「購買國貨」、「照顧孤兒」、「道德是宗教的基礎」等。過去，瑪哈雅燈飾是油燈組成，現在則轉用電燈泡、LED燈，製造出更亮、更顯眼的視覺效果，它於日落開齋飯時點亮，一直到黎明破曉熄燈，溫馨地告訴大家：齋戒月是神聖的。

齋戒月的最後一夜，瑪哈雅燈飾亮起了「告別齋戒月」(Elveda ya Şehr-i Ramazan) 的訊息，人們看了湧起複雜的感受，如點燈的工匠覺得自己完成一件神聖的任務，路人回顧過去一個月的齋戒領受，虔誠的信徒進入清真寺，感覺從真主那裡獲得更大的力量，這些感覺讓他們懷着平安感恩的心，迎接開齋節(Eid al-Fitr) 的到來。

註1：瑪哈雅 (Mahya)，意思是「天空的字」。

註2：土耳其國父穆斯塔法·凱末爾·阿塔圖克 (Mustafa Kemal Atatürk)，1923年建立土耳其共和國。



Photo by Uğur Başak on Wikimedia Commons

天父，祢是世上的光，萬國都要來歸向祢。當黑暗遮蓋大地，幽暗遮蓋萬民，求祢顯現照耀，讓土耳其人不只看見節期中的燈，也遇見照進黑暗的真光，也就是耶穌基督。願神的話語不受攔阻，自由的在土耳其人中流傳；願聖靈開啟土耳其人的心眼，使他們得着在基督耶穌裡的救恩和永遠的榮耀。奉主耶穌基督的名求，阿們。



神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。我的心渴想神，就是永生神；我幾時得朝見神呢？我晝夜以眼淚當飲食。（詩42:1-3）

「水」(mayim)，常以複數形式出現，帶有流動、持續供應生命的意象；而「溪水」所指的是水道、溪旁或水邊之處。鹿所切慕的不只是水本身，而是能靠近水、得以存活的那個位置。這種渴望是帶着生存壓力的急切追尋。

詩人的生命停留在邊界之上，與他最渴望的對象之間，仍有一段距離。

信仰，有時正是活在這樣的邊緣。那裡，人幾乎放棄，也幾乎觸摸神。當信心只剩下眼淚，當人再無其他依靠，或許正是在這樣的邊界上，我們預備好遇見那位在曠野中與人相遇的神。



把人留下來的一杯茶

土耳其的待客之道與溫度

這天好冷，本貓蹣跚在一家店門口。這時，老闆拉了一個人進去，然後拿出一套茶具，泡起茶來，跟他聊個天南地北。土耳其人喝茶不分早晚，無論是早餐或飯後、忙碌中停下來，或是突然見到人，想要攀談，茶(çay)總把土耳其人拉在一起。

我喜歡看土耳其人喝茶。在家，他們用土耳其雙層茶壺(çaydanlık)泡紅茶，這種壺下半部供煮熱水，上半部茶壺(Demlik)盛裝濃縮的茶水，喝時可以泡出不同濃度。土耳其人喜歡現煮現熱，盛茶在鬱金香^註形狀的玻璃杯、琺瑯彩陶杯、瓷杯或銀杯中，搭配糖、檸檬片、果醬、果干等。

伊斯坦布爾也有「茶」的風景，在大巴扎(Grand Bazaar)，不時有小伙子提着有支架的圓托盤，把茶送到不同的店鋪；大街上的茶店，賣着蘋果茶、佛手柑茶、肉桂茶、石榴茶等等。土耳其的茶園(Çay bahçesi)，人們在綠樹成蔭下，遠離喧囂，放鬆暢談，真的好享受。

土耳其人一倒茶，氣氛馬上轉成溫馨、放鬆、親密，那種「來，喝杯茶，再說吧」，展現熱情、好客、款待。土耳其人談生意時，喜歡用茶潤澤關係，促成交易。記得，拒絕端來的茶是不禮貌的喔！難怪很多人說，土耳其的茶形成一種文化，賦予土耳其人強烈的文化認同感。

註：土耳其的國花是鬱金香(Lale，念作「喇咧」)。



Photo by Ankara'dan on Flickr



天父，祢要我們「互相款待，不發怨言」(彼前4:9)，因為這是愛的功課，接待客人便是展現上帝的愛，甚至「有接待客旅的，不知不覺就接待了天使」(來13:2)。願我們在款待中，學習跟土耳其人建立關係，也從喝茶中，體會到土耳其人的熱情。願我們突破種族、語言和文化的障礙，把上帝的愛分享給土耳其人。奉主耶穌基督的名求，阿們。



……神如此說：「我聽見了你的禱告，看見了你的眼淚，我必醫治你……」(王下20:5)

「禱告」(tefilla)不只是向神提出請求，也包含辨識、判斷、代求與自我省察的意義。

拉比魏斯(Avraham Weiss)進一步的詮釋，將tefilla與希伯來文nafal(跌倒、俯伏)連結，指出禱告同時也是人在神面前俯伏的經歷。禱告不只是懇求神為我們成就什麼，更是放下掌控，俯伏在他面前，感受他的同在與慈愛，確知自己並不孤單，因為神是親近並眷顧人的神。

直到生命走到「跌倒」之處，來到無法掌控的時刻，我們才開始貼近他的同在。人不再只是談論神，而是經歷他的親近。



11月10日 🌙 二 ✨ 伊斯坦布爾的光影、氣味與腳步聲

潔淨、靈性、社交的三重功能

土耳其浴

Turkish Hammams

我們的土耳其浴的澡堂，不是只有蒸汽浴、全身搓澡、淋浴和按摩等服務的澡堂，而是更多了一層宗教的潔淨和靈性功能。伊斯蘭教重視衛生和靈性，規定分娩、月經或性行為後，必須全身上下完全洗淨——大淨 (Ghusl)，才可以去禮拜。



伊斯蘭教早期，澡堂就成為穆斯林城市不可或缺的一部分，它們跟清真寺、商隊旅館、伊斯蘭學校毗鄰而建。許多情況下，建一座澡堂跟開辦一所學校同等重要。16世紀鄂圖曼帝國鼎盛時期，伊斯坦布爾有大約230家土耳其澡堂，現在剩下約60家。

本貓偷溜進澡堂時，最常對着圓穹頂的天花板發呆，天花板有控制蒸汽的功能，上面的星星狀小孔，既通風又採光，也防止天花板上的冷凝水滴到沐浴者身上。最重要的，在澡堂裡，那潮濕的水氣、冷熱的循環、水滴的聲音、蒸氣讓人毛孔放大，都讓淨身的人放鬆身心，安靜在沐浴中沉思，進入一種靈性修煉的狀況。

土耳其澡堂規定性別隔離，男女分開使用的時間或空間。平時，女性喜歡到土耳其澡堂聚集，這是她們在家以外自由社交的地方。星期四晚上，很多父親會帶兒子來到澡堂沐浴，共度親子時光，這也是他們跟別人聯誼社交的機會。



Photo by smkays2 on Flickr

天父，祢是聖潔的神，祢的律法、誠命，也是聖潔、公義、良善的。願祢的子民，全都是聖潔蒙愛的人，完全歸於祢、忠心順服祢、愛祢到底，以聖靈結的果子，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制，向土耳其人做出見證，證明祢是他們追求的聖潔的源頭。願祢為土耳其人開道路，使他們走入耶穌的羊圈，得享安息。奉主耶穌基督的名求，阿們。



你回去告訴我民的君希西家說，耶和華你祖大衛的神如此說：「我聽見了你的禱告，看見了你的眼淚，我必醫治你……」（王下20:5）

希西家的禱告發生在他生命瀕臨終點之際，是從生命邊緣發出的真實呼求。耶和華對他說：「我聽見了你的禱告」（tefillatekha），顯明神垂聽的不是「禱告的話」，更是人在他面前的真實與破碎。

當人來到一個地步，不再依靠自己的能力，言語也顯得不足，卻在那裡認出他是神，禱告便不再只是請求，而成為與父真實相遇之處。



朋友，你要這塊地毯嗎？

大巴扎的古味商販



「朋友，你要這塊地毯嗎？」「我不要。」「我有小一點的。」「我不用地毯。」「你喜歡哪一塊？」「我說了，不買的。」「告訴我，你喜歡什麼？」大巴扎的土耳其店員總是不厭其煩地攬客，當你眼睛一望向他，就逃不了他的連環追擊，不一會兒就提着一包兩包東西離開。

蘇丹穆罕默德二世於1453年征服君士坦丁堡後，需要財源維護聖索菲亞大教堂，便建了大巴扎。現在，大巴扎復蓋了61條街，有4千家店鋪、24個出入口，是個充滿古味的商販世界。一般上，外國人不懂土耳其話，又不像本地人知道行情、討價還價，容易成為「獵物」。或許，你被說話直接的土耳其男店員嚇到，他們看到路過的人就大叫：「朋友！你好！你從哪裡來？」；或許，你一進店，店員就一直在你身邊徘徊，他認為這是待客服務，卻讓你有壓力；或許，他們對你眉開眼笑，但當你買下東西，他即刻露出「走吧！再見！」的冷漠；或許，你東看西看得太久，最後不買，他們馬上對你不客氣，但不要因此覺得被冒犯，那是土耳其男人的個性——熱情奔放、情感豐富、愛面子、講求關係，他們的臉總是藏不住情緒，說話和動作激烈。本貓啊，已經見怪不怪，習慣就好。

天父，祢的福音要叫被擄的得釋放，瞎眼的得看見，受壓制的得自由。求祢讓土耳其人聽懂福音，除去遮蔽他們蒙臉的帕子，開啟他們的心眼，看到祢的榮耀，便與萬民同聲讚美祢：「阿爸，天父！」即使在這個無法公開傳講福音的國家，願神為福音開大門，好叫工人有機會撒下福音種子。願主和他們同工，並用許多神蹟來證實他們所傳的道。奉主耶穌基督的名求，阿們。



所以我告訴你，她許多的罪都赦免了，因為她的愛多；但那赦免少的，他的愛就少。於是對那女人說：「你的罪赦免了！」（路7:47-48）

明知故犯的罪並非單靠獻祭能解決。這樣的罪唯一合理的回應就是悔改 (teshuvah) ——包括懊悔、認罪、決心不再犯同樣的罪，其結果是神會赦免並寬恕人。換言之，單單獻祭是不夠的，因為故意犯罪觸及的是人的品格與誠信。

罪破壞了信任、誠實、合一與公義。我們悔改，是因為罪已經傷害了我們自己。我們需要被醫治，需要重新成為完整，也需要被潔淨。

當你意識到自己的錯，不要只停留在懊悔，要求神幫助你作出一個具體的、真正的回轉。





11月12日 🌙 四 ★ 伊斯坦布爾的光影、氣味與腳步聲

伊斯坦布爾的拜占庭光輝

踏過早期基督教的足跡

很多基督徒來土耳其，喜歡看基督教遺跡（對！已經是過去的歷史）。當本貓蹲坐在聖索菲亞大清真寺，就常聽到有人說：「唉！怎麼教堂成了清真寺，門票25歐元，又不能參觀大部分底層區域，只能參觀上層的迴廊，實在太那個了！」

其實，伊斯坦布爾還有其他基督教遺址，如庫姆卡普街區的「小聖索菲亞」清真寺，也有舊日拜占庭的影子，它前身為聖塞爾吉烏斯和聖巴克斯教堂，於16世紀初鄂圖曼帝國時期，改為清真寺。今天，你還可以在清真寺的門口牆上，看到洋灰蓋上的聖像殘跡。大約10公里外，德爾維什阿里街區的卡里耶清真寺，曾是科拉教堂，收藏了精緻的聖經圖像馬賽克。16世紀初，它被改建為清真寺。

靠近瓦倫斯水道橋，薩拉查內 (Sarāthane) 街區有個聖波利厄克特斯拜占庭教堂遺址，當初由貴族婦女茱莉安娜，於西元524~527年興建，曾是君士坦丁堡最奢華的教堂，如今只是廢墟。

諷刺的是，1204年第四次十字軍東征，基督教騎士洗劫君士坦丁堡，才是這個城市最受破壞的一次。

天父，耶穌說他的國不屬這世界；他的到來，是為真理作見證，凡屬真理的人就聽他的話。願君士坦丁堡的淪陷，成為一面鏡子，提醒我們，長存的是耶和華的慈愛，不是世上的東西，因為最大、最奢華的教堂，有一天也會成為廢墟，而恨惡耶和華的人必在祂面前屈膝投降，永遠沉淪，但愛神的人必永久長存。奉主耶穌基督的名求，阿們。



所以我告訴你，她許多的罪都赦免了，因為她的愛多；但那赦免少的，他的愛就少。於是對那女人說：「你的罪赦免了！」
(路7:47-48)

人或許會感到懊悔，也可能會鼓起勇氣認罪；但真正困難的，是決心不再回到同樣的罪中。人很容易為自己的再次跌倒預留空間，正因如此，悔改 (teshuvah) 常常沒有完成，因為我們容許自己復發，沒有真正作出「不再如此」的決心。

真正的問題是，我們是否願意在自己和神面前被完全認識，是否願意站在光中，讓自己真正被看見。

安靜面對神，問自己：是否有一個我仍不願讓光照進的地方，並把它誠實帶到他面前。





11月13日 🌙 ★ 五 ★ 伊斯坦布爾的光影、氣味與腳步聲

伊斯蘭之城，一個帝國的崛起

伊斯坦布爾

伊斯蘭教先知穆罕默德在聖訓，強調征服君士坦丁堡^{註1}的重要：「君士坦丁堡一定要被征服，征服者將是一位多麼受祝福的領袖，他的軍隊也將受祝福的！」^{註2}

過去曾有一千年，這裡是基督教世界的中心；近500年來，它又是歷史上最輝煌的伊斯蘭帝國的首都。老貓總是不厭其煩地告訴我這隻胖貓，伊斯坦布爾多輝煌偉大。早期聖訓和伊斯蘭文獻都鼓動穆斯林攻占拜占庭，成功者將獲得巨大的物質和靈性好處。看來，拜占庭帝國是當時伊斯蘭教向西傳播的頑梗障礙。結果，從先知穆罕默德在世，到四大哈里發時期，穆斯林一心要攻下拜占庭帝國。

多年來，君士坦丁堡遭四面圍攻、拜占庭帝國的內部腐敗與政治鬥爭，還有無能的皇帝，最後帶來沉重的打擊——1453年5月29日，21歲的蘇丹穆罕默德二世，率領鄂圖曼軍隊，攻占君士坦丁堡，一千多年歷史的拜占庭帝國走向終結。

君士坦丁堡落入鄂圖曼帝國之手後，人們按舊名稱她為康斯坦丁尼耶 (Kostantiniyye)，但對許多鄂圖曼人來說，這個大城是「İslambol」——充滿伊斯蘭教的城市，是真主賜予鄂圖曼帝國的禮物。後來，這個名稱就逐漸演變為土耳其語的「伊斯坦布爾」(İstanbul)，直到今天。

註1：伊斯坦布爾的前身是拜占庭帝國的君士坦丁堡。

註2：這句著名的「征服聖訓」，受到伊本·阿卜杜勒巴爾·納馬裡、穆罕默德·扎哈比、努拉丁·海賽米、賈拉魯丁·蘇尤提和穆罕默德·穆納維等權威的伊斯蘭學者證實。



天父，我們在上是客旅，是寄居的；我們在世的日子如影兒，不能長存。祢是世上的光，萬國都要來歸向祢，願土耳其人被祢光照，看到耶穌基督才是他們最大的禮物，因為在主裡有公義、有憐憫、有恩典、有供應，凡勞苦擔重擔的人，都可以到耶穌的懷裡，得享安息。奉主耶穌基督的名求，阿們。



所以我告訴你，她許多的罪都赦免了，因為她的愛多……」（路7:47-48）

「愛多」(egapēsen poly)，從耶穌的希伯來語境來看，「愛」可從 'ahav 理解。這種愛不停留在思想或觀念，而是從內心湧出的渴望，推動人採取行動抓住所愛的對象，並在這份關係中尋求喜樂。

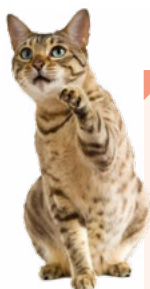
這女人的愛不是抽象的，而是有具體的行動回應的。她因為經歷了主的赦免，便整個人回應那位赦免她的主。

思想你曾被主赦免的一件事，讓感恩轉化為行動，具體地回應神的愛。

征服君士坦丁堡的象徵

聖索菲亞大清真寺

2020年7月24日，本貓和貓貓同伴議論紛紛，因為這天聖索菲亞從博物館變為清真寺。當教士們誦讀古蘭經時，耶穌、馬利亞等基督教的馬賽克鑲嵌畫和壁畫，被帷幔遮蓋着。



聖索菲亞的意思為「神聖的智慧和」。532年，查士丁尼一世決定重建兩次毀於暴動的聖索菲亞。6年後建成時，他驚嘆道：「榮耀歸於上帝。哦，所羅門，我超越了你！」所羅門，指的是建造第一聖殿的所羅門王。我想，查士丁尼如此自豪，應該是他請了數學家 and 物理學家，利用球面三角形（拱肩）的原理，撐起巨大的圓穹，把重量平均分配到四邊的巨柱上。聖索菲亞按照複雜的幾何、光學和結構工程，使圓穹「飄浮」空中，美得令人屏息。

1453年，鄂圖曼征服君士坦丁堡之後，每位蘇丹都努力使聖索菲亞大教堂更美麗、「伊斯蘭化」和完整，如增加壁龕、講壇、宣禮塔、淨身池、伊斯蘭學校、圖書館、廚房等等。而且，蘇丹們也裝上土耳其藝術最優雅的代表作品，如書法、藝術瓷磚，精緻程度讓人着迷。

2020年，聖索菲亞成為清真寺時，國內外都有人反對，但支持者認為這是土耳其巨大的民族和宗教榮耀。

天父，當年查士丁尼一世皇帝自誇超越所羅門王，最後聖索菲亞落入鄂圖曼帝國手中，改為清真寺，成了被征服的象徵。主啊，求祢保守我們謙卑，因為我們在世，只不過是勞苦愁煩，轉眼成空。願土耳其人的視野超越種族和宗教，從更寬廣的歷史脈絡，認識到耶和華是生命的主宰，回轉來相信祢。奉主耶穌基督的名求，阿們。



所以我告訴你，她許多的罪都赦免了，因為她的愛多……」（路7:47-48）

「愛多」需要從希伯來語 'ahav 來理解，這是整個人被觸動，產生深切的渴望，並推動人為愛的對象行動。這女人的愛，是內心深處對主的真實回應。

也許，人要經歷主赦免的愛，最大的障礙就是害怕！我們想維持鏡中那個看似完整的自己，不願承認裡面其實是破碎的。我們害怕真正去愛，因為愛需要完全脆弱；而脆弱就意味着可能被拒絕、被忽略、被定罪。

然而，赦免臨到的地方，正是人願意脆弱、願意被看見之處。



餐桌上的麵包比帳單輕

萎靡不振的土耳其里拉

一張面值100元的土耳其里拉掉在地上，鈔票上面，慄慄的阿塔圖克露出自信的微笑。1923年，阿塔圖克帶領人民走出崩解的鄂圖曼帝國，建立新的國家——土耳其共和國。1946～1960年間，2.8里拉等於1美元，但到了2004年，135萬土耳其里拉才能兌換到1美元，里拉貶值到必須重新面值。

2005年，政府推出新土耳其里拉，去掉了6個零，也就是百萬歸為1，但是土耳其里拉繼續貶值，還屢創新低。到了2026年，大約45土耳其里拉才兌換得1美元（相等於2005年的4,500萬里拉）。可見20年來，土耳其里拉兌換美元的匯率，已下跌接近100%，成了世界上極其廉價的貨幣之一。

多年的通貨膨脹，掏空了土耳其的經濟。伊斯坦布爾的物價跟倫敦差不多，甚至更高！今年4月，在廉價餐廳一人用餐至少要500土耳其里拉（近11美金），市中心三房公寓的月租是88,133土耳其里拉（近1,965美金）。伊斯坦布爾街頭販售的土耳其傳統麵包圈（Simit），是物價上漲的指標，不到5年，這種麵包圈從3里拉，漲到20里拉（0.45美金）。難怪很多市民感嘆：「領最低工資，每個月都入不敷出。」

什麼是重新面值？

指在不改變貨幣購買力的情況下，按特定比例縮小舊鈔面額，並發行新貨幣來替換原有貨幣。

為什麼國家貨幣需要重新面值？

解決惡性通貨膨脹。長期的物價上漲會導致鈔票面額變得極小。當買一顆蘋果需要幾百萬元時，會造成民眾攜帶大量現金的不便，同時也會超出一般計算機或收銀機的位數限制。

天父，土耳其里拉多年嚴重貶值，引起高度通膨，物價上漲。求主憐憫土耳其百姓，他們必須勒緊腰帶過日子，常常入不敷出。當他們為經濟擔心時，願祢為他們開路；當他們終日憂愁時，願祢賜下亮光，叫他們找到耶穌基督，得到平安、喜樂、豐盛的恩典。奉主耶穌基督的名求，阿們。



他夜間起來，帶着兩個妻子，兩個使女，並十一個兒子，都過了雅博渡口。（創32:22）

雅博不只是地名，它也是一個轉折之地。這字的古老字形含有「家」與「背後」的圖象，像一個介於過去與未來之間的地方。此時，雅各要離開從前的生命，卻還看不見將來的自己。雅博成為被倒空之地：人在那裡失去原本依靠的東西，好讓另一種生命可以開始。

雅各在夜間起來，把妻子、使女、孩子和所有財物都帶過渡口。可是，他自己又回來了。這看起來不像軍事策略，因為雅博不是寬闊的大河，即使家人和財物在另一邊，也仍然可能受威脅。經文似乎刻意讓我們看見：雅各不是在作戰略安排，而是被帶到一個必須獨自面對自己的地方。

當你被帶到一個無法依靠過去、也看不見未來的位置時，不要急着逃離，這很可能正是神要開始新工作的地方。

廣場的呼喊仍盤旋塔尖

2025年街頭抗議

2025年3月19日，伊斯坦布爾非常不寧靜，警方突然以貪腐和資助恐怖主義等罪名，拘捕了市長伊瑪莫魯。人們不滿，上街示威遊行，呼籲釋放伊瑪莫魯，因為他即將被提名為總統候選人，拘捕他等同於政治打壓。

55歲的伊瑪莫魯，是總統埃爾多安 (Recep Tayyip Erdogan) 最強勁的政治對手。2019年，他擔任伊斯坦布爾市長後，以務實的執政，跨越種族、教派和政治界限，贏得了土耳其人的讚譽。2024年，當他再次當選市長時，總統埃爾多安及其政黨非常震驚。伊瑪莫魯坐牢之後，面對超過140項指控，檢方要求判處最高2,430年的監禁。今年3月19日，伊瑪莫魯被捕一周年，數千人湧上伊斯坦布爾的街頭，吶喊要求司法公正。不過，政治分析人員表示，伊瑪莫魯應該無法參加2028年總統大選。

土耳其政治學者切維克 (Salim Çevik) 認為，近年來土耳其越來越專權，伊瑪莫魯不是首個被捕下獄的反对派人物。過去，庫德族的政治人物就一直遭到拘捕下監。土耳其政府操控司法和媒體，拘留異議人士，沒有言論自由，這些都是土耳其政治根深蒂固的特徵。但是，土耳其仍然有一個制度，使國家保持某種程度的民主——選舉。



Photo by Macmuk on Wikimedia Commons

天父，願祢引導土耳其每一位執政掌權者，從執政黨到反對黨、國家最高領導人到地方議會議員，使他們敬畏祢，行祢眼中看為正的事。願當權者，不受腐敗、自私與野心的侵害。願無辜遭受打壓下獄的人，得到公正的審訊，獲得釋放。求主使土耳其走在公正和慈悲的道路上，使國家穩定、百姓得享平安。奉主耶穌基督的名求，阿們。



只剩下雅各一人。有一个人來和他摔跤，直到黎明。(創32:24)

「剩下」(yatar) 這字也可衍生出「豐富、優勢、卓越、利益」等觀念。雅各一生善於計算、操作、累積，把危機變成優勢，現在一切都過去了。他的妻子、孩子、財物都在另一邊，黑夜中只剩他一個人。他成了自己一生勞碌之後，最後留下的那一個。

「獨自一人」(lebaddo) 不只是安靜獨處，也有「分開、隔離、遺棄」的意味。雅各獨自回到這一邊，似乎是仍有未完成之事。他必須回到過去與未來分界之處(雅博)，面對自己生命的空洞。那裡沒有家人、財物、計策、可依靠的群體，從前那個雅各已被剝剩一個赤裸的自己。就在那裡，他與神相遇。結果他過去所依靠的必須被擊敗，才能離開這個地方。

當你在「雅博」被迫面對沒有遮掩的自己時，不要急着掩蓋，讓神在那裡觸及你最真實的生命吧！

無法縫合的裂縫

震後重建



2023年2月，土耳其南部的大地在寒夜中劇烈震動，城市傾倒，家園化為瓦礫，無數家庭一夜之間，失去了可以回去的家。

對外界而言，地震似乎早已過去；但對災民來說，災難並沒有翻頁，他們仍走在一條漫長而艱難的重建之路上。災後初期，政府迅速設立帳篷城與貨櫃城，作為緊急安置空間。那些原本只是暫時遮風避雨的地方，卻漸漸成了許多人長期生活的住所。

地震發生兩年後，仍有超過60萬人住在貨櫃安置區，等待真正安穩的居所。重建工程雖持續推進，但回家的路依然遙遠。到了2026年，官方表示已有數十萬套住宅與商鋪完成分配，然而仍有超過36萬人生活在貨櫃城中。

災民不只需要房屋，也需要安全的環境、道路、學校、醫院等基礎設施。更深的，許多人活在失去親人的哀痛、深夜驚醒的恐懼，以及對未來的不確定感。他們等待房子，也等待內心慢慢重新站起來，重新找回盼望。

天父，懇求祢憐憫那些仍在等待安穩居所的人，為他們預備安全、穩定的家，使他們早日離開臨時安置區，重新開始正常的生活。求父親自安慰失去親人和家園的人。祢知道他們的悲傷、恐懼與疲憊，求祢修復破碎的城市，醫治受傷的心靈。求父差派教會成為光與鹽，關心、陪伴並照顧有需要的人，使人在苦難中感受到基督的愛，經歷神的恩典與信實。奉主耶穌基督的名求，阿們。



他夜間起來，帶着兩個妻子，兩個使女，並十一個兒子，都過了雅博渡口……只剩下雅各一人。有一個人來和他摔跤，直到黎明。（創32:22、24）

雅博渡口不是大家可以一起去的地方。那是每個人只能獨自去的倒空之地。當我們一切所建造的生命都不再有用，當關係、財物、身分、能力都不能替我們承擔時，我們就來到自己的雅博。在那裡，我們與神作最後的爭戰，也與那個被留下來（yatar）的自己爭戰。

結果其實無法避免。若要離開雅博，我們必須蒙福；但這祝福不會沒有傷痕。雅各離開時是瘸腿的。你和我若真正經過雅博，也不可能毫髮無傷。神的祝福常在破碎之後臨到，而那破碎也成為我們生命中永遠的記號。

不要害怕生命中的傷痕，讓它提醒你曾在何處被神觸摸，也讓它成為你持續依靠他的記號。

城裡的月光照不亮故鄉

當接待開始成為負擔



土耳其多年來承接大量難民與遷徙人口，「接待」早已不只是短期的善意，而成了一段漫長而複雜的共同生活。起初，人們因憐憫而敞開家門；但隨着時間過去，壓力、疲憊與資源競爭的張力也逐漸浮現。

然而，福音仍不斷提醒人：即使疲憊，也不要忘記彼此仍是鄰舍，是神所記念的人。

在這樣的環境中，土耳其的基督徒群體雖然人數不多、資源有限，卻多年來持續陪伴受苦的人。他們服事穆斯林、基督徒、雅茲迪人^註等不同背景的難民，不因宗教或族群而區分。有些教會開放聚會空間接待敘利亞難民；有些協助來自伊朗、伊拉克與阿富汗的家庭重新安頓；也有人在寒冬裡送衣物、奶粉、尿布與食物。

多年來，許多土耳其基督徒逐漸取得難民、營地管理者，甚至地方官員的信任。因為人們看見，他們所活出的，不只是短期援助，而是長久真實的陪伴。

註：庫德族的分支。2010年代中期，伊斯蘭國在伊拉克北部辛賈爾地區對雅茲迪人進行種族滅絕，使許多雅茲迪人逃離家園，成為難民。

天父，求祢安慰所有活在不安與漂泊中的難民，為他們預備接待與照顧的人。也求祢加添力量給那些多年接待，如今感到疲憊與壓力的本地居民，賜下超越恐懼與怨懟的憐憫，使人在張力之中，仍願意接納與扶持弱勢的人。願祢堅固當地教會，在漫長的服事中不灰心、不孤單，並賜下足夠的人力、資源與智慧，繼續陪伴許多難民家庭，成為祢恩典與福音流通的管道。奉主耶穌基督的名求，阿們。



只剩下雅各一人。有一個人來和他摔跤，直到黎明。(創32:24)

夜裡，有人迎面遇見雅各。「人」(ish)按一般詞典和語法，自然可譯為「一個人」或「一個男人」；然而，這個詞也可以從關係與身分的角度來理解。人不只是由外在條件構成，他的身分同樣由他與他人、與自己、與神的關係所形塑。

若從這個角度來看，雅各那一夜所面對的，不只是一個神祕的對手，也象徵他與自身身分的爭戰。這不是一場普通的相遇，而是他與過去那個習於掌控、計算、抓取祝福的自己正面對峙，是一場發生在舊身分與新身分交界處的爭戰。這場摔跤最終帶來的，不是單純的勝負，而是一個新的名字。

當你感到內在拉扯時，不必急着壓抑或逃避，思想神是否正透過這場爭戰，重新塑造你的身分。

約翰的信沒有停在第一世紀

從亞細亞七教會到今日土耳其

當年約翰寫給亞細亞7間教會的勸勉、安慰、責備與應許，不只是對幾座古城發出的信息，也仍在對每一個世代的教會說話。

七教會位於今日土耳其西部，多數早已成為考古遺址，或隱沒在現代城市的角落之中。唯有士每拿(伊茲密爾, Izmir)，仍保留着一條細而堅韌的信仰脈絡。

伊茲密爾天主教總主教馬丁·克梅特克(Martin Kmetec)曾提到，伊茲密爾教會是啟示錄七教會中，唯一延續至今，仍持續存在的教會群體。今天，在這座城市，天主教、聖公會、東正教與福音派群體仍然聚集敬拜；會眾中有長居者、本地居民，也有學生、旅人與外來移民。

近年來，伊茲密爾的教會接待許多來自非洲、中東及其他地區的基督徒難民與移民。對許多人而言，教會不只是聚會場所，更是在異鄉維繫信仰、身分與彼此扶持的家。

當年，主稱許士每拿教會患難中仍忠心到底。今天，這份見證仍未熄滅。雖然教會人數不多、資源有限，但依然在接待、聚集、陪伴與守望中，安靜地持守着信仰的燈火。



天父，祈求土耳其不只保存七教會的遺跡，也重新成為聽見主聲音的土地。願當年寫給眾教會的話，今天仍臨到土耳其微小的信徒群體、尋找真理的人、疲憊的城市與動盪的社會。求主記念那些仍在少數與壓力中持守信仰的教會，願祢親自堅固他們，在有限的資源中，活出基督的愛與真理。求主提醒我們，今日祢仍然行走在眾燈臺間，祢沒有忘記土耳其，也沒有忘記這片土地上的百姓。願福音再次傳遍土耳其的城市與鄉村，使更多人在黑暗與動盪中，看見基督的光。奉主耶穌基督的名求，阿們。



只剩下雅各一人。有一個人來和他摔跤，直到黎明。(創32:24)

「直到黎明」(‘ad alot hashshahar)，其中‘ad alot有「直到上升」之意，指時間不斷推進；shahar指破曉、日出前的時刻。這不只是時間的描述，也帶出一種張力：黑夜尚未結束，光卻即將臨到。

古代近東的語境中，「黎明」有時也與神祇的意象相關，使這句話帶有一層隱約的象徵。雅各的爭戰，不僅持續到天亮，也可能暗示他正在與舊有的生命模式對峙：過去的影響、異教世界的殘餘，以及那種習慣掌控一切的方式。

那一夜，是一個轉換的過程：從掌控走向順服，從自我主導轉向倚靠神，從可見的策略轉向不可見的信靠。黎明不只是時間的結束，更是生命方向的轉變。

每個人在生命的深夜中，都可能被帶到這樣的地方，與舊我、恐懼、掌控，以及神本身摔跤，直到黎明來臨。

被忽略的民族

拉茲人

Laz People

提起土耳其，人們往往想到總統埃爾多安——一位在國際舞台上備受關注的強勢領導人。然而，相較於他鮮明的政治形象，他所出身的族群——拉茲人，卻鮮少被提及。這種「被略過」，正反映出這個民族長期處於邊緣與隱形的處境。

拉茲人主要分布在土耳其東北部黑海沿岸與格魯吉亞邊境，屬南高加索民族，與格魯吉亞人有親緣關係。他們原有自己的語言——拉茲語，但在現代化進程中，年輕一代多轉用土耳其語，語言與文化逐漸式微。歷史上他們曾住在科爾基斯地區（今格魯吉亞西部黑海沿岸），後歷經拜占庭帝國與鄂圖曼帝國的統治，拉茲人逐漸伊斯蘭化並土耳其化。

信仰上，拉茲人幾乎全屬伊斯蘭教遜尼派。對他們而言，信仰不僅是宗教選擇，更深深嵌入家庭與群體身分之中。他們並非完全未曾聽聞福音，而是在熟悉中產生抗拒，在文化中形成封閉——因此，成為一個仍有待被深入理解與接觸的未得之民。



天父，求祢親自開啟拉茲人的心，拆毀他們對基督信仰的偏見，使他們不再以宗教標籤來認識祢，而是親身經歷祢的真實。也求祢保守那些正在尋求祢的拉茲人，在壓力與掙扎中有勇氣與堅定進入在基督裡的新生命。感謝主，祢也愛與顧念祢所造的拉茲人。奉主耶穌基督的名求，阿們。

只剩下雅各一人。有一個人來和他摔跤，直到黎明。（創32:24）

「摔跤」（'abaq）在雅歌3:6有一個拼法相同的詞，意思是「香粉」或「塵末」。若'abaq讓人聯想到塵土，也許雅各是在與自己爭戰，與自己從塵土而來的本源爭戰。換言之，他面對的，是自己多年來塑造出的性格：計算、操控、自我倚靠，以及把一切處境轉化為自身利益的能力。

如果這樣理解，雅各回到河的空曠一邊，就不只是地理上的返回，而是回到內在深處。他必須面對那個由過去經歷、家庭傷痕、欲望與策略塑造出來的自己。

這也可能是我們每個人的雅博之夜。當我們來到生命的邊界，準備進入神的應許之地時，會發現有些東西不能帶過去。那些我們親手養成的恐懼、控制，和隱藏的敵人，都必須被留下。

雅各不能帶着舊雅各過河，我們也不能帶着舊我進入新的生命。有時，最難面對的敵人不是外面的人，而是自己。

在同化中消失

波馬克人

Pomak People



土耳其社會中，有一群人幾乎不再以自己的族名被提起。他們與周圍人看似沒有差異，卻擁有不同的歷史背景。這群人，就是波馬克人。

波馬克人原本生活在歐洲的巴爾幹地區，因19~20世紀的動盪，他們遷入土耳其，如今人數估計約在60萬左右，是全球規模最大的波馬克群體。

他們普遍信奉遜尼派伊斯蘭教，長期在制度、教育與文化的影響下逐漸融入主流社會，歸入「土耳其人」，僅少數仍保留「波馬克」的身分認同。語言的轉變尤為明顯：老一輩仍掌握波馬克語，但中青年多只被動理解，日常生活幾乎完全轉用土耳其語。

部分巴爾幹傳統（如手工織布）仍在個別地區延續，但已逐漸轉為地方性技藝。一些節日如埃德雷齊（Ederlez）仍被紀念，傳統習俗以更隱性的方式延續，呈現出一種「去公共化」的存續狀態。

他們沒有鮮明的群體標誌，也不被單獨辨識，因此成為「看不見民族」。他們真實地存在於社會之中，卻在同化中逐漸淡化。

天父，我們要為波馬克人禱告。他們在歷史的洪流中慢慢被主流社會所同化，他們的語言和文化，還有民族身分在逐漸消退中，成了低可見度的少數族群。但我們感謝祢，因為祢從高天之上看見了他們，祢沒有遺忘他們。求祢透過他們家庭中的節日和習俗提醒他們的民族身分，幫助他們在尋找自身歷史背景的過程中能夠接觸福音，在基督的光中找到真正的身分和歸屬。奉主耶穌基督的名求，阿們。



你曉諭以色列人說：若有人在耶和華所吩咐不可行的什麼事上誤犯了一件。（利4:2）

我們常以為，只有故意做錯的事才需要赦免；但聖經提醒我們，即使不是出於故意，仍然可能構成罪。

即使當下並不知情，錯誤仍然已經發生；即使人說「我不是故意的」，也無法將自己與行為的後果切割。非故意之罪仍需贖罪，正因為人的行動會在世界上留下真實的痕跡，帶來實際的破壞。

若神的妥拉是標準，無知是否足以使人免於面對神的審視？

這段經文提醒我們，罪不只是有意的悖逆，也包括未按神的吩咐而行。人需要的不只是良好的動機，更需要讓神的話光照生命，使人認出自己的偏差，並在察覺之後回到神面前，尋求潔淨與恢復。

山風記得他們的名字

庫爾德人

Kurd People

庫爾德人是中東地區現存最古老的民族，人口約3,500萬。他們生活在土耳其、伊拉克、伊朗、敘利亞四國交界的褶皺地帶。

為了成為獨立國家，庫爾德人在過去一世紀做過無數次嘗試。1920年，一戰結束後簽訂的《色佛爾條約》曾明確提出庫爾德自治區的構想。3年後，《洛桑條約》取而代之，該條款被徹底刪除。此後，庫爾德人被劃入各國版圖。在土耳其，他們歷經了語言被立法禁止的失語歲月，民族身分也在官方中長期被否認。

他們的回應方式不一。有人選擇反抗——成立庫爾德工人黨並開始武裝鬥爭；有人走進會議——土耳其庫爾德政黨長期在法律邊緣尋求合法空間；也有人離開山地，遷入城市，在伊斯坦布爾、巴格達、科隆做生意、打工、讀書，在異鄉維持自己的語言和社群。

敘利亞內戰期間，庫爾德武裝作為抗擊伊斯蘭國(ISIS)的地面主力，人員傷亡慘重。戰後，他們控制的地區再度面臨土耳其軍事壓力。而這對歷史上長期游離的庫爾德人來說，似乎已是家常便飯。在民間，他們流傳着這樣一句話：「除了大山，我們沒朋友」。

天父，求祢記念這群堅韌的庫爾德人民，讓他們看見祢為他們擺設的豐盛宴席。不管外界環境如何震盪，神已預備了永不震動的國度！求主安慰那些疲憊孤獨的心，讓他們認識祢是那位有憐憫、有慈愛、不離不棄的天父。祢也來繼續帶領他們，在尋求歸屬的旅程中不失去盼望。求主軟化那些因權力剛硬的心，賜給政府智慧和愛心，帶着尊重、同理和謙卑接納庫爾德人。奉主耶穌基督的名求，阿們。



耶和華如此說：脫離刀劍的，就是以色列人，我使他享安息的時候，他曾在曠野蒙恩。(耶31:2)

「安息」(raga)是一個難以簡化的詞。在舊約中出現15次，卻呈現出兩種看似相反的意思：一方面指安息、靜止、安穩；另一方面也可指被激動、被喚起、突然行動。它的意義，必須由上下文來決定。

這節經文中，多數理解為「安息」。以色列人在刀劍之後倖存，在曠野中蒙恩，尋找安歇之處。這樣的畫面帶來安慰。但若同時保留「被激動起來」的含義，那麼這段經文不只是在描述神安撫受創的百姓，也是在指出：神在曠野中重新喚醒他們，使他們承接新的生命。

我們常以為自己最需要的是休息。走了太長的路，承受太多的重擔，似乎只想停下來。然而，也許我們同時需要的是被更新、被點燃，被重新喚起內裡的生命力。神所賜的安息，不只是停止，更可能是一種重新開始。

近代史上最悲劇的民族

扎扎人

Zaza People

扎扎人生活在土耳其東部山區，人口估計在200~400萬之間。他們說扎扎語，一種屬於伊朗語族的獨立語言，至今沒有被國家法律承認，也沒有統一的書寫系統。長期以來，土耳其將境內少數族群統一納入「土耳其」的框架，扎扎人的獨立身分在官方敘事中幾乎不存在。

扎扎人傳統上以山地農耕和畜牧為生，石砌村莊散布在險峻地形之間。他們的信仰多數屬於伊斯蘭阿列維派，帶有濃厚的泛神論色彩。他們的生活以阿列維派的聚會儀式(Cem)為核心，男女圍坐在一起，在長頸彈撥樂器薩茲琴(Saz)的伴奏下，通過吟唱神祕主義詩歌和跳精神舞蹈(Sema)來親近上主。

土耳其建國初期，為了保證國家安全，制定了激進的「同質化」國策，任何不講土耳其語，不信奉正統伊斯蘭教的族群都變成了威脅。1937~1938年，土耳其政府對爾西姆地區的阿列維派的扎扎人實施大規模屠殺，導致約1.3~4萬名貧民死亡，數萬人流離失所。這段歷史在土耳其沉默了數十年。直到2011年，土耳其總統埃爾多安才公開道歉，稱其為「近代史上最悲劇的事件」。

天父，願祢借着祢所造的自然山川，向扎扎人啟示祢自己，引領他們認識祢是唯一真神，是創造萬物的主，萬物皆屬於祢。主啊，儘管扎扎人在土耳其的官方敘事中是不被承認的民族，但祢不僅認識他們，在祢的國度裡，祢也早已給他們預備位置。祢就差派祢的工人到他們中間傳講福音，願他們歡喜領受耶穌基督已為他們流的血，使他們得着新生命。也願這個經歷重大創傷的族群，能因主耶穌所受的鞭傷得着醫治，被重建在基督穩固的房角石上。奉主耶穌基督的名求，阿們。



但耶和華因你們的緣故向我發怒，不應允我，對我說：「罷了！你不要向我再提這事。」（申3:26）

聖經中的領導，從來不是英雄崇拜，而是代價與承擔。摩西因以色列人的緣故，無法進入應許之地。這看似令人困惑：若神強調各人為自己的罪負責，為何領袖仍要承擔群體後果？

猶太思想中，一個人若有能力阻止罪，卻沒有阻止，就要為此負責。這讓責任不只停留在行動本身，也延伸到「可以介入卻選擇沉默」的時刻。

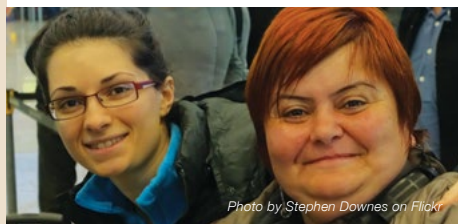
這樣的觀念並不容易接受。領袖之所以承擔，不是因為所有的錯都出於他，而是因為他被放在一個能影響、提醒、攔阻與帶領的位置上。當他未能在關鍵時刻發聲或行動，這份缺席本身就成為責任的一部分。

因此，領導從來不只是被看見與被肯定，更是被託付去背負與守望。聖經領袖不是被高舉來受崇拜的人，而是被呼召在前面承擔重量的人。

沒有消失的人

土耳其亞美尼亞人

Armenians in Turkey



行走在伊斯坦布爾的街頭，你能看到洛可可風格的多瑪巴切皇宮，輕盈優雅的奧塔科伊清真寺，這些建築將東西方審美完美結合，定義了土耳其這座城的感官記憶。不過很少有人知道，這些建築均出自於亞美尼亞建築師之手。

亞美尼亞人作為土耳其的原住民族群之一，已經在這片土地生活了四千多年。古代亞美尼亞是世界上第一個將基督教定位國教的國家，就連亞美尼亞字母最初也是為了翻譯聖經而創造的。今天，他們依然在學校教亞美尼亞語，用亞美尼亞語出版雜誌、在教堂唱亞美尼亞聖歌。

1915年，始於伊斯坦布爾的亞美尼亞大屠殺將兩百萬名亞美尼亞人壓縮成數萬人，原本遍布小亞細亞的亞美尼亞社區幾乎悉數毀滅，伊斯坦布爾成為他們留在土耳其的最後一座「孤島」。如今，不少亞美尼亞人在公共場合傾向於保持低調，甚至會使用土耳其化的名字以避免歧視。但另一方面，在土耳其東部，越來越多原本偽裝成穆斯林的亞美尼亞後裔，也開始重新公開自己的族裔身分。

天父，我們看到亞美尼亞人在過去歷史中受到的傷害，求主醫治那些因着歷史遺留問題而憂傷恐懼的心，祢的愛就來光照他們，並因着祢所賜的新身分，不論在任何地方都能站立得穩。主啊，祢也看到世世代代亞美尼亞人生命的韌性，求主繼續保守他們的身分、文化、語言，賜福於他們的社區和學校，讓每一天的生活與工作都與祢有真實的相遇。求祢也賜給他們智慧和力量，將古老的身分化作前行的動力，在這片土地上作祢不滅的見證！奉主耶穌基督的名求，阿們。



耶和華如此說：脫離刀劍的，就是以色列人，我使他享安息的時候，他曾在曠野蒙恩。（耶31:2）

當人走了太長的路，做了太多的事，承受太多的重擔，也累積了許多困惑時，我們究竟需要什麼？

真正的安息，可能不是麻木地停止，而是在神面前被重新整理、重新激動、重新預備。安息日 (shabbat) 正是這樣的節奏：它既是停止，也是更新；既是安歇，也是重新得力。

為什麼以色列人在曠野尋找安息？曠野看起來並不像安息之地。它充滿危險，需要人時刻警醒、勞作，才能存活。但正是在曠野，人最清楚知道生命不在自己手中。在那裡，人不能再按自己的方式掌控，只能學習信靠神的供應。

曠野不是居所，卻是學習信靠的地方。人或許必須進入這樣的境地，才能真正經歷從神而來的安息與更新。神所賜的安息，不只是讓疲憊的人躺下，更是使疲憊的人被喚醒，重新有力量前行。

洛桑條約底下的世仇

土耳其的希臘人

Greeks in Turkey

1923年，土耳其和希臘政府簽署《洛桑條約》，決定用宗教來定義人：土耳其境內的東正教徒是「希臘人」，希臘境內的穆斯林是「土耳其人」。約150萬東正教徒被送去希臘，約50萬穆斯林被送去土耳其。許多人抵達「祖國」時，聽不懂當地人說話。有人帶着能帶的一切上了船，故鄉被迫成為永遠的回憶。

這是人類歷史上第一次由兩國政府共同主導，以強制移民解決兩國數世紀領土恩怨的實驗。

這場交換有其來由。希臘從鄂圖曼帝國獨立後，懷揣收復君士坦丁堡等故土的大理想 (Megali Idea) 不斷擴張。1919年，鄂圖曼帝國崩潰，希臘乘機登陸伊茲密爾，卻反遭土耳其軍隊痛擊。戰場上雙方都對平民進行了殘酷的屠殺和驅逐。為了避免更慘烈的「種族清洗」，再加上土耳其建立「同質化」國家的執念，《洛桑條約》成為兩國「一勞永逸」激進的解決方案。

如今，在針對非穆斯林的財富稅與政治暴動的連番洗劫後，伊斯坦布爾的希臘人只剩約1,800人，平均年齡約六七十歲。

天父，這些高齡的土耳其希臘人迫切需要你安慰，在這些孤獨的歲月中，祢就成為他們最堅固的避難所和隨時的幫助，祢就向他們顯明祢不離不棄的愛！願基督為人捨命流血的愛，臨到土耳其，使各族打破嫌隙，超越民族意識，在基督裡合而為一。求主醫治土耳其人和希臘人，因為世仇而留下的深重創傷，願福音真理生發愛與盼望的力量，讓他們願意彼此饒恕，並將生命獻給耶穌基督，成為和平之子。奉主耶穌基督的名求，阿們。



我們堅固的人應該擔代不堅固人的軟弱，不求自己的喜悅。
(羅15:1)

我們決定幫助他人之前，是否常先衡量成本與效益？我們會問：「他會善用我的幫助嗎？」「這樣做值得嗎？」「這個人有改變的可能嗎？」我們傾向把資源投入在看起來有希望的對象上，避開那些似乎注定失敗的情況。

然而，保羅的教導卻帶來一個完全不同的方向。他說，堅固的人應該擔代不堅固人的軟弱 (anthenimata ton adynaton)，這片語指向那些看起來毫無希望的人。這意味着，我們不只是幫助那些正在努力、看得見改變的人，也被呼召去承擔那些看似無助、無法回報，甚至難以改變的人。

這些人，可能是長期受病痛折磨的人、反復陷在捆綁中的人、情緒受困的人、深陷絕望的人，或那些帶着怒氣、拒絕面對破碎的人。

問題不再只是「他們值不值得幫助」，而是：我們是否願意承擔真正有需要之人的重擔？

分手以後別再聯絡

赫姆辛人

Hemshin People

赫姆辛人主要分為住在霍帕(Hopa)的東赫姆辛人和住在里澤(Rize)的西赫姆辛人。他們彷彿住在山的兩側，在某個歷史時刻，選擇分道揚鑣。

東赫姆辛人使用一種亞美尼亞方言；西赫姆辛人則使用一種帶有亞美尼亞詞彙的土耳其方言。雙方語言不通，無法溝通。西赫姆辛婦女頭戴一種稱為「蒲薇」(Puvi)的頭巾，但東赫姆辛婦女的生活裡沒有這種東西。西赫姆辛人的高原節叫「瓦特歐」(Vartevor)，東赫姆辛人連這名字都沒聽過。

赫姆辛人來自亞美尼亞，原本與多數亞美尼亞人一樣，是亞美尼亞使徒教會的基督徒。15世紀下半葉，鄂圖曼帝國征服該地區後，赫姆辛人改信伊斯蘭教，從此與亞美尼亞老死不相往來。東西赫姆辛人也發展出彼此截然不同的文化與語言。

隔斷的牆原本已經被拆毀，卻又在許多地方長起來，甚至比原本的牆更高、更堅固，赫姆辛人之間彼此隔絕，也彷彿一起與基督隔絕。



Photo by CharlesFred on Wikimedia Commons

天父，赫姆辛人原本同屬一個源頭，卻在歷史的風口被迫分散，以至於他們如今語言不通、節慶不同，再也無法分享彼此的歷史和文化。求祢憐憫這群在文化與信仰之間被撕裂的子民，因為祢就是他們的和睦，將兩下合而為一的主。求祢拆毀他們之間的隔閡，也拆毀他們與祢之間的隔斷。願祢使分開的人重新看見彼此，使被歷史驅散的人在祢裡面找到連結。主啊，願祢在這片山谷與海岸之間重新建立通往祢十字架的和睦。奉主耶穌基督的名求，阿們。



我們堅固的人應該擔代不堅固人的軟弱，不求自己的喜悅。
(羅15:1)

我們習慣把自己看作正常的人，但事實上，我們也曾是「軟弱」到幾乎無法被扶起的人。耶穌呼召我們，不是因為我們配得，他來，是為那些被排除在外的人：癲瘋病人、貧窮者、失敗者、背叛者。

當我們不可能被扶起時，他扶起了我們。因此，如今我們也被呼召去扶起別人。

重點不在於評估對方是否會成功，而在於他正處於需要之中。這是一種不以回報為前提的付出。神曾這樣對待我們，我們也被呼召如此對待他人。

彌賽亞正是為不義的人而來。因着他，我們被承擔、被扶起。當我們無能為力時，神仍然能；並且他也賜下力量，使我們能去扶起那些像從前的我們一樣無助的人。

回想神曾扶起你的時刻，讓那份記憶成為你去扶起他人的動力。

距離隔不斷思念

土耳其的阿布哈茲人

Abkhazians in Turkey



Photo by Apsuyara on Wikimedia Commons

阿布哈茲人有個超狂的傳統運動，叫阿布哈茲棍球(Aimtskachara)，像橄欖球加上空中棒球的結合體。比賽一開始，兩名隊員會被同伴高高抬起，接着球往上一拋，兩人就要用棍子把羊皮球打向隊友。接到球的人要抱着球往球門線狂奔，羊皮球不能掉，也不能踢，直到他被對方撲倒，然後一切重來。

誰都可以加入遊戲，所以每隊可以有十人，也可以擴張到上千人。球場大小視參與人數而定，因此可以從幾十公尺一路延伸到兩三公里。想像好幾百人在山谷間飛撲、廝殺，完全是一場小型戰爭，但迴蕩的卻是歡呼與尖叫。

這種長距離的奔跑，也說出了阿布哈茲人的歷史。他們原本是西北高加索民族，19世紀俄國征服高加索地區後，信奉伊斯蘭教的阿布哈茲人因反抗沙俄統治而流亡，大舉遷往鄂圖曼帝國。

土耳其的阿布哈茲人對故鄉阿布哈茲仍懷有濃厚情感，許多人把格魯吉亞境內的阿布哈茲當度假首選，也積極呼籲土耳其政府承認阿布哈茲為主權獨立的國家。

天父，我們為這群在歷史中被迫遷徙，卻仍保有熱烈生命力的阿布哈茲人向祢呼求。他們的祖先在山谷間奔跑，在黑海兩岸流亡。求祢親自成為他們的力量，正如祢「醫好傷心的人，包紮他們的傷處。」願祢醫治他們因戰爭與流離留下的傷痕，也願祢使他們在這片土地上找到平安，願祢堅固他們的力量，使奔跑的不至疲乏。主啊，願他們在奔跑的時候是快跑向祢，願祢的十字架成為他們唯一的目標。奉主耶穌基督的名求，阿們。



生氣卻不要犯罪；不可含怒到日落，也不可給魔鬼留地步。
(弗4:26-27)

希臘文的「生氣」(orgizō)容易讓人聯想到爆發、報復與自我防衛；但希伯來文的「生氣」(ragaz)更深一層，它可指發怒，也可指顫抖、震動。因此，怒氣不只是情緒的外顯，也常與內在的恐懼相連。

為什麼人會突然發怒？往往是某個人事物觸動了內心的威脅感。我們害怕失去掌控，害怕權利受損，害怕不被尊重，或害怕自我形象被削弱。怒氣成為自我保護的方式，也成為把威脅轉向他人的工具。

當人開始辨認這些深層情緒，就不再只責怪對方，而是轉向內心：我真正害怕的是什麼？這樣的省察，最終會把人帶到神面前。人在他面前才發現，真正的問題是自己尚未把安全感交託給他。

你感到怒氣升起時，先停下來問自己：我現在真正害怕的是什麼，並把這份恐懼帶到神面前。

游牧是因為我想你了

約魯克人

Yoruk People



「約魯克」這個名字本身就帶着動態，土耳其語裡的意思是「走」、「移動」。如今的「約魯克」不再只是一種生活方式，而是一種深入血脈裡的身分記憶。就算你不再游牧，你仍然是約魯克人。

路透社曾深入採訪一個約魯克家族，讓我們一窺現代游牧民族的生活。他們一年中6個月都在路上：羊群在前面吃草、孩子在皮卡車上打瞌睡，帳篷、鍋碗、奶桶全綁在車後。他們白天趕路，晚上紮營，天亮再出發。車子的作用是幫忙搬重物，真正決定方向的，是草場及水源的方位。

有些約魯克人選擇半定居，他們有固定的住所，夏天帶着牲畜上高原，住在帳篷或臨時住處。男人看羊，女人擠奶、做優酪乳、黃油，孩子也要幫忙。

更多約魯克人已經住進城市，開店、上班、用智慧型手機，孩子在學校學英語、寫作業。但只要一到婚禮或節慶，音樂一響，奶酪一端，帳篷的影子、山風的聲音、祖先流傳下來的故事立時充滿整個空間。

天父，求主用祢的仗和祢的竿安慰約魯克人，因為他們不是被時代淘汰的人，他們是祢在尋找的羊。約魯克人不斷在行走和移動，他們的生活也在定居和遷徙之間拉扯。每一個約魯克人都需要做出選擇，求祢保守這群在時代變遷中尋找位置的子民，讓他們認定祢，因祢必指引他們祢的路。主啊，願祢成為他們真正的方向，使他們的每一步都走向祢慈愛的引導。奉主耶穌基督的名求，阿們。



生氣卻不要犯罪；不可含怒到日落，也不可給魔鬼留地步。
(弗4:26-27)

「生氣卻不要犯罪」，在猶太倫理中與控制傷人的言語 (lashon ha'ra) 密切相關。惡言不只是虛假或誇張的毀謗，即使內容屬實，只要帶着貶低與傷害的意圖，就已經成為破壞他人的話語。

保羅引用詩篇4:4：「你們應當畏懼，不可犯罪；在床上的時候，要心裡思想，並要肅靜。」這提醒我們，在怒氣中最需要的，而是停下來，思想並安靜。有些話，若帶着傷害人的動機，不如不說。

因此，正確的次序不是先對人說話，而是先來到神面前。當內心的恐懼與不安被處理，怒氣就不再主導我們的言語。

我們仍然會生氣，但怒氣可以成為一個提醒：在言語出口之前停住，辨認內在真正的源頭。也許點燃怒氣的，不只是對方，而是我們尚未交給神的那份恐懼。

為你跳一支舞

土耳其的切爾克斯人

Circassians in Turkey

每年5月，土耳其的切爾克斯人會捧着鮮紅色的康乃馨，莊嚴地走向黑海。他們把花輕輕放入海裡，盼望潮水把花帶回海的另一端，帶回祖先離開時最後遙望過的那片海岸。

切爾克斯人原居北高加索。18世紀末，鄂圖曼帝國的力量開始衰退，北方的俄羅斯趁勢向高加索擴張。切爾克斯人與其他北高加索穆斯林部族以山為盾，頑強抵抗。這場戰持續了一個世紀，戰勝的俄羅斯大開殺戒，倖存者被迫離開世代居住的山谷，踏上流亡之路。

大多數切爾克斯人被集中趕往黑海東北岸，被塞上船，運往安納托利亞。那是另一場災難。飢餓與干渴奪走無數生命，更多人遭遇船難，沉入海底，以黑海為墓碑。

如今，土耳其住着世界上最大的切爾克斯社群。他們依然跳舞，像過去一樣。男人的步伐像刀，女人的身姿像雲。每一次旋轉、每一次腳尖落地，都像在跳給一百多年前倒下，再也無法一起跳舞的親人看，也像是一種宣言：我們是被連根拔起的人，但我們在這裡長成一棵樹。



切爾克斯人在伊斯坦布爾紀念切爾克斯人被驅逐出俄羅斯

天父，求祢親自安慰這群被連根拔起的子民，因為祢靠近傷心的人，拯救心痛悔的人。願祢醫治切爾克斯人流傳至今，仍無法遺忘的傷痕，也願祢使他們在這片土地上找到平安，讓每一朵流入黑海的康乃馨，都成為祢記念他們的記號。主啊，願漂泊的人在祢裡面找到歸屬，願哭泣的人在祢裡面重新得力，願祢為切爾克斯人伸冤。奉主耶穌基督的名求，阿們。

待降节开始罗~

DAY 1 他們唱新歌，說：你配拿書卷，配揭開七印；因為你曾被殺，用自己的血買了人來，叫他們歸於神，是從各族、各方、各民、各國中買來的。(啟5:9)

天上的敬拜不是一種熱鬧的氣氛，而是因為羔羊真的配得。耶穌不是靠權勢贏得尊崇，而是以自己的血贖回萬民。他的權柄不是建立在外表，而是建立在他以生命交換生命的真實價值上。當天上的眾人唱起新歌時，他們不是被氣氛帶動，而是被救恩深深震動。

我們常以為信仰的重點是「我做了多少」、「我是否夠熱心」；但啟示錄提醒我們，信心不是先從人的行動開始，而是從「看見羔羊的價值」開始。

當你軟弱、迷失，或覺得自己不配時，讓我們先仰望耶穌的價值，而非先定睛在自己的狀態上。信心的起點，不是「我能不能」，而是「他配不配」。

今日操練：向主獻上一句真心的敬拜：「主啊，你配得。」



哪裡是我的家

德國客

Almanci

土耳其有一群人，被戲稱為「德國客」，字面意思是「跟德國有關的人」，語氣裡卻帶着揶揄：太德國、不夠土耳其。在德國的他們被稱為「外國人」（Ausländer）；回流土耳其的他們，則是德國客。

這一切都要從1960年代開始說起。那時成千上萬的土耳其人被招募到德國工廠，說好只去幾年，賺點錢就回家。後來工簽變居留證，居留證變護照，回家的路越拉越長。

近40年來，有些德國客帶着德國口音回到土耳其。他們以為回家會比較容易，卻在踏上祖國的那一刻，赫然發現自己還是客。說話太德國會被笑，做事太規矩會被嫌。德國客的身分模糊，兩國都無法進行官方統計，只有研究顯示回流人數大約為50萬。

很多德國客選擇維持一種游離狀態：房子一邊一間，親戚分兩國，既不放棄德國的身分，也不想失去土耳其的親人。他們的故事沒有壯烈，只有滿滿的疏離，不斷在兩個「家」之間來回擺盪，忍受着兩邊隱隱散發的嫌棄。

天父，求祢成為德國客真正的避難所，使他們知道：「你們不再作外人和客旅，是與聖徒同國，是神家裡的人。」願祢醫治他們心中的疏離，安慰他們在語言、文化與家園之間擺盪的疲憊。求祢讓他們在祢裡面重新得着名字、得着歸屬，也使祢的教會成為接納他們、讓他們得享安息的地方。奉主耶穌基督的名求，阿們。

DAY
2

他們要殺害他，第三日他要復活。門徒就大大的憂愁。
(太17:23)

門徒聽見耶穌將要受苦時，只聽進了「要被殺害」，卻沒有真正聽見「第三日要復活」。我們也常如此，當困難臨到，心很快就被壓垮，只見眼前的痛苦，卻看不見神正在預備的新生命。

信心不是否認痛苦的存在，而是記得在痛苦之後，還有復活在等着我們。好像種子被埋進土裡，看起來更黑暗、更無望。然而，正是在那看似沉沒的地方，新生命開始悄悄萌芽。

耶穌先降下，然後升高；他的復活提醒我們，下沉是為更大的躍起作預備。若沒有死亡，人無法真正明白復活；若沒有破碎，我們也很難經歷重建。

復活告訴我們：神從不把他的兒女停留在墳墓裡。黑夜是真實的，但清晨也是真實的。

今日操練：把心中最擔心的一件事交給主，對他說：「主啊，帶我穿越，而不是繞過。」



地極的出產 | 二部曲

世界癮品

COFFEE & TEA

編寫 Isa



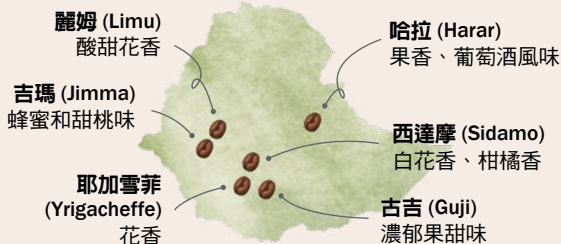
我們再度出航，載滿了咖啡與茶葉，
以及讓人戒不掉的香氣。

2026年11月29日至12月25日是待降節(Advent)，我們一同默想主的降生帶給我們的盼望、平安、喜樂與仁愛。借着每天的「今日操練」，預備自己的心，紀念耶穌基督降生，並懷着信心盼望他第二次再來。

靈修資料撰寫：夏超凡牧師

Photo by Mancy Belskaya on Unsplash

咖啡原鄉 埃塞俄比亞



埃塞俄比亞咖啡有奔放花果香，是非洲最大咖啡產國，25%人倚賴咖啡產業。



小蝦米挑戰美人魚

埃塞俄比亞咖啡農

耶加雪菲、西達莫、哈拉，是咖啡迷琅琅上口的名字。埃塞俄比亞為此向星巴克宣戰，要求歸還這3個產地名稱的商標權。咖啡原鄉對上的，是年營收逼近自身GDP八成的國際連鎖巨擘，揭開香氣背後的現實數字。

NGO深入西達莫的費洛村 (Fero)。農民在曬場上翻豆，每十幾分鐘翻整一次，深怕發霉或干燥不均，心血白費。6磅果子僅產出1磅日曬豆，每磅1.45美元的收購價，扣掉油錢、貸款、運費，入袋不到1美元。豆子跨洋走進都會門市，每磅標價26美元。小農僅得售價的5~10%，遠低於中南美洲的45%。

歷時兩年纏訟，埃塞俄比亞贏了。耶加雪菲不再只是咖啡包裝上的風味標籤，而是需要被授權認證的產地保證：產國有權要求品質、參與定價。

這週，你可以享用一杯埃塞俄比亞咖啡，品嚐這塊土地產出的風味，祝福它背後的無名勞動者。

PRAYER POINTS.....

1./ 祝福培育精品咖啡的農人，明白自己也是造物主精心創造、呵護的傑作；2./ 願1,500萬咖啡農，面對氣候變遷、市場波動與中間剝削時，仍經歷主超然的恩惠和保守；3./ 願咖啡產業建立誠實透明的利潤分配和議價機制，保障勞動者。



DAY
3

一錢銀子買一升麥子，一錢銀子買三升大麥；油和酒不可糟蹋。(啟6:6)；因為他們忿怒的大日到了，誰能站得住呢？(啟6:17)

啟示錄描繪末世的混亂：經濟崩潰、資源短缺、人心動盪。但經文要強調的不是「世界多可怕」，而是「誰能站立得住」。真正危險的，常不是外在災難，而是人心先失去倚靠。許多人忙着追逐末日消息，猜測預兆，但神在乎的，是你是否在他裡面站立得穩。他呼召我們忠心、警醒、堅定。啟示錄也提醒：動盪中，神仍掌權；環境充滿未知，但他看顧屬他的人。

今日操練：求主堅固你的心，使你不被環境搖動，依然信靠他。

阿拉比卡 發源地 卡法森林



卡法生態保護區

埃塞俄比亞西南部森林，是蘊藏兩千多種野生咖啡的基因庫。其中84%居民為卡法族，過往會採集野生咖啡果食用。外資為提高產能，引入了半森林咖啡農場。

Photo by Rod Waddington on wikipedia

卡法皇冠

卡法族相傳：「只要皇冠留在境內，卡法就不會被奴役。」埃塞俄比亞皇帝攻陷卡法後，立即將皇冠密送瑞士銀行保存，以防卡法人借此號召復國。



卡法森林的
美麗容顏



墜落凡塵的帝神

卡法族 (Kaffa People)

卡法王國在歐洲探險家眼中，如同「非洲西藏」，神祕且封閉。19世紀末，埃塞俄比亞帝國帶著從意大利軍隊繳獲的槍砲，來敲這座「帝神之鄉」的大門。

卡法國王是臣民崇拜的帝神。他深居簡出，容貌隱藏於面紗之下，隔絕塵俗一切目光。當叢林敲響古老戰鼓，國王向太陽神祈禱後，下令所有男子拿起長矛參戰。卡法勇猛的戰士戴上榮耀的頭飾衝鋒，卻在看見敵人之前，就被遠方子彈精準射殺。面對陌生的詭譎之力，國王仍率臣民頑強抵抗了整整8個月。

1897年9月11日，悲劇降臨。敵軍在橋上包圍國王。當敵人撕去那層神聖的面紗，在場的臣民目睹了國王「凡人化」的瞬間，驚恐地伏在地上不敢直視。他們的神祇竟墜落凡塵，暴露在敵人的目光中。這位末代帝神，被埃塞俄比亞皇帝孟尼利克二世，用鎖鏈囚於異鄉二十多年，終身未能再見卡法之森的子民。

PRAYER POINTS.....

1./ 卡法人崇拜天神葉羅(Yero)、借助靈媒求問靈體(Eqqo)，部分人信仰埃塞俄比亞東正教或伊斯蘭教，願福音為這古老民族帶來啟示和新生命；2./ 卡法人正面臨森林與文化流失。1986~2019年間，林地復蓋減少三成，聚落與農地擴張；卡法傳統與森林共生的價值觀也逐漸淡化。求神賜智慧給社群領袖、政府與農場主，在生態、文化與發展間尋得平衡。



DAY
4

我們若信耶穌死而復活了……
(帖前4:14)

很多時候，我們最深的傷不只是失去，而是怕沒有新的開始。然而，因他復活，死亡不再是終點，一切破碎能被更新。所以我們即使面對未知，也必不陷入絕望。

耶穌從墳墓走出來，就宣告了：黑暗不是結局，死亡也不能攔阻神的作為。耶穌復活的盼望，使眼淚不再成為最後的答案。

今日操練：若你心裡仍有未癒的傷，向主說：因你復活，我仍有盼望。

非洲之角的 最大族群



長跑王者

長期稱霸馬拉松界的東非跑者裡，有許多奧羅莫人。他們久處高海拔，心肺功能和換氧能力優異。2016年里約奧運馬拉松銀牌得主利勒薩，即為奧羅莫人，他跑向終點時高舉「X」手勢，抗議政府對奧羅莫人的不公與鎮壓。



咖啡能量丸

6世紀時，奧羅莫人就將咖啡果與動物脂肪混合製成「大力丸」，作為戰士與獵人的能量補給。

Photo by ILRI on flickr - Photo by Rod Waddington on Wikimedia



一把憤怒的迴力鏢

奧羅莫人 (Oromo People)

奧羅莫人的反抗，並非突然爆發，而是反復壓抑後的遲來回聲。

他們是埃塞俄比亞最大民族，故鄉奧羅米亞州盛產咖啡、礦產和糧食，多條河流灌溉這片非洲之角的糧倉，也為人們供電。歷代執政的少數民族阿姆哈拉人、提格雷人主導資源，並壓制龐大的奧羅莫人，反抗者遭鎮壓、酷刑。前國防部長塞耶·阿布拉哈 (Seye Abraha) 直言：「監獄的人都說着奧羅莫語。」

這深遠的心結，可遠溯至19世紀，埃塞俄比亞帝國南侵時，半數奧羅莫人喪命，土地被奪、母語被禁，族人成為奴隸或佃農。當現代政府將數百萬公頃土地租給外資，驅逐奧羅莫農民時，這股「內部殖民」的受害感和長期未被疏導的憤怒，讓奧羅莫解放軍和民族運動，猶如破開洪水，沖向體制，也沖向國家脆弱的和平。

有些埃國人既同理又恐懼他們，害怕這壓抑的怒火，終將燒到自己。

PRAYER POINTS.....

1./ 埃國67%人口為基督徒，奧羅莫的基督徒與穆斯林人數各半，求主打開福音的門，使人們有機會認識主的愛；2./ 政府與奧羅莫民族運動組織多次協商破局，求主保守埃國和平，幫助各方化解矛盾，走向和好，建立公平的社會。(弗2:16)



DAY 5 要常常喜樂，不住地禱告……
(帖前5:16-18)

喜樂不是短暫情緒，而是信靠神同在而有的回應。保羅並不是要我們「凡事都感到開心」，而是提醒我們：無論順境或逆境，耶穌都與我們同在，他從未停止動工。環境使人憂愁，卻奪不走神的陪伴。因此，我們能在艱難時繼續禱告；看不明白時仍然相信；尚未得到答案時依然感謝。這不是勉強自己堅強，而是在混亂中仍舊知道：神正在掌權。

今日操練：把最煩心的事交託給主，對他說：「主，我相信你一直都在。」



基督教國度的 伊斯蘭古都



哈拉爾城

位於埃塞俄比亞東部山頂，俯瞰繁忙的紅海與也門摩卡港。哈拉爾人沿崎嶇山路，將咖啡豆運到港口，渡海到摩卡港集貨，銷往歐洲。

Photo by Rod Waddington



城市潮人

哈拉爾統治者修築這座古城，防止奧羅莫族侵略。此地發展出生活較為精緻的城市文化、制度與契約精神。

Photo by Rod Waddington on wikimedia



失守的圍城，危城

哈拉爾人 (Harari People)

哈拉爾城被譽為「伊斯蘭第四聖城」，曾是非洲穆斯林前往麥加的歇腳地。這座曾被聯合國表揚的和平之都，如今變為民族運動的狩獵場。

古都街頭上，奧羅莫青年組織 (Qeerroo) 高喊「再見哈拉爾人」、「這裡是我們的」，敲門叫哈拉爾人「收拾行李」。一些奧羅莫佃農停止繳納收成，甚至打算趕走老人，接手農場。

奧羅莫人認為哈拉爾州是舊政權為削弱他們而設。這個全國最小的州（僅奧羅米亞州的八分之一），由人口僅占9%的哈拉爾人主導，原意是保障少數民族的立法參與權。新總理阿比協商讓奧羅莫人平分權力，鬆動了哈拉爾人的自治權。四周的索馬里人、阿姆哈拉人也對古都虎視眈眈。

新法規正改寫哈拉爾人的生活，這波「歷史校正」為他們的新一代，帶來一種被剝奪的情緒。這座城沒有贏家，只有持續加深的傷口，醞釀下一個衝突爆發。

PRAYER POINTS.....

1./ 祈禱有特殊制度，例如文化保護區或特別自治市，能同時滿足奧羅莫人的平等權與哈拉人的生存保障；2./ 哈拉爾穆斯林是國內的宗教少數，願基督徒能展現接納與愛心，活出和平之子的見證；3./ 願哈拉爾城民以主作為心靈的堅固城，即便環境失序仍有不動搖的平安。（詩46:5）



DAY
6

耶穌對他們說：來跟從我，我要叫你們得人如得魚一樣。
（太4:19）

人常企圖倚仗高度，渴望用成就證明自我，脫離倚靠神，例如蓋巴別塔。甚至人會以為「為神做大事」就等於「往高處爬」。但耶穌從不用權勢與聲望建立國度，他走的是順服天父的窄路。耶穌沒有要門徒「努力爬高」，只說「來跟從我」。

有時我們服事神，心裡仍在意成果與他人肯定，追求自己的高度。但比起追求舞台，問「能做多大的事」，我們更該自問：「我能否聽神的話」。

今日操練：安靜思想，你最近追求的是神的呼召，還是自己的高度？

摩卡古都 也門



也門摩卡港

16世紀起，全球仰賴也門供應咖啡。但荷蘭在爪哇種咖啡後，摩卡港沒落了。如今的摩卡咖啡已經不是指產地，而是用可可粉模仿也門咖啡那種巧克力香的懷舊風味。

全日曬處理法

也門年雨量400~750毫米，遠低於阿拉比卡最佳降雨標準：1,500~2,000毫米。多採日曬法，風味濃郁。少數小農正創新發酵手法，穩定品質。

Photo by Nur kayat



不修邊幅的野小孩

也門咖啡的野與真

也門咖啡，每次都有不同的味道？有人說是驚喜，有人覺得踩雷。但愛好味蕾冒險的咖啡老饕，則看為「驚喜豆」，像拆封盲盒般樂此不疲。

究竟是紅酒的酸香？可可的苦甜？還是干果或皮革味？它總是風味複雜，無從預期。你說它品質「不穩定」，其實，那正是也門的國家處境。

缺水，讓水洗法難以實行，果實只能以最原始的日曬方式處理。山路，遙遠崎嶇，咖啡豆得等上數個月，甚至一年，才能走出高地。戰火，破壞了基礎建設、斷了出口的路。時間、氣候、運輸，無數未知環節，都悄悄改寫它的風味，讓這杯咖啡注定沒有標準答案。

也門咖啡市占比不到1%，是稀缺品。它無法被精品體系精準控制，也因此保留了古老咖啡的野生氣息。若你喝到它，先別急着評分；那些「不穩定的風味」，正是也門小農在動盪世界裡，仍努力生活的味道。

PRAYER POINTS.....

1./ 也門長年內戰，人道危機深重，求主使荒涼之地經歷他榮耀的重建。（賽54:12-13）；2./ 願和平早日降臨，領袖專注治國；3./ 求神賜給咖啡農恩典、智慧、韌性，在灌溉、氣候變遷、技術與運輸的限制中突破困境。



DAY
7

耶穌對他們說：無知的人哪！先知所說的一切話，你們的心，信得太遲鈍了！（路24:25）

門徒並非完全不信，而是「信得太慢」。他們習慣用自己的理解衡量神的作為，而非用神的話重新看世界。即使耶穌多次預告復活，他們仍認不出身旁的主。

我們也常如此。環境變黑暗時，恐懼與自己的判斷比神的應許更快進入內心。屬靈成長最大的阻礙，不是神沒有說話，而是人總想等到完全明白才願意相信。

今日操練：今天至少做一件事，不是照自己的習慣，而是照神的話去行。

也門搖錢樹 咖啡與卡特葉



咖啡產量被印尼超車

提及摩卡港沒落，也門人會說：「都是爪哇！」1721年，阿姆斯特丹九成咖啡來自也門。但荷蘭人在印尼大規模種植後，短短5年，爪哇便供應全球九成咖啡。

Photo by CharlesFred on flickr



亂世寵兒

14世紀初卡特葉傳入也門，比咖啡早一個世紀，兩者都來自埃塞俄比亞。初期卡特葉僅供貴族享用。一戰後，鄂圖曼帝國撤離也門，動盪年代中，獲利快的卡特葉，比需要費心照顧的咖啡受農夫歡迎。



一場節節敗退的戰爭

咖啡VS卡特葉

誰都知道卡特葉讓人上癮，但午後兩點，也門安靜下來，男人們尋個地方坐，嘴裡嚼着葉子，那是他們最快樂的時光。七成也門人靠它提神、放鬆心情，讓人撐過眼前漫長又不安的日子。

它長得快，一年好幾收，拿到市集就能換錢入袋。2014年內戰爆發，咖啡出不了國門，每年三分之二的咖啡農都在賠錢，更多人轉身改種卡特葉——它以12%的年增速度攻城掠地，如今耕地是咖啡的5倍。

卡特葉養活無數人的今天，也偷走很多人的明天。也門每年花120億美元在卡特葉上，許多家庭一半的收入嚼掉了；卡特葉的灌溉用水比咖啡多一倍，讓本就缺水的國土更為干渴；越來越少人種糧食，戰火一起，更多人買不起糧。

政府和民間發放咖啡苗、開拓對沙特的咖啡貿易，鼓勵大家重拾咖啡文化。但殘酷的是，戰火不停，再好的咖啡，都很難走出也門。

PRAYER POINTS.....

1./ 願神的愛和話語，賜給也門人喝了不再渴的活水，使人心得到真正的飽足。（約4:14）；2./ 各地區找到合適的咖啡及農產復耕策略、資源到位；3./ 戰爭止息，社會康復，外銷管道無阻；4./ 求神差遣國際資源、技術輔導、宣教士，祝福人民開展新路。



DAY
8

因此，你們是大有喜樂，但如今，在百般的試煉中暫時憂愁；叫你們的信心既被試驗，就比那被火試驗仍然能壞的金子更顯寶貴……（彼前1:6-7）

彼得提醒：試煉不是神離棄人，而是他正在塑造人。信心像金子，需經火煉才顯出純淨。環境不穩定時，人便會發現自己究竟是依靠環境，還是依靠主。我們常希望神立刻挪去痛苦，但神更在意煉淨我們的生命。我們以為熬不過去的日子，像生命的雕刻，使我們更像基督。真正的盼望，並非事情順利才喜樂，而是即便經歷憂愁，也知道神正在煉淨我。

今日操練：把你面對的一個壓力交給主，求他使你在試煉中更加堅定。

也門武裝分子 與紅海危機



胡塞組織

正確名稱為「真主輔士」(Ansar Allah)，由也門什葉派的宰德派教士胡塞創立。旗幟標語是「真主至大、美國去死、以色列去死、猶太人受詛咒、伊斯蘭必勝」，反美反以是核心意識形態，並獲伊朗支持。

Photo by Felton Davis on flickr

紅海危機

2023年10月底起，胡塞為聲援加沙，頻繁攻擊紅海商船，目標從以色列相關船隻擴大到美英相關船隻。美英發動空襲，試圖恢復航運安全。

Photo by transnational matters



絕望的掌聲

阿拉伯視角下的胡塞組織

胡塞曾是邊緣武裝組織，如今掌控北也門。他們把持部分人道物資、壓制質疑的聲音、讓稚嫩的娃娃兵踏上戰爭焦土。認同胡塞組織的也門人僅3~8%，更直言：「我從沒喜歡過他們。」

出人意外的是，當胡塞襲擊紅海的以色列船隻、叫板英美強權時，卻贏得國內和阿拉伯百姓的掌聲。巴勒斯坦學生薩婷說：「生平第一次，感受到有人以行動支持我們。」當巴勒斯坦處境日益孤立，有許多無助者期待有人打破沉默，哪怕方法極端。

胡塞這名字，牽動阿拉伯人無數情緒。有時胡塞是壓迫者，但又帶給受夠沙特干預的也門人，重組秩序的幻覺。有時胡塞像無法無天的海盜，但加沙廢墟的深處，有人視他們為仗義出手的英雄。

或許讓胡塞有立足之地的，不全是伊朗和多麼先進的武器，而是這破碎的世道，使別無選擇的人們，只好妥協，把他們當作一塊浮木。

PRAYER POINTS.....

1./ 也門和加沙迫切需要神的憐憫、公義與和平。求神差遣和平之子，使絕境中的人看見暴力以外的出路，走上醫治、恩典、真理的救贖之路。(路1:78-79)；2./ 世上沒有長存的城，願人仰望那座有根有基的城，就是神所經營所建造的，心得安慰。(來11:10)；3./ 祈禱胡塞用心治理管轄地，為百姓謀福。



DAY
9

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。(賽41:10)

以賽亞向懼怕的百姓宣告：你不需要獨自撐住，真正托住你的是神。盼望不是建立在人的自信，而是建立在「神與你同在」。人生有時陷入低谷、前方道路充滿不確定。當你不知該怎麼辦時，這節經文告訴你：你要抓住那位與你同在的神，他比你的環境大，比你的無力和擔憂都更大。問題即便仍存在，但我們最大的平安是，神的手依然托住我們。

今日操練：大聲對自己說：「神正在扶持我。」

也門穆斯林 同中有異



99%穆斯林

也門南部多為遜尼派，北部多為什葉派的宰德派。異教徒被稱為卡菲爾(Kafir，不信道的人)。

Photo by Pexels



基督徒罕有

本日故事與禱告文來自「殉道者之聲」。哈立德家庭近況代禱請掃描QR。

Photo by Pexels · Photo by Nacho Benvenuty on flickr



屋頂上的哈立德

也門的卡菲爾(異教徒)

每晚10點，哈立德總會爬上屋頂。學生告訴他，有個廣播竟然說耶穌是上帝的兒子。

哈立德擁抱過馬克思主義，也曾經用虔誠的伊斯蘭信仰安慰喪母之慟，但每次跪拜後，仍然空虛。直到屋頂的老舊收音機傳來福音廣播節目，他忍不住發簡訊提問、打電話爭辯，最後，在電話裡跟着主持人禱告，把自己的破碎交了出去。

隔天醒來，世界像換了顏色，「我也像變了一個人。」他對妻子薩米拉更溫柔。察覺異樣的妻子，追問他是否有了別的女人。哈立德哭了，說：「我愛妳，但我成了基督徒。」

薩米拉信主後，受洗照不幸被穆斯林兄弟會曝光於網絡。有一天，她煮菜的油被人倒入汽油。薩米拉全身起火，離世時33歲。如今，哈立德帶着孩子到異國尋求庇護。他用聖經經文教難民兒童識字，賺取微薄收入。他仍仰望着在屋頂上找到的彩色國度。

PRAYER POINTS.....

1./ 為祕密的小型教會禱告，求神幫助他們找到資源繼續聚會，並賜給教會領袖力量和毅力，繼續服事神的子民網絡；2./ 也門信徒雖少，卻在增長；他們面臨暴力和死亡的威脅，祈求神賜給他們勇氣和盼望。(啟2:8-11)



DAY
10

……他的恩典乃是一生之久。
一宿雖有哭泣，早晨便必歡呼。
(詩30:5)

神沒有保證人生不流淚，但他保證哭泣不是最後的結果。黑夜不會永遠持續，一生的恩典遠勝過暫時的痛苦。人生有晚上，也有早晨；有失落，也有恢復；有眼淚，也有歡呼。人總是害怕痛苦永不會結束，但詩篇提醒：神的恩典是一生之久，憂傷只是暫時停留。神的恩典比黑夜更長久。他不輕看任何一滴眼淚。你無需勉強自己立刻振作，但可以在痛裡確信：早晨終將來到。

今日操練：把一個傷口向主敞開，對他說：「主，我願意等候你的早晨。」

印尼的反叛靈魂 倒立咖啡與亞齊



倒 喝的咖啡

亞齊農人在田間發明了倒立咖啡喝法(Kopi Khop)。把盤子蓋在咖啡杯上，翻過來慢慢啜飲滲入盤中的咖啡，既保溫又不會喝到咖啡渣，從此成為庶民喝咖啡的起手式。

Photo by Si Gam on wikimedia - Photo by FOTOKITA

三道裂痕

亞齊與政府鬧矛盾，不只卡在錢與信仰。鄰近的廖內也有油氣資源，獨立意識遠低亞齊，關鍵在於亞齊曾是獨立王國，主權意識強烈。



沒有掌聲的和平

亞齊人 (Acehnese) 1

亞齊蘇丹國雄踞北蘇門答臘，19世紀與荷蘭人對峙30年，以不屈聞名。印尼獨立後，亞齊不僅沒盼來自治，還擔心中央的世俗國家路線，會侵蝕自己伊斯蘭的根。雪上加霜的是，1970年代亞齊發現天然氣，GDP衝上全國第二，收益卻流向中央政府。

眼看別人高樓起，自家基礎建設卻停擺不前。自由亞齊運動 (GAM) 發起人的論述，打動了許多人：「我們的財富被爪哇人偷走了。獨立的話，亞齊會跟汶萊一樣富有。」

1976~2004年中央政府鎮壓不斷，但亞齊獨立運動總以更大規模捲土重來。直到2004年聖誕節隔天，一個殘酷的轉折，把中央和GAM推上和平談判桌——一場12萬人喪生、150萬人流離失所的海嘯，讓亞齊創傷難計。最終，政府同意撤軍，給予高度自治和70%天然氣收益，許可亞齊實施伊斯蘭教法。武裝分子終於卸甲歸田，但也異常安靜，「海嘯給了我們想要的，但也帶走了我的妻子。」

PRAYER POINTS.....

1./ 求神醫治亞齊內戰與海嘯遺留的傷痕，重建民生與投資環境，恢復社會的安定，也修復與中央政府的關係，保持良好的對話；2./ 願人們在主裡得着豐盛的生命和滿足，知道一切的好處不在主以外。(詩16:2)



DAY
11

因為這默示有一定的日期，快要應驗，並不虛謊；雖然遲延，還要等候，因為必然臨到，不再遲延。(哈2:3)

哈巴谷活在混亂與不公的時代，他問神：「你為何還不行動？」神的回答溫柔又直接：「我的時間沒有延誤，你要等。」等待是很難的功課，人常希望神立刻改變環境，但神有時更在意先塑造人的生命。我們以為「太慢了」，神卻知道何時才是成熟的時機。神的應許從不落空，只是不一定按我們的時間表。那些看似沒有進展的日子，神正在一點一點完成他的計畫。種子靜靜埋在土裡，悄悄生長。屬靈的等待，也是如此。

今日操練：為一件等了很久的事禱告，相信神仍在成就。

印尼末段班的煩惱



經濟墊底

印尼最西端的亞齊，長年蟬聯蘇島「最窮省分」的稱號。

大難未癒

天然氣設施所在地的北亞齊，內戰時期衝突和損傷最嚴重，貧困人口最多。

Photo by WorldFish · Photo by Henri Ismail on flickr



巨浪退去之後

亞齊人 (Acehnese) 2

拿回70%天然氣收益，亞齊該富了吧？沒有。貧困率戳破了「汶萊夢」。2024年亞齊貧困率12.6%，高於全國平均(9%)，依舊是蘇門達臘最窮的省分。

為何亞齊有了錢，人民卻還是窮？原來，貢獻亞齊六成GDP的油氣產業，只創造0.3%的就業機會。加上戰爭和長期貧困造成教育斷層，使當地人缺乏進入高薪產業的能力。而且多數人務農為生，但內戰摧毀灌溉系統與基礎建設，修復進度嚴重滯後。

亞齊的天然氣收入究竟去哪裡了？2004年起，亞齊預算從2.5兆暴增到8.7兆印尼盾，但世界銀行指出，其中60%被行政體系與公務員薪資消耗。地方政府沒有管理大額預算經驗，監督或執行力還未跟上，資源難以轉化為人民有感的建設。

海嘯前，亞齊的戰場是「奪回資源」，而現在要打的仗，則是「學習運用資源」。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神賜領袖智慧與誠信，成為好管家，善用資源建設亞齊，並找到改善結構性貧窮的長遠方針；2./ 求神供應百姓的生活所需，使貧困者得到適切幫助；3./ 求神差派基督徒，在亞齊最缺乏的基建、教育、醫療以及靈性上，使萬民得福。



DAY
12

原來我們不是顧念所見的，乃是顧念所不見的；因為所見的是暫時的，所不見的是永遠的。
(林後4:18)

保羅看見的不是監牢，而是永恆；不是痛苦，而是榮耀。盼望是在可見之外看見神的手。世界叫我們注視眼前的環境、成功與問題，但信心使人明白：神正用永恆塑造我們，而非單用現在的處境定義我們。

你現在或許還看不見答案，也不覺得有改變，但那不代表神沒有動工。他可能正在你看不見的地方，成就更深的工作。

今日操練：閉上眼30秒，安靜默禱：「主，教我看見你正在做的事。」

火山湖咖啡

曼特寧

亞齊曼特寧產地：
塔瓦湖畔。



老曼與新曼

傳統曼特寧(老曼)來自印尼蘇北省多峇湖，以林東和黃金曼特寧聞名。1924年亞齊從多巴湖引進曼特寧(新曼)，栽種於塔瓦湖畔。近年亞齊咖啡、迦佑、塔坎農曼特寧已超越老曼產量。

咖啡版圖恐改變

學者預測，暖化衝擊下，蘇北省恐喪失80%咖啡田，未來亞齊、蘇拉威西、東爪哇的高海拔冷涼山林，更適宜種咖啡。



被咖啡耽誤的饒舌高手

迦佑族 (Gayo People)

亞齊省的迦佑族不只很會種咖啡，還是即興rap高手。鄰居鬧糾紛？直接用說唱對決battle。兩組人馬圍坐涼亭，用諷刺、隱喻、幽默的即興詩歌輪番交火，圍觀群眾隨節奏拍掌，越唱越嗨，甚至笑鬧收場。這種即興歌唱叫做「Didong」。

迦佑人還講究說話藝術，含蓄、話中有話、點到為止。長老處理紛爭，常會引用某句古老箴言(Peri Mestike, 簡稱PM)，讓雙方啞火自省。PM是迦佑族待人接物、教育孩子的準則。小至走路不發巨響、說話有分寸、施捨不猶豫，大至生死哲理與社會責任。合乎PM，才算文明有教養。它也融入詩歌，例如用4種鳥比喻4種人性特質，引導孩子反思品格。

如今，PM穿插在公民教育和宗教課本裡、張貼於校園；學校講座邀請長老分享；人們也透過即興詩歌賽(Didong)，活化迦佑魂。不知道，大衛的歌和所羅門的智慧，能否觸動這群愛歌唱、愛思考的迦佑人？

PRAYER POINTS.....

- 1./ 敬畏耶和華是智慧的開端，願神的聖言觸動迦佑人的心靈(箴9:10)；
- 2./ 求神興起學者研究PM內涵與世界觀，為將來宣教士鋪路，也幫助接觸迦佑族的基督徒，懂得如何交流。



DAY
13

最要緊的是彼此切實相愛，因為愛能遮掩許多的罪。(彼前4:8)

最讓我們受傷的，往往是最親近的人，因為越靠近越容易看見彼此的軟弱。彼得提醒我們，當關係出現傷害時，讓愛成為保護彼此的遮掩。這裡的「遮掩」不是假裝問題不存在，而是選擇不用傷害回應傷害。

這種愛不是人能辦到的。當我們受傷時，本能往往是防衛、冷淡，甚至遠離。然而，基督先用愛遮蓋了我們，接納、忍耐並挽回我們。

若你正因某段關係感到疲憊，別忘了：主先用愛遮蓋了我們，使我們也能學習用祂的愛遮掩他人。

今日操練：為你想起的那個人，獻上一句祝福禱告。

滋滋作響的 木炭咖啡



日惹人玩轉新意

亞齊倒立咖啡來到日惹，又玩出了木炭咖啡新花樣，在高海拔微涼潮濕的天氣中，為日惹生活帶來暖熱和刺激。

文化縫合大師

日惹王宮不只爪哇風，還將截然不同的文明完美縫合——清真寺、中式鐘塔、歐風馬車、水晶吊燈，與本土甘美樂器、皮影戲混搭在一起。

Photo by Tubagus Andri Maulana on unsplash、Bernard Gagnon



框不住的花樣靈魂

日惹的爪哇人 (Javanese)

想看懂爪哇式包容，就得去日惹。這座城最迷人之處，是她總能讓各種「不可能」並肩而坐。作為印尼僅存的王室自治區，她守着傳統和封建，卻也是前衛思想的搖籃。印尼頂尖的加查馬達大學，就誕生在王宮迴廊裡。近百所大專院校，讓日惹成為一座「學生城」。

這裡的知識分子深具煙火氣，扎根在街角隨處可見的行動小攤車。大學生、藝術家盤腿而坐，端着基層百姓最愛，也最不講科學的木炭咖啡 (Kopi Joss)，激辯未來世界。

人類學家將爪哇社群分為3類：重儀式和泛靈的農民、守律法的穆斯林、重禮法的貴族，但日惹人總是翻出學術圍欄。有人清晨進清真寺，午後沉醉於古老神話皮影戲，夜晚用斯拉美坦儀式撫慰萬靈。旁人爭論這是文化侵蝕、融合，還是共存？有些日惹人卻慵懶一笑，勸你：不必分類，分類太窄，而日惹太寬。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神為不同特質的日惹爪哇人，預備合適的宣教士和牧者；2./ 願基督徒用諸般智慧，找到傳福音、建立信仰群體的創意途徑。(太10:16)



DAY
14

人為朋友捨命，人的愛心沒有比這個大的。(約15:13)

耶穌把最深的愛形容為「捨己」。真正的愛不只是強烈的感受或口頭關心，而是願意為別人付上代價。耶穌的愛是在最痛苦、孤單的時刻，仍然選擇為人捨己。

捨己不一定是轟轟烈烈的大事，很多是藏在沒人注意的小行動中：多聽一句話、多一次耐心、少一句傷人的回應、多給人一點恩典與理解。這些看似微小的選擇，正是基督生命在我們裡面慢慢成形的記號。愛不是一直問「我能得到什麼」，而是問「我能如何祝福人」。越靠近耶穌，越明白愛帶着代價。

今日操練：今天做一件不為自己，而是為別人益處的事。

不來不行的 爪哇辦桌



Photo by Polina
Kuzovkova on unsplash

叩叩叩～
請來我家
吃飯



社群維護術

村民一接到通知就要馬上放下手邊事務，趕去鄰居家參加「斯拉美坦」宴席。這文化默默養成了鄰舍即時幫忙、彼此承擔的羈絆。

Photo by Koeh Bhahari



食物的語言

尖尖的薑黃飯塔象徵爪哇火山；紅白粥則象徵父母親，兩者相合，成為一個新生命。



慶祝什麼都沒發生

斯拉美坦儀式 (Slamet)

儀式開始前10分鐘，孩子挨家敲門，通知鄰居立刻前來。屋內早已燃好香，眾人圍着食物盤坐，主人以最正式的爪哇語致謝，說明請客原因、為眾人祝禱，也為任何招待不周致歉，全程賓客莊重地回應「是的」。

無論嬰兒出生、結婚，或火山爆發後，鄰居都會聚在一起共享食物。這頓飯不看交情；住附近，就有義務到場。有人相信「看不見的存在」也會同坐，享用食物的香氣。

斯拉美坦追求的不是快樂，而是「什麼都沒發生」的平靜。對常與災難共存的爪哇人來說，安然無事，就是最大的福。

斯拉美坦的臨時邀請、即時回應，以及信仰觀各異的人同席而坐，仍相安無事，也展現了爪哇觀念：和諧並非渾然天成，而是需要精心維護的日常技藝。斯拉美坦就像隱形的針線，靜靜把鄰舍縫合在一起，參與彼此的生活。

PRAYER POINTS.....

- 1./ 願渴慕平安的爪哇人，體驗更美的斯拉美坦，一起借由禱告、祈求和感謝，將所要的告訴主；對基督所賜出人意外的平安，有深刻體會（腓4:6-7）；
- 2./ 願每個村莊都有彼此相愛的基督群體，成為爪哇人的好鄰舍，展現包容、和諧的手足情誼。（約15:12）



DAY
15

不但如此，就是在患難中也是歡歡喜喜的……因為所賜給我們的聖靈將神的愛澆灌在我們心裡。（羅5:3-5）

盼望是被神的愛支撐的確據。當神的愛澆灌人心，人即使身處患難也不致失去盼望。患難使人看見自身有限，忍耐使人學會等候神，老練使人經歷神的真實，盼望是看見神的愛從未離開。那份盼望不會令人羞愧，因為它連結的是神永不改變的信實，以及祂不可能止息的愛。

今日操練：回想一次神沒有讓你失望的經歷，獻上感謝。

火山居民的 自然之約



祭典強化提醒

默拉皮火山腰的村落，每逢爪哇曆新年舉行祭儀，表達對自然的感謝，也潛移默化了維護生態平衡的觀念。



祭品傳遞的信息

燒焦糯米糕象徵村民承諾不焚燒土地；山形飯錐提醒不大量濫伐，維持森林永續；一對代表默巴布山和默拉皮山的祭品，如同一雙男女快樂地一起生活。



火山口裡的平行世界

爪哇人的火山哲學

爪哇擁有129座火山，其中默拉皮最不安分。然而，1994年大噴發後，願意搬遷的危險區家庭不到1%，即便政府已蓋好新聚落。

其實，火山居民早已馴化了對災難的不安，用另一種奇幻濾鏡凝視火山。村民說，火山口裡住著另一群「人」，過著相似的生活：種田、養豬和養馬，山頂最肥的草場屬於他們，人類止步。火山噴發？那是裡頭的靈魂宮殿在打掃、蓋房子。

火山每燒一次，草就長得更好，牛奶更豐沛。定期的灰降，是免費的頂級肥料。1994年噴發後，圖爾戈村成為全縣最大乳源地，收入超過全國平均，磚造屋比例翻倍。倖存者稱呼，那是個平靜無憂的年代。

爪哇人深信，世界本就不平靜，平安只是宇宙秩序裡的短暫狀態，必然會被打破。不斷從震動中站起來，才是正常生活；破壞和毀滅也並非終點，因為靈魂宮殿大掃除後，就是新的開始。

PRAYER POINTS.....

1./ 爪哇人有著一次次從災難中站起來的韌性、樂觀，願祢引導他們與基督的苦難和新生共鳴，認識耶穌的復活大能，深深探索「毀壞不是終點」的永恆盼望、屬靈意義；2./ 願珍惜土地、與自然共存的爪哇人，在創世記中看見神創造天地、掌管萬有的奇妙與心意。



DAY
16

我要向山舉目；我的幫助從何而來？我的幫助從造天地的耶和華而來。（詩121:1-2）

詩人面對未知的旅程時，第一反應不是看環境，而是抬頭仰望神。真正的盼望，不是從高山而來，也不是從人的能力、資源或關係而來，而是從創造天地的耶和華而來。

祂不只在過去幫助你，此刻仍持續地幫助你。祂並不遙遠，而且一路與你同行。祂不只引導你，更在暗中保護、看顧、扶持你。

今日操練：花1分鐘安靜，默念：「我的幫助從耶和華而來。」



馬來西亞 怡保白咖啡



茶室主角

怡保白咖啡，小名「Kopi雪」，跟三花、鷹牌煉乳是絕配。南香、新源隆、長江是老字號茶室，各有擁戴者。

Photo by Wan San Yip on flickr



南洋華工潮

第二次鴉片戰爭後，《北京條約》允許外國商人可招募漢人出洋工作，開啟「下南洋」浪潮。1805~1916年，逾500萬華人抵達馬來西亞，繁榮了吉隆坡、怡保、芙蓉等城鎮。



從重金屬到文青之城

怡保的華人社群

早上6點不到，舊街場的老茶室拉開鐵閘。白髮老闆娘高舉長嘴銅壺，熱水直沖而下，白瓷杯瞬間翻起細緻泡沫。這杯怡保人最愛的「Kopi雪」，從1950年代賣到今天，三代人守着同個配方。焦苦的羅布斯塔豆與甜膩煉乳在杯中拉扯，像極了先輩日子的苦與甜。

1890年代，怡保發現錫礦，躍為世界錫都，吸引大批廣東與客家華工。不到10年，華人由千人暴增至4.5萬，在近打河畔揮汗淘礦。1970年代錫價走跌、礦業倒閉，重挫的怡保掀起「跳飛機」風潮，青壯年遠走海外打黑工。怡保多年的停滯落寞，卻暗藏另一份禮物——由於躲過怪手開發，她像時空膠囊，保存了舊時光的老屋、騎樓、茶室與慢步調，深獲《孤獨星球》雜誌與文青的喜愛。

如今，離鄉青年多往新加坡與吉隆坡求學、工作。每逢假期，怡保舊街場茶室排起長龍，返鄉的孩子，總想先找回那杯白咖啡，一解鄉愁。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神看顧在異鄉求學與工作的怡保青年，豐富學經歷的同時，也有許多認識神、結識基督徒好友的機會；2./ 祝福怡保近年的轉型、返鄉青年的創意，帶動地方特色，注入新活力。



DAY
17

不是我們愛神，乃是神愛我們，差他的兒子為我們的罪作了挽回祭，這就是愛了。（約一4:10）

聖經把愛的起點說得很清楚：不是人先愛神，而是神先愛我們。基督的愛不是建立在條件上，祂在我們軟弱、迷失，甚至抗拒時，就已主動愛到底。這份愛是人的生命更新的源頭。因祂先愛，我們才有能力去愛；因祂先接納，我們才能慢慢恢復；因祂先赦免，使我們能再次開始。

我們無法靠意志力愛神、愛人，而是需要先被神愛。你越認識神的愛，就越能溫柔待人、擁抱受傷的人；越明白神如何赦免你，也越能學習放過自己。

今日操練：安靜30秒，向主說：「謝祢先愛了我。」

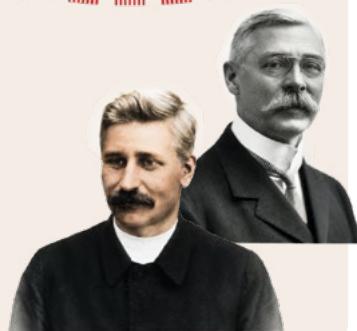
霹靂州的 宣教小故事

霍利宣教士(William Horley)

自稱「馬來西亞最大的乞討者」，走進商鋪總微笑為新學校募款。37年間共創立和參與籌備27所學校。怡保有一條霍利路，以他為名。

盧林博士(Heinrich Luering)

能說將近20種語言，向客家礦工講客家話、對福州農民說福州話，甚至是第一位學會原住民色佬語的歐洲人，深得怡保各群體的認可。



西馬小福州

實兆遠的華人社群

霹靂州曾鬧糧荒。華人礦工湧入怡保挖錫礦，麵糧緊缺，英殖政府想引進中國農民種稻。他們挑中了實兆遠，離礦區夠遠，以防農民流失，並委託衛理公會宣教士招募中國移民。

盧林和凌清美到福州招募華工時，義和團的逼迫，意外成為中國基督徒逃往海外的推力。1903年，福州人視為吉祥的「雙九日」，363位福州基督徒登陸實兆遠碼頭。眼前是沼澤與叢林，而英國人說好的每戶6英畝地，縮為3英畝；稻苗和蔬菜也都活不下來。承受眾怒的宣教士立刻投入建設，半年內建起教堂、學校、法院和孤兒院，全以福州話運作。牧師樓成為實兆遠的心臟，四代墾民的大小事，都找牧師說。

開墾者們從挫敗中重整步伐，轉攻橡膠種植。百餘年後，實兆遠成為大馬重要的華人聚落，並孕育出眾多衛理公會的牧者，散布馬來西亞各地。當初那片土地稻穀難生，卻偏偏開出了信仰的花。

PRAYER POINTS.....

1./ 求主使福音的火繼續在實兆遠燃燒，深深扎根於新一代的生命中，有美好的屬靈承傳；2./ 求主興起更多願意回應呼召的年輕人，使實兆遠持續成為福音工人、宣教士與牧者的搖籃。



DAY
18

有人帶着一個癱子來見耶穌，是用四個人抬來的。因為人多，不得進前，就把耶穌所在的房子拆了房頂……(可2:3-5)

那4個朋友沒有醫治的能力，但他們把需要的人帶到耶穌面前。這就是愛。真正的愛，不一定是解決所有問題，而是願意陪伴、抬着對方一起走向耶穌。耶穌看見的，是他們裡面那份信心的愛。

你不能立刻改變一個人的處境，卻可以陪伴、傾聽和代禱，在對方走不動時扶持他。真正能醫治、更新生命的是耶穌。有些人沒有放棄，是因為低谷時有人默默把他帶到主面前。

今日操練：花一分鐘安靜，默念：「我的幫助從耶和華而來。」

烏龍茶之王 武夷大紅袍



岩骨茶香

武夷茶園為緩和土表和雨水流失，沿山砌出石階梯種茶。大紅袍母樹則扎根峭壁岩縫，曾創下拍賣天價：20克茶20.8萬人民幣。



古代泡茶比賽：武夷鬥茶

宋朝人將茶葉調成膏狀靜置，先出水痕的就是輸家。武夷茶被殘酷擂台反復錘鍊，步步晉升為皇家貢茶，元朝更在武夷山設立御茶園。

Photo by 廖長興茶葉



千山茶客

武夷山的客家人

武夷山的酸土與礫石，讓人難以立足。但當戰火與飢貧逼近時，客家先民只能走進山裡，像懸在絕壁的大紅袍，把根一寸寸扎進岩縫裡求生。

荒山難以養人，卻養茶。然而茶葉一出山，送往京門高戶的途中就走了味。山裡的人偏偏不輕易低頭，反復摸索，用發酵、揉曬、焙火等繁複工序，讓茶葉固香、降低溼度，催生了「武夷岩茶」與紅茶始祖「正山小種」。這類發酵茶耐陳放、可遠渡，成為晉商與英商收購的首選，日後更攪動了歷史風暴——嗜茶的英國，為了扭轉貿易逆差，把鴉片送進了中國。

如今，客家老茶人仍以敏銳的「看青」眼力，判斷發酵時間。「炒菁」也不靠手套和器具，直接伸手入鍋，以掌辨溫。

許多武夷人，習慣用雙手與命運周旋。願他們看見托住自己的，不只是人的意志，還有造物主那雙溫柔有力的恩手。

PRAYER POINTS.....

1./ 武夷山道教氛圍濃厚；定光古佛在客家地區也極有影響力。願人們有遇見基督的機會；2./ 願茶香和旅遊吸引人群訪山的同時，基督徒也有祝福當地的機會。



DAY 19 愛是恆久忍耐，又有恩慈……
(林前13:4-7)

愛是被神塑造的生命，是基督的性情。「恆久忍耐」不是壓抑情緒、勉強容忍，而是耐心等待神在他人身上的工作；「有恩慈」不是沒原則退讓，是帶着力量的溫柔；「不求益處」不是否定自己，是相信神必供應，所以不需要凡事緊抓在手上；「凡事盼望」不是盲目樂觀，而是相信神會工作。

我們總以為愛是「感覺對了才得到」，但聖經的愛是願意順服神的選擇。當人讓聖靈掌管，急躁會變柔和，冷漠會生出憐憫。

今日操練：選一件事，用溫柔的方式處理，而不是本能反應。

福建土樓 與客家人



土樓天光

日光從天井灑落，奶奶們摘菜話家常，3樓依稀可聞。媳婦一聲開飯，孩童奔跑聲沿木梯嘎吱而下。土樓對外是禦敵堡壘，對內是敞開相依的家。

堂號：文字家徽

先祖姓氏的發源地，或官銜、品德的印記。

Photo by 顧園新居 · Photo by Man Fong Wong



誰會記得

客家人的慎終追遠

你心裡，可有不想起的人、不想丟的習慣？客家人也有他們的小執着。

過往他們頻繁遷徙，金銀可丟，田產可棄，卻一定要把祖先遺骨從土裡請出，洗淨，裝入「金門罌」，背在肩上帶走。無數次動亂與流離的記憶，彷彿都寫在這陶甕上，沉沉的。

而土樓門楣上斑駁的「堂號」，彭城堂、江夏堂、清河堂……許多活化石般古老陌生的地名，是他們與遙遠祖輩的連結，就刻在抬頭可見的地方。

他們不想忘，覺得祖先吃了很多苦，才換來後輩的安樂鄉。當這份深情與基督教相遇，常掉進「祭與不祭」的爭論。如今，客家基督徒尋求更溫柔的出口：用倒水、獻花、點燭禮追思先人；注重生孝也重視死孝，依舊掛紙（掃墓）、邀父老主禮思親禮拜。他們嘗試活出新的見證：不輕看傳統或祖先，並用另種方式，延續感恩和紀念。

PRAYER POINTS.....

1./ 願客家人認識生命的起源和歸處，知道神永遠記念他們；2./ 祝福客家牧者與基督徒有智慧，將敬祖導回關係連結的初衷，讓慎終追遠不再是文化信仰的衝突，而是團聚、回，顧祖先承傳與上帝恩典的溫暖時刻；3./ 基督徒在客家人當中活出溫暖、有責任感，愛鄰舍和家庭的生命。



DAY
20

有人強逼你走一里路，你就同他走二里。（太5:41）

耶穌時代，羅馬兵丁可以強迫猶太人替他們背負物品走一里路，是種壓迫與勉強。耶穌卻說：走第二里路。第一里是被迫與制度要求，第二里卻是甘願的選擇，這力量不是來自人的忍耐，而是來自基督的愛。當人不再只是被動承受，而是主動把心交給神，就不再被仇恨控制。愛真正的力量，不只是改變環境，而是保守人的心不被黑暗改變。

今日操練：為一件你覺得不公平的事向主禱告，求祂保守你的心，使你在愛裡得着自由。

午茶幸福推手 阿薩姆茶工



英倫茶產地

19世紀，熱愛喝茶的英國人，急於解決對中國茶的依賴，最後終於在阿薩姆找到合適種茶的环境。茶包之王立頓(Lipton)也應運而起。

Photo by Alejandro Rugama on unsplash



茶農的傳統珠姆舞
(Jhumur Dance)



誰採了我的茶？

阿瓦迪西人 (Adivisis)

要泡出這杯琥珀色的迷人茶湯，需要許多人頂着阿薩姆的烈日，用手指精準掐下「一心二葉」。這優美的動作，每天持續8~10小時。

茶女腰間清一色繫的麵粉袋，是最耐用的創意圍裙。正午她們在檸檬水車前排隊，傍晚又像小學生列隊，等待工頭用電子秤驗收成果。

這群人被稱為阿瓦迪西人，或茶部落。英殖時期，阿薩姆農民不願做這苦工，茶園便從外省引進勞工。茶工的珠姆舞，唱着祖先被騙來此的故事。兩百年了，許多人的後代仍困於園中，薪資低於法定標準，依賴微薄配給，難有其他技能和新的出路。他們的宿舍年久失修，法律雖敦促園主改善環境，反被用來壓低工人薪資。

BBC的調查曾掀起各大茶葉品牌的地震與改革。然而，現今茶園似乎更為封閉，多數老闆不願記者、NGO組織靠近茶工。想關心阿瓦迪西人，似乎比以往更難了。

PRAYER POINTS.....

1./ 2025年阿薩姆邦修法通過，將有33萬名茶工首次獲得地契，雖然改革仍有爭議，改變卻已開始。求神引領社會持續改革，使茶工的尊嚴和權益得到保障，社會彰顯祢公平公義的心意；2./ 願阿瓦迪西人認識慈愛、誠實、公平與公義的神。(詩89:14)



DAY
21

我的羊聽我的聲音，我也認識他們，他們也跟著我。(約10:27)

耶穌說祂的羊會聽祂的聲音，因為真正的關係使人熟悉對方的聲音。羊跟隨牧人，是信任與認識不是出於規條或害怕，而是信任與認識。我們跟隨主，也不是因為義務，而是因為我們被祂愛、被祂認識。耶穌認識你的名字，也知道你的軟弱與掙扎。

愛的核心是關係，要活出愛，需要先聽見祂的愛。聽見祂輕聲說：「不要怕，我與你同在，你是屬我的。」

今日操練：花兩分鐘安靜，問主一句：「今天祢要我聽見什麼？」

阿薩姆茶工人口

700萬

占阿薩姆州人口17%

女性茶工比例

50%

身兼勞動者與照顧者

孕產婦死亡率

全印2倍

阿薩姆婦女難產死亡，
77%發生在茶園內

兒童營養不良率

60%

ICMR調查數據



隱藏的童工

調查發現，14歲女孩在知名茶園已全職工作兩個月。聯合國規定15歲以下不得全職工作。

來源：BBC/ Radio 4聯合調查(2015)

廁所溢出來了

茶園住宅破敗不堪，屋頂漏雨。許多廁所也堵塞或損壞，茶工只能野外如廁。他們多年來不斷向管理層提出申請，但始終未見修繕。全球最大茶葉生產商旗下莊園管理人坦言，有大量積壓維修，許多廁所處於失修狀態。

來源：BBC/ Radio 4聯合調查(2015)

不敢喝水的勞動者

茶園廁所嚴重不足，茶工整天採茶都刻意少喝水，擔心去廁所時間太久會被扣薪。

來源：Oxfam (2019)

農藥噴灑無防護

防護裝備每年只發一次，兩個月即損耗，不再補充。工人噴藥後常出現呼吸困難、手和臉麻木、皮膚灼熱，嚴重喪失食欲。

來源：來源：BBC/ Radio 4聯合調查(2015)

道德認證失靈

BBC調查約50座茶園，均持有雨林聯盟認證，供貨PG Tips、立頓(Lipton)、泰特萊(Tetley)、唐寧(Twinings)等知名品牌。雨林聯盟坦承年度稽核顯然不夠完美。往往管理層與茶工已備好說詞。

來源：BBC/ 雨林聯盟聲明(2015)



不能再見的牛郎織女

馬庫姆社群(Makum Community)

19世紀，何漢在中國市集遇見能言善道的人力仲介，簽下契約，遠渡南洋。英國人雄心勃勃地在阿薩姆擴張茶園，不只招攬印度人，也從星馬、澳門招來華人契約工。何漢的苦力船，最終駛向加爾各答。

於是，阿薩姆漸漸有了馬庫姆村，當地人叫它中國城。華工娶了阿薩姆女子，孩子容貌早已分不出籍貫。他們的日常飯菜飄着阿薩姆厚重的香料味，但仍不忘每年在比胡節(Bihu)放鞭炮、互贈紅紙。這種暖洋洋的生活，直到1962年戛然而止。中印邊境燃起戰火，人們開始低聲議論：「這些人，到底算哪國人？有沒有間諜、賣國賊？很難講。」

某天晚上8點，村裡來了武裝部隊。哭聲從一個個屋裡漫出來，他們是來驅逐華人的。有些人被押往拉賈斯坦沙漠裡的拘留營，戰後遣送到一個既無家、也素昧平生的「故鄉」。

當初上級的命令很簡單：「帶走中國人。」一名警察事後回憶，站在那些跨族通婚三四代的家門口，他不禁問長官：哪些算是中國人？哪些算是阿薩姆人？

PRAYER POINTS.....

1./ 求神眷顧馬庫姆的華工後裔，無論是被遣返中國的下一代，還是留在阿薩姆、背負社會壓力的家庭；2./ 馬庫姆社群已與過去和解，但仍偶爾擔心自己被當作外人，不被國家重視。盼望有基督徒能關心馬庫姆社群，使他們在神的愛中，得到療癒和接納。

回家的那天

中印戰後，少數人得以返還馬庫姆。一位70歲老人被卡車帶回他思念的家鄉，一下車，迎接他的是愛國年輕人丟來的石頭，砸傷了他的額頭。這些被孤立的戰爭受害者常常挨餓，乞討時被驅趕，但仍有人願意幫助他們重新安頓。



DAY
22

並要以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如神在基督裡饒恕了你們一樣。(弗4:32)

饒恕不是假裝沒有受傷，也不是否認痛苦曾經發生。真正的饒恕，是願意把審判的主權交回神手中。

基督的饒恕從來不是廉價的，他在十字架付上極重的代價，使我們從罪咎裡得釋放，從苦毒裡得自由。我們之所以能饒恕，不是因為對方配得，而是因為我們也曾被神饒恕。

當人越明白自己如何被恩典接納，就越能慢慢學會用恩典對待別人。不是靠意志力硬撐，而是因為十字架已經醫治我們裡面的傷。

愛，使人願意放下；恩典，使人逐漸痊癒；基督的十字架，讓人開始新的生命。

饒恕不是失敗，而是一種自由。饒恕也不是忘記，而是選擇交託。有些傷口也許不會立刻消失，但當人願意把痛苦交給主時，神能一步一步把人從捆綁裡帶出來。

今日操練：想到一個你仍難以放下的人，安靜地把他交給主，並求神釋放你的心。

地極的出產 | 三部曲

世界寶石與貴金屬

GEMSTONE

編寫 Isa



貴婦頸間耀眼的一抹紅，被喚作鴿血紅；
溫潤高潔的靈玉，是交換槍枝的貨幣；
全球干淨能源，正用誰的家鄉汙染來換？
本月我們一同凝視礦石伴生的美學與暴力。

2026年11月29日至12月25日是待降節(Advent)，我們一同默想主的降生帶給我們的盼望、平安、喜樂與仁愛。借着每天的「今日操練」，預備自己的心，紀念耶穌基督降生，並懷着信心盼望他第二次再來。

靈修資料撰寫：夏超凡牧師

印加眼淚 哥倫比亞 祖母綠



寶石傳說

札比(Zarbi)來到穆佐(Muzo)尋找青春之泉，愛上了芙拉(Fura)。芙拉的丈夫憤而殺害兩人，他們死後化作兩座山峰，芙拉的淚水則凝為祖母綠與蝴蝶。

地底45°C的極限

祖母綠礦工在深達數百公尺、潮濕且悶熱的地洞中工作，空氣中充滿岩壁爆破後的塵埃。



經典款是方形？

祖母綠原石常呈現六角柱狀，為了減少原石耗損，常採經典的長方形切割法。



仰望一道午後泥流

穆佐的瓜克羅 (Guaqueros)

穆佐礦區的瓜克羅們(寶石礦工)，一生都在賭一顆能翻身的祖母綠。這片礦山曾由「祖母綠大帝」卡蘭薩掌控，他8歲在礦區扒土，11歲下礦坑，他的脫貧神話，點亮了每天匍匐於黑暗礦道的瓜克羅。

1980~1990年代，各方寶石大亨與毒梟在穆佐搶地盤，掀起血腥的「綠色戰爭」。卡蘭薩在暴力中笑到最後，遊走黑白的能力不言而喻。但瓜克羅們認為，在無法無天的礦谷裡，沒有他，殺戮會更多。人們還記得大帝的別墅有張「嘆息石椅」，他常坐在那裡聆聽人們的懇求。

卡蘭薩去世後，美國公司接手礦業，帶進現代化機械設備，月薪是全國最低工資兩倍，另有保險與福利。但人們還是懷念大帝，特別是每天下午他會放出一道泥流，山谷下總有數千人仰頭等待，衝向泥濘，希望沒被大帝挑走的殘瑕祖母綠，會落進自己的鏟子裡。

PRAYER POINTS.....

1./ 穆佐礦谷正經歷轉型，外資公司進入，加深部分礦工的不信任，各方也虎視眈眈。祈求穆佐遠離暴力衝突，礦工薪資、工作安全與生活環境有保障；2./ 穆佐75%人從事採礦，求神為礦工子女開拓教育機會和多元出路；3./ 願神差派好牧人；神的恩典之流滋潤人們的靈性與生活。



DAY
23

只是我告訴你們這聽道的人：要愛你們的仇敵……(路6:27-28)

耶穌不只教人停止報復，也教人為傷害自己的人祝福。這不是要我們成為聖人，而是人不再被仇恨牽引時，心才能自由。世界的方式是「你怎樣對我，我就怎樣回應」，耶穌卻帶人走向愛與釋放。

祝福傷害你的人，不是認同對方的行為，也不是讓對方得勝。祝福，是對神的信任，相信神看見一切，把審判交給祂，承認主仍掌權。

今日操練：為一件你覺得不公平的事向主禱告，求祂保守你的心，使你在愛裡得着自由。

寶石王國 緬甸



曼德勒玉市 全球最大翡翠交易地

十玉九緬

中國人喜愛玉，翡翠是最稀有的玉種，質地堅韌。市場九成翡翠來自緬甸帕敢。中國中產階級興起後，翡翠需求急增。

Photo by Binder.donedat



夜間出沒的海玉人

帕敢約有30萬無照礦工冒險淘玉，趁公司休班的夜晚、雨季停工偷挖礦坑。礦區常超過廢土堆高限制，下雨便容易引發土石流。

Photo by Yin_Min_Tun



謙謙君子溫潤如玉

帕敢的翡翠礦工

翡翠，最高潔的玉。鑿開它的，是破碎至極的生命。

去帕敢的路上，李還在學電腦和英文，「我以為會靠翡翠致富，成為大老闆，讓大學生為我賺錢。」但這些夢想，迅速坍在搖搖欲墜的礦洞裡。所有礦工手臂都插着「四號」（海洛因），前輩說，注射後工時能撐更久、感官麻痺就不怕礦井的危險了。沒多久，李也用了四號，沒日沒夜地挖，永遠都需要錢來換更多毒品。李說：「我成了奴隸，逃不掉了。」

帕敢地上到處是針頭，礦區商店就買得到四號，「比買菸還容易。」由於共用針頭，半數用毒者染上愛滋。附近幾座戒毒所，成功率不到5%。當地的克欽族多為基督徒，興起不少戒治事工，但牧師說：「如果他們回家後還是失業，就很容易復吸。」

象徵高潔的翡翠，可以換到毒品和槍枝，是緬甸軍頭的硬貨幣，但它也是克欽族好不了的痛。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神保守礦工的生命安全與健康，醫治塵肺病、毒癮帶來的傷害，安慰事故中的受害家庭，並提升礦區安全管理；2./ 求神醫治失業、貧窮與毒品氾濫的根源；3./ 願戒治事工幫助更多人脫離毒癮捆綁；神的大能幫助向礦工佈道的一線工人。



DAY
24

愛裡沒有懼怕；愛既完全，就把懼怕除去……（約一4:18）

我們心中藏着許多懼怕：失敗、被拒絕、未知的事。能驅散懼怕的不是自我安慰，而是神完全的愛。

當我們越深活在神的愛裡，懼怕就越失去立足之地。真正的安全感不再建立在表現上，而是建立在神永不改變的愛。

若你仍常被恐懼牽動，不必責備自己，只需回到主的愛中。你不需要變得更值得被愛，而是領受「即使如此，他仍然愛我」。

今日操練：獻上簡單的禱告：「主啊，願你的愛超越我心中的懼怕。」

緬甸的暴力美學 鴿血紅



尾礦女

通常礦場淘選完的廢料，會開放給獨立礦工拾撿。但緬甸抹谷獨特的習俗，僅限女性撿拾廢礦，用意宛如礦場版的拾穗。



皇室與富人的至高渴望

鴿血紅是紅寶石中最頂級的色澤，每開採500噸礦石僅得1克拉紅寶石，而鴿血紅更難得一見，礦工說：見它跟見上帝的臉一樣難。

Photo by Mary Harrsch · Ian Watkinson



勒索是一門新生意

抹谷與孟蘇的紅寶石礦工

緬甸是寶石王國，能讓軍政府生財，也能化為權力籌碼。軍方用採礦執照換取邊境武裝組織停火；佤邦聯合軍、撣邦軍、德昂民族解放軍進場後，可以控地、收保護費、幫忙邊境走私。

採礦執照到期後，恰好又遇軍方政變，各方趁亂向礦工與礦商收保護費、捐款，沒人敢拒絕。每組工人月繳15~30萬緬幣，才能繼續挖。

人們數百年不停挖掘，山被鑿成蜂巢，留下月球般的累累坑疤。抹谷和孟蘇產出頂級紅寶石，仍只有土路。孟蘇鎮3%住戶有電、1%家庭有抽水馬桶。從緬甸王朝、英國殖民者，到軍政府和民族武裝，誰來都忙於掏山，無暇顧及建設。

緬甸百姓究竟被拿走什麼？官方數據的寶石年產值約3.46~4.15億美元，實際卻高達17.3~20.7億。六到八成寶石走私出境，收益進到政要與合謀者的口袋。若錢能用於民生，百姓或許該富得多吧。

PRAYER POINTS.....

1./ 求神掌權緬甸的局勢，止息暴力與衝突；2./ 願中央與地方掌權者不困於金錢和權力，成為愛護人民、忠心治理國家的好領袖；3./ 求神促成境內各民族的和解；4./ 緬甸教會和基督徒在動盪中為主發光。



DAY
25

住在愛裡面的，就住在神裡面；神也住在他裡面。(約一4:16b)

生命的核心不是忙碌，而是與神保持親密的關係。「住在愛裡」是一種持續的生活方式：用祂的眼光看人，用祂的心腸回應世界。

焦慮時、疲憊時、不被接納時，回到祂的愛裡吧。唯有在祂的愛中，人才得着真正的安息。

「住」這個字代表安穩與確信，長久地安居其中。神不是今天靠近、明天離開；祂願意一直與你同住。當人越深住在神的愛中，懼怕與不安也會漸漸被祂的平安取代。

今日操練：早、午、晚各用一句禱告提醒自己：「我住在上主的愛裡。」

你的口袋裡 也有剛果礦



手機變薄的祕密

手機與電動車普及後，鈷需求暴增。它是鋰電池重要材料，能大幅提升能量密度，讓電池儲存更多電力，手機也得以越做越輕薄。

延長電池壽命

鈷能穩定電池正極的晶體結構，降低充放電時過熱風險，同時延長循環壽命，讓手機可頻繁充電而不易衰退。

Photo by United Nations



失了名字的小土撥鼠

剛果(金)的鈷礦工

11歲的佩蒂說，礦場裡沒有名字，只有編號。剛果(金)的鈷礦區，3歲孩子就會辨認礦石，6歲陪媽媽敲碎石頭。媽媽泡在乳白色的河裡清洗礦石，不許孩子下來，因為水有毒。男孩體型瘦小，會被派進最窄的礦道探路，用指頭摳挖出全球科技產業渴望的珍寶。福斯丁說，每天回家全身都痛，一家人總是咳嗽、發癢、起疹子。

如果可以，沒有父母想和孩子一起在礦場工作。吉蘭每天下礦坑，家裡連100剛果法郎也湊不齊，沒有麵粉，也沒有蔬菜，但他仍夢想：「希望將來孩子可以讀書，成為受人尊敬的人。這樣，當有人說『這是吉蘭的兒子或女兒』，我可以感到驕傲。」

每到發薪日，他會用那雙裂開的手，買一小包糖給孩子。這裡的大人小孩，都知道自己正受剝削，但為了心裡那簇小小的光，為了聽到家人偶爾的笑聲，這群赤手空拳的人走向地底，通常不是為了自己。

PRAYER POINTS.....

1./ 剛果(金)東部衝突加劇，大量學校遭武裝團體占據和破壞，許多家庭流向礦區求生；求神恢復東部和平，幫助人民重建家園、孩童復學；2./ 礦區婦女容易遭到性勒索或騷擾，求神保護她們；3./ 已有國際組織成立礦區教室，求神保守孩子有很好的學習、實現夢想的機會。



DAY
26

我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛……(約13:34-35)

待降節走到最後，我們再次回到耶穌所定下的核心命令：愛。

基督徒真正的標記，不是有多少知識或服事活動，而是彼此相愛的生命。耶穌先說「我怎樣愛你們」，才說「你們也要怎樣相愛」。祂先用自己的生命作示範：接納軟弱、饒恕傷害，也邀請我們這樣去愛。當教會和家庭彼此相愛，祂的光會在每個角落被看見。

今日操練：為這28天的旅程獻上感恩，並向神輕聲說：「主啊，願祢的愛在我裡面得以成全。」

紅寶石新秀 越南陸安



Photo by Robert M. Lavinsky



轟動的山谷

1987年，農夫從田裡挖出紅寶石，引發陸安寶石熱潮。1997年，重達2.58公斤的紅寶石出土，被越南列為國寶。

Photo by Bùi Thụy Đào Nguyễn

家庭採礦

沖積寶石藏在山洞或狹窄山谷，無法大型開採。陸安的手工採礦，多由農民以家庭式小型作業進行。



廢料有光

陸安寶石畫

礦場的規則冷峻且絕對：完美的被帶走，破碎的叫廢料。但在一塊純白畫板上，另一套法則悄然運行：那些被淘汰的石頭，躍為主角。

陸安的女子手執小勺，輕點石粉，一粒一粒，如印象派大師秀拉，屏息在畫布上點描。紅寶石碎成楓紅，石榴石鋪作土壤，螢石暈開遠山的霧。遠看是風景，近看則是破碎共生的小世界。那些被市場拒絕的小石頭，在這裡彼此緊靠、被需要。

次級石料有了出路，不僅帶動分揀、碾碎、製作、銷售等工作，適合女性參與，也撐起了岱依族與山澤族挖不到寶貝的日常。他們每日踩在崎嶇山坡，背負50~80公斤的石塊下山，每公斤換不到0.15美元。若無這些廢料，許多礦工家庭將難以為繼。

這些寶石畫掛進飯店與客廳，色澤不褪，可傳數代。它們沒有成為耀眼的首飾，卻以微光，陪人過日子。

PRAYER POINTS.....

1./ 願陸安礦工家庭有穩定生計，神引領他們到可安歇的青草地、溪水邊。（詩23）；2./ 願福音使陸安人在生命的軟弱、破碎與不完美中，看見神的光，並信靠祂美善的旨意；3./ 求神祝福寶石畫產業，使婦女與更多人得以參與，發掘自身價值與恩賜。願藝術、畫作的交流與研討，為陸安打開福音的機會之門。



DAY
27

使基督因你們的信，住在你們心裡，叫你們的愛心有根有基，能以和眾聖徒一同明白基督的愛是何等長闊高深。（弗3:17-18）

保羅沒有單單要求信徒更努力去愛，是為他們禱告愛心「有根有基」。因為真正持久的愛，而是扎根在基督的愛裡。當人越認識基督的愛，耐心與恩慈就一點一點被塑造出來。這愛遠超過人的理解，即使在最軟弱失敗的地方，祂的愛仍然足夠托住人。

今日操練：向主禱告：
「主啊，求祢讓我的愛心真正扎根於祢。」



年終特輯

為世界求平安

WORLD PEACE

編寫 Isa



兩頭大象打架，受苦的是小草。——東非諺語
遠方的戰爭，究竟如何改寫許多人的日常？
看不見的隱形砲彈，其實就落在你我身旁。

Photo by Nicholas Barros on Unsplash



沒了稻浪的湄公河

戰爭改變了誰的餐桌

經歷美越戰爭與糧荒，越南總是油門全開地種稻產糧，年產800萬噸白米。往常，農民搶着與時間賽跑，把一袋袋米裝車出貨。但2026年春天，湄公河三角洲卻異常寧靜。

貨船熄火、碾米機停轉、男人坐在紅色塑膠椅上打盹，身後是休耕的田地。這看似一夕之間的變化，其實是多方經濟壓力疊加的後果。

2022年俄烏開戰，切斷了全球鉀肥供應鏈，肥料兩年漲三倍；2026年，美伊戰爭再起，中東石油與化肥出不了霍爾木茲海峽，柴油價格一週翻倍、灌溉發電成本暴漲七成、肥料上漲三成。農民武明譚在家門前算了帳：「再種下去就是往地裡白砸錢，我寧願讓地荒着。」

在此之前，氣候變遷、海水入侵已讓越南農民傷神，戰爭又為他們添了不少疲憊。

越南身為全球第二大稻米出口國，當湄公河少了稻浪，遠方國家的餐桌，是否也會受影響呢？



1./ 多地戰爭讓耕種成本暴漲，求神賜給各國政府應變的智慧，給予農民及時的幫助和補貼；2./ 為糧食減產而缺糧的家庭禱告，求神供應所需，也特別憐憫飢荒加劇的非洲，讓援助突破重重阻礙，送到每個需要的人手中；3./ 為各地糧食援助工作者禱告，面對日益艱難的挑戰，看見神超然的調度和預備。



曾有死亡的繩索纏繞我，匪類的急流使我驚懼。（詩18:4）

我們或許都渴望有一處空曠之地，可以暫時逃離壓力，甚至盼望找到一個能遠離試探的地方。然而，大衛提醒我們，即使在曠野，即使在神主權似乎最清楚的地方，危險仍然存在。

人可能為了躲避炎熱的日光，走進干河谷的陰影，卻不知那正是急流匯聚之處。那看似舒適的陰影，反而成為最危險的地方。

同樣地，當我們想逃避神的光照，尋找一點放鬆與緩解時，即使身處屬靈的環境，也可能被突如其來的情緒、試探或內在的衝動捲走。虛假的安全，往往隱藏在陰影之中。

與其躲在陰影裡，不如停留在神的光中。祂的光會暴露、潔淨，也會保護與扶持，使人不被隱藏的危機吞沒。

當你想逃避或隱藏時，選擇回到神面前，讓祂的光照進你最想躲避的地方。



價格翻倍的作業簿

孟加拉的食物和教育拉鋸戰

坦克壓向烏克蘭邊境、飛彈劃過中東天際時，最初只是電視閃過的一則新聞。但這千里外的硝煙，卻悄悄撲熄了南亞教室的燈火。

孟加拉的老師發現作業收不齊了，因為一本練習簿從10塔卡漲到20塔卡。自俄烏戰爭爆發，紙漿、化學品與海運成本齊漲，短短3個半月，孟加拉紙價飆漲31%，重創了教育和印刷業。家長無力負擔學習用品開支。

2026年美伊衝突，再度攔下了孩子的求學路。隨着油價推升，許多學校負擔不起燃油，校車停駛，政府甚至關閉公立大學及補習班。為了保障工廠用電，半數課程轉為線上。然而，限電高峰期，部分村莊每天斷電8至10小時，上網求學難如登天。

中東戰火也波及了在海灣國家的500萬孟加拉移工。由於雇主停工或延付薪資，中斷了寄回老家的救命外匯。當生活成本加重，最先被割捨的往往是教育和女孩。偏鄉的童工與童婚率悄然上升，村民說：「活下去，比上學更重要。」

戰爭的犧牲者，不只在前線。無數脆弱群體的生活質量，隨着全球局勢的震盪，正節節倒退。



曾有死亡的繩索纏繞我，匪類的急流使我驚懼。(詩18:4)

我們常以為，在人無法依靠自己的曠野中，會更容易看見神的良善。那裡似乎是祂遮蓋人的地方，充滿安靜與親近。然而，曠野不只有平靜，也潛藏着一種真實而突發的危險，就是「急流」(nahal)。

「nahal」可以指干涸的河谷，平時看似安全，甚至成為人暫時停留的地方；但當雨季來臨，暴雨會在瞬間匯集，形成猛烈的洪流，把沒有預備的人捲走。這個詞提醒我們，即使離開喧囂污濁的世界，進入看似屬靈的「曠野」，也不等於進入安全之地。

地上沒有任何地方，能在主的同在之外提供真正的平安。保護我們的，不是我們所選擇的位置，也不是我們所建立的安全感，而是神自己。離開祂的同在，再安靜的地方，也可能隱藏危機。不要把安全感建立在環境或狀態上，學習在任何處境中，持續倚靠神的同在。

1./ 戰爭使許多孩子失學、流離失所，求神保守他們的身心，仍有受教育和平安成長的機會；2./ 有專業組織深入受戰爭影響的地區，提供師資與教育資源；3./ 為戰爭國家祈求和平，求神幫助各國重建，並修復被戰火破壞的學校與教育系統；4./ 為老師、志工與教育工作者禱告，求神賜下愛心與力量，幫助他們在艱難環境中仍能陪伴下一代。



屋頂上的能源階級學

黎巴嫩的電力之殤

貝魯特的長夜，很難真的靜下來。無數發電機同時轟鳴，有時聽起來像一種持續不斷的哀鳴。

過去長達15年的內戰，讓黎巴嫩國家電力公司（簡稱EDL）設備老舊、電網殘破。1990年代的重建資金，約有四分之一落入政客口袋。政府長達15年購入劣質燃料，拖垮設備效能。加上政治精英凍漲電價30年、民間偷接電盛行，都讓EDL的虧損無法癒合。

自1990年代以來，黎巴嫩未曾有過全天候供電。電力缺口由「發電機黑手黨」接管，這些私人賣電業者多與政治圈勾連。2020年，黎巴嫩家庭平均月收入的44%都用於支付發電機費用；底層家庭早已放棄用電，轉而購買罐頭等耐放食品，不必冷藏保鮮。

然而，近年全球戰爭接連而來，每一場波動都精準反映於電費帳單。2022年烏俄戰爭導致電費暴漲595%；2023年，以黎衝突炸毀南部變電站；2026年美伊戰爭，又讓私人發電費用單月上漲34%。

如今，有些屋頂架起了太陽能板，成為黎巴嫩新的階級分類：有板子的，有經濟能力；屋頂空著的，是窮人。



1./ 祈禱黎巴嫩政治局勢穩定，政府團隊良好運作，有能力建立更公平、穩定的電力與基礎設施。也願神的真光，照亮坐在黑暗裡的人；2./ 為全球能源危機中的弱勢群體禱告，特別是嚴冬中不敢開暖氣的退休長者、仰賴電力設備的身心障礙者、病患，願他們經歷神的恩典夠用；3./ 求神賜給各國智慧，穩定能源供應，減輕人民生活壓力。



陰間的繩索纏繞我；死亡的網羅臨到我。（詩18:5）

若不明白「陰間的繩索」是什麼，人就很難知道如何避開它。繩索（hebel）原本只是日常生活中的普通工具；但在詩篇的隱喻裡，它象徵被捆綁、制服、死亡的力量抓住。陰間的繩索把人綁在死亡的同在中，使人越掙扎，越難脫離。

這不只是外在仇敵的圍困，也是一種更深的內在經歷：人雖然活着，卻感到生命正在一點一滴被吞噬。這很像成癮的捆綁。人明知道自己正在被毀壞，每一次試圖掙脫，卻仍被那股死亡力量拉回去。好像解開了一個結，才發現另一個結還在；繩索一圈又一圈收緊，使生命逐漸窒息。

有些捆綁不只是環境壓力，而是深入生命的控制力量。人需要的，不只是更努力地掙扎，而是神真正的拯救與釋放。當人承認自己無法靠意志解開那些結時，正是轉向神的開始。

在神面前誠實思想，你生命中是否有一些反復纏繞你的「繩索」，並求祂帶來真正的釋放。



石化工業的米斷炊了

南韓的塑膠之亂

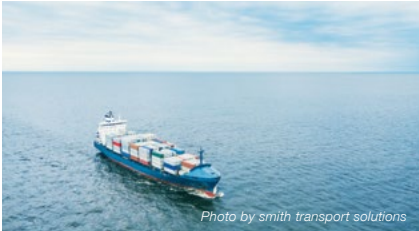


Photo by smith transport solutions

遠離美伊戰火的東亞，看似安穩無虞，一場民生用品的搶購戰卻悄悄逼近。

戰爭開打不到兩個月，走進超市的韓國民眾突然驚覺，垃圾袋與廚餘袋這些平凡不過的生活必需品，正從貨架上消失。背後原因，源於生產塑膠的關鍵原料「石油腦」。

韓國的石油腦約45%倚賴進口，其中77%來自中東。戰爭爆發後，霍爾木茲海峽運輸受阻，石油價格從戰前每噸600美元，兩個月內翻倍到近1,140美元。

石油腦被稱為「石化工業的稻米」，當麗川NCC、樂天化學、LG化學等石化產業巨頭相繼發出無法如期供貨的預警時，迅速波及部分塑膠袋工廠停工。泡麵龍頭農心和三養，都面臨「有麵無袋」的危機，包裝膜庫存只能撐1到3個月。醫護人員更籠罩陰影，擔心手套、針筒、點滴袋等醫療用品將出現缺口。

一場遙遠的戰火、一條看不見的供應鏈、一包我們從未想過會消失的塑膠袋，向全球各地的人們揭示，我們一直在同一艘船上，無人能完全置身事外。

1./ 戰爭與供應鏈中斷，正衝擊許多小農、商家與基層家庭；求神保守航道與物流穩定，使民生物資順利流通；2./ 求神喚醒全球人們守護和平的渴望；3./ 求神保守各地的和平協商與停火協議順利落地，中止衝突與暴力；4./ 為關係緊張的國家祈禱，願他們化解敵對與仇恨。各國領袖竭力以和平為念，以外交和對話代替報復和戰爭；5./ 求神幫助各地教會、社工，有能力和愛心關顧有需要的人。



陰間的繩索纏繞我；死亡的網羅臨到我。（詩18:5）

「纏繞」（sabab）不只表示被困住、被壓迫，也可用來描述神的慈愛與保護四面環繞祂的百姓。同一個「圍繞」的意象，在聖經中既能指向死亡的壓迫，也能指向神的安慰與拯救。

人可能被仇敵、憂傷、恐懼與試煉包圍，但信徒相信，即使在最黑暗的處境中，神仍然掌權。祂能使原本令人窒息的圍困，轉變為慈愛的環抱。

彌賽亞借着死亡勝過死亡。同樣地，人也無法單靠自己的力量解開生命裡所有的結。有時越拼命掙扎，繩索反而收得越緊。陰間的繩索，往往是在舊我死去時才開始鬆開。當人不再抓住自己的掌控，不再緊抱那個被罪與恐懼纏繞的自我，而是在神面前降服，真正的釋放才開始發生。

人的生命可能被恐懼、成癮、罪與死亡感圍繞；但同樣地，人也可以被神的慈愛與拯救重新圍繞。

為世界求平安

局勢與統計截至2026年5月，請以最新新聞為準。



01 海地 🏹 幫派治國

2021年總統遇刺後政治真空，幫派勢力迅速擴張，控制太子港逾八成地區。2026年仍缺乏穩定的政府，百姓生活頻繁上演槍擊、綁架、幫派交火。

02 委內瑞拉 🏹 富石油與窮百姓

擁有全球最大石油儲量，長期因經濟失衡、貪腐、通膨與物資短缺，約有500至800萬人流亡海外，是拉美近代最大規模難民潮。2026年美軍突襲終結馬杜羅政權，國家處於脆弱重塑期。緊接着6月強震重創，超過5萬人失蹤。

03 哥倫比亞 🏹 古柯鹼戰爭

長達50年內戰，逾700萬人流離失所。2016年政府與FARC簽署和平協議後，部分派系仍拒絕解除武裝，於邊境和山區活動。各方在卡塔通博地區爭奪古柯鹼貿易控制權。

04 烏克蘭 🏹 二戰後最大歐陸烽火

2022年2月俄羅斯全面入侵。截至2026年春，俄軍約占領19.4%國土。烏克蘭失去70%發電能力，基輔每日停電8~16小時。約1,060萬人流離失所。和談前景不明。

05 利比亞 🏹 碎片化崩解

2011年強人格達費被推翻後，分裂為東西政府，軍閥割據。昔日首都的黎波里時常有激烈交火。

06 蘇丹 🏹 軍頭廝殺

2023年4月，共同執政的蘇丹武裝部隊(SAF)與快速支援部隊(RSF)決裂內戰。2026年約3,400萬蘇丹人需援助(占人口三分之二)，達佛與科爾多凡地區飢荒擴大，醫療、公衛與供水系統嚴重崩潰。屠村與性暴力事件頻傳。



07 埃塞俄比亞 多種族矛盾

2020～2022年提格雷戰爭釀數十萬死與飢荒，重建進度緩慢。2026年，奧羅米亞、阿姆哈拉州皆有民兵與政府軍的衝突，大量平民無家可歸。

08 索馬里 政府失能

1991年，軍事強人政府垮台後，政府長期失能，接近無政府狀態。2006年起，極端組織「青年黨」崛起，控制大片農村地區，與政府交戰。近年紅海危機也使海盜活動死灰復燃。干旱與飢荒加劇，索馬里超過350萬人陷入糧食危機。

09 剛果民主共和國(剛果金) 逃兵的新戰場

1990年代盧安達種族滅絕落幕後，被新政府追緝的武裝勢力，轉到鄰國剛果金東部，引發兩次剛果戰爭。至今，武裝團體圍繞礦產持續衝突。M23等組織屢次起兵，境內流離失所者超過700萬。

10 莫三比克 資源魔咒

2010年北部發現巨量天然氣。2017年起，極端組織「青年黨」頻繁攻擊北部省分，造成逾100萬人流離失所。長年貧窮、失業、基礎建設不足、青年缺乏機會，讓極端勢力以「對抗腐敗菁英政治」為由，快速擴張。

11 加沙走廊 / 封鎖之地

2007年哈馬斯控制加薩後，遭以色列長期封鎖。2023年10月7日哈馬斯奇襲，引發以軍回擊。截至2025年10月停火，逾6.9萬巴勒斯坦人死亡，180萬人流離失所；逾1,200名以色列人死亡。停火協議後逾2,073起違規事件，傷亡持續。聯合國援助組織UNRWA遭以軍禁入或高強度管制。

13 也門 / 紅海危機

2014年胡塞武裝奪取首都，隔年沙特聯軍介入，內戰演變為長期代理人戰爭。2025年聯軍撤軍。目前北部由胡塞控制，南部則由政府軍與南方勢力分治。胡塞為聲援加沙，襲擊紅海商船，引發美英空襲，動盪再起。2026年約2,210萬也門人需人道援助，逾180萬5歲以下兒童急性營養不良。



12 敘利亞 / 百廢待興

2011年阿拉伯之春後爆發內戰，戰事持續近14年，超過600萬人流亡海外。2024年底阿薩德政權垮台後，國家進入脆弱過渡期。沙姆解放組織主導過渡政府，但尚未整合東北部庫爾德地區。大量基礎設施等待重建。

14 緬甸 / 政變阻斷發展

2021年軍方政變，引發各地武裝抵抗。軍政府僅控制約21%領土，反抗軍控制42%。外資逃離、通膨攀升、失業率飆高，大量平民因空襲與戰事流離失所。



全能的上帝，你是和平的源頭，
也是仁愛的創始者。
祈求你引領世界各國的領袖，
將你的智慧放在他們心中，
使他們捨棄強權與報復，
轉向公義與真理。
願地上的百姓能脫離戰火與恐懼，
讓全人類在你的慈愛中聯絡為一，
共享太平。
奉靠我們的主耶穌基督之名，阿們。

——聖公會《公禱書》
(Book of Common Prayer)



2026年尾聲，我們一起為世界求平安。請挑選禱告地圖上的兩個國家，為它祝福，並寫下你的禱告。



我在**急難**中求告耶和華，向我的神呼求；他從殿中聽了我的聲音，我在他面前的呼求入了他的耳中。(詩18:6)

「在我的急難中」(batstsarli) 有狹窄、受壓、被困住的意思。這不只是外在的艱難，也是一種內在狀態：人發現自己被困在親手建造的牢房裡。

我們以為可以建造牢籠，把心中害怕的東西關起來。我們努力整理外在生活，小心控制情緒、慾望與恐懼，以為這樣就能安全，最終卻發現，自己與那些不願面對的東西一起鎖在裡面，無法脫身。

就在這樣的心靈牢籠中，大衛向耶和華呼喊。

聖經若只是神學知識，或許能幫助人理解神的屬性與世界的秩序，卻未必真正觸碰人的內心。聖經更像一扇門，引導我們進入那些被神觸摸之人的生命。大衛的故事也應成為我們的故事。神容許人帶着真實的情緒來到祂面前，包括恐懼、憂傷、憤怒與破碎。

若人沒有哭喊的空間，就很難真正尋見神。不要只向神呈現整理好的自己，今天試着把你最真實的壓力與情緒帶到祂面前。



他們要將刀打成犁頭，
把槍打成鐮刀。
這國不舉刀攻擊那國，
他們也不再學習戰事。

——以賽亞書2:4



2026年尾聲，我們一起為世界求平安。請挑選禱告地圖上的兩個國家，為它祝福，並寫下你的禱告。



祝大家2027年快樂 ✧
我們明年見



我在急難中求告耶和華，向我的神呼求；他從殿中聽了我的聲音，我在他面前的呼求入了他的耳中。（詩18:6）

這節經文描寫大衛在極度受壓、無路可走時向耶和華呼求。希伯來思想中的「急難」(batstsarli) 帶有狹窄、被擠壓的意思；與之相對的平安，則像進入一片開闊之地。

在神的開闊之地裡，沒有一種情緒是不能被帶到祂面前的。人可以像保羅所說，「生氣卻不要犯罪」；可以經歷以賽亞的平安，也能經歷大衛的憂傷；可以感受雅歌中的喜樂，也能承受耶利米的哀痛。情緒不是必須被否認的東西，它也可能成為人進入神同在的入口。

急難真正的醫治，不是逃避，而是謙卑。當人被逼到狹窄之地時，才開始明白：生命並不真正屬於自己。人越想靠自己逃出親手建造的牢籠，往往越陷越深。真正的出路，是在神面前降服，承認自己的有限。

當你感到被壓得喘不過氣時，不要急着靠自己掙脫，先安靜來到神面前，把你的重擔交給祂。

讀者線上回函



歡迎留下
想法和
建議



宣教
日引
週年紀念

宣教日引與你的相遇

讀者投稿



大學三年級，我參加大專靈修班，接觸到宣教日引。每天起床第一件事情，就是拿起聖經跟宣教日引閱讀，並在受難周禁食禱告。現在我27歲了，四分之一個世紀，我參與了7年之久。期待宣教日引邁向三十而立。



曾睿祺

2019年一堂寫作課的最後，一位同學給每人發了一本宣教日引，邀請大家為萬國禱告。透過閱讀刊物裡的文本素材及參加線上禱告會，讓我看見生活圈以外的人與事，並且參與在上帝的心意裡。謝謝宣教日引！



Grace



徵信錄

出版《宣教日引》2026年第四季財務報告

美國讀者奉獻		加拿大讀者奉獻	
Alex & Grace Hui Family Fund	2,500.00	Eliza Wong	200.00
Anonymous	4,770.00	Sung Ngok Kam	300.00
Chen James	1,000.00	Lixia Wei	200.00
Chen Sylvia / Gong Tzyy	100.00	Weyne Cheng / Kitty H.Y. Cheng	100.00
Chen Yan-Lan	100.00	Total CA \$	800.00
Cheng Charity Fund	100.00		
Cheng Hung-Ying / Chia Shin	2,000.00		
Chi. Bible Mission Church of LA	1,325.00		
Chinese Bible Ch. of San Diego	500.00		
Chinese Grace Bible Church	100.00		
Chiu Hui Ying	200.00		
Cumberland Presbyterian Chinese Ch.	900.00		
E. Formosan Ch. of Orlando	300.00		
Grace Chi. Alliance Ch. (Brooklyn)	300.00		
Ho Herbert / Li	200.00		
Hsu Lily	2,000.00		
Huang Wai-Lee	50.00		
Jiang Nan	150.00		
Kuo Chen Teh	1,290.00		
Lai Guek Kiak	500.00		
Lam Elaine Yle / Paul Q.	60.00		
Lee Hou Shuhua / Jyhong Gabriel	200.00		
Lee John S. / Maggie M.	200.00		
Lee Li- Chung / Irene	150.00		
Logos Baptist Church	600.00		
Mak Ivy	153.03		
Mo Jessie	22.56		
Ngai Isaac W / Vivien M.	100.00		
Penn Steve I. / Lin Gloria Ann	800.00		
River of Life Christian Ch. in NY	1,500.00		
S.F. True Light Baptist Church	300.00		
The Lee Family Trust(Chingyu Chung)	66.00		
Wen Jim	51.85		
Yang Chien-Mei Pao	200.00		
Yuen Wu Kit-Ming / Elaine Huang	90.00		
Zhao Lihua	20.93		
Total US \$	22,899.37		

收支表

收入	\$	支出	\$
美國讀者 (US\$22,899.37)	22,899.37	出版費用	49,169.84
加拿大讀者 (CA\$800.00)	575.54	網絡,App,全球推廣發展及行政費	12,301.98
馬來西亞讀者 (MR34,129.75)	8,532.44	郵運費	7,854.60
香港讀者 (HK\$58,400.00)	7,487.18		
台灣讀者 (NT\$392,360.00)	12,396.84		
	51,891.37		69,326.42
		本季不敷	(17,435.05)
		今年累積不敷 (Jan-Mar 2026)	(17,435.05)

我们无法去到世界每个角落，athar...可以。

Z守望者

少年冒险团队

赶快加入我们！
athar, yadesh, tsarrog与ayin
将带领你前往日本、也门和撒哈拉。
《Z守望者》以其真文学、独特插画、
生动有趣的冒险及游戏活动，
帮助你探索大和民族的神秘文化，
寻觅中朝之间经贸往来。

邀请少年人
加入Z守望者团队
成为Z世代的特务勇士！



01 02 03 西伯利亚



+86 018-818 7767 | wanshu@wanma.com.cn | www.wanma.com.cn



WANSUO ZHANGHUO

MISSION PATHWAY

PRAY FOR THE UNREACHED

Mission Pathway prayer guide
English edition for desktop,
laptop, tablet, PC, mobile and
eBook readers of every type!

*Subscribe now
to receive the quarterly prayer guide.*



Mission Pathway Prayer Guide

English edition eBook requires
no special apps to read,
just the regular Web browsers or
eBook readers that are included
with your computers and
mobile devices.



MP
Official Website

*Join us
read online and become a mission intercessor!*

cross-roads.org/eng

