

The Flame Magazine © Issue 94

# 爐火

Registered by Australia Post  
Publication No. PP/235387/00051

◎ 免費贈閱刊物

【第九十四期】

—飲食業情報—

「餐福」  
是什麼？

成功之道  
信耶穌得自由  
寬恕  
誓不低頭  
父母唔易做

## 【老編的話】



【**爐火**】雜誌與各位讀者闊別三年了。這段日子大家都經歷過「冠疫」的衝擊！有不少食肆在這期間與我們永別了，亦有很多老師傅，經驗豐富的樓面趁疫情生意慘淡而索性退休。雖然今天大家總算守得雲開見月明。可是後冠疫的世界已不再一樣，經營食肆亦隨著時勢而要作出改變。百物騰貴，人手短缺，食客生活艱難，用錢量入為出都是我們這行現今要面對的挑戰。不過，品質，服務，衛生，市場的認知始終是成功生意的四大必備條件。今期「成功之道」訪問食店東主棋哥，看他經營食店的手法，希望給行家們有所啟迪。

「爐火」是基督教機構「餐館福音團契」發行的一本刊物。希望透過當中的文章給在飲食業裡的讀者認識正面的做人處事。更想讀者藉此刊物認識耶穌，從而得到豐富的生命。因此今後的文章會加上更多「講耶穌」的原素。希望大家從中得著智慧。

## 目錄

---

### 專題特輯

成功之道 01

---

### 飲食業情報

「餐福」是什麼？  
是一個... 06

---

### 漫畫世界

七十二行在酒樓 08

---

### 見證如雲

信耶穌得自由 10  
凡勞苦擔重擔的... 13

---

### 有感而發

寬恕 15

---

### 明火例湯

誓不低頭 18

---

### 福音園地

父母唔易做 20

---



**認**識棋哥十多年，知道他經營的食店生意非常之好。鑑於他的舖頭位於悉尼北岸我甚少去的地區，所以一直都未去探望他。但一直知道他經營的食肆按政府要求出足人工，報足稅。實在是飲食業的一朵奇葩。於是下定決心做一次訪問。

棋哥的食肆位於悉尼北岸一個大形家居商場，離華人聚居的車士活區約十七分鐘車程。食肆的形式是美食廣場 Food Court 內的食店，菜色以亞洲美食為主，亦有售買咖啡和凍飲。客路 95% 是西人。

早一星期約定棋哥做訪問，他說要下午二時三十分才得閒，後來他叫我早點來，吃個午餐才做訪問。我下午二時到達，見他的食店還有五個顧客排隊買餐，之前可想而知有多長的人龍。四十五分後仍不斷有人排隊，直至下午三時後才不見人龍，不過還斷斷續續一個一個的幫襯。期間棋哥煮了一碗喇沙給我作午餐。

先說這碗喇沙，湯底不是用現成的行貨，主要用料很簡單，有蝦球，雞胸肉，豆卜等。一吃便知是上乘的材料。單說蝦球，是用 26/30 澳洲蝦，有咬口，有蝦味。這碗喇沙比起很多名牌正宗馬

來西亞食店不遑多讓。若果以價錢來定品質，我願意付\$22。

約三點後，棋哥終於可以坐下與我交談。他先給我沖杯手打 Latte(咖啡)。用的是 Vittoria Oro 咖啡豆，市價約\$50一公斤，鮮奶不是\$2.60兩公升支裝的超市品牌，而用上Riverina 農場全脂鮮奶。看他專心的打造這杯咖啡，有著一絲不苟的態度。後來與他交談才知道他對沖咖啡都絕不苟且，要求有完美的溫度，氣壓，不同咖啡豆要打磨不同粗幼程度。每天早上熱機後，他就要先過兩公升的清水，咖啡機才可達到適當的氣壓。難怪商場雖然有其他的咖啡專門店，但很多顧客都選擇飲他的咖啡。

棋哥對出品有極高的要求是與他的背景有極大關連。他出身於香港五星級國際品牌大酒店裡的頂級西餐廳，由餐堂打雜busboy做到部長。在六七十年代這類的餐廳多以法國菜為主，每一樣的要求，無論擺檯，制服，衛生，出品和服務員的儀表都要完美，就連什麼飲料配什麼玻璃杯都十分講究。因為幫襯的都是有教養的達官貴人，不似今天在貴價食肆見到財大氣粗，不懂禮儀的「新富」。棋哥1975年移民到悉尼。良禽擇木而棲，到步後當然找近似的工作。他

選擇在當年頗有名氣，以高檔聞名的一間北區中菜館當餐堂經理。

棋哥之後在北區租了個街舖，開了間唐餐和三文治檔，做得有聲有色。過了幾年發覺大兒子已經第十班了，須要多些時間陪伴孩子們成長。與太太商量後，決定賣了唐餐部分，留下三文治檔。出售廣告一出，已有三十多個買家諮詢，不出三天已買出。兒子升上了大學，有天載女兒返學經過這商場地盤，見到出面有廣告招租戶，於是嘗試申請。到了租務辦公室填表，才發覺遞交的申請表已有一大疊，但最後都揀了他那份。相信這是基於他的工作經驗和之前經營飲食的成功而比到業主信心。

棋哥的喇沙這麼好吃，我問他是否這個餐最好賣？

他說：“係咗！湯類以喇沙同雲吞最好賣。不過雲吞嘅利錢最好。八粒雲吞我賣\$13，仲係有蝦添！我開頭比好多肉包雲吞，但後來發覺啲人食咗塊雲吞皮剩低啲肉。我之後加椰菜來做餡，反而啲西人食客更加受落。”

我再問他喇沙湯的秘方是從那裡得來的？本來諗他必定是從某某馬拉師傅高價買回來的。那知棋哥竟然話：“我係從WOMEN'S WEEKLY(婦女週刊)學到嘅，

自己再加以改良。”

真係比佢吹漲！難道真的「盲拳打死老師傅」？我反而覺他做西人生意，不固步自封，以適合顧客的口味而改良，這才是雙贏的生意之道。誰定雲吞不可加椰菜！婦女週刊的烹調品味，對象豈不是它的西人讀者嗎！電影「一代宗師」葉問的一句格言：「功夫，兩個字：一橫一豎（輸的躺下了；站著的就是贏家）」顧客受落，賺到錢的就是好雲吞。

我問棋哥有什麼原素令他的食店好生意？他說：“我哋兩公婆識得笑，我記性又好，客人來到我記得佢鍾意食乜嘢餐，大中小的份量。所以我哋做嘅大部分都是附近熟客。

另外衛生要搞得好好，廚房伙記收下午五點，一般三點半至四點我會叫佢哋收檔開始搞衛生。而我早上七時開工，門面櫃檯熱櫃每日清潔兩次。”

他繼續講：“食物用料當然要好，要新鮮。備好嘅肉食放入硬櫃（冰櫃）儲存，要用時早兩天放在風櫃解凍而唔係放一晚在廚房檯面室溫

解凍。汁醬亦唔好一次做太多以免放得太耐影響質素。仲有調味料，汁醬的牌子我會堅持。斷唔會因為有特價，或者有貨而用其他取代。缺貨果陣，我寧願去其他雜貨鋪搵都要用翻果隻。”

我又問棋哥疫後週圍都鬧「工人荒」，你人手方面有沒有遇上困難？他說：“有個伙記跟咗我十幾年，另一個做咗八九年。最新果個都做咗五年。佢哋都係泰餐低，好多功夫都係我一手一腳，或者可以話我捉住佢哋隻手教翻嚟！”

“我出人工比人哋高，報足稅交足公積金。”

人工拉低了毛利，怎樣賺錢呢？棋哥說：“我將啲工序集合埋一齊，即係啲伙記由開工做到收工。”

這的確是正路的做法。試想一般華人食肆請個廚師，人工雖不錯，但工作六天，每天十小時。如果人工除工作時間，其實並不算好待遇。另一方面，一星期工作六十小時是不可能每一刻全力而為。事實上有很多時間是在‘Hea’（漫無目的地消耗時間）。皆





因大部分的主管或老闆都不曉得像棋哥一樣安排和集中工序，以至時間上誤人誤己。倒不如學棋哥工資不虧待人，但每一刻都人盡其用。

棋哥說：“生意有時好到條隊排到對面鋪(約十五米)，喺哩個情況，我會將人籠分兩條，一條是現成的熱櫃選擇，另一條是個別柯打，我會標明這條隊須等候二十分鐘烹調時間。”

在這商場棋哥的食店經營了十八年，每星期生意額極之理想。下個月會擴充鋪面，加設燒味部和點心部。未來的日子可能在另一區同品牌的商場再開分店。現在想租用商場鋪位，業主不是看你有多少資金，沒有嚮當當的業績，多多錢都不租，因為做得不好會影響商場的人流和聲譽。棋哥有這良好的紀錄，

相信找到鋪位並非難事。

總括來說棋哥生意的成功有四點：

- 1/優良出品
- 2/服務態度
- 3/干淨整潔
- 4/了解市場

係人都知「阿媽係女人」！道出這四點並不難，要實踐到才難。李小龍跳跳彈彈踢出三腳看似容易，當中隱藏有苦練十數寒暑不為人知的下盤功夫。棋哥的成功絕不是僥倖，是自小由酒店培練出來對工作的認真和一毫不苟的堅持。每樣做得足，交得準，不虧待人。日子不用過得提心吊膽，每晚自然睡得安穩。每天更有力去迎向挑戰。這才是成功之道。

# 心路生命事工 戒賭輔導服務



**當**賭博已經成為你的捆綁時，難道還要等到千金散盡、妻離子散、感到悲痛無助才戒賭嗎？這樣會否太遲呢？請你馬上戒除賭癮，重獲新生！

賭博是一種心理沉溺及捆綁，賭徒很容易不能自拔，且對個人和家庭有深遠的禍害。若要成功戒賭，需要多方面的疏導、治療、支援與及身心靈的重建。

因此，『心路』特別為你提供一個全方位的輔導服務。

周一晚上戒賭小組為有心戒賭者提供小組戒賭輔導，認識賭癮的成因，鼓勵戒賭。建立戒賭者互助支援網絡，本著「同坐一條船」的道理，讓彼此更能關顧戒賭者的需要和難處，透過經驗分享過達至互相勉勵。

## 主要服務：

- \* 戒賭面談輔導
- \* 電話輔導
- \* 婚姻及家庭輔導

## 其他服務：

為問題賭徒及其家人提供朋輩支援小組。

舉辦關顧問題賭博活動及講座，提高公眾人仕關注「問題賭博」所帶來的影響，並鼓勵受影響的家人尋找協助及參與戒賭輔導。

歡迎你查詢或預約輔導

電話：0420 201 232

電郵：gamblingnomore@gmail.com

地址：Ground Floor, 1/8 Padstow Parade,  
Padstow, NSW 2211

網址：www.innerjourney.org.au

## 「餐福」是什麼？ 是一個...

1. 社區中心？
2. 服務社？
3. 互助社？
4. 食肆工會？
5. 教會？

是  否

「餐福」舉辦的各項基督教活動：

### 星期二崇拜聚會

由於飲食業大多不能在星期日休息，從業員無法參加一般基督教會的聚會。因此「餐福」的崇拜聚會是在星期二下午五時半，聚會後有晚飯供應。

### 查考聖經班

逢星期二有兩班，分別在下午三時三十分和晚飯後七時三十分。大約一小時。

### 國語小組

逢星期二早上八時（在悉尼一間餐館內舉行）及下午3:30（在餐福），主要是同行分享和查考聖經。

備注：粵語、國語均提供一對一查經及信仰探討；時間、地點靈活，歡迎預約。

「餐福」的全名是「餐館福音團契」。是一個基督教非牟利機構。目的是服務澳洲華人飲食業的朋友，我們亦希望成為一個平台讓從事這行業的朋友們能夠認識耶穌，得享豐盛的人生。



「天蠶洞」旅行



「老謀深算」政府福利講座

「餐福」是否只提供服務給信徒？

是  否

「餐福」還有其他的活動和服務給飲食業從業員：

- 與生活息息相關的講座
- 步行和野餐活動
- 活學活用的興趣班
- 成癮輔導轉介
- 家庭和個人輔導或轉介
- 出版「爐火」雜誌
- 出版酒樓英語會話光碟及mp4

「餐福」的活動是否只供飲食行業從業員享用？

是  否

不錯，我們服務的對象是在職或退休的飲食行業從業員，皆因這行業作息時間有別其他行業，亦有自己的文化習俗。我們的活動會為食肆朋友量身訂做。一定不會在飲食業的繁忙時間如週末，學校假期舉辦。出版事工如「爐火」雜誌，酒樓英語會話等等，都以圍繞此行業為中心的話題。

活動和服務是否要收費或要求捐獻？

是  否

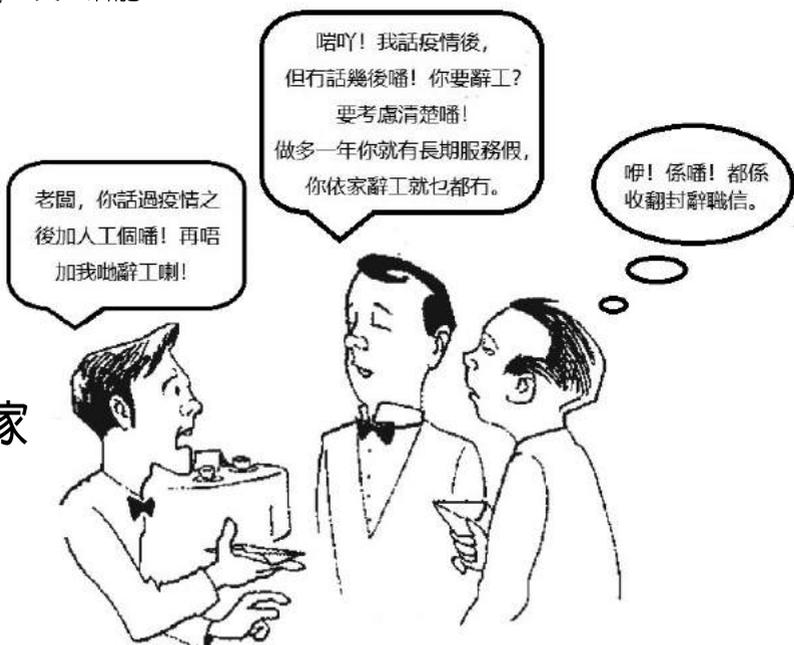
「餐福」沒有申請澳洲政府的資助，經濟來源主要來自各基督教會和熱心信徒的支持。一切服務和活動是不會收費，除非活動涉及其他牟利商戶如旅遊巴士租費，景點入場費等等。「餐福」亦不會代賣和轉售商品或服務。「餐福」設有「奉獻箱」，但從不要求捐贈。



# 七十二行在酒樓

圖：邵海東 | 文：屠龍

## 談判專家



## 演員

## 記者

## 作家

尋日你太太同班姊妹嚟過，有兩個因麻將數嘢到拆天咁！仲有呀，剛剛你老細先至同佢個秘書撐完檔腳……



老細，新冠同流感搞到冇人敢出街食飯，點算呀？



立刻幫我出個「百毒不侵」時令菜單。咁高：  
蓮花清燉地烏雞  
廿四味燻明鰱  
薄荷薑汁蒸肉蟹  
板藍根甘草炒肉片

保持笑容，過得一陣  
佢哋就會靜落嚟！

## 政客



# 信耶穌得自由

◎ 小山



**從**小我家就供奉著六七個不同的偶像，早晚都會上香祈求好運和財富。而我們一家對耶穌的認識可以說完全是零。直到我三十幾歲，我在香港的弟弟告訴我他信了耶穌，要與以前所拜的偶像斷絕，並告訴我們只有信耶穌才能得救。當時我心想他是不是迷信，或者被邪教洗腦了。我弟弟知道我文化水準不高，就寄給我一本廣東話版的聖經。雖然我不太感興趣，但他常常給我打長途電話講耶穌的事情(那時候長途電話費不便宜)。作為兄長出於關心，我一面聽他說話一面翻看聖經，研究其中的內容希望找到錯處，好讓弟弟知自己誤入歧途。沒想到一看之下便停不下來了。大概看了舊約的前幾卷書，我就覺得這位神太厲害了！祂掌握著整個世界(現在知道應該是掌權的意思)。於是我開始敬拜祂，當時對真理並不清楚，只是把聖經當做一本歷史書來看待。

沒多久，我就要見牙醫拔掉一隻智慧齒。本來這是小事一宗，但不知為什麼，到要打麻醉針前的一刻我忽然很害怕。可

能那段日子讀得聖經多，怕這個世界有公義，現在就是報應的時候。始終之前的日子曾做過一些壞事。可是又怎能起身走人呢！倘若被人知道三十幾歲人怕脫牙，以後顏面何在！不知為何，腦子突然諗起兩件事：第一，有一位全能的神，第二，就係我弟弟之前千叮萬囑當遇到恐懼時記得祈禱叫耶穌救你。原來當我害怕時才懂得謙卑！於是就作出我人生中第一個向神的祈求。心裏面說：“神啊！我承認你係我嘅神，求你救我啊！求你幫我大步攬過，以後就信祢一個。”說時遲，那時快，我整個人就變得很平安。接著就聽到一個聲音

“可以了...這兩天不要吃太刺激的食物呀！”原來牙醫同我講牙已經拔了，手術完成。過程一點痛都沒有。我立即感謝牙醫，讚他技術不錯。完全忘記了剛剛祈禱的事。莫說將榮耀歸給神，反而把握當日是例假，就立刻找老友吃喝玩樂。什麼刺激食物都照樣吃！翌日醉醒，女友問我手術怎樣？我才留意沒有痛過，面又沒腫，



血亦都沒有流過很多。嘩！立刻就認定祈禱真的有效。其實後期曾經有懷疑過是否巧合，其他人脫牙不一樣沒事。或者當時自己胆小啫！但諷刺的是，之後我有幾次進行一些更簡單的補牙和拔牙手術，卻沒有為這些簡單的事情祈禱。結果每一次，沒錯！是每一次手術後都有問題而需要再次回到牙醫診所。甚至還需要找另一位更專科的牙醫來進行後續處理。我意思並非想說：“你不祈禱神就不會看顧你”我信的神並非是一位待薄人的神，反而是一位滿有憐憫的神。我只是感恩神對我奇妙的作為。因為只有這樣才能夠洗去我對神存在的疑心，叫我再無可推諉，令我懂得凡事上要倚靠祂，不要自作聰明。

漸漸我對神開始有尋求的心，又很想返教會。尤其是每逢星期日見到一大群青年基督徒完了教會聚會，中午會到我工作的餐館午膳。我覺得他們很快樂，很融洽。自己心裏非常羨慕，亦很想成為他們一份子。可惜做餐館的，星期日可以放假是奢望。唯有將這件事偶然放在禱告中。

就這樣約維持了大半年，有天餐館來了一位新的點心師傅，他在員工用膳時總是閉上雙眼片刻才開始吃飯。其他員工就竊竊私語暗笑他：“信耶穌有飯你食咩？”之類譏諷的說話。就是這樣我知道他是基督徒。與他交談之後知道悉尼有間叫“餐館福音團契”「餐福」的機構，逢星期二下午有查經班和敬拜聚會。那時心情真是極之興奮，好似發現了新大陸。之後逢星期二我都到那裡參加聚會。感謝神的看顧，祂為我安排很好的同工和牧者帶領我這個罪人真正明白神的慈愛和救恩。後來我還帶女朋友(即現在太太)在「餐福」信主。之後，我們都在“餐福”進行婚禮。得到上帝的祝福。

想起決志信主之後，自己心態很快出現一種奇妙的改變。以前每天起牀返工心情都很煩燥：“唉！又要捱世界喇！”返工途中每一步都很沉重，特別是過時過節都會預先認今晚不知要做到幾點鐘才可以收工！從前的生命其實是很灰，即使澳洲的天空特別藍，但不懂得欣賞，



覺得他人形容天氣 so beautiful 好誇張! 但決志後自己都開始對身邊事物有感覺, 因為識得去欣賞神創造美麗的大自然, 對這一切心存感恩。這令我在上班的路上每一步輕省多了。

雖然自己在社會沒什麼地位, 亦沒有做出很大的貢獻。而認識主耶穌的過程又多滑稽和荒謬。但在天父爸爸的眼中, 我依然是寶貴的, 並且祂一直與我同行。感謝主耶穌賜我新的生命。明白到即使人生多困難, 這個世界始終都會過去。盼望在將來的天新地心裏就有喜樂。心裡就想為愛我的上帝去活每一天。

至於行為方面, 亦開始慢慢的轉變。例如爛賭的心態啦! 以前有時半夜已上了床, 但賭癮發作, 心裡七上八下, 總要走出去打老虎機或去賭場耍樂一兩個小時才安樂。不是滿有平安那種安樂, 而是輸清光後死狗般回家睡覺, 財散人安樂的那種安樂。

信主前常擔心自己的運程。每年一定要買幾本十二生肖運程攻略, 通勝之類的刊物, 因為要知道幾時犯太歲, 那日不可以剪髮, 每年張床要放什麼方向, 那裡要放杯水, 那裡要放塊石頭。擺些所謂風水

陣來趨吉避凶。如果那天預備去賭錢, 更加要看清楚什麼方向有利自己, 刻意兜個大圈走! 但我信了耶穌之後, 之前的林林總總已無須再做, 仍能心感平安。因為我已經知道誰是掌管世界。

讓我分享信主之後另一件軼事。就是我和太太結婚的日子無意揀了舊曆的七月十四(孟蘭節)。主婚牧師提醒我: “你知不知那天是舊曆七月十四?” 不要誤會牧師都怕了這日子, 他只是擔心我們的父母會覺得那天不吉利或者親友覺得那日「大凶」而不想出席。我更加覺得其實牧師想考驗一下我和太太兩個初信者的信心有幾大。老實說, 以前未認識耶穌我們一定會疑神疑鬼極不平安。應該會再另揀日子。感謝主! 在我結婚前, 我極之迷信的媽媽剛剛信了耶穌, 而我和太太知道這個婚禮是有神與我們同在。真的一點恐懼的感覺也沒有。反而覺得這日子不錯, 容易記。婚禮就照原定日期進行。一切都非常順利開心。結婚11年, 女兒都10歲了。一家齊齊整整, 生活從來沒有缺乏過。

信耶穌之後有很大的正面改變, 但仍知自己有很多缺點和軟弱有待改進。但我會繼續學習和實踐聖經的教導, 靠著主耶穌不斷的更新自己。

# 凡勞苦擔重擔的...

◎ 胡東羽傳道

**在**悉尼大小餐館的從業人員當中，有很多從國內來的新移民，或者，準確的來說，他們當中的大多數人是正「走在移民的路上」。與他們成為朋友後，了解到他們來到這個陌生的地方為生活奔波勞碌、那沉重的擔子上既有金錢的拮据、也有工作的壓力、家庭的問題還包括適應新環境的挑戰。真的，不是猛龍不過江。每一個人，內心中都編織著一個美麗的梦想，可是夢想在現實面前，往往令人嘆氣、無奈。有些朋友一天工作十幾小時，原本為著孩子移民、可是一天天當中，甚至與孩子說一句話的時間都沒有。

天真浪漫的小麗，在後廚洗碗池中，舞動著她文工團中彈鋼琴的手；溫柔、要強的小國一個人帶著三個孩子，滿是傷痕的手總要戰兢的將辛苦打工的

錢拿去還老公的賭債和移民代理高昂的費用；陝西小哥送外賣騎摩托車摔了，他告訴我沒事，再堅持幾年就好了……真的？再堅持幾年就會好嗎？

高昂的物價、各國都不願意承認的通貨膨脹、經濟衰退，還有拼命工作所累下的病根、冷漠的家庭關係，能夠讓我們真的有喘氣的機會嗎？何時才能真正卸下我們身上的擔子？

聖經《馬太福音》第11章28到30節說道：“凡勞苦擔重擔的人可以到我這裡來，我就使你們得安息。我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必得享安息。因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。”這裡的「我」指的是耶穌，祂是神。

或許，根據我們過去的經驗和經歷，我們可能會認為：要得安息、得平

安是要靠我們自己操練清心寡欲，安頓自己的心，或尋找心靈輔導，怎麼會去到神的面前？但在這裡，耶穌非常清楚地告訴我們，人心中得安息的最終秘訣就是「到我這裡來」，非常明確地告訴我們，只有耶穌才能是解決煩躁不安的唯一方法。有個叫奧古斯丁的西方學者，他是一位研究聖經的學者，他曾說過：人們心中都有一個空洞或缺口，這個空缺只能由神來填補。

聖經《詩篇》42章5節也這樣說：“我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因他笑臉幫助我；我還要稱讚他。”

耶穌也說我們必須負祂的軛，學祂的樣式。我們知道軛是套在墾田的牛的木架子，農夫用軛，要使牛就軛，馴服耕田。在此負軛有順服，歸順主的意思。人要安息不能不學習主的話語，不能不學習主的樣式或榜樣。在這段經文裡主也讓我們知道了祂的樣式：柔和謙卑。耶穌一生有許多東西讓我們學習，比如他的捨己，愛的榜樣，當其中最大

的是他的謙卑與順服，自願犧牲自己走上十字架的路。聖經告訴我們：

祂本有神的形象，但不以自己與神同等為強奪的，反倒虛己，取了奴僕的形象，成為人的樣式，既有人的樣式，就自己謙卑，存心順服，以至於死，卻死在十字架上（聖經腓立比書2章6-8節）。

我們生活在一個墮落了的世界，難免受到罪的巨大影響；罪帶來死亡與各種的痛苦。罪惡的威脅不斷侵襲我們；世上許

多的事叫我們無法安息，我們為孩子，丈夫，妻子，父母，家人，社會，國家，或為自己的健康，財務，工作等等。令到我們憂心忡忡，無法安睡。

親愛的朋友，即然耶穌賜我們安息，那我們就來到祂跟前，說，主啊，我是屬於你的，祢幫助我，我把我的重擔、擔心恐懼全交託給祢。如果你真的願意這樣做，請聯繫我們。

餐館福音團契 0468 784 941



**收**銀阿蓮今日返工見佢口黑面黑黝咗成村人咁，樓面傻強見到問佢：“有嘢嘛你？面口咁難睇，同老公炒大鑊呀？”

大家見阿蓮黑面都唔係第一次，咁嘅情況通常都冇人敢惹佢，免得佢將啲唔開心乘機發洩，俾佢省到一面屁！

阿傻強就唔同，因為佢哋來澳洲之前已經係酒店同事，相識不下二十年，而且同佢老公大隻標係沙煲兄弟。佢就唔會咁放肆。

“同佢嘈！我唔好慳翻啖氣！佢都痴線嘅！叫我今日下晝放工車佢阿媽去照腸鏡嘞！果個係佢阿媽又唔係我阿媽，點解自己唔告假去做，而要我去做咩？”阿蓮深深不憤咁講。

“或者大隻標今日公司有嘢行唔開呢！”傻強都想做個和事佬。

“叫佢啲細佬妹做囉，阿媽佢哋都有份嘍！”

“我唔會幫佢嘍！我仲記得我個女細個果陣，有次發高燒，剛剛係禮拜六唔返工唔得。搵佢阿媽睇一晚之嘛，你知唔知佢點講？哩個係你嘅責任，自己仔女自己睇翻！有冇做奶奶嘅做得咁絕情咩？”

阿蓮繼續講：“果日之後，我話過你唔好有事求我，我一定會照版煮碗還翻你。”阿蓮帶住一種報復得逞嘅冷笑回應傻強。

唐老鴨喺櫃面隔塊板後面度緊菜單，佢哋兩個嘅對話都盡入耳中。本來

諗住明哲保身，唔好捲入佢哋嘅對話中，但係聽到阿蓮咁講，身為基督徒係有義務要使人和睦。唐老鴨係佢上司兼且平日對佢都儲起啲恩惠。好似有時埋櫃差額十零廿蚊，都諗辦法幫佢拆掂佢。相信佢都唔敢對我亂咁發癲。

我未從塊板後面出來，先來個先聲奪人：“喂！你哋兩條友講嘢咁鬼大聲，嘈住我諗菜單呀！”

跟住我從板後面出嚟：“阿蓮，你有嘢嘛！”

“Sorry Tom哥，唔知你係入面添！”

“我嘆一口氣同佢講：”唉！阿蓮，我聽到晒喇！你都唔好同自己過唔去吖！”

“冇咯！我同個老嘢過唔去之嘛！”阿蓮好理直氣壯咁答翻我。

“其實你奶奶點樣唔肯幫你呢件事上你一直耿耿於懷，呢啲怨恨一直蠶食緊你美滿嘅人生。”

傻強都幫口講：“阿蓮，係呀，成日記住呢啲唔開心嘢真係折磨自己，個人會越嚟越偏激。累人累己呀。”

傻強諗一諗繼續講：“今日我都係返上晝，打電話比你老公，如果佢唔得閒我可以做司機。”

傻強都算唔話得，幫人幫到底。點知阿蓮咁回答：“我唔會打嘍，要打你自己打！”

我見到阿蓮嘅反應都知道今早佢哋兩公婆一定因呢件事鬧得好唔愉快。說時遲，那時快，阿傻強真係拿起部手機打：“喂！大隻標，阿強呀！阿蓮話你阿媽今日下晝要去照腸。我得閒番！…四點鐘嘛！得得得…”

傻強收線之後，阿蓮又面黑黑咁問：“喂！係你自己意思，做乜話我話？”

女人嬲起上嚟真係六親不認，今次連認識多年嘅老朋友都有面比。傻強面懵懵企响到都唔知講乜好！

我唯有幫佢打圓場：“佢身為你老友都係出於好意啫！佢代你說話都係希望你兩公婆一人讓一步化干戈為玉帛啫！”

我見阿蓮靜咗落嚟，冇之前咁扯火，我繼續打蛇隨棍上：“其實你老公一個係阿媽，一個係老婆，夾往嚟中間都好難做。將心比心，如果係你阿媽同你老公不和，你都幾難搞，係咪？”

阿蓮好大反應咁回答：“我阿媽點同，佢不知對我老公幾好，直程好過親生仔。所以我老公對佢仲好過對自己阿媽。”

唐老鴨立即使出一招「一啖沙糖，一啖屎」：“你阿媽識做人囉！其實對個女婿好就即係對個女好。真係唔係好多老人家咁有智慧㗎！哈！你阿媽高招。”

阿蓮聽到我稱讚佢老母，立刻開心晒！

“哽係啦，我阿媽唔係好叻，但假地都高中畢業，唔似得我奶奶咁，小學雞都不如。”

正當佢鬆毛鬆翼之時，唐老鴨諗：“唔！係時候比啖屎佢食喇！”

“係囉！你都知道奶奶小學雞喇，咁你使乜同佢一般見識啫！佢係小學雞，你唔係嘛！你將你阿媽果招倒轉嚟使都得啫！”

傻強一直聽緊我哋對話，聽到呢到佢拗晒頭：“點樣倒轉嚟使呀！”

見到佢個模樣，真係唔捨得放過呢個取笑佢嘅機會：“咁你都諗唔到，唉！正一頭大有腦，腦大生草！”

我繼續講：“條程式其實好簡單，外母對女婿好，女婿會更錫自己個女。倒轉條程式就係阿蓮你去錫奶奶，你老公心存感激，係咪會對你更加好！計吓條數你有賺番，你奶奶一星期最多見一兩次，但係你老公就成日喺你身邊。”

阿蓮好猶疑咁話：“奶奶咁惡頂，真係好難錫得落。唉！佢呢種人你對佢好，反而佢會以為你想謀佢啲乜嘢！米搞！”

“路遙知馬力，日久見人心。要去改變一個人嘅成見係須要時間嘅。同奶奶和好，對你自己都係一個釋放。而且換得你老公對你嘅欣賞，佢會更加錫你。呢條數有賺冇蝕，諗得過呀！阿蓮。”傻強比我取笑完之後真係醒咗囉！

唐老鴨諗係時候再比啖沙糖嚟堅固佢去同奶奶和好嘅意向：“阿蓮，你喺服務性行業都廿幾年，經常遇到無理取鬧又俾尖聲悶啲食客。但好多都比你氹到塔塔掂，好似孤寒財主黃先生兩公婆。以前個個同事都唔肯埋佢哋張枱，係你先至氹得掂佢，依家除咗我哋呢一家，佢哋邊到都唔會幫襯。所以我有信心你得嘅！我同傻強都睇好你。你掂㗎！”

傻強都附和我所講：“係呀！阿蓮，你掂㗎！”

“好啦！一陣我車佢去診所啦！”阿蓮鼓起泡腮，死死地氣算係接受我哋嘅意見。

之後，我同傻強開始擺枱預備午市。傻強好感嘆講：“人冇時因為一句

話可以影響到咁多人又咁深遠。大隻標老母可能當日衝口而出嘅一句晦氣話，最起碼影響咗三個人咁多年都唔好過。真係為害不淺！”

我答：“係呀！聖經裡面都有講過一句「舌頭在百體裏也是最小的、卻能說大話。看哪、最小的火、能點著最大的樹林。」所以我哋真係要緊慎自己說話，唔好喻得就喻！”

傻強：“雖然我唔信耶穌，但我都相信聖經講嘅係充滿智慧，呢個係不可置疑嘅！”

“啲！你話聖經有智慧，即係聖經係啱㗎啦！但聖經就係講耶穌個嘢，而你又唔信耶穌，好矛盾喎！”

“你個死仔裝我彈弓！又想叻我信耶穌。你慳啲啦！”

“喂！唔使咁扯火，「說話浮躁的、如刀刺人。智慧人的舌頭、卻為醫人的良藥。」呢句都係聖經講㗎！”

傻強：“×#y\*z%...”



## 誓不低頭

◎ 肥佬雄

——生人都在酒樓行業打滾。年青時食無定時，飲食又不檢點。多年習慣了不吃早餐吃宵夜，嚐盡「千年油」，高脂高澱粉質的美食。步入中年，血脂，血糖，尿酸自然成了附骨之疽。不用說肥肉，米飯，麵食現今只可淺嘗，連豆腐吃多了都會腳痛。醫生說：“可以食多一點雞胸肉和蔬菜。”

前半生見盡人間美食，從今只可長伴清菜雞胸肉。人世間的痛苦莫過於此！

今天學了一個英文生字「Defiance」意思挑戰，藐視權威拒絕服從命令。

Defiance我在這裡指拒絕接受命運的安排。既然健康只容許我吃這些淡而無味的食物，那就檢視還有什麼可吃的，左右配搭成人間頂級美食。繼續滿足自



己的味蕾，這本來就是我們的專長！當然亦要夠飽肚，這個「衍太史五蛇羹」吃多多都不肥亦不影響尿酸和血糖指數。

反觀人生豈不一樣！我們往往都被環境，健康，金錢，人際關係制抓著。綁手綁腳好像沒有出路。以其自怨自艾，消極接受！何不檢視在自己身邊還有好的東西，加以佐料。繼續讓生命過得精彩。

悲觀的人看著半杯水說：“我只剩下半杯！”

樂觀的人看同一杯水說：“我還有半杯！”

看到當中的分別嗎？

## 「衍太史五蛇羹」

主要材料：

豬展骨加燒豬骨清湯，雞胸肉(切幼絲)，木耳絲(清血管)，果皮，羌絲(暖胃)，雪耳，瑤柱絲，筍絲，雪耳(打碎再飛水)，些少豬皮(有貨時會用魚唇代替)。最後用生粉埋茨及打個蛋花。

做法和份量：

做飲食業的會清楚怎樣配搭和處理。

「衍太史五蛇羹」佐以檸檬葉(要用 Kaffir Lime)，白菊花瓣，薄脆。實在太好吃了！



我們有這寶貝(耶穌)放在瓦器裏，要顯明這莫大的能力是出於上帝，不是出於我們。我們四面受敵，卻不被困住；心裏作難，卻不致失望；遭逼迫，卻不被丟棄；打倒了，卻不致死亡。身上常帶著耶穌的死，使耶穌的生也顯明在我們身上。

哥林多後書4：6-10



父母

# 唔易做

◎ 見晴

**養**兒一百歲，長憂九十九。如果你已為人父母，相信十分明白箇中道理。

作為母親的，十月懷胎更能體會箇中滋味。當一個女人懷孕，為了迎接新生命，身體會大量釋放黃體素和雌激素這兩種荷爾蒙，使得媽媽腸胃蠕動速度變慢，導致脹氣便秘。身體上的不適，帶來睡眠不足，身體常處於疲憊狀態。另一方面，荷爾蒙會刺激中樞神經系統使生理產生變化，使媽媽味覺和嗅覺變得敏銳，會有噁心及嘔吐現象出來。懷孕期間若荷爾蒙失調會影響大腦控制情緒的能力，引致心情憂鬱，情緒

高低起伏。這種心理及生理的變化要待新生兒誕生後才慢慢恢復過來。

作為父親的，這個可能是精疲力盡的角色。除了承擔家庭經濟責任之外，也會憂心子女教養、工作壓力及家庭結構改變與另一半相處等問題。爸爸外表看似堅強，內心卻難以啟齒表達心中壓力。若未能舒緩心中壓力，瀕臨崩潰的爸爸會以消極行為去面對壓力，比如酗酒、毒品、賭博或體重增加。

每位父母親在生育後，與子女們會發展一種獨特的親子感情聯繫。要擔起父母親的天職，實在一點也不容易。今天與大家介紹聖經記載兩個家庭的故事。希望帶給讀者們盼望與安慰。



第一個家庭：父親名叫撒迦利亞，母親名叫以利沙伯，在神面前是個義人，遵行一切誠命禮儀，無可指摘的，可惜他們年紀老邁，不能生育。在猶太人社會裡沒有後嗣是一種羞恥。直到有一天，天使奉神之名，為這家庭帶來好消息，以利沙伯將要懷孕生子了，甚至這個兒子在她的母腹中就被聖靈充滿。將來兒子會被神大大使用。以利沙伯終於不再靜默無聲了，她終於開聲說話了，她說：「主在眷顧我的日子，終於這樣厚待我，除去我在人間的恥辱。」但她卻將自己藏起來，不敢與其他人分享自己的喜悅。

另一個家庭：父親是大衛家族的約瑟，母親名叫馬利亞。天使突然出現在馬利亞眼前，對她說：「蒙大恩的女子，我問你安，主與你同在。馬利亞很驚慌，天使安慰她說，不要怕，你將要懷孕生子。天使說：聖靈要臨到你身上，至高者的能力要蔭庇你。因為出於神的話，沒有一句不帶出能力的。」馬利亞的回應就是順服與跟從。

故事說到這裡，你認為那一個家庭比較蒙福呢？在現代眼中，當然是以利沙伯是蒙福的人。但聖經卻稱馬



## 墨爾本飲食業福音團契 Melbourne Restaurant Evangelism Fellowship



我們的成立，因為神愛餐館人，透過信仰的見證，舉辦有益身心的活動，服務飲食業朋友。

歡迎參加我們的「團契聚會」。當中有友情、有分享、有茶點招待。信仰探討，小組活動，助你認識聖經真理。小城佈道，將福音送到維省及遠方城鄉。

團契聚會 - 信望愛堂  
67-71 Springvale Road  
Nunawading VIC 3131  
(停車場於 Springfield Rd 入)

聚會時間：8 pm — 9:30pm  
華語團契：逢星期一晚  
粵語團契：逢星期二晚

聯絡資料 - 黎金城牧師 0402 411 731  
電郵：mref.au@gmail.com  
郵政信箱：P.O. Box 1166  
Doncaster East 3109  
面書專頁：facebook.com/MREFVIC/

利亞為蒙大恩的人。這裡說明聖經裡蒙恩寵的定義與我們生活裡所講的是不同的。在社會裡只要將一切「好嘢」放在自己身上，就是蒙恩了。例如我有一個好老公、有個好老婆、有一份好工、有靚車、有靚屋、條命生得好。但聖經卻不是這樣說。馬利亞才是被稱為蒙大恩的人。這裡說明恩寵是神賜予的，而非人可以去尋找得到的。能夠得到神的護佑與賜恩是何等蒙福的人。

人生不如意事十常八九，周圍環境隨時在變、甚至你的身體也會突然轉變。但耶穌應許賜下平安，就是無論環境如何改變，我們的身體狀況如何轉變，我們內心都有一份平安去面對眼前的一切。

主耶穌曾說：我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們。我所賜的不像世人所賜的，你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。（約翰福音 14:27）

我們年輕的時候，含辛茹苦地工作，照顧子女，為家庭付出很

多。多麼艱難，寧願自己瞓少一點，穿少一些，食少一些，都要供書教學捱大自己的子女，希望他們能出人頭地。為什麼我們會這樣做呢？因為愛。我們愛家人，愛我們的子女，關心他們，想他們生活過得好些。耶穌如是，祂同樣愛我們，祂愛到一個地步，將自己的性命也犧牲了。祂是樂意施恩給每一個人，在祂恩典中，祂會賜下力量，賜下保護。

一件發生在我們家庭的事，到底它是福還是禍呢？很視乎我們的選擇？上述的家庭故事，天使分別向他們啟示了上帝的計劃。將一個來自上帝的好消息報告給以利沙伯及馬利亞。兩個家庭、兩種態度、兩種回應：馬利亞代表相信、以利沙伯代表不信。

你呢？如何能成為蒙大恩的人，就是相信神。今天

神也向你發出一個邀請，想將一個好消息送到你的家庭當中，邀請你一起進入蒙恩的隊伍當中，賜福予你，賜福予你的家庭，你接受嗎？



親愛的朋友：

**我**們願意幫助您了解人生的真諦，更願意幫助您明白靈性的問題。  
若您閱讀【爐火】後心有感動，請按著您現在的情形，填妥下列表格並寄回本刊。

請在適合的方格上填上號：

- 我願意相信宇宙間有一位全能公義、慈實的神（上帝）。
- 我相信耶穌基督是神的獨生子，為我的罪被釘十字架流血受死，替我付上了代價，我現在要悔改歸向神，接受耶穌為我的救主。
- 我願意更加明白聖經真理，請寄贈有關信仰的小冊子。
- 我願意參加教會聚會，請與我聯絡。
- 我有興趣查考聖經，請與我聯絡。
- 我對聖經認識很少，希望參加聖經函授課程，請寄來資料。
- 請按期寄贈【爐火】\_\_\_\_\_本。
- 我不想再收【爐火】

請用正楷詳細填寫，請勿簡省或潦草。

姓名：(中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_

性別：\_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

通訊地址：\_\_\_\_\_

請把（回應表）寄回：Restaurant Mission Inc. 餐館福音團契  
P.O. Box K-338 Haymarket NSW 1240 或傳真 02 - 9211 1666

# 付款方式

閱讀【爐火】，有感動支持此刊物之製作，現付上 \$

- 支票** (抬頭請寫Restaurant Mission Inc.)
- 現款** (請存入聯邦銀行餐館福音團契 Restaurant Mission Inc. 的戶口)  
Restaurant Mission Inc.  
Commonwealth Bank  
BSB: 062 006 A/C No. : 0090 1888 (並寄回存根)

請閣下將姓名，聯絡電話及地址，連同支票，銀行存根或表格，一併寄回/或電郵餐館福音團契，以便記錄後寄上收據，並於日後寄上通訊以保持聯絡。

郵寄地址：Restaurant Mission Inc.  
P.O. Box K338  
Haymarket NSW 1240  
電郵： restaurantmission@gmail.com

姓名 Name

電話  
Phone

地址  
Address

電郵  
Email Address

謝謝您的支持

Thank you for your donation !



「餐福」不像教會可以自養自傳。「餐福」愈發展，愈需要弟兄姊妹和教會的支持。

# 聖經函授課程

**你**是否有興趣認識更多有關耶穌的生平和祂的教訓，但卻苦於閱讀能力有限，對看聖經頗感困難？有一個好消息告訴你，就是「餐館福音團契」推出的一個「聖經函授課程」，是專為慕道者及信徒而設的。

## 耶穌的肖像

**目標：**1. 幫助人認識耶穌是創造萬有的主，是世界的光，是復活的救主。

**內容：**介紹主耶穌的身份與權能。

## 你的福音

**目標：**1. 幫助初信者以行動顯明“接受基督為救主和生命的主宰”這項決定。

2. 幫助初信者發揮基督徒的能力，在靈性上追求成長，過得勝的生活。

**內容：**為初信者指示成長的途徑，並按部就班地明瞭事奉、救恩、權威來源，與基督徒生活原則等道理及如何付諸實行。

## 如何研讀聖經

**目標：**1. 與你一同認識聖經的基本信仰。

2. 幫助你接受耶穌為你的救主。

**內容：**介紹聖經的來源，神對人的啟示和目的。

## 基督教的基本認識

**目標：**幫助信徒明白信仰基礎。

**內容：**介紹基督教的基本綱要。

## 馬可福音研讀

**目標：**幫助信徒有系統地研讀福音書卷。

**內容：**幫助信徒認識耶穌是基督、是降卑的僕人，是大有權能的神。

## 約翰福音研讀

**目標：**幫助信徒多了解和認識耶穌。

**內容：**耶穌與天父、聖靈、世人、信徒各方面的關係，證明祂不單是神的兒子，更是神！祂與聖父、聖靈同等、同位格、同權、同榮。信祂的人不但得救，成為神的兒女，並有豐盛的生命。

**報名辦法：**詳情請致函「餐福」Restaurant Mission Inc.

**電郵地址：** restaurantmission@gmail.com

**郵寄地址：** P.O. Box K338 Haymarket NSW 1240

各項課程費用全免，但歡迎自由奉獻。

【第九十四期】◎ 二〇二三年 七月

出版者：餐館福音團契

**Restaurant Mission Inc**

1st Floor, 627 George Street,  
Sydney NSW 2000 Australia

Tel: 0468 784 941

E-mail: restaurantmission@gmail.com

www.restaurantmission.org.au

郵寄地址：

P.O. Box K-338 Haymarket  
Sydney NSW 1240 Australia

創刊：1989年

主編：高維美

編輯組：李國輝、黃麗娟

美術設計：John Chan

承印：**Fortune Press**

Shop 98, 460 Jones Street,  
Ultimo NSW 2007 Australia

- ◎ 【爐火】乃免費贈閱刊物，本期出版3,500本。
- ◎ 函索即寄，歡迎奉獻支持印刷及郵費。
- ◎ 歡迎轉載，但請先與本團契聯絡及註明出處。
- ◎ 本刊文章由作者自負文責，其立場未必與本團契及本刊一致。
- ◎ 歡迎轉介或協助派發。

歡迎您來認識主耶穌

## 餐館福音團契



逢星期二下午

3:30pm及7:30pm

查經班－幫助您認識聖經。

5:30pm

粵語敬拜－唱詩、聽道理、令您身心愉快。

7:00pm

晚飯－雖然清茶淡飯，不過當中有友情和真誠做餸，令您回味無窮。

- ◎ 服務餐館行業，以發揚基督博愛精神。
- ◎ 舉辦有益身心的戶外活動、講座和課程。

**開放時間** 星期一至星期五

上午十時至中午十二時

下午一時至下午四時

(公眾假期休息)

