

犄角

Herald UK
Monthly
英國版 月刊

探新方向 報好信息

2024年4月

Vol.37 No.4 April 2024



www.herald-uk.org

f HeraldUK

免費
取閱

P.19

上帝牢緊
抓住我——
從焦慮
到平安



P.20

寶珮如

都是上帝給的好機會

生老病死以外，
還有復活的盼望！
今期詳盡帶出復活的
本質和意義，
藉此反思生命，
勇敢積極地正面人生！

論復活

號角

Herald UK
Monthly
英國版 月刊

探新方向 報好信息

2024年4月
Vol.37 No.4 April 2024

免費取閱



<https://www.herald-uk.org>



HeraldUK

出版者 基督教角聲佈道團
Chinese Christian Herald Crusades, Inc.

紐約總部 156-03 Horace Harding Expressway,
Flushing, NY 11367, USA

網址 www.cchc.org

英國辦事處 CCHC-UK,
PO Box 117, Banstead,
SM7 9DH, U.K.

電郵 perryfung@cchc.org

英國號角董事會 勞伯祥牧師、周簡艷珍、
馮兆雄、方思潔、馬日恆、
區雯慧、李詠祈

號角訂閱表

電郵：perryfung@cchc.org

本刊物為免費贈閱，如讀者想以郵寄方式收取，
每本印刷連同包裝及郵費每年為48英鎊。

本人希望定期收到《號角》__本，請寄往：
姓名：(中) _____ (英) _____
地址：_____
電話：_____
電郵：_____

若為教會 / 社團 / 公司 訂閱，請列明名稱及
所需本數：_____ 及 _____ (本)
本人願意支持《號角》之經費，隨信附上 _____ 英鎊。

奉獻支持方式：網上銀行轉賬、PayPal或支票，逕寄：
CCHC-UK, PO Box 117, Banstead SM7 9DH

訂戶所填寫的個人資料，將會用於有關訂閱用途。
如欲更改、取消或查詢個人資料，請聯絡馮兆雄跟進。
號角定期舉辦活動，並以電郵通知各教會、社團、公司及讀者，
如欲收到有關通訊，請以表示。
 本人願意收到號角電子通訊

本期目錄

專題策劃及撰稿：馮兆雄、馬日恆、區雯慧、陸思齊、林珊一、倫德明、
劉愛群、李詠祈、許麗珍、江柔敏

專題

- 03 復活的本質和意義..... 吳明山
從《使徒信經》看耶穌復活的意義..... Wiley
- 04 生命的真正意義..... 觀望者
人生就是如此?..... 劉安琪
- 05 生死以外無大事..... 維奇
爸爸回到生命的源頭..... 利碧嘉
(社論) 復活權能•戰勝死亡..... 迦勒

生活組曲

- 06 (餐飲佳音) 平凡生活也可祝福別人..... 李少萍
(耆英隨想) 窩心的好司機..... 桂連

生活資訊

- 07 (BNO專欄) 孩子自殘怎辦?..... Lilian Lau
留學規劃這樣來..... 陳翔
- 08 (房地產) 春季預算：與物業相關的要點..... 李家祺
(福杯滿溢) 生命麵包..... 羅達明
- 09 (智慧理財) 適合冒險家的投資..... 謝冠文
(英樓測量) 熱橋現象——家居潮濕幕後推手..... 阿文

世界風情畫

- 10 (樂縱橫) 懷特島——維多利亞女王的慰藉..... 馬日恆

智慧之窗

- 11 (斯斯細語) 為明天憂慮?..... 比斯
(法理情) 沒有行為問題的理想世界..... 鄧滿明

所聞所感

- 12 (優雅生活) 傲慢與自信..... 高司祺
(心靈沙龍) 修剪生命..... 蘇美玲
一格漫畫..... 葉源春

天倫樂 / 生命線

- 13 (與君同行) 踏上禮堂的講台..... 彩霞
明智的抉擇..... 日月星

青少年園地

- 14 Mission Trips..... Kexin Z
(漢字遊戲室) 認字的靜態遊戲..... 吳寶娟

珍饈百味

- 15 (艾麗斯廚房) 蟲草花杞子蒸排骨..... 艾麗斯
(艾麗斯廚房) 粟米甘筒羊肚菌瘦肉湯..... 艾麗斯

健康寶鑑

- 16 (祝君康寧) 泌尿系統感染和抗生素使用..... 樊珉
(心安家寧) 用繪本跟孩子談死亡..... 梁梓敦

教會消息

- 17 生命的旋律

- 18 信耶穌不能靠父母遺傳..... 楊昱路
- 19 上帝牢緊抓住我——從焦慮到平安..... 蒙恩
- 20 寶珮如：都是上帝給的好機會..... 夏蓮娜

教會名錄

- 24-25 廣告..... 21-23, 26-28

復活的本質和意義



吳明山

耶穌復活是人類歷史的最大事件，也是基督教信仰的核心，是福音區別於其他一切宗教的本質特徵。其他宗教的創始人都死了，他們的墳墓供人瞻仰，只有耶穌的墳墓是空的，因為祂戰勝死亡復活了：「上帝卻將死的痛苦解釋了，叫祂復活，因祂原不能被死拘禁。」（《使徒行傳》二章24節）戰勝死亡的生命是怎樣的存在呢？是超越時空及物質限制而擁有整個世界。耶穌在上十字架與「死亡」面對面交戰前告訴門徒這個秘密：「若有人對你們說：『看哪，基督在曠野裡』，你們不要出去！或說：『看哪，基督在內屋中』，你們不要信！閃電從東邊發出，直照到西邊。人子降臨也要這樣。」（《馬太福音》二十四章26-27節）說明祂同時佔有世界任

何地方的超自然存在性質。

復活的耶穌不是抽象的「精神化」的「靈」，而是永恆生命實體，如瑞士神學家漢斯昆(Hans Küng 1928-2021)所寫：「『精神化』在這裡意味着蒸發，會從真正的祈禱和崇拜中拿走具體的基礎。」「復活不是在空間和時間上返回這生命……不是此生在空間和時間中的延續……而是升入終極實體。」人類意識和思維的形象化功能無法認識復活的形上學本質的，保羅用「叫人活的靈」來描述祂。（《哥林多前書》十五章45節）耶穌按祂對門徒的應許，在復活後的第一個「五旬節」超自然地使他們說起別國的話來，史稱「五旬節聖靈降臨」。使徒彼得隨後確認「聖靈的應許」不是別的，乃是復活的耶穌：「從父領受了聖靈的應許，就把你們所看見所聽見的，澆灌下來。」（《使徒行傳》二章33節，根據希臘文原文與欽定本翻譯）

復活的耶穌的本質就是：「那從起初原有的生命之道」；「與人同在之上帝」；「因為耶穌基督昨日、今日一直到永遠，是一樣的」；「祂在萬有之先；萬有也靠祂而立」；「超乎眾人之上，貫乎眾人之中，也住在眾人之內」；「安息在祂的愛裡」；「因我們的信，住在我們心裡，叫我們的愛有根有基。」住在我們裡面做我們生命的主宰、愛的根基，這就是耶穌復活對我們的意義。☪



從《使徒信經》看耶穌復活的意義

Wiley

力，為人類帶來了永生的希望。

《使徒信經》敘述耶穌基督的誕生、受難、升天和復活，突顯了祂在基督教信仰中的至高地位。耶穌基督的復活不僅是一個歷史事件，更是一個靈性的真理，是基督教信仰的核心所在。通過《使徒信經》對復活的講述，我們被提醒著耶穌基督的復活不僅改變了歷史，也改變了我們個人的生命，賦予了我們信仰的力量和希望。

作為基督徒，我們承擔着使命——將基督的愛和福音傳達給世人。《使徒信經》中提到的「我信聖靈」，象徵着聖靈的臨在和感動，這是我們使命的動力和指引。通過聖靈的感動，我們被賦予了使命去宣揚基督的救恩，以慈愛和憐憫去服務他人，並將上

帝的國度建立在地球上。

在《使徒信經》中，我們也承認了「教會」的存在和重要性。教會作為基督的身體，在地上代表着基督的存在和愛。我們作為教會的一員，有責任和使命去建立和保護教會的團結和神聖，並且通過教會的事工去影響和改變社會。

此外，《使徒信經》中提到「生命的復活」，這不僅僅是指我們對永生的盼望，也是我們在世間的生活方式。作為基督徒，我們要以基督的愛和真理去彰顯上帝的榮耀，活出基督的樣式，並且在面對苦難和挑戰時仍然堅守信仰，這是我們承擔的使命和責任。

《使徒信經》提供了對耶穌基督復活的深刻體會，並且指引着我們作為基督徒的使命和責任。我們被呼召去傳揚福音、建立教會、彰顯基督的愛和真理，並且活出基督徒的生命，這是我們對耶穌基督復活的回應，也是我們信仰的實踐。☪

《使徒信經》是基督教教會最具代表性的信仰告白之一，其中包含了對耶穌基督復活的深刻體會。通過《使徒信經》，我們得以深入理解並感受到耶穌基督的復活對於基督徒的重要性。

《使徒信經》開始於「我信上帝，全能的父」，這是對上帝創造和主宰萬物的信仰。耶穌基督的復活被視為上帝施行奇蹟的終極體現，是上帝對人類愛的明證。當耶穌從死裡復活，祂不僅證明了自己是上帝的兒子，更展現了上帝的大能，打敗了死亡的勢

生命的真正意義

觀望者

人生最寶貴的是什麼？隨着人類的壽命越來越長，如果沒有健康的身體，在80至90歲的高齡，若不能自理，就有可能被家人安置在護老院。雖然有護理人員的看顧，飯來張口，衣來張手，卻是連在襁褓時期懂行的小孩也不如，未能行動自如。其實健康狀況良好的基礎，不僅是軀體方面，更重要的是心靈的健康。人之將老，需要有良好的心境，就會多一點舒暢，添加快樂與幸福的元素，邁向健康的生活方式。

在人生的下半場，或者踏入退休的年齡，可以放慢脚步，瀏覽周邊的人物與風光。靜下來時，檢視自己人生走過的路，是迂迴曲折嗎？是康莊大道嗎？或是走了很多冤枉的路？當路途上遭遇苦難時，不知前面的路如何走下去，徬徨不知道怎辦，人如何面對？很多時人會感到悲痛、憤怒、哀傷，特別是患有惡疾，醫生診斷只剩有限光陰時，第一次體驗死亡正在臨近。那時人會反思，在世上還有什麼未完成的工作，有什麼渴望要見的人？

若有人回顧過去，可能會發覺多年來辛勞累積的財富資產，還沒有立下遺囑，家人不知如何處理，卻仍然眷戀着過往的生活和享受，肆意追逐各種物慾、金錢、地位、權力；不盡的慾望、過勞，損壞了身體

而不自知，最後積勞成疾，躺在醫院的病床上，能够嚥下一口稀粥已經有幸福的感覺。過去輝煌的歲月，像電影片段反覆播放，一幕一幕重現眼前。然而，當氣盡時，這一切畫面隨之落幕。

幸福不是隨手可得，健康的身體更為珍貴。眼見現今時代，年輕時以健康追逐金錢，老病時卻用金錢延續生命。古語有云：「健康就是幸福」。人有了健康，才能擁有幸福的生活，才能結伴同行，享受風和日麗。健康是快樂的重要因素，平安與喜樂是人生最好的福樂。

心靈健康不僅是養生之道，「天天微笑容顏俏，淡泊名利比酒甜」之人生哲理，心靈健康包括靈性和精神方面，靈糧是亙古不變的真理，《聖經》智慧書《箴言》十二章28節：「在公義的道上有生命；其路之中並無死亡。」因為上帝付上祂的兒子耶穌的生命作代價，為世人贖罪，賜人永生的盼望。這是何等寶貴的恩典。永生確實是一種奧秘，是人所不明白、測不透的事。在屬靈層面，有聖靈親自在人心中讓我們明白。☺

人生就是如此？

劉安琪



勞碌累心，在他一切的勞碌上得着什麼呢？因為他日日憂慮，他的勞苦成為愁煩，連夜間心也不安。這也是虛空。」（《傳道書》二章22-23節）

生命的脆弱和短暫

美國傑出政治家、外交家、科學家兼發明家班傑明·富蘭克林 (Benjamin Franklin 1705-1790) 曾說：「在這世界上，沒有什麼是確定的，除了死亡和稅收。」每當摯愛親友離世，我們都會感到失落、無助，也體會到生命的脆弱和短暫。人生在世總會有終結的一天，我們怎樣面對呢？人死後會往哪裡去？還是「人死如燈滅，一了百了」？沒有指望的人生，不是很可悲嗎？

復活節的來源

歷史學家和考古學家不斷發現遠古文獻和遺跡，都與《聖經》內容吻合，肯定了其真實性：耶穌被釘十字架，死後三天復活，應驗了舊約的預言。復活後，耶穌向門徒及500多人顯現，與使徒共處40天，講論天

國的真理。祂在世只是短短33年，但對人類歷史有着深遠的影響。現時全球通用的年曆就是以祂的出生年份為分水嶺，分為公元前 (BC, Before Christ, 主前) 和公元後 (AD, 拉丁文 Anno Domini, 即「主曆」In The Year of the Lord)。

耶穌出身寒微，以木匠的身分，行了無數神蹟奇事：清水變成美酒、五餅二魚餵飽5,000人、治病、趕鬼……祂體察民間疾苦，滿有憐憫地幫助弱勢社群，但卻不畏強權、直斥宗教領袖的假冒為善。祂接納真心悔改的罪人，徹底改變他們的生命。耶穌從未寫過一本書，只是以德服人，身體力行地活出「信、望、愛」的崇高理念。祂的12門徒中，有11人殉道，2,000多年來，有無數信徒，因為跟隨祂而遭受逼害，甚至甘願犧牲性命。

耶穌說：「復活在我，生命也在我。信我的人雖然死了，也必復活。」（《聖經·約翰福音》十一章25節）復活節象徵着重生和希望，你願意信靠耶穌，接受這份珍貴的禮物，得享復活、永恆的生命和福樂嗎？☺

每逢復活節，腦海中就會盤旋着60年代流行曲《Is that all there is?》，歌詞描述人生的悲歡離合，有傷心，也有失望，倒不如及時行樂，才不枉此生。然而，人生就是如此？還是有更深一層的意義和希望？

拼搏人生

年幼時，父母鼓勵我們勤奮向學，考取好成績，希望長大後獲得高薪厚職。在職場、商場或官場拼搏、掙錢，追逐名和利和舒適的生活，才有滿足感，自覺已達到人生目標，死而無憾。但《聖經》教導：「人在日光之下

生死以外無大事

維奇

生與死是人類兩個無可避免的經歷。從我們出生的那一刻，到離世的瞬間，每天都面對自身的有限與未來的不確定性；也正是這種反思，驅使我們追尋人生意義、目的和重要性。

對死亡的思考可能引發恐懼、悲傷、憂慮的情感，但也可以成為個人成長和轉變的催化劑，促使我們反思生命的短暫，緊握當下，充分利用人生在世的時間；也幫助我們人生中的優先順序，珍惜所愛與被愛，堅定不移地追求夢想——這一切都是人類在離世之前想要找到的意義和滿足。然而，儘管我們如何不想或不談死亡，它仍然是一個現實，彷彿給我們每天的生活蒙上一層陰影，迫使我們面對自己的有限生命。

對於基督徒來說，耶穌基督的復活徹底改變了生死觀。祂的復活征服了罪與死亡的枷鎖，為世人展示了永生的確據與盼望。基督復活為人類帶來「好消息」，是黑暗中的希望之光：離開世界並不是終結，而是過渡到永恆且榮美的天家之開始。

復活的超越性改變了人類對生死的態度。透過對基督的信心，我們可以在這個世界和永恆中享受生命的豐富，激勵我們以信心、盼望與勇氣來生活。正如耶穌所說的：「我來了，是要叫人得生命，並且得的更豐盛。」（《聖經·約翰福音》十章10節）。在苦難和逆境中，復活的信息帶給人安慰和力量。它提醒我們，即使在最困苦的時刻也不孤單，因為基督已經勝了世界，並且應許永遠與我們同在（參《約翰福音》十六章33節）。

誠然，生命和死亡不可避免地交織在一起，但復活的應許改變了我們看待生死的視角，賦予生命寶貴的價值，使人能懷着永恆的盼望面對生活。願我們擁抱這份好得無比的生命禮物——這個超越人間的道理，來發掘更多生命的可能性，活出無悔人生。因為世上再沒有任何事情，甚至是死亡本身，這一切都不能勝過耶穌基督的復活，都不能隔絕祂對我們的愛（參《羅馬書》八章38-39節）。🕊

復活權能 ● 戰勝死亡



人生於世，
不論貧富，雖
則驚懼死亡，卻又無法逃避。

然而，在基督信徒心內，帶着永生的盼望。只因基督耶穌在十字架上為世人釘死的救贖，使得人們能與上帝和好。不單如此，耶穌基督更以復活的權能，戰勝了死亡，激勵信祂的人，從此不致滅亡，反得永生！

「願頌讚歸與我們主耶穌基督的父上帝！祂曾照自己的大憐憫，藉耶穌基督從死裡復活，重生了我們，叫我們有活潑的盼望，可以得着不能朽壞、不能玷污、不能衰殘、為你們存留在天上的基業。」（《彼得前書》一章3-4節）

「耶穌說：『復活在我，生命也在我。信我的人雖然死了，也必復活；凡活着信我的人必永遠不死。你信這話嗎？』」（《約翰福音》十一章25-26節）🕊

迦勒

爸爸回到生命的源頭

利碧嘉

爸爸在去年12月15日被天父上帝接回天家。雖然萬般不捨，但知道爸爸在天父身邊，我們感到釋然。

那天接到妹妹從香港打來的電話，告訴我爸爸的情況不樂觀時，心裡不斷向上帝呼喊：求祂拯救爸爸！

我們本已買了一星期後的機票打算趁聖誕假期從英國回港探親，當我還在猶豫是否應該另外買機票立刻啟程回港時，上帝知道我的軟弱，為我們預備翌日離英的特價機票，不用再考慮。到達香港後便匆匆到醫院看爸爸，感謝主讓我們能夠早一天到港，能夠守候在爸爸的床邊見證他的離去是我們的祝福。我們的主是體恤人軟弱、憐憫人、滿有恩典的上帝。

當所有儀器的度數突然停下，彷彿時間也突然停下來。理智上知道爸爸息去世上辛勞，與天父一起，但情感上一切來得太

快。我含淚眼拖着爸爸的手，唱着《奇異恩典》，媽媽來到帶領我們一起流淚禱告。還記得教會牧師曾經到醫院為爸爸祝福，雖然當時爸爸已經不能說話，但雙手緊合領受祝福，十分感動。死亡雖是人生在地上的最後一頁，主卻為我們揭開永恆的新章。我們的主是復活的主，是勝過死亡，讓人得以進入永生的主，賜盼望的上帝。

爸爸的兩個孫兒剛巧放假回港，爸爸在所有家人陪伴下走完地上的最後一程。當我們還在考量更改回程機票遷就安息禮拜時，主為我們預備最適合的時間地點。得到哥哥教會的幫忙，在三星期後的星期六剛巧有一空檔能夠舉行安息禮拜，日子正是大家離港的前幾天。也因為是星期六，出席安息禮拜的親友比我們想像的多，對一些親友來說更是他們第一次踏足教堂。當天無論是出殯程序、牧師的分享

以及詩歌都完美融合，家人倍感安慰。我們的主是掌管時間、日期的主，是我們隨時的幫助。

外婆在生時是虔誠的基督徒。爸爸認識媽媽後，外婆便把福音傳給他。爸爸跟外婆一樣，多年前已經為自己預備這一天，喪禮的照片、骨灰的安排已經吩咐清楚。爸爸在世時由家傭照顧，出入需要使用輪椅，天堂沒有幫手怎辦呢？天堂是一切美善萬福的源頭，沒有疾病痛楚，也不需要輪椅代步。爸爸現在回到生命的源頭，與上帝在一起，能夠盡情跑跳。

「因我們上帝憐憫的心腸，
叫清晨的日光從高天臨到我們，
要照亮坐在黑暗中死蔭裡的人，
把我們的腳引到平安的路上。」
（《路加福音》一章78-79節）🕊



餐飲
佳音

李少萍

平凡生活 也可祝福別人

在生活平淡，天天一般的日子，過着每天都一樣模式的生活，做着相同機械式的工作，漸漸失去新鮮感和生命的熱誠，人生開始有慢慢褪色的錯覺。

眼見小孩子活潑，充滿活力，蹦蹦跳跳；年輕人有衝勁動力，爬山跳水，甚至揹起行囊環遊世界見識不同風土人情。然而我們如今年紀大了，平日必要工作之外，其他時間都留在家，即使出外旅遊都不會像年輕時的旅遊模式，而是走馬看花，坐公車一天走十多個景點，住簡陋旅館，稍為趕急就會心跳加速，旅館房間設備不足會影響睡眠，走一點山路便喘氣，這實在太辛苦了。怪不得有些年長一輩喜歡優悠的郵輪旅遊！

跟身邊做餐飲業的朋友聊天，發覺年輕人到處跑，晚上關鋪後，開一小時車程去倫敦看午夜場。而我們，收鋪後是回家上網看香港新聞，覺得安定過平淡生活是享受！

頭腦告訴自己，年紀大了沒衝勁，沒事在家就是舒適人生，形成越來越沒動力，也不想太多改變，保持現狀最安穩；但在平穩不變的生活中，又覺得自己生命似乎有所欠缺，失了色

彩，生活刻板。內心矛盾，很想再站起來，使生命再次推動，重新起步，繼續前進。

《聖經•以賽亞書》四十章31節：「但那等候耶和華的必重新得力，他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。」

其實，生活平淡，不代表不會前進，不能突破。平凡其實就是恩典與祝福。平平安安、無風無浪的日子其實就是上帝在眷顧。

你可以用知識和技能與其他人分享，甚至授與年輕人，讓他們藉着你的扶助，在學習上更進步，更被建造。你也用經歷和經驗，探訪朋友時去安慰和鼓勵他們，可能因着你的安慰和鼓勵，會將一個困在谷底的人拉上來，重新踏上人生旅途。

這些看似微不足道、不被人察覺的無形行動，正在不斷地祝福身邊的人。不是要有超人才智，才能教導人！不是要有強大能力，才可幫助人！不是要轟轟烈烈上戰場，才算生命有意義！

在平凡日子，帶給別人「平凡」的幫助、愛心和關懷，都可能成為別人不平凡的祝福，讓他們生命改變，活出不一樣的生命！

《腓立比書》四章13節：「我靠着那加給我力量的，凡事都能做。」

桂連
耆英隨想

窩心的 好司機

社區中心午餐會新的司機年輕、有力氣，對我們這些老人家很好——見面就用很輕鬆而親切的聲音叫人，問候：「某某早晨好，小心，慢慢上那車階，不急不急，你做得好好，成功啦，慢慢坐下，助理會替你扣安全帶。」高興安心的早晨由他的問候開始，這問候溫暖我們每位老人的心。

有一次助理打電話給下一位上車老人，提醒他準備好出門。電話開了擴音設備。老人說：「今天我不去中心了。」助理說兩句：「好啦，知道啦。」就打算結束通話，司機卻問候該老人：「你身體有不舒服嗎？」聽到回音，又問：「中午你要我送份午餐給你嗎？身邊有人照顧你嗎？」了解一切之後，又叫老人自己小心，有事就用平安鐘叫人幫忙，還說「下次午餐會再來接你」，之後才說再見。他似一個善良關心老人的社工，有他做我們午餐會的司機真好。

這個午餐會，每星期有三天，給老人有個固定的聚會場所，有幾個熱情關心老人的員工，令大家有歸屬感。中心的員工像家人一樣幫助老人——幫忙解讀不明白的信件、新藥的服用方法；幫忙買老人尿不濕；更有福利諮詢，並幫忙解釋清楚、教填表格。我覺得他們辦得很成功。

而我所參與的教會是個大家庭，大家互助互愛，在這裡有各種階層的人士，其中包括專業人士，他們在教會甘願放下身段，變身成為侍應生、廚師、主日學老師和助理等等，無分彼此，為教會盡力，做上帝的器皿，難能可貴。

我這個要坐輪椅出入的人，往往不便去教會了。不過常有機會去參加團契，都被弟兄姊妹的愛包圍，倍覺溫暖。真心多謝各位的關心和愛護。



孩子自殘 怎辦？

— Lilian Lau (英國心泉) —

自殘是指某人故意傷害自己來應對嚴重的情緒困擾。孩子會使用自殘的方法處理及表達情緒，也藉此舒緩壓力，以分散自己注意力，令自己短時間內不用聚焦於痛苦的感覺與經歷。

坊間有不少誤解：有人以為自殘多是發生在女孩身上，但其實這沒有性別差異，只是方式或有所不同；有人認為這是孩子引人注意的行為表現，直接談論會鼓勵更多傷害自己的行為，而採取避免談及的態度，這只會令他們覺得不被愛護；有人認為是受朋輩影響，只要遠離那些「壞朋友」孩子就不會有樣學樣，但自殘行為的根源是已超出負荷的不安情緒，因此，在孩子面前怪責她/他的朋友，只會令他們覺得不被理解。

當孩子看起來情緒低落或沮喪或常表現憤怒，家長要多留意他們的身體是否有來歷不明的割傷、瘀傷等，又或他們是否經常把身體遮蓋或找藉口逃避上體育課等。父母的反應對孩子是否願意正視行為背後的情緒警號尤其關鍵。責備只會令他們更覺得情緒需要不被明白，加重不安與無力感，也損害了親子間的互信關係。

部分自殘的孩子覺得他們已無力掌控自己的生活，傷害自己成了唯一應對情緒困擾的方法，因此如何協助孩子重新掌控自己的生活是非常重要的。請孩子細想是什麼情況下引發自殘的衝動，自殘時的感受以及和孩子一起發掘有什麼方法可舒緩這些感受，這能幫助孩子感到更能掌控自己的情況。當孩子產生自殘念頭，甚至有具體傷害自己的行為時，不少家長心急想尋根究底，但在情緒低谷中有多少孩子能從痛苦的漩渦中思考前因後果？家長當下能做的事是陪伴孩子，並提醒孩子使用其他可行的替代方法抒發負面的情緒以轉移注意力，例如鼓勵孩子整理物件、出外散步、看看動漫……「英國心泉」義工翻譯了Young Minds給家長應對孩子自殘的指引：<https://hongkongwell.uk/how-to-help-kid-in-self-harm/>，家長可細閱各種的貼士。

家長就子女自殘問題見家庭醫生，醫生是否受理？又或子女拒絕見醫生怎辦？就我們的經驗，家庭醫生會和父母討論情況，邀請子女傾談，也會告訴家長及子女各種可行方案。情況危急時，建議家長帶子女到急症室，或轉介兒童及青少年精神健康服務(CAMHS)作相關評估，又或交由精神健康危機處理專隊跟進(Crisis Team)。每區的NHS緊急精神健康熱線都提供24小時服務，不少區域更有專為兒童而設的專線，家長可到以下網頁搜尋：

<https://www.nhs.uk/nhs-services/mental-health-services/where-to-get-urgent-help-for-mental-health/>。📞

若情況緊急，家長應立即致電111/999求助。

自殘的孩子是受重傷的孩子，他們和你一樣也對自殘行為感到困惑或害怕，所以只要家長能聆聽及了解他們的感受，給予支持及尋找專業支援，孩子最終會發現傷害自己不是唯一應對情緒困擾的方法，而能一步一步走出困局。

留學 規劃 這樣 來

目前公認留學最貴的前四國家分別是：美國、澳洲、紐西蘭、加拿大。在網路上看很多留學費用較平的國家，例如德國、法國、烏克蘭等，讓人心動，但是具體去了解的時候，發現要在這些地方呆還是得學點當地的語言，如果個人的專業並不是這些國學院的優勢專業，去的話充其量真的只是開了個眼界，以後有錢了，旅遊的時候再考慮。

日本、韓國價格也低，但相對來說比較小眾，還需要一定的日文和韓文基礎。

英國一直是一般家庭的好選擇。

一是英國在中國的認可度還蠻高的，工作比較好找。

二是英國的碩士只需要一年，本科只需三年，以實踐導向為主，既節省了時間，也節省了留學費用。

關於找中介？

這個因人而異吧，要知道中介的作用是輔助，千萬不要盲目去找留學機構，可以選擇像英國的本土中介，相對外面那些大機構來說，確實是比較有良心的。

關於留學基金和獎學金

1. 國家留學基金委員會計劃：從CSC的新政策可以看出，走公派留學的難度正在上升，但同時申請聯培讀博的成功率大大增加。
2. 志奮領獎學金：開放的時間一般在8-11月，對象是中國公民，要求是有兩年以上的工作經驗，雅思總分6.5，單科成績5.5分以上。
3. ORS獎學金：需要申請，附2-3封推薦信，雅思6.5，只有得到大學獎學金，才能有資格被推薦申請。
4. 院校獎學金：主要分為大學獎學金、系獎學金、計劃及專案獎學金，這一類的獎學金只要成績在85分以上，雅思達標，申請成功的幾率很大。

最後，還是希望大家能樂觀點，多從各方面了解，如果你真的下定決心去做一件事，總是會有很多解決方法，沒有孰優孰劣，都是利弊共存，差別在於哪種方式更適合你！📞

陳翔





春季預算：

與物業相關的要點

李家祺

(作者為英國註冊土木工程師，倫敦地產中介代理公司董事總經理)

英國財政大臣傑里米·亨特(Jeremy Hunt)在3月6日發表預算公告。以下是與物業相關的四個要點：

※承諾在本屆議會期間建造過百萬套住宅

預算重申建造過百萬套住宅的承諾，並分配了2.42億英鎊用於新房建設。這包括倫敦金絲雀碼頭地區以及布萊克浦、謝菲爾德、利物浦和劍橋等地區的具体項目。

近年來，住房建設目標已經多次更改。在2021年，保守黨設定了每年建造30萬套住宅的目標。然而住房大臣邁克爾·戈夫(Michael Gove)在2022年12月改變了這一說法，稱這些目標僅為「諮詢性」。然後在2023年，政府再次重申建造一百萬套住宅的意圖。

※資本利得稅的削減將影響房東和出租市場

房地產資本利得稅(Capital Gain Tax)的較高稅率將從28%降至24%，適用於當一個人在出售非自己的主要住宅時賺取利潤時；例如出售出租房屋、商業場所、土地和繼承的房產等情況。這意味着房東可以申請房地產資本利得稅減免，並將租金收益計入養老金計劃。

這項政策可能預計「較低的稅率將導致更多交易，進而產生更多稅收。」

春季預算還取消了多戶住宅折扣(MDR - Multiple Dwellings Relief)，適用於一次購買多個住宅的人，可能對大型房東和出租房地產市場產生最大影響。

※對度假屋和多房屋的稅收減免將影響房東

廢除家具假日出租稅制度(Furnished Holiday Lettings Tax Regime)。度假房東可能會損失平均2,835英鎊。目的是避免「當地人租不到足夠的房屋」的扭曲現象。

度假屋在英格蘭和威爾士的一些地區尤其突出。2023年，威爾士政府宣佈了一項新的度假出租房屋許可計劃，所有遊客住宿設施都需要符合某些要求才能成為度假出租物業。

※其他可能影響私人租賃部門個人的公告

- 國民保險(National Insurance)費用削減。貢獻率再次降低2%，從薪資的10%降至8%。這減輕歷史上高企的稅收負擔，將惠及雇主和雇員，包括代理商、房東和租戶。
- 預計能源費用不會有大幅變化。將重點放在清潔能源上，到2050年將有25%的家庭使用核能。然而，在幫助困難家庭支付費用的眾多呼籲中，並沒有具體的答覆。
- 燃油稅凍結，保持在每升0.53英鎊，將每年為平均汽車駕駛者節省約50英鎊。依賴開車去看房的租賃代理商可能會從中受益最多。

欲了解更多信息，請查看www.gov.uk。

免責聲明：以上僅供信息目的。內容不構成建議，也不構成投資或稅務建議，讀者應該尋求獨立專家的建議。本文的製作人對因採取以上信息而導致的任何損失或損害概不負責。



福杯滿溢

生命麵包

羅達明

早前CNN調查公佈，世界各地人們都喜歡吃麵包，那你認為哪裡的麵包最好吃呢？CNN列出「全球最佳的50種麵包」，按麵包獨特成分、代表性及喜歡程度作比較。名單排名不分先後，香港的「排包」也榜上有名，其他上榜的還有內地的燒餅、日本咖喱包、馬來西亞「印度煎餅(Roti Canai)」、韓國雞蛋麵包、法國長棍包(Baguette)、英國鬆餅(Crumpets，麥當勞早餐的夾餅)等，很多麵包都經過發酵，唯獨猶太人在逾越節食用不加入酵母的無酵餅。

「無酵餅」這對猶太教和基督教來說，具有特殊的宗教意義。根據《聖經·出埃及記》的記載，當耶和華施展十災時，最後一場逾越節晚餐，以色列人便要離開家門，上帝最後拯救他們離開了埃及；由於當時以色列人倉促逃難，身邊所攜帶的乾糧麵餅都來不及發酵，於是後來無酵餅便成為了紀念以色列人脫離埃及及奴役的一種食品。

由於無酵餅記錄着以色列人的苦難和終獲自由，以色列人及現今的猶太人在守逾越節期間只吃無酵餅。耶穌的最後晚餐也有無酵餅。

在英國，懷緬港式麵包是人之常情。我們享受港式麵包之時，有沒有想過主的恩典呢？曾經見到有售「生命麵包」，一個好名稱的食物，容易記又有意義。BNO移民除了生存之外，是否要顧及自己生命的問題呢？難道生命不比食物重要嗎？願我們都能吃到屬靈的「生命麵包」、就永遠得到飽足。





適合冒險家的投資

文/ 謝冠文 翻譯/ 劉愛群

隨着市場回升，你可能會考慮再次投資。我們看看一些可供散戶（非專業投資者）選擇的較高風險投資——

股票：購買股票是買一家公司的一部分。如果公司業績良好，會帶來高回報，但也會帶來較高風險，因為並未多元化地投資在不同公司或行業。回報包括股息和股價增長。通常希望擁有一系列股票，以避免過於依賴一家公司的回報。

交易所交易基金(Exchange Traded Funds ETFs)：是在證券交易所交易的投資基金，類似個別股票，通常會追蹤特定指數、行業、商品或資產類別的業績。ETF多元化地包含各種不同投資。與其他基金類型相比，管理費通常較低，且可以在整個交易日內以市場價格買賣。

投資信託：是在證券交易所上市的公司投資於其他公司的股票，可能比開放式投資公司和ETFs風險更高，因它們可以高

於或低於資產淨值進行交易，但也提供更高回報的潛力。

- 如果投資信託的股價高於每股資產淨值，則該投資信託稱為溢價交易，通常表明投資信託受到投資者歡迎，且對股票的需求強勁。

- 如果股價低於每股資產淨值，則稱為折價交易，通常表明投資信託不受歡迎，對股票的需求也不強勁。

- 如果股價和每股資產淨值相等，便是「按面值('At Par')」。

- 折價並不一定表示是糟糕的投資，而溢價並不一定表示它是好投資。股價可能受到市場帶動、投資業績、信託管理和其他因素影響。

- 與清單上其他產品的主要區別之一是投資信託的加速能力，是指借錢進行投資。槓桿率對投資信託的影響可能很大，既可能擴大收益，也可能加劇損失。

- 如果貸款投資所產生的回報高於借貸成本，隨着時間推移，借貸可以提高投

資信託的收入和/或資本回報。

- 倘若投資表現不佳，損失就會更大，因為不僅投資價值下降，信託還要償還貸款和利息。

開放式投資公司(Open-Ended Investment Companies OEICs)和

單位信託：這些是集合投資基金，在很多方面都很相似，兩個名稱經常可以互相通用。當你投資OEICs或單位信託時，資金將與其他投資者的資金結合起來，用於購買多元化的投資組合。它們按資產淨值進行交易，但與ETFs和投資信託相比，費用可能更高。

每種類型的投資都各自有其利弊，投資的價錢和費用也可能因稅務包裝而異。最佳選擇取決於個人狀況、財務目標和風險承受能力。在決定投資之前，請自行研究或諮詢財務顧問。📞

[免責聲明：本專欄僅提供有關智慧理財的資訊，只供讀者參考，如因應內容所作的投資所帶來的任何後果，《號角》英國版、本欄作者及翻譯員概不負責，特此聲明。]



熱橋現象——家居潮濕幕後推手

阿文（英國註冊測量師）

在英國的濕冷季節，不少屋主都曾面對過家中出現的潮濕現象，尤其是凝結水(Condensation)，令人不勝其擾。有趣的是，問題並非總是來自室外的雨水，而很可能反而源於建築中的一個不大引人注意的元素——熱橋(Thermal Bridge)。

熱橋是什麼？

熱橋，故名思意指一條讓熱量逃走的橋樑，而熱量只會向冷凍的一方走，俗點講「熱消散就變成凍」。在建築結構中，例如某些牆身或天花的絕緣層(Insulation)會有鋼或木隔開，鋼或木自然成為熱量較易流失的橋樑。這種結構造成的結果是，在這些地方，室內牆壁的表面溫度下降，當室內潮濕的暖空氣接觸到這些較冷的區域時，便可能形成凝結水。

凝結水的後果

凝結水不僅是外觀問題，更可能導致霉菌的形成，對居住環境構成嚴重威脅。更麻煩是霉菌對健康可能帶來風險，特別對呼吸系統有問題的人。

如何檢測熱橋？

使用熱成像技術是檢測熱橋的一種有效方法，熱成像的顏色光譜顯示熱量分佈，這種技術能夠顯示出建築結構中的熱量流失區域，較冷的區域可能就有熱橋現象。

管理熱橋的方法

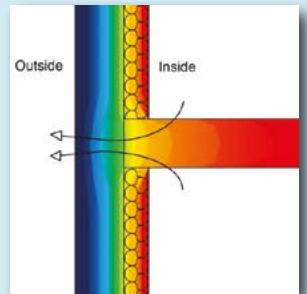
- 加強隔熱：確保有良好的絕緣層，特別注意絕緣材料的安裝是否存在潛在的熱橋。

- 控制濕度：維持室內適當濕度的最重要是通風，能夠減少潮濕對室內環境的影響。

熱橋雖然可能在建築結構中不引人注目，但其影響卻是深遠的。通過了解並解決熱橋問題，可以有效地改善室內環境，避免潮濕問題帶來的種種困擾。📞

參考文件：BRE Group

<https://tools.bregroup.com/certifiedthermalproducts/page.jsp?id=3073>





樂縱橫 馬日恆 懷特島——維多利亞女王的慰藉

曾幾何時，在19世紀的宏偉畫卷中，矗立着一座令人着迷的島嶼，連曾是全球霸主的維多利亞女王本人都宣稱：「無法想像還有比這更美麗的地方了。」這座被稱為懷特的小島(Isle of Wight)不僅是地圖上的一個點，也標誌着維多利亞時代的優雅與多元。

東西交融的皇家別墅

故事始於一場皇室愛情——不是心靈的愛情，而是對景緻的情有獨鍾。維多利亞女王和她心愛的阿爾伯特親王為躲避倫敦的霧霾並繁重的工務，決意找一處能享受私人時間及自然景緻的居所；他們最終在懷特島的奧斯本別墅(Osborne House)找到了慰藉。這座富麗堂皇的度假屋以意大利風格為主幹，加上生於德國的阿爾伯特之歐陸品味及女皇從亞洲得來的靈感，便造就了一座迷人的皇家別墅。

藝術上的文化多元

奧斯本除了是一座度假屋，也是一個溫暖的家。這座維多利亞時代的傑作，讓皇室夫婦與兒女能享受簡單生活的樂趣；很多房間也能體會到主人對建立美好家庭生活的願景。女王是一位品味無可挑剔，但也風趣幽默的女士。她甚至讚許過印度錫克國大君的眼睛和牙齒之亮麗，更把他的肖像放在通往別墅內的藝術長廊上最當眼之處。而長廊上佈滿當時從帝國境內金碧輝煌的藝術品以及英國含蓄鬱靜的山水畫，短短一段步程便能感受到藝術多元帶來的心曠神怡。

女王的一片新天

懷特島不僅是皇家避世之地，也是女王個人復興的舞台。阿爾伯特親王去世後，女王從此便只穿黑色的寡婦服裝，而懷特島更成為了她的避難所。在好一段時間裡，黑素打扮的女王只能在永恆的碧海中找到半絲喜悅與安慰。正是在這裡，她遇到了來自印度的年輕職員阿卜杜勒·卡里姆(Abdul Karim)，他們的友誼後來成為一部電影的主題。而奧斯本別墅內的杜爾巴大堂更展現了最混然天成的英印建築風格；華麗的印度風佩上點點的英倫典雅，絕對是視角上的盛宴。與卡里姆情同母子的情誼，更證明了女王有能力用新的眼光看世界，也使她在喪夫後得以開拓另一片天空。

歷史的佳話

今天，當我們沿着奧斯本漫步時，似乎可以從小徑上聽到徐徐的皇室笑聲。懷特島仍然是時代的見證，海灘上的每一塊鵝卵石和每一片海浪，都在低聲講述一位女王在人間找到一片天堂的故事。因此，女王與懷特島的聯繫延續至今，展現出她的愛惡、浪漫、包容與幽默。這段往事能成為傳世的佳話，是因為它提醒我們即使是君主也需要一個地方來卸下枷鎖，沐浴在大自然、家人及好友的懷抱中。

英格蘭的歷史縮影

縱然女王在奧斯本別墅的故事是如何引人入勝，訪島時也別掛一漏萬，忘記觀賞其海岸、懸崖及其他古蹟。值得一提的是與奧斯本別墅一樣由英格蘭文化遺產協會管理的卡維斯布奇堡(Carisbrooke)，遊客可在此堡看到英國在中世紀到近代的縮影，最矚目的是此堡在英國內戰時如何成為囚禁查爾斯一世的巨型監牢。而懷特島更是熱愛遠足或踏自行車人士的度假勝地，就算你不好此道，從英格蘭南部乘渡輪登島也絕對使人有遠離繁囂之感！



為明天憂慮？



比斯

回港探親。剛下飛機，人還在顛倒時差的混亂之中，第二天立即跟祖母以及各個親戚見面。祖母今年已經九十有五，免不了有些老人常見的疾病；行動雖有些不便，但她思路清晰，語言流暢，相較許多人，她着實非常蒙福。她有四個子女，每個週末都輪流來看望她，跟她聊聊天。她更有一堆孫子孫女，有些已經成家立室、生兒育女。三代同堂，是世人所理解的福氣。即便如此，祖母或多或少總有一些牽掛，對兒孫、對身體狀況，這也不難理解。

華人聚會，免不了吃吃喝喝，閒話家常。有趣的是這次聚會，各個親戚所關注的、有興趣多聊聊的話題，總離不開身體狀況。大家的年齡漸長，身體各處都有大大小小的問題。大的問題，要做手術；不太大的，要長期吃藥；小的問題，也要注意飲食和生活習慣。話匣子一打開，大家滔滔不絕，憂心也寫滿臉上。我聽着聽着，也暗自感嘆，世人要經歷的苦難也真多。

上帝創造天地，一切看為甚好。祂把人安置在伊甸園，整天與花草動物作伴，吃的用的全部供應；又時刻與祂同在，共享安息；看管園子的工作其實也沒什麼壓力，反正上帝在創造之時，早已令一切生物各從其類，它們自有它們的規律，需要人類參與的地方不多。可是人就是不安分，從先祖開始到現今世代都想作主——作自己的主、作別人的主、甚至作上帝的主——我想怎樣就怎樣、別人想怎樣也要經我同意批准、連上帝也要聽命於我，我要求仁得仁、心想事成。

悖逆的後果是罪進入人類，人要面對死亡、面對身體朽壞；更開始與上帝分隔，沒有祂的同在、祂的保護，身體衰殘是指日可待、必然發生的事。所以，人免不了天天為年紀、體力、健康，日日憂慮。《聖經》說不要為明天憂慮，但光是叫人不憂慮，難道就真的可以不憂慮嗎？不是說知易行難嗎？

《聖經》從來不是光給人一堆規則要我們去遵守。上帝說不要憂慮，其實是因為我們不用憂慮，因為主耶穌基督道成肉身，來到世界，受死復活，戰勝死亡，賜人永生。我們只需要搞清楚誰才是主。《聖經》說耶穌是主——一個愛我們的主。當人與上帝透過祂的愛子基督復和、重新建立關係，人就自然可以從憂慮中被釋放出來。我們又可以重新回到終日與上帝同在、受祂保護和供應的自在日子。你說，那還不是要一死，該病的還不是會病！對，但這些都只是暫時，祂已應許我們必有永恆的生命，不是可喜可賀嗎？



法理情

沒有行為問題的理想世界

鄧濤明(Raymond Tang)

心理學家、行為主義者、發明家和社會哲學家Burrhus Frederic Skinner (1904-1990)是公認的心理學中行為學派始祖。他所創立的操作式制約法(Operant Conditioning Chamber)被應用到各方面的學習及心理治療上。基本概念是任何反應如果導致增強物，或有增強作用的刺激的出現，則此後該反應會有更大可能再度發生。

Skinner曾在《桃源二村(Walden Two)》一書內描述了一個按照操作式制約法原理設計的理想國度。那裡是一個由1,000戶人家組成的公社，沒有私有制家庭。父母不具備教養兒童的知識和設備，兒童亦不與父母同住，而是由專家撫養。

桃源二村實行的是個別化教育，每個兒童都會按他們獨特的情況發展自己。教師只是指導者，沒有正規的學校，教育是由公社的工廠或實驗室提供的。學習是教學生學會思考，讓他們憑自己的能力去自由地獲取任何東西，沒有任何畢業資歷。由於完美的計劃及量度，公社沒有監獄、沒有酒吧、沒有失業、沒有吸毒者、沒有精神病院、沒有戰爭，也沒有犯罪。

操作式制約法主要透過行為的後果來影響原有行為，涉及的五個方法如下：

- 正增強：在個體表現出某個行為後，施予刺激（例如個體喜愛的事物），使得該行為表現有機會增加。例如，在孩子主動回答問題後，家長便給予口頭獎勵或獎品，以增加小朋友回答問題的次數。
- 負增強：在個體某種行為表現後，移除指定刺激（例如移除個體厭惡的事物），使個體往後較大機會重覆該行為。例如，父母規定如果子女能專心在他們回家前完成功課，而且正確無誤，那便可以減短其後的溫習時間半小時，如此便可增加孩子儘快自己完成習作的機會。
- 正懲罰：在個體某種行為表現後，施予某種刺激（例如施予個體厭惡的事物），使得該行為表現減少。例如學生如果亂丟垃圾，教師會要求他負責當日課室清潔，以減少他亂丟垃圾之行為。
- 負懲罰：在個體某種行為表現後，移除某種刺激（例如拿走個體喜愛的事物），使得該行為表現減少。例如，小朋友在家中玩具亂丟後，家長便沒收該玩具，以改善小孩玩具亂丟的情形。
- 忽視：在個體某種行為表現後，停止某種刺激（不施予且不移除個體喜愛或厭惡的事物），使得該行為表現減少。例如子女每次故意吵鬧，便可獲得照顧者的關注，故不論父母如何兇惡反應，吵鬧的行為依然不減。此時父母改為對孩子的故意吵鬧予以忽視，故意吵鬧的行為應會逐漸減少。

問題是即使每個人都懂得利用操作式制約法，這樣的理想世界有可能存在嗎？

(作者為英國執業律師及資深教育心理學家，內容只供讀者參考，而並非為個別人士提供法律及心理學意見)



傲慢與自信

高司祺

傲慢是缺點和弱點，而自信則是優點和強項。

通常，人們會混淆傲慢和自信。其實不用給傲慢下定義，相信大家都遇見過傲慢的人，或者人「被傲慢」過，那是一種感覺，是對方刻意宣揚證明給你看的一種「我高於你、我比你好、人人都要羨慕我」的感覺，讓你自覺不如他、妒忌他。縱然有人對你滿臉堆笑，但是如果他的下巴抬高、用眼角看你的時候，他的肢體動作已經出賣了他內心，這也是我們在教導禮儀的時候主要提醒學員的細節——就是下巴要跟地面平行、目光正視對方。

人為什麼會傲慢？不外乎擁有比其他人優勝的財富、美貌和權勢，可這都是外在的東西啊，如果遇到更強更高的人他們的態度就會改變，也就是我們常說的「見高就拜，見低就踩」。

自信的人不用刻意去為自己推廣，我就是我。他知道自己品味和身分，不會因名譽、地位、財富、外貌而貶低自己的價值，而是在自己的位置上「做最好的我」。不像傲慢的人總是向下看，自信的人是平視他人，還經常向上看——看到他人的長處和優點。

在禮儀的範疇來說，要培養自信，其中一個方法是學習，知道不同場合情景當中該做什麼該說什麼，同時以尊重為出發點，顧及對方的感受。想像一下，無論是在任何的場合，比如宴會、婚禮、商務上的交際應酬、朋友間的聚會，你都穿衣得體，知道禮節，掌握與陌生人交談的技巧，你就會放鬆，很自然地運用禮儀，旁人並不察覺，因為一切都是那麼的流暢，不會給人「刻意」的感覺。

總括而言，傲慢是一種缺點和弱點，而自信卻是優點和強項。有教養的人不會給人「白鴿眼(Snobbish)」的感覺。有教養、懂禮儀的人不是外表裝出來，而是尊重自己尊重別人。已故美國作家、詩人 Maya Angelou (1928-2014)曾經說過這樣的舉世名言：「人們會忘記你說過什麼，做過什麼，但是永遠不會忘記你給他們的感受。」

修剪生命



圖/文：蘇美玲

四月氣溫漸漸回暖，先前因天寒而疏懶的友人，開始相約到住家附近慢跑。我們行經一處院落，發現記憶中曾被修剪得稀疏的枝枒，如今繁花盛放、枝葉發旺，非常令人驚喜。正巧遇見整理園圃的主人，忍不住上前讚美，也提出疑問。

主人抹汗笑說，為了調整姿態以及促成更好的生長，他會在冬季為花木進行強勢修剪。冬季是植物休眠期，修剪對植物損傷較小，等到春天來臨時，植株能更健康成長，之後也能花果繁盛。

我想起耶穌所說：「凡屬我不結果子的枝子，祂就剪去；凡結果子的，祂就修理乾淨，使枝子結果子更多。」（《約翰福音》十五章2節）我們既是上帝所珍愛，祂必然悉心修剪我們。希望在新季節展開之時，我們能撇除壞習慣，選擇承受自潔、自律所帶來的不適，在基督裡建立更豐盛的新生命。

馬太留言 Mrs. MA's MESSAGE

| | | |
|----------------------------|-----------------------------------|---|
| 旺舖出租 ☎1889998888 | 吉墓出租 有關經文： 馬太福音28章6節 | 吉屋招租 1888889999 |
| 旺舖出租 ☎1888889999 | | 房屋出租 一房一廳 兩房一廳 環境優美，有寬車，熱水器，空調 1888889999 |
| 旺舖出租 ☎1888889999 | 旺舖出租 ☎1888889999 | 公寓出租 配置齊全 拎包入住 ☎1888889999 |

祂不在這裡，照祂所說的，已經復活了



踏上禮堂的講台

上週，我們在女兒就讀的小學週會上，向全體師生分享了女兒患有的矮小症 (Achondroplasia)，希望讓更多人理解這一情況。

在週會前，學校的特殊教育需求協調員 (SENCO) 提前安排了與女兒 Reception 班的老師講解我們即將分享的內容。她認為，對於幼小的孩子來說，重要的資訊需要重複傳達才能更容易被接受。女兒回家告訴我們，她坐在班主任的腿上，傾聽老師講述她的故事。老師還讓她向同學展示了她的助聽器——那個裝飾着她最喜愛的迪士尼人物 Ariel (愛麗爾) 美人魚的助聽器。

在週會當天，我們透過 PPT 投影與學生們分享。我們首先強調每個人都是獨一無二的，無論是外表，還是個性等方面，甚至學生兄弟姊妹之間也會有所不同。然後，我們進一步介紹了女兒的矮小症：人體內有約 2.1 萬個基因，只要其中一個基

因出現異常，身體就會出現問題，而女兒的問題基因正是那個影響骨骼停止生長的基因。

我們告訴大家，由於矮小症，女兒在日常生活中會遇到一些困難，例如晚上睡覺時需要配戴呼吸輔助器來幫助呼吸，還有助聽器。我們也分享了在英國專門支持矮小症患者和家人的慈善團體。當我們向學生展示女兒去年參加矮小症週年運動會，並在短跑比賽中贏得金牌的照片時，我注意到禮堂裡的學生們面露微笑。

「對待矮小症人士，最好直接稱呼他們的名字；如果需要提及『矮小症』，也應該要用正面字眼。其實，矮小症的孩子在智力上和一般孩子沒什麼區別。」我們與大家分享了一張女兒在家砌樂高 (Lego) 的照片——每天放學後，她最喜歡的就是坐在自己的玩具桌前專心地砌樂高。

在整個週會中，各年級的孩子都安靜地聆聽我們的分享，這讓我倍感欣慰。會尾

聲時，校長分享了《聖經·詩篇》一三九篇 13-14 節中的這段經文：「我的肺腑是祢所造的；我在母腹中，祢已覆庇我。我要稱謝祢，因我受造，奇妙可畏；祢的作為奇妙，這是我心深知道的。」

校長向孩子們傳達：我們都是上帝創造的，即使面對殘疾者，我們也應該以愛相待他們。有些殘疾是看得見的，但也有看不見的，我們要存着愛心對待身邊不同的人。

週會結束後，我們得到了許多積極的回應。一位家長跟我們說，孩子回家後談起我們在週會中分享女兒的故事。我們也透過學校信函向全體家長傳達了女兒的情況，希望能得到更多理解。

感謝主讓女兒能在這所學校學習，擁有那麼認真盡責的 SENCO 和老師，以及一位勇於分享基督信仰的校長。禱願女兒能在這所學校茁壯成長，活出上帝賦予她與眾不同的人生。🙏

明智的抉擇

日月星



日常生活遇上事情要處理，但在過程中，若遇到困難，難以解決，我們不知道怎辦。無論是知難而退，抑或是迎難而上，這取決於個人的處事態度。有人會屢敗屢戰，努力找出不能解決困難的原因；堅持到底，不達目的不罷休，有效地運用自己的頭腦，直至克服困難達到成功。相反地，有人會自暴自棄，不承認自己的過錯，自以為是，自我中心與惰性的作祟，結果半途而廢，無可避免地以失敗告終。

追求成功是沒有捷徑的，凡事都與心理和生理有密切的關係。傑出成就的人有些與常人不同的想法。若我們想要成功，可以模仿他人的成就，曉得他們傳送信息，若能運算精準，指令方式正確，則會得出特別的效果。

其實每個人都具有潛在的天賦，只要嘗試運用，就得有一套好的策略。因為它會決定我們做事的成敗。不要鑽進黑暗的隧道，

隧道的盡頭沒有透光，就要另想辦法。

首先要訂下自己的人生目標，再去追求以達成自己的心願。追求成功的路要靠自己一步一腳印走過來。我們當知道如何運用智慧去追求，找出處理的解決方法，排除萬難和心理障礙。人生的目標不能固步自封，躺平停下腳步，而是要與時間競賽，解除攔阻前路的限制。該明白如何運用自己所長，以成為一位射手，向着標牌投鏢，好好追尋，不要浪費 貴的時間。

我們處事要保持積極正面的態度：不要恐懼與人合作。因為有一些目標是要團隊一起解決方能成事。若要追求成功，就得清楚知道自己的能力所限及他人之所長。若將兩者之間的信任合而為一，則會產生意想不到的效果。好像電腦的程式，執行起來要先設定，然後輸入相關的資料，讓電腦接受和運算，從而得出我們所追求所想要的東西。

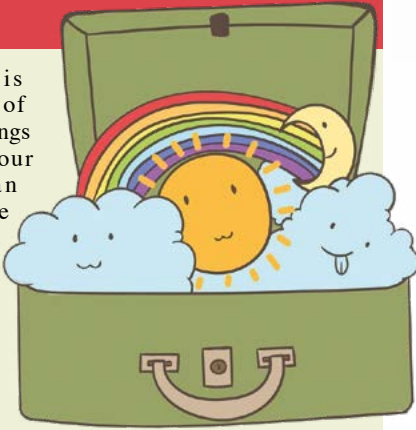
要讓別人成為你的朋友。很多時候，朋友的提醒和幫助，是解決問題的處事方法；要建立友誼和交情，知道溝通是交換意見的橋樑。兩個人的合作總比一個人單打獨鬥好得多，彼此要真誠合作，處事和解決問題就容易得多了。

我們的生活模式是自我選擇。如果我們選定人生的目標，就要朝着這個方向邁進。建立信念是能幫助你達至成功的階梯。如果那些信念能幫助我們，人生過得更豐盛、生活更幸福，就是明智的抉擇。🙏

Mission Trips

Kexin Z

A mission trip is probably one of the scariest things we get called to do in our modern-day Christian lives. When we hear the words 'mission trip' we immediately associate it with uncertainty and discomfort. There is a guarantee that we will be called to do things outside of our comfort zones. Some of us (or rather our friends and family) may even think it may put us down a path that is so radically different from what society considers as 'normal'. The truth is, it sometimes can.



Back in 2017, I had the opportunity to go on a mission trip and I did. The decision to go was not an easy one. I had many fears about going and came up with countless excuses not to go. Questions like: Am I ready? Do I feel the 'calling'? Do I have enough money to go? What if I mess up really badly? What do I even do? I was even trying to convince myself to attend another Christian summer camp around the same time as well! It was one targeted more towards my demographic at the time (young working adults).

By that time, I had attended many Christian camps since my youth. While they were all beneficial in guiding my faith to where it is today, a question I often found myself asking was: Am I only attending because it felt safe and I wanted more of the same experiences as past camps? Unbeknownst to me at the time, the mission trip was what my heart was yearning for. Or rather, a yearning for the unknown and the unfamiliar. A place where God can speak and show me new things outside of my comfort zone. An opportunity to test my faith.

God came through with his providence fast before we had set off. Raising funds for the trip was one of the first hurdles. While it might be easy for some of us to say they can self-fund, it doesn't leave room for God to show you how He can provide. For me, this process taught me the generosity of not just my home church community, but to be humbled by all the support and faith that so many people have placed in God through me. It changed my perspective on what a mission trip was. Gone are the thoughts that this was just another self-funded 'christian camp' abroad, but rather a serious ministry where others have invested in you to be where they cannot in order to do the things they want but are unable to.

The mission trip was a life changing experience. Did it change my career trajectory? No, but it did change my life and how I looked at the world. Many of us feel that going on a mission trip requires a specific calling. I beg to differ. God is always calling us to missions in one form or another. Whether by being on the frontlines serving, by being the generous giver, or by teaching and equipping the next batch of Christians to prepare for missions (be they short-term or long-term). And in the midst of all the work, perhaps, it is there that you find God calling. Dare greatly and step out in faith. 🙏



認字的靜態遊戲

認字是閱讀能力的基礎，認字需要掌握字的形、音、義三方面，例如能辨別字形、讀準字音及了解字義，才可算為完整的認字。什麼是靜態遊戲？這是遊戲進行時，參加者用思考能力及小肌肉應付的遊戲形式，例如問答比賽、拼砌模型等，就是靜態遊戲。

學習認字可分為兩個步驟，步驟一是字詞辨認，老師指導幼兒正確地配對字詞及圖片，並正確地讀出字詞；步驟二是字詞認讀，幼兒能從字形正確地讀出字詞及說出意義而無需依賴圖片提示。因此，幼兒從步驟一辨認字詞圖片到步驟二的認讀字詞，需要不同形式的活動去重複溫習字詞，幫助幼兒

記憶字詞，例如閱讀圖書時的文字可以重溫字詞，由於幼兒所認識的字詞數量有限，重溫字詞的活動是需要簡單直接，筆者列出以下三種遊戲例子，讓幼兒溫習辨認字詞：

關聯遊戲
字與圖 --把合適的字圈出

| | |
|---|--|
| 吃 | |
| 喝 | |
| 吃 | |
| 喝 | |

字與圖 --把合適的字填色

| | |
|----|--|
| 吃喝 | |
| 吃喝 | |
| 吃喝 | |
| 吃喝 | |

第一種是配對相反詞，例如大與小、長與短、上與下、日與夜、出與入、多與少；第二種是關聯字詞，例如吃喝這個詞配什麼食物，冬或夏這個詞配什麼季節衣服；第三種是分類字詞，例如日用物品、動物、植物、衣物。第一及第二種的執行形式是使用工作紙或圖卡，第三種的執行形式是製作小手工，例如小型書或海報。



劃線聯上相反詞

| | | | |
|--|----|----|--|
| | 大樹 | 慢 | |
| | 肥 | 乾 | |
| | 高 | 小草 | |
| | 快 | 短 | |
| | 潤 | 瘦 | |
| | 長 | 矮 | |

@Tangram Chinese Characters Teaching Centre

若讀者有意了解更多幼兒學習漢字的遊戲方法，歡迎聯絡筆者，使用在Facebook網頁「Tangram Chinese Character Teaching Centre」。

(作者為博士、前香港教育大學講師、英國註冊幼兒護士)

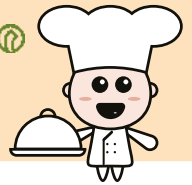


做法

1. 排骨洗淨抹乾水分，用調味料醃30分鐘
2. 蟲草花清洗後用清水浸10分鐘，隔去水分備用
3. 蒜頭切小粒放入已醃好的排骨拌勻，將枸杞子放在面上
4. 再將蟲草花放在排骨旁邊，水滾後隔水蒸15分鐘便完成

小貼士

1. 蟲草花可用乾品10克（亦可依個人喜好增加或減少），須預先浸泡至軟身
2. 可將蒸好後的排骨湯汁倒出，放入鍋內加入粟粉水勾芡後放回排骨面上



蟲草花杞子蒸排骨

蟲草花有補肺益腎、舒緩鼻敏感及氣管敏感、增強免疫力、止咳及預防氣管炎等功效。蟲草花適合拌炒、蒸和煲湯都可以

材料

| | |
|------|--------|
| 鮮蟲草花 | 20克 |
| 枸杞子 | 15-20粒 |
| 排骨 | 200克 |
| 蒜頭 | 3小粒 |
| 麻油 | 1茶匙 |
| 紹酒 | 少許 |

調味料

| | |
|-----|-----|
| 生抽 | 1茶匙 |
| 蠔油 | 2茶匙 |
| 紹酒 | 2茶匙 |
| 糖 | 少許 |
| 胡椒粉 | 少許 |
| 粟粉 | 半茶匙 |

羊肚菌不單止營養豐富、調理脾胃、補腎補腦、增強免疫力、也能預防感冒。加上粟米和甘筍，湯頭更是清甜美味、有益健康



做法

1. 瘦肉洗淨、焯水後待用
2. 羊肚菌用溫水浸泡30分鐘後洗淨備用，保留浸泡的水分作煲湯之用
3. 粟米和甘筍切段
4. 將所有材料放入煲內，加入清水，水滾後用小火煮約2小時，用少許鹽調味後便可用

材料

| | |
|-----|--------|
| 羊肚菌 | 50克 |
| 粟米 | 2條 |
| 甘筍 | 2條 |
| 瘦肉 | 300克 |
| 薑 | 2片 |
| 清水 | 3000毫升 |



粟米甘筍羊肚菌瘦肉湯



小貼士

1. 保留浸泡羊肚菌的水，沉澱後採用上層清晰的水加入湯煲內，這正是羊肚菌的精華所在
2. 瘦肉焯水可去除雜質和血水



泌尿系統感染和抗生素使用

樊珉 (作者為香港大學藥理及藥劑學系博士生)

現代人在生活中常常感到力不從心，有時在工作壓力大或不便外出的情況下，容易忍尿。長期忍尿可能導致泌尿系統感染。泌尿系統感染是一種常見的可自愈的疾病，但該病也可能反覆發作，甚至惡化。此病主要影響泌尿系統的器官，包括尿道口、尿道、膀胱和腎臟。相較於男性，女性由於尿道較短且靠近肛門，更容易患上泌尿系統感染。此外年齡增大、性行為、尿路梗阻、前列腺增生、使用導尿管、尿路結石和過度使用刺激性清潔劑等都與泌尿系統感染高度相關。

泌尿系統感染常見的症狀包括尿頻、尿急、尿痛和下腹不適等。若感染進一步傳播到腎臟，亦可能出現發燒、腰痛和噁心等症狀。正常的尿液顏色多半呈現淡黃色或接近透明，當泌尿道感染時，小便會

變得混濁，甚至出現血尿。因此如果我們經常有尿意，但尿量少，同時伴有上述症狀，需高度注意。

抗生素可以殺死或抑制細菌的生長，是治療感染的常用藥物。然而隨着時間的推移，一些細菌可能會對抗生素產生抗藥性，這使得治療變得更加困難。抗生素抗藥性的問題主要是因為不當使用抗生素，例如過度使用、使用不必要的抗生素或未完成完整的治療療程。因此，醫學指南建議，在可自愈的感染情況下，醫生需要根據當前個體情況綜合考慮是否使用抗生素。

當懷疑自己患有泌尿系統感染，正確的做法是尋求醫生診治。醫生可以通過檢查尿液樣本來確診，並確定感染的病原體以及其對抗生素的敏感性。在等待測

試結果期間，醫生會關注患者症狀的變化。如果症狀緩解且無高危因素，可等待病情自愈；若症狀沒有改善，則根據敏感性結果選擇適合的抗生素進行治療。一定要避免未經醫生指示隨意使用抗生素或隨意停藥，以免加劇抗生素對抗菌耐藥性的問題。

「黃帝內經」的醫治未病和西方醫學提倡的初級預防不謀而合：為了減少泌尿系統感染的可能性，我們平時就應該注意泌尿系統衛生。例如多喝水、不憋尿、不熬夜、減少飲用咖啡、酒精等刺激性飲料。而女性於性行為後立即小便，如廁後須由前往後擦拭尿道，在生理期間勤換衛生棉，保持會陰部清潔及乾燥，都可減少感染發生的機會。🔗



用繪本跟孩子談死亡

梁梓敦
(安寧服務社工)

兒童並非對死亡一無所知。有時向兒童隱瞞家人患有重病或死亡，反而可能會對他們造成困擾，甚至有被親人遺棄的傷害，所以跟兒童坦承談論死亡很重要。

當然，實際執行時會遇到不少困難。死亡本身就是非常沉重的話題，因此成年人應以較為輕鬆活潑的方法引起兒童的興趣，然後逐漸引導至深入討論和分享。筆者曾撰寫兩本生死教育繪本《一直陪着你》和《我永遠是你們的孩子》，第一本是有關兒童面對父親遇到意外突然死亡的故事，書中分享了與孩子共讀繪本的四步驟：

第一步 HOOK: 意思是勾，即閱讀前先用與故事內容有關的小遊戲、音樂、相片或玩具等，引起孩子興趣。例如《一直陪着你》的主角是抹香鯨一家，因此建議成年人先在網上尋找跟抹香鯨有關的資料或影片，然後向兒童介紹這種動物的生活習慣、外型 and 喜歡的食物等。這能有效提升兒童的投入感，並且讓他們同理故事角色的遭遇和感受。

第三步 LOOK: 共讀完成後，下一步是給予兒童發問或分享感受的機會，最簡單的方法是問他們對哪一頁的圖畫或內容印象最深刻，然後再問箇中原因。成人亦可預先擬定一些問題引導兒童開展討論，例如「故事中的爸爸遇到了什麼事？」「當故事中的孩子知道爸爸死亡後，為什麼發脾氣？」「那孩子表示非常掛念爸爸，那麼她最後有沒有見到爸爸？她又在哪裡見到爸爸？」

第二步 BOOK: 與兒童一起仔細閱讀每頁內容。成人可先用自己的言詞，活潑地描述每幅圖畫的圖案和發生的事，然後再讀出該頁內容，切勿只是逐字讀出每個句子。請緊記，繪本中能夠吸引兒童注意力和興趣的必然是圖畫而非文字，所以成年人應該先預讀該故事一次，然後記下圖畫中一些比較特別的部分，那麼在共讀時就可特別指示出來。

第四步 TOOK: 將書中信息與現實生活連結。如果共讀的對象是喪親兒童，可以將故事主角的經歷與該兒童的真實經歷連結。例如《一直陪着你》的最終訊息是，即使爸爸已經離世，但他的愛仍然存在於孩子的生命當中，永遠陪伴着他成長。成年人可藉此肯定喪親兒童與逝者的關係是不會因死亡而消失。若然讀者並沒有喪親經歷，則可以藉故事讓他們明白，死亡是隨時都會發生，因此要學懂珍惜眼前人。

生死教育應該由孩童時候展開，因為每個生命都必會經歷死亡，而繪本就是其中一種有效而容易應用的媒介與兒童談論死亡。

現今坊間已經有很多不同題材的生死教育繪本可供選擇，只要逛逛書店或圖書館，必定會找到適合的繪本與孩子分享。🔗

特別通告

「基督教角聲佈道團英國分會」
及《英國號角》
郵政地址更改，敬請注意：

「基督教角聲佈道團英國分會」
及《英國號角》
郵政地址，已更改為：

CCHC-UK
PO Box 117, Banstead, SM7 9DH

日後郵寄信件或支票，
煩請逕寄以上更新後的地址。



《英國號角》繁簡雙體字實體雜誌版已發行
超過兩年，全是免費贈閱。四月份開始，印刷及
發行成本費用增加，支出龐大、經濟緊絀。每期均
入不敷支，極需各教會及讀者繼續奉獻支持。

發行「實體版」的同時，又會保留「雙體字電子
版」，讀者仍可在英國號角網站直接登入瀏覽：
<https://www.herald-uk.org/>

我們明白這樣的運作、印刷及發行，定
必面對非常沉重的經濟負擔。

我們期盼能收到更多的惠登廣告要
求，又或直接奉獻支持，讓《英國號角》能
有更多資源配合，繼續努力不懈地去服務在英國
來自不同地方、各個階層的僑胞。

有意惠登廣告，請聯絡馮兆雄(Perry)，電郵：
perryfung@cchc.org，電話：07782 336869。



歡迎教會或團契刊登特別聚會的消息，來稿請在300字內，並電郵往：

perryfung@cchc.org，

查詢詳情，請聯繫馮兆雄弟兄 (Perry Fung)，

電話：07782 336869。謝謝！



如欲作出奉獻支持，
可透過網上直接銀行轉賬，資料如下：

銀行名字(Bank Name)：

National Westminster Bank

銀行編碼(Sort Code)：60-23-09

商業戶口號碼(Business Account Number)：

76653684

商業戶口名稱(Business Account Name)：

Chinese Christian Herald Crusades UK
(or CCHC-UK)

IBAN：GB08NWBK60230976653684

BIC：NWBKGB2L

或在網上用PayPal轉賬：



支持《英國號角》

Donate to CCHC-UK



讓我們堅定心志，秉承上帝的異象及托付，繼續盡心竭力
地以文字筆耕，廣傳福音。深信上帝必然保守，因上帝是耶和
華以勒，供應我們一切的所需所求！

請為此事禱告及積極參與、奉獻支持！

「願上帝賜福我們手所作的工，我們手所作的工，願上帝堅
立，誠心所願！」

《英國號角》敬啟





信耶穌不能靠 父母遺傳

楊昱路

接受上帝 一本書成一道門

我是家中第四代基督徒，在襁褓中便被帶到教會，每週去教會就像一日三餐般平常，每次都期待跟主日學的朋友一起玩，每晚睡前跟爸爸禱告也是固定動作，天天如此。我的生活看似充滿上帝，事實上生命裡上帝的影子少得可憐。

過去一年，功課和校隊的網球訓練特別緊張，每天忙忙碌碌，加上我對自己的要求太高，就在壓力下幾乎崩潰時，也全然忘記了上帝的存在；在情緒的低谷，覺得自己一個人十分孤單，很委屈，覺得沒有人能真正安慰我，當我覺得整個世界只剩下我一個人時，還是沒有想起上帝。我似是走進了一個伸手不見五指的黑暗森林，也看不見腳下所走的路；雖沒到抑鬱症程度，但也像墮進深谷，感覺被世界拋棄，連身邊最親近的人也漸漸地不能明白我。儘管上帝讓我在學習和網球成績上的努力有了回報，也讓我感受到很多快樂，可是內心還是像一片沙漠，知道自己口渴，卻不曉得如何解渴。

痛苦呼喊 卻不願交出自己

這幾年，我對上帝和《聖經》更是產生了很多疑問——上帝為什麼要讓我存在？我寧願不存在，這樣什麼都不用關心；在這心態之下，我總是在讀經時找茬，心裡一直積攢著苦毒，想要在《聖經》上發洩對上帝的不滿。當我懷著一顆厭惡、不悔改的心去讀上帝的話語時，只會覺得無趣乏味。我一心想要去找所有對《聖經》、對上帝、對祂創造一切的答案，說穿了，這些問題都出於一顆充滿苦毒和高傲的心——不願意去真正經歷上帝，反倒想用小聰明去質問上帝的大作為。

其實一直都知道如果不相信耶穌，會下地獄，這就是為什麼會這麼掙扎——我不想下地獄！可是我又無法有一顆跟隨上帝的心，總是思慮太多，不願把自己交給上帝。

一次與牧師交談時，問了他許多問題，包括罪從何處來？上帝為何要讓我們存在？以及上帝的主權與人的自由意志如何同時進行？他盡力為我解答，並且囑咐我：「不要等到解答了你所有對上帝的問題時才去信祂，這樣的話你永遠都不會得救，因為人太局限了，除非等你見到上帝，否則不會知道一切答案。」當時這句話對我沒太大衝擊，及後想起來時，讓我一下子意識到自己的局限。在這之後，我變得越來越焦急，覺得自己知道上帝的存在，卻沒有確據和信心去接受祂，總覺得自己還不夠好，還不夠資格成為一個一輩子跟隨耶穌的基督徒。

在我被深深困擾了半年之後，爸爸神學院裡的一位阿姨給了我一本書——《遊子吟》，作者里程（馮秉誠牧師）畢業於北京大學生物系，後赴美並獲密西根州立大學博士學位。他以前非常反對基督教，覺得宗教很局限，後來他來到主面前，才發現自己就算有再多的學識，在上帝面前仍是非常渺小。

一開始看這本書我就很喜歡，他用很多具體的科學例子來講解這個被上帝創造的神奇世界，又用資料證明《聖經》的可靠性。縱使當時覺得這本書極其有趣，可是心裡還是沒有實質的改變。

去年12月13日晚，出於好奇，我跳過了這本書的中間部分，直接翻看最後的篇章。感謝上帝，竟是這個舉動讓我一下子確定了自己的心志。生在基督教的家庭，加上觀看天地萬物，使我一直都確定上帝的存在；那麼我缺的就是一個確據以及一顆謙卑、願意接受耶穌的心。讀到《遊子吟》最後一部分，發現作者解答了我所有內心深處渴求的答案——不是揣測上帝的心意，而是如何真正放下自我，接受上帝。作者說很多人就是停留在科學、理性這一層面，卻沒有信心上的大飛躍。有兩句我很喜歡的經文，正正印證了他所說的——當年耶穌對多馬說：「你因看見了我才信；那沒有看見就信的有福了。」（《約翰福音》二十章29節）以及「信就是所望之事的實底，是未見之事的確據。」（《希伯來書》十一章1節）。信心的可貴乃在於「未見以先」就相信，這也讓我覺得很多時不是因為還未得到足夠證據，而是因為我們並不想相信。其實上帝已經給了足夠確據，只是我們不願意謙卑下來，接受祂做我們的救主。

全然交託 我已經得着永生

《遊子吟》一書中有一個絕妙的比喻，他說我們總覺得自己沒有做好準備成為基督徒，就像我們認為在請別人入屋之前一定要先打掃乾淨；而事實卻是：耶穌只想我們把心門打開。打開就行，祂會清潔我們的心房。這句話一下子點醒我，不需要變得足夠好耶穌才會接受我，我只需要打開心門接受祂，祂就會救我。

向主全然交託之後，一下子如釋重負。噢，現在我是何等自由——之前覺得自己活着沒意義，還不如不存在來得舒服；覺得人生沒有方向，也很害怕不知道未來會有什麼不好的事情臨在我身上。突然一瞬間我什麼都不怕了，因為知道耶穌現在住在我心裡，也因為祂赦罪之恩，讓我再次活過來了。我願意跟隨祂的腳步，遵守祂的話，做討祂喜悅的事，我不再擔心未來會遇到什麼困難，因我的生命裡有上帝，祂會幫助我勝過一切苦難。祂成了我存在的意義，我終於體會到真正的自由——不再憂慮，不再愁苦，不再被罪束縛，因為我在耶穌裡已得着永生！

上帝牢牢抓住我 ——從焦慮到平安

蒙恩

我信主將近20年。說來慚愧，在屬靈成長上，說我「凍齡」都是說輕了。儘管初聞呼召時也有過感動，聽到《奇異恩典》歌聲響起時也有落淚，可是在生活面臨種種挫折時，我本能的反應卻是憑自己的力量拼命應付解決，生活越來越累，離上帝也越來越遠。

尤其去年，我的工作、生活和健康都面臨不同程度的挑戰，加上好朋友離世，我的焦慮症越來越嚴重。很長一段時間，我每天晚上凌晨兩三點就醒，輾轉反側，再也無法入睡。想到第二天緊張的工作就更加恐慌。最嚴重的時候，我甚至無法完成一個簡短的禱告。我的腦子裡時不時有聲音跟我說，上帝的恩典跟你有什麼關係？你不配耶穌的救恩，你就是那不結果子、將要被剪掉的葡萄枝。這種精神狀況，最後讓我的身體也開始出現各種問題，先是經常的莫名胃疼心悸。接着就是高血脂，後來的體檢更是出現兩個部位有疑似癌症或結節需要複查或做手術。問詢各個專科醫生，最早排期都要到今年1月中旬。當時我的絕望無助到了頂點，我覺得我自己的力氣已經用盡了。

上帝沒有撒下我

在我最無助的時候，我給教會的師母發微信求救。師母很忙，但她還是很快跟我約了時間通電話，耐心聽我述說，帶着我禱告。我跟師母說，求你幫我代禱，讓我能緊緊抓住上帝。師母特別堅定地說：「不是你抓住上帝，而是上帝會牢牢抓住你。」這句話一下給了我無窮安全感。身為一個在異地多年孤軍奮戰的單親媽媽，原來我不是孤軍一人。原來無論我怎樣軟弱，上帝都不會嫌棄我，放棄我。我忽然有了禱告的力量。在大家的督促下，我決定正式加入福遍教會，並找到了一個特別好的查經小組。我們的區牧和小組長給了我許多靈命和生活上的關懷和指引。小組也一直為我代禱；我不是孤軍奮戰。

師母的話也讓我意識到，其實上帝在我身上做了很多工，只是我太依賴自己，沒有發現。有一次主日崇拜，教會邀請一位非洲來的牧師，見證他生命的苦難中上帝的帶領和救恩。我本來是帶著沮喪的心情在聽道。可是上帝藉着他告訴我：上帝看顧寡婦與孤兒。上帝還在我身體最軟弱的時候，在我工作的地方讓我找到一群基督徒的華人姊妹，互相代禱、安慰。更感恩的是這個時候，我們教會剛好要辦「生命更新營」，建琴牧師鼓勵我參加。在營會裡，大家一起讀經學習，敬拜禱告，真正感受到聖靈同在的大能。我的跟進者正好是我的區牧，更是在三天裡時時和我在一起，幫助我認罪悔改，破除罪的詛咒，讓生命更新。

重新得力

2023年我遇到很多挫折，感恩的是最後卻成為了我的祝福。謝謝天父和耶穌沒有放棄我。這麼多年，即使軟弱，我也沒有放棄向上帝禱告和祈求。上帝更是緊緊抓住我，無論高山低谷，我的生命中總有基督徒包圍着我、幫助我，使我沒有遠離上帝。在得知我的情況後，不斷有姊妹代禱，還幫我提供可能的專科醫生的信息，我的預約時間出乎意料地提前到了12月初。複查的結果全部良性。更重要的是，我從上帝那裡得到了無比的平安。因為有聖靈同在，我在等待的過程裡喜樂滿滿，做事也不再慌亂。凡事禱告，上帝總會讓聖靈一步步引領，讓我走出低谷。上帝的恩典真的夠我用。當我們可以放下自己，全然向上帝時，聖靈就會為我們領路，讓我們走出迷途。

我表面看是說話很嘮叨，可是骨子裡卻非常自卑，非常社恐。所以傳福音對我來說是極大的難事。然而上帝的作為無比奇妙。我的兩位很久沒有去教會的好友，因為全程見證了我從焦慮到喜樂的過程，一個開始回教會崇拜，另一個雖然還未回來教會，但也特意傳訊息給我說：「看到你有教會的關愛特別特別好。」我相信上帝的大能一定也會讓她心中的芥菜種子發芽。我也要繼續向上帝禱告，給我智慧和勇氣跨出去傳福音。

「但那等候耶和華的必重新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。」（《以賽亞書》四十章31節）現今，我要為主而活，順服上帝，聆聽跟隨聖靈的指引。以主耶穌基督的愛為榜樣，多多參與教會和小組的服侍，不再「凍齡」，要在基督裡不斷更新成長，做主有用的器皿。☺





與丈夫合照



欣賞
余香凝
演技



與梁雍婷
再度合作

寶珮如：都是上帝給的好機會

夏蓮娜

香港電影《白日之下》叫好又叫座，演員出色的演技獲得好評如潮；其中寶珮如(Baby)飾演的冷血照顧員「芳姐」，在戲中的殘忍和冷漠，遭人鄙視唾罵，角色演來入木三分。她感恩說：「這是上帝為我開的路，是祂給的好機會。」

時間十分配合 擔演芳姐角色

25年前Baby遇上交通意外，導致她人中破裂，牙骨和臉骨碎裂，盆骨等多處移位；手術後臉上裝上鈦金屬片和鑲螺絲，體內植入大量支架，令她身心受盡苦楚。然而回望過去，她還是不住感恩：「刻骨銘心的經歷不但使我逐漸成長，讓我的人生變得更精彩，而且有助我在演戲時作參考。感謝愛我的上帝，祂從來沒有離開我，而且一直給我開路……」婚後在丈夫Matthew鼓勵下，Baby復出幕前，除拍電視劇外，還投身電影工作，繼《藍天白雲》(獲提名最佳女配角)之後，《白日之下》又成了她的另一佳作！

能夠參與《白日之下》的演出，Baby認為是上帝賜給她的機會。「其實我沒有渴望太多，一切只是順其自然。當爾冬陞先生找我拍《白日之下》時，我剛完成了一套劇集的拍攝，所以便可以接拍這齣戲，時間十分配合，相信這是上帝早已為我安排好的。感謝電影公司老闆、監製和導演等的信任，現時很多電影角色都需經過挑選和試鏡，而我完全沒有走這程序，直接就被肯定可以擔演『芳姐』這角色。慶幸可以跟一班演技派演員、出名監製和導演合作，讓我有機會不斷揣摩及學習，所以有份參與這齣重量級的電影很是開心；上映後又贏得各界好評，更是喜上加喜。」

戲中震撼畫面 專業演繹方式

影片以虐待院友的真实事件為藍本，揭露殘疾院舍監管的問題，當中觀眾會看到令人髮指的兩幕——芳姐在天台露天地方，用水喉為年老院友沖身的畫面，以及向心智只有六、七歲的「明仔」施暴。Baby坦言：「有幾場要虐打老人家的戲，說真的內心十分難受！拍攝時我真的要掌摑扮演院友的老演員，我對他說：『導演要求我要真的掌摑你啊！』專業的他叫我放膽照做，一巴掌打下去，逼真得叫人對我恨之入骨；另一場戲要用水喉噴灑這位脫光衣服的老人家，見到他以專業的態度來面對，我同樣也以專業的演繹方式，不可猶豫，盡快完成這場戲。」

「芳姐」是個冷血、令人憎惡的負面人物，戲中有不少令人震撼的畫面。接到劇本時，Baby立即求問上帝應否接拍這角色，又跟基督徒朋友一起分析和禱告，之後都感到心中有平安。Baby

說：「既然上帝已為我開路接拍這齣戲，一定有祂的原因，考慮了一天後我便答應；一來我沒演過這類型角色，二來覺得這齣戲很有發揮機會，想挑戰一下自己能否演活這殘酷的『芳姐』。」Baby笑說她已把「矛盾」過濾了才接拍這齣戲，所以演來十分投入，即使沒有誇張表情，只靠眼神就已經震懾觀眾。她重申：「芳姐其實並不太壞，也有『情』的一面，她為了愛院長才去做這些事，只是愛的方式錯了。」

了解院舍實況 目睹母親被綁

Baby曾吃過不少苦頭，所以對受苦中人感同身受。拍攝期間當中不少情節都帶給她很多思念和回憶：「多年前母親患老人癡呆症入住安老院，我經常探望她，並親眼目睹安老院內一些真實面貌——環境惡劣。」Baby很理解那些疼愛自己家人的親友，捨不得將照顧的責任假手他人，但當老人家患有長期病患，或是病情越來越嚴重時，本身每天要工作賺錢養家的子女輩，在無計可施之下只好把長者送入安老院。這齣戲反映了很多院舍的真實情景，所以拍攝時她會不其然地想起自己的母親。「我去探望她時，曾目睹她的手腳被人綁着，也許是院方為了方便工作和基於安全理由，才這樣對待院友。人手不足，看護承受很大壓力都是不爭的事實，所以只有用最方便、最省時省力的方法去完工……」有實際經歷，無怪乎Baby演繹芳姐那種煩厭的工作態度和眼神時，可以發揮得淋漓盡致，收放自如。

丈夫不離不棄 全力支持到底

雖然經歷過漫長苦難日子，但Baby覺得不算什麼，因為耶穌給她的恩典滿滿，使她深知自己得到的比失去的更多；單是嫁得一個愛她的好丈夫已經是最好的福氣。她感恩說：「有段時間，因家中裝修造成噪音滋擾，Matthew知道我拍劇可能要日夜顛倒地工作。他寧願花一筆錢安排我入住拍攝場地附近一家酒店，讓我收工後可好好地睡一覺，第二天醒來精神飽滿地開工。」Baby和Matthew結婚已13年！Baby為上帝所賜的這個愛她、一直不離不棄的丈夫，感恩不已。

Baby亦十分享受團契生活：「我跟一班基督徒姊妹（如韓馬利、林淑敏等）不時都會一起聚會，肢體關顧，彼此分享，互相鼓勵，這都十分重要。」完成手上工作後，Baby將暫時休息一會兒：「現在應該是要履行鄧師奶（家庭主婦）職責的時候了，執拾、清理家居，多些時間陪伴Matthew。至於未來的動向，一切交由上帝帶領，祂給什麼，我就開開心心地盡力去做……」正因為有上帝作後盾，Baby就不用再為自己謀算什麼了！



▪ 恩愛夫婦營 ▪
新婚夫妻的防疫針，
老夫老妻的補品，困難中夫婦的良藥！



英格蘭
中部

恩愛夫婦營

(國語)

日期: 2024年5月4-6日(星期六至一)

地点:

Holiday Inn South Normanton M1, Jct.28
Carter Lane East,
Alfreton, DE55 2EH
United Kingdom



費用: 每对 £400



让婚姻保鲜，给配偶一个美好的惊喜，
这可能是您婚姻中最重要的投资！

浪漫营会，重渡蜜月，
夫妻同心，与主同行！

请从速报名恩愛夫婦營，名額有限！



扫描报名表格

報名联系: 洪国伟 +44 7910 883057
金益群 +44 7769 930005
莊嘉祥 +44 7966 531587

行政电邮: cffc.org.uk@gmail.com



英國
歐洲
家庭
更新
協會
Chinese Family For Christ
United Kingdom
Europe

www.cffc.org.uk

主辦方：歐洲餐福

香港歌手 音樂佈道會



生命再現光彩

衛詩、鍾舒漫、衛蘭 2024英國巡迴演出

劍橋宣道會

6月8日 星期六
下午2-4點

Atrium Hall, Netherhall School,
Queen Edith's Way, Cambridge
CB1 8NN (附有大量停車位)

南安普敦華人基督教會

6月16日 星期日
下午2-4點

Portswood Church, Portswood Rd,
Portswood, Southampton SO17 2FY
聯繫人: Henry Wai +447535510081

6月11日 星期二
上午11點半-下午1點

St James Church
Wulfstan Way, CB1 8QJ
聯繫人: 鄺維新長老 +447919523308

以琳全備福音教會

6月14日 星期五
晚上7-9點

Star Hill, Rochester, Kent ME1 1XR

伯明翰華人循道會

6月9日 星期日
下午2-4點

Chatham Road, Birmingham
B31 2PH

6月10日 星期一
上午11-下午1點

聯繫人: Angel +447586674073

6月15日 星期六
下午2-4點

All Souls Church, Langham Place,
London W1B 3DA
聯繫人: Raymond Wang +447817173313



劍橋宣道會
Cambridge Alliance Church

伯明翰華人循道會
Birmingham Chinese Methodist Church



以琳全備福音教會

Elim Full Gospel Chinese Church

St Paul

聚會時間 - 星期日 11:00
語言 - 國語 / 英語
St Martin-within-Ludgate
40 Ludgate Hill
London EC4M 7DE

Finchley

聚會時間 - 星期日 14:00
語言 - 粵語
Finchley Baptist Church
Stanhope Avenue
London N3 3QL

Manchester

聚會時間 - 星期日 13:30
語言 - 國語 / 粵語
The Parish Church of St. Nicholas
Kingsway
Manchester M19 1PL

Rochester

聚會時間 - 星期日 13:30
語言 - 粵語
Elim Full Gospel Community Church
Star Hill
Rochester ME1 1XR

Sutton

聚會時間 - 星期日 14:00
語言 - 國語 / 粵語
St. Nicholas Church Community Hall
34 Robin Hood Lane
Sutton SM1 2RG

Canterbury

聚會時間 - 星期日 13:00
語言 - 國語 / 粵語
Canterbury Baptist Church
St George's Place
Canterbury CT1 1UT

South East

聚會時間 - 星期日 13:30
語言 - 國語 / 粵語
Albany Park Baptist Church
Stansted Cres
Bexley DA5 3JB

Barking

聚會時間 - 星期日 14:30
語言 - 國語 / 粵語
93 Axe Street
Barking IG11 7LZ

Cambridge

聚會時間 - 星期日 14:00
語言 - 國語 / 英語
Clay Farm Centre
Hobson Square
Cambridge CB2 9FN

www.elimfccc.org

+44(0) 79250 26944

info@elimfccc.org



轉屬於英國以琳四方福音聯盟註冊號 251549

華倫敦中華基督教會 Chinese Church in London

倫敦中華基督教會歡迎您！

也許您是在尋找信仰和真理，或者在尋找一個屬靈的家，又或者想了解更多華人教會的情況，我們教會都歡迎您來參加我們的聚會。

| | 禱告會 | 主日崇拜 | 兒童節目 | 青/少年節目 | 崇拜後活動 |
|-------|----------|--|------------------|----------------|--------------------|
| 粵語堂 | 上午 8:30 | 上午 9:30 粵/國語 | 上午 9:30 英語 | 上午 9:30 英語 | 上午 11:30 粵語查經班 |
| 英文堂 | 上午 10:15 | 上午 11:30 英語 | 上午 11:30 英語 | 上午 9:30 英語 | |
| 國語堂 | 上午 8:30 | 上午 9:30 粵/國語 | 上午 9:45 英語 | 上午 9:30 英語 | 上午 11:30 國語查經班 |
| 蘇豪福音堂 | 上午 8:45 | 第一堂：上午 9:30 粵語 第二堂：上午 11:30 國語 第三堂：上午 11:30 英語 | 上午 9:30 英語 | 上午 9:30 英語 | 下午 2:30 國語查經/團契 |
| 凱教堂 | 上午 9:30 | 上午 10:00 粵/國/英語 | 上午 10:00 英/粵語 | 上午 10:00 英語 | 中午 12:00 小組聚會 |
| 甘霖堂 | 下午 1:15 | 下午 2:00 國/粵語 | 下午 2:15 英/國語 | 下午 2:15 英語 | 下午 4:00 查經班 |
| 豪士羅堂 | | 下午 2:00 粵語 | | | |

粵語堂、英文堂及國語堂地址：

崇拜與事工中心：
69-71 Brook Green, Hammersmith, London W6 7BE
電話：020 7602 9092 傳真：020 7602 0092
電郵：admin@ccil.org.uk

蘇豪福音堂地址：

蘇豪佈道中心：
166A Shaftesbury Avenue, London, WC2H 8JB
電話：020 7240 0449 傳真：020 7240 9208
電郵：admin@ccil.org.uk

甘霖堂地址：

甘霖福音中心：The Hyde United Reformed Church
Varley Parade, Edgware Road, Colindale, London NW9 6RR

凱教堂：Archbishop Tenison High School,
Selborne Road, Croydon CR0 5JQ

豪士羅堂：Hounslow Evangelical Church,
186 Hanworth Road, Hounslow TW3 3TR



我們的網頁：www.ccil.org.uk
我們是英國Evangelical Alliance的會員教會



Manchester Chinese Christian Church 曼徹斯特華人基督教會

教會中心：100 Yarrow Street, Whalley Range, Manchester, M16 7EH
網頁：www.manchesterecc.org.uk 電郵：admin@manchesterecc.org.uk
電話：0161 459 4978 慈善註冊編號：1203911

歡迎到訪教會網站查看最新消息、教會聚會地點及辦公室開放時間。

主日崇拜聚會

已恢復實體崇拜，部份崇拜地址有更改，請到教會網站索取崇拜詳情：
<https://www.manchesterecc.org.uk/>

粵語

· 粵語永恩堂 上午 10:30
· 粵語 Bolton堂 上午 10:30
· 粵語午堂 下午 1:30

國語

· 國語 Brunswick 堂 下午 1:30
· 國語 Altrincham 堂 下午 3:00

英語

· 英語家庭堂 上午 10:30
· 英語永活盼望堂 下午 4:00

另外，歡迎到訪下面網址參與我們已錄製的主日崇拜
<https://www.manchesterecc.org.uk/recent-services>

主日學

本教會設有兒童中文班、家長會、聖經班及青少年組
詳情請聯絡 school@manchesterecc.org.uk

曼城福音戒賭

以電話形式服務 (負責人: 黃國華牧師)
(逢星期一至上午 11:00 - 下午 4:00)

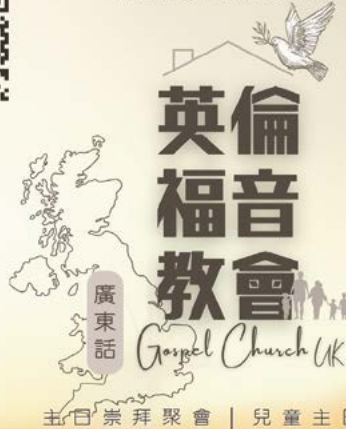
華人諮詢中心

以電話及 Zoom 會議室形式服務
(歡迎海外人士使用本中心諮詢服務)
(逢星期二上午 10:00 - 下午 12:00, 假期除外)
請聯絡教會辦公室：(+44) 161 459 4978

| | | | |
|--------------|------------------|-------------|------------------|
| 郭利秀主任牧師 (英語) | (0) 791 831 9811 | 黃林玉香傳道 (粵語) | (0) 783 804 4084 |
| 羅智行傳道 (英語) | (0) 787 671 7436 | 張萬明傳道 (粵語) | (0) 749 327 8998 |
| 郭志忠牧師 (粵語) | (0) 161 205 0136 | 姚清心傳道 (國語) | (0) 788 497 3853 |
| 黃國華牧師 (粵語) | (0) 789 977 2349 | 張建強傳道 (國語) | (0) 770 684 3603 |



WWW.GOSPELCHURCH.UK



歡迎您
返嚮屋企!

北倫敦堂

SOUTHGATE SCHOOL - MAIN HALL
SUSSEX WAY, LONDON, EN4 0BL
(OAKWOOD STATION 步行約5分鐘)

德比堂

DERBY MOOR SPENCER ACADEMY
- MAIN HALL
MOORWAY LN, LITTLEOVER,
DERBY DE23 2FS

青少年堂

SOUTHGATE SCHOOL
- G/F, WEST WING
SUSSEX WAY, LONDON, EN4 0BL



英倫福音教會
OFFICE@GOSPELCHURCH.UK
07535 959459

CHARITY NO. 1194763

這樣，
你們不再作外人
和客旅，
是與聖徒同國，
是上帝家裏的人了。
以弗所書二章十九節

誠聘半職傳道

有牧會相關經驗
能操流利廣東話

英國教會

亞巴甸華人基督教會(Aberdeen)
Crown Terrace Baptist Church, 1 Crown Terrace, Aberdeen AB11 6HE
李彩嫻傳道(0)7311-991961 1:45pm粵國英
阿伯丁中文教會(Aberdeen)
5 B Accord Terrace, Aberdeen AB11 6DP, Scotland
毛文章弟兄(0)7532-266467 3pm國
班戈國際復興基督教會(Bangor)
Coed Mawr Community Centre LL57 4TB
高峰牧師(0)7932-356072 11:30am國
巴恩斯利恩典歸正基督教團契(Barnsley)
St. Georges C of E Barnsley, York St., Barnsley S70 1BD
陳志明牧師(0)7879-643598 Sa 1:30pm國
巴斯華人基督教團契(Bath)
Chaplaincy Centre, University of Bath BA2 7AY
黃勳進弟兄(0)7595-676623
吳嘉晉弟兄(0)7751-925794
F 6:30pm國 Sa 4:30pm粵
貝爾法斯特華人基督教會(Belfast)
Lorne Street, Belfast BT9 7DU, Northern Ireland
林朝暉牧師(0)7519-953623 11am國英 1:30pm粵
伯明翰華人循道會(Birmingham)
Northfield Methodist Church, Chatham Road, Northfield, Birmingham B31 2PH
陳煒婷牧師(0)7446-707606 2pm國粵
伯明翰中華福音教會(Birmingham)
14 Upper Gough St, Birmingham B1 1JG
Ming姊妹(0)7492-362956 9:30am英 11:30am粵 1:30pm粵 3:30pm國 6:30pm英
伯明翰華人基督教會(Birmingham)
Warley Baptist Church, Castle Rd. East, Oldbury B68 9BJ
張榮安弟兄(0)7888-691023 1:30pm粵
環球使命教會(伯明翰)(Birmingham)
Shirley Methodist Church, 257 Stratford Rd, Solihull B90 3AL
Vivian姊妹(0)1212-885844 1:30pm粵
伯明翰城市福音教會(Birmingham)
1/F., 8 Digbeth, Birmingham B5 6BJ
羅達明牧師(0)7949-026972 2pm粵
伯恩茅斯國際教會(Bournemouth)
The URC Centre, Luther Rd., Winton, Bournemouth BH9 1LH
Simon Li弟兄(0)7894-151701 2pm英國
百福華人基督教會(Bradford)
8 Ashgrove, Bradford, West Yorkshire BD7 1BN
房新弟弟兄(0)1274-674041 1:30pm
布萊頓宣道會(Brighton)
Lewes Road United Reformed Church, Saunders Rise West, Brighton BN2 4EU
唐美寶姊妹(0)7454-344307 1:30pm粵國
布里斯托華人浸信會(Bristol)
Alma Church, 29 Alma Rd., Clifton, Bristol BS8 2ES
董康年弟兄(0)7929-250759 2pm國
布里斯托華人基督教會(Bristol)
Coniston Community Centre, The Parade, Coniston Rd, Bristol BS34 5LP 10:30am粵
Tyndale Baptist Church, 137 Whiteladies Rd, Bristol BS8 2QG 2pm粵國英
蔡明發傳道(0)7563-060361
韋智杰傳道(0)7725-749501
劍橋華人基督教會(Cambridge)
5 Pound Hill, Cambridge, U.K., CB3 0AE
劉兆邦長老(inf@ccc.org.uk) 10am粵2pm國
劍橋提摩太團契(Cambridge)
5 Pound Hill, Cambridge, U.K., CB3 0AE
莊仰明牧師(inf@ccc.org.uk) Th 6:30pm國
劍橋宣道會(Cambridge)
St. James Church, Wulfstan Way, Cambridge CB1 8QJ
鄭維新長老(0)7919-523308 12:30pm國 2:30pm粵
以琳Cambridge教會(Cambridge)
Clay Farm Centre, Hobson Square, Cambridge CB2 9FN
李源姊妹(0)7854-208463 2pm國英
坎特伯雷華人基督教會(Canterbury)
St. Andrew's United Reformed Church, Wating Street, Kent CT1 2UA
徐雷平姊妹(0)7367-001002 1:30pm粵國
以琳Canterbury教會(Canterbury)
Canterbury Baptist Church, St George's Pl, Canterbury, Kent CT1 1UT
Pastor Koon Leung Lee (0)7739-139998 1pm粵國
卡迪夫華人基督教會(Cardiff)
65 Llandaff Rd, Canton, Cardiff CF11 9NG, Wales
李家豪牧師(0)7464-604808 10:45am粵國英
曼徹斯特宣道會智道謙堂(Cheadle Hulme)
Cheadle Hulme Methodist Church, Ramillies Avenue, Cheadle Hulme, SK8 7AL 1:30pm粵
高徹斯特華人基督教會(Colchester)
15 Broadlands Way, Colchester, CO4 0AL

黃日強傳道(0)7858-029381
黃虹青牧師(0)7907-366592 2pm粵國英
高雲地利華人基督教會(Coventry)
151 Elm Tree Avenue, Tile Hill, Coventry CV4 9EN
Elaine Leung (0)7748-280406 9am粵10:45am國英
The Belonging Christian Fellowship (Coventry)
Baginton Rd URC Church, 83 Baginton Road, Coventry CV3 6FP
陳木林傳道(0)7935-031743 Sa 10am粵
克魯宜道會(Crewe)
West Street, Crewe CW1 3HY
洪偉信傳道(0)7493-874018 1pm粵
達靈頓華人基督教團契(Darlington)
King William Centre, King William St, Darlington DL1 4YS
王曉柏傳道(0)7975-813874 2pm英 10:30am粵
德比華人循道衛理會(Derby)
Ashbourne Road Methodist Church, Derby DE22 3AG
張振光牧師(0)7449-332813 1:30pm粵國英
英倫福音教會德比堂(Derby)
Main Hall, Derby Moor Spencer Academy, Moorway Lane, Derby, DE23 2FS
陳秀琦姊妹(0)7873-925551 10:30am粵
當卡士達華人基督教會(Doncaster)
Oswin Tabernaed, Oswin Ave., Balby, Doncaster DN4 0NY
潘澤靜霞牧師(0)7798-677998 11am國粵
丹地華人基督教團契(Dundee)
St. Peter's Free Church, St.Peter's St., Dundee DD1 4JJ
何主音傳道(0)7818-064137 F 7:30pm國英
丹地華人基督教會(Dundee)
United Free Church, Cairo Ave /o Maryart St, Dundee DD3 8AW
朱敬華牧師(0)7402-831684 第4個Su 2pm粵
杜倫華人循道衛理會(Durham)
8 Old Elvet, Durham DH1 3HL
林佩心傳道(0)7514-407116 2pm國粵
愛丁堡華人基督教會(Edinburgh)
Barclay Church, 1 Wright's House, Bruntsfield Place, Edinburgh, EH10 4HR
葉偉榮傳道(0)7541-607922 2pm粵
愛丁堡華人福音教會(Edinburgh)
Mayfield Salisbury Parish Church, 18 West Mayfield, Edinburgh EH9 1TQ 黃偉昌牧師、李詠祜姊妹(0)7512-698161 1:30pm粵國、英
愛丁堡活石基督教會(Edinburgh)
Marchmont St. Giles' Parish Church, 3 Kilgraston Road, Edinburgh EH9 2DW
梁炳輝牧師(0)7309-089988 12:30pm粵國
愛丁堡香港基督教會(Edinburgh)
Crestorpe Ashton Centre, 18 Kirk Loan, Edinburgh EH12 7HD
Oldfield So牧師(0)7597-231728 10:45am粵
Do Mi So Co-Church UK華人教會(Edinburgh/Dundee)
Website: www.facebook.com/Do-Mi-So-10382931576801
朱敬華牧師(0)7402-831684 Sa 11:30am(網)粵
Crestorpe Community Church香港地(Edinburgh)
7 Glebe Terrace, Edinburgh EH12 7SQ
甘偉明牧師(0)7706-657663
春麗傳道(0)7306-307414 2pm粵英
基督教華人循道會勳德堂(Epsom)
Epsom Methodist Church, Ashley Rd., Epsom, Surrey KT18 5AQ 阮文順牧師(0)7835-256209 2pm粵國英
愛思德華人基督教會(Exeter)
South Street Baptist Church, 25 South St., Exeter EX1 1EB
李世傑宣道士(0)7894-222249 1:30pm粵國
快富華人基督教會(Fife)
Queensferry Rd., Rosyth, Fife KY11 2JJ, Scotland
包重言傳道(0)7907-050022 11:30am粵
格拉斯哥華人基督教會(Glasgow)
Findlay Church, 56 Clarendon Place, Glasgow G20 7PZ
黃荳楷牧師(0)141-286-2194 1pm粵國英
格拉斯哥香港基督教會(Glasgow)
Croftfoot United Free Church, 349 Carmunnock Road, Glasgow, G44 5HH
黎慧心傳道(0)7803-075990 11am粵
格拉斯哥基督教會(Glasgow)
231 Dalnainock Road, Glasgow G40 4NB
王忻牧師(0)7449-821441 2:30pm粵國英
格洛斯特郡華人基督教會(Gloucestershire)
Camray Baptist Church, Cambray Pl, Cheltenham GL50 1JS
陳汝生牧師(0)7821-715243 1:30pm粵國
葛量基華人基督教會(Grantham)
21A Belton Ave., Grantham NG31 9JE
曾弟兄(0)7476-955888 1pm國粵
舒琴大學粵語學生團契(Guildford)
Guildford Baptist Church Millmead, Guildford, Surrey GU2 4BE
Joash Lee (0)7435-633526
Gabriel Fong (0)7501-265442 2pm粵
吉爾福德明道華人教會(Guildford)
Merrrow Methodist Church, Bushy Hill Drive, Guildford, Surrey, GU1 2SH
張浩樑牧師(0)7534-205809
王猛弟兄(0)7834-739059 1:30pm國

循道會哈德斯菲爾華人基督教團契(Huddersfield)
Methodist Mission, 3-13 Lord St, Huddersfield HD1 1QA
Marina Loo (0)7821-550042 第2-4個Su 1pm國粵
華人循道會希思庭團契(Hastings)
Hastings Baptist Church, Church Rd., Hastings, Kent
吳泰廣弟兄(0)1424-716218 M10:30am粵國
豪城華人基督教會(Hull)
Cottingham Road Baptist Church, Chanterlands Avenue, Hull HU5 4AY
何錦洪牧師(0)7877-589173 1:30pm國粵
蘭加士打大學基督徒華人團契(Lancaster)
University Chaplaincy Centre
徐小玲姊妹(0)7859-076132 F 7pm國
利茲華人基督教會(Leeds)
155 Kirkstall Road, Leeds LS4 2AG
陳翁若芬牧師(0)7907-251092
黎邦懷牧師(0)7912-510238 10:30am粵、英 1pm國
列斯光華福音堂(Leeds)
曹子光牧師(0)7771-825005
Headingley Parish Hall, St Michael's Road, Leeds LS6 3AW 10:30am粵
Gateway at St Mark's Church, St Mark's Road, Leeds LS2 9AF 1:30pm粵
利茲宣道會(Leeds)
Blenheim Baptist Church, Blackman Ln, Leeds LS2 9ER
黃永康牧師(0)7842-200756 1:45pm粵 3:45pm國
樂道教會(Leeds)
Horsforth School, Lee Lane East, Horsforth, Leeds LS18 5RF
許寶山牧師(0)7526-782703 10:30am粵
理斯特華人基督教會(Leicester)
64 Clarendon Park Road, Leicester LE2 3AD
鄧劉文長老(0)7929-080204 10:30am英 11am國粵
信心華人基督教團契(Leicester)
Central Baptist Church, Leicester LE1 1LA
區佩強傳道(0)7845-021112 M 12pm粵
列治活浸信會中文堂(Letchworth)
West View, Letchworth Garden City, Herts SG6 3HJ
陳廣文牧師(0)1582-757943
利馬瓦迪華人福音堂(Limavady)
6-8 Catherine Street, Limavady BT49 9DB
溫玉儀姊妹(0)7983-833288 M 1:15pm粵國
林肯華人基督教會(Lincolnshire)
Lincoln Baptist Church, Croft St, Lincoln LN2 5AX
何錦洪牧師(0)7877-589173
利物浦華人福音教會(Liverpool)
11 Great George Square, Liverpool L1 5DY
徐毅榮牧師(0)1517-095050 11am英、粵 1:45pm國
利物浦恩典國際基督教會(Liverpool)
All Nations Hub, 4 Tunnel Road, Liverpool L7 6QD
鄧永堂牧師(0)151-2451576 Sa 10:30英: 10am粵 12:30pm國
以便以謝華人基督教會(Liverpool)
C of E All Saints Church, Broadgreen Road, Old Swan, Liverpool L13 5SH
溫志文牧師(0)7801-554162 12noon國粵
基督徒英國利物浦教會(Liverpool)
St. Philemon's C of E Church, 78 Admiral Street, Toxteth, Liverpool, L8 8BR
郭洪龍牧師(0)7725-434556 Sa 11am粵
樂福堡華人基督徒團契(Loughborough)
B009 Brockington BLDG, Chaplaincy Centre, Loughborough University, LE11 3TU
Nicholas Thong (0)7809-558390
樂福堡華人循道衛理會(Loughborough)
Trinity Methodist Church Centre, Royland Rd, LE11 2EF
張振光牧師(0)7449-332813 1pm粵國
盧敬華華人基督教會(Luton)
Central Baptist Church, 52 Park Street, Luton, Beds LU1 3ET 10:30am粵國英
Alexandra Road Congregational Church, 19 Alexandra Road, Hemel Hempstead, Hertfordshire HP2 5BS 9:30am粵
鄧宇光牧師(0)7908-439411
肯特郡華人基督教會(Maidstone)
Knightrider Street, Maidstone ME15 6LP
張自重牧師(0)7450-192004
胡曾月嫻牧師(0)7449-586035 2pm粵
曼徹斯特宣道會(Manchester)
Manchester Alliance Centre, Unit 9, The Quadrangle, Hulme St, M1 5GL
趙偉初牧師(0)1612-368324 Sa 5:30pm粵 Su 9:30am粵 11:5am英 1pm粵
曼徹斯特宣道華語團契(Manchester)
Manchester Alliance Centre, Unit 9, The Quadrangle, Hulme St, M1 5GL
蘇嘉儀弟兄(0)7523-923715 10:45am國
曼徹斯特華人基督教會(Manchester)

100 Yarburgh St., Whalley Range, Manchester M16 7EH
Family Congregation-10am英/Living Hope-4pm英
永恩堂- The Salvation Army (Manchester Central), 71 Grosvenor St, M13 9UB 10:30am粵
Bolton堂- Canon Slade School, Bradshaw Brow, Bolton BL2 3BP 10:30am粵
午堂- Sale High School, Norris Rd, Sale M33 3JR 1:30pm粵
Brunswick堂- Brunswick Parish Church, Brunswick St., Manchester M13 9SX 1:30pm國
Altrincham堂- Devonshire Road Evangelical Church, Devonshire Rd, Altrincham, WA14 4EZ 3pm國
郭利秀主任牧師 (0)7918-319811 英
羅智行傳道 (0)7876-717436 英
郭志忠牧師 (0)1612-050136 粵
黃國華牧師 (0)7899-772349 粵
黃林玉香傳道 (0)7838-042084 粵
張萬明傳道 (0)7493-278998 粵
姚清心傳道 (0)7884-973853 國
張建強傳道 (0)7706-843603 國
以琳全備福音曼城教會(Manchester)
The Parish Church of St Nicholas, Kingsway, Manchester M19 1PL
Michael弟兄(0)7983-534550 1pm國粵
英國循道公會蜜惠堂(Medway)
Gillingham Methodist Church, 100 Third Avenue, Gillingham, Kent ME7 2LU
蕭翔宇傳道(0)7447-587452 1:30pm粵國
米郡士堡華人循道衛理教會(Middlesbrough)
54 Borough Road, Middlesbrough TS1 2JH
陸達昌傳道(0)7486-956447 1pm國粵英
米頓堅華人基督教會(Milton Keynes)
Oakgrove Secondary School, Venturer Gate, Middleton, Milton Keynes MK10 9JQ
曾惠芳傳道(0)7376-264567 2:30pm粵國英
加路山華人基督教會(Milton Keynes)
United Reformed Church, High St., Newport Pagnell, MK16 8AB
歐陽兆堂傳道(0)7539-704933 2:30pm粵、英
Whaddon鎮華人基督教會米頓堅堂(Milton Keynes)
Gillingham Baptist Church, Beaverbrook Court, West Bletchley, Milton Keynes MK3 7JS
葉俊文牧師(0)7944-639846 2:30pm粵
米頓堅宣道會(Milton Keynes)
Brooklands Community Sports Pavilion, Countess Way, Milton Keynes MK10 7HN
羅耀基牧師(0)7455-720628 10am粵
紐卡素華人基督教會(Newcastle)
Forth House, Bewick St., Newcastle upon Tyne, NE1 5EF
李達培牧師(0)7593-089999 12pm粵
紐卡素華人基督教團契(Newcastle)
St. James Church, Northumberland Road, Newcastle Upon Tyne NE1 8JJ
莊淺趾弟兄(0)7963-494787 F 7:30pm國粵英
紐卡素華人循道衛理教會(Newcastle)
Brunswick Place, Newcastle upon Tyne NE1 7BJ
孫鳳儀傳道(0)7727-328883 1pm國粵英
新堡華人基督徒團契(Newport)
Locke Street Dance Hall, Queens Hill, Newport, South Wales NP20 5HL
連麗娟姊妹(0)1633-840318 3pm粵
諾威頓華人基督教會(Northampton)
Kingsthorpe Baptist Church, High St, Kingsthorpe, Northampton NN2 6QF
葉俊文牧師(0)7944-639846 2pm粵國
英國聖公會聖約翰哈特福德教會(Northwich)
St Nicholas Lane, Hartford, Northwich CW8 1NP
李昆濤傳道(0)7311-901698 10am粵英
諾域治華人循道會(Norwich)
Bowthorpe Road Methodist Church, Bowthorpe Road, Norwich NR5 8AB
劉家輝傳道(0)7936-737859 1:30pm粵國英
諾定威華人基督教會(Nottingham)
St Nicholas Church, 79 Maid Marian Way, Nottingham NG1 6AE
教會秘書(0)7512-858754 1pm英:2:30pm粵國
諾丁漢以馬內利基督徒團契(Nottingham)
The Pearson Centre, 2 Nuart Rd, Beeston, Nottingham, NG9 2NH
黃何倩婷姊妹(0)7922-582035 1:30pm國
基督教諾威頓啟道堂(Nottingham)
All Saints Church, Raleigh St., Nottingham NG7 4DP
St. John's Church, (0)7367-995695 2pm粵國
諾定威城北宣道會(Nottingham)
Acacia Centre, Acacia Ave, Anselmy Woodhouse, Kirby-in-Ashfield, Nottingham NG17 9BH
胡雄光傳道(0)7473-131612 11am粵
牛津華人基督教會(Oxford)
117 Lime Walk, Headington, Oxford OX3 7AD
趙鳳華牧師(0)7706-828788
林小敏傳道(0)7507-711481 2pm粵國英
牛津華人福音教會(Oxford)
Oxford High School, Belbroughton Rd, Oxford OX2 6XA
李啟穎長老(0)7390-880838 10am國 12nn粵

注意:本欄所列大部份份的名錄,只是借用的聚會地址,如要郵寄,請先與該教會或機構的負責人聯絡。
M: 星期一 Tu: 星期二 W: 星期三 Th: 星期四 F: 星期五 Sa: 星期六 Su: 特定的星期日 沒有英文字母: 星期日 am: 上午 nn: 正午 pm: 下午

有關英國的個人資料保護條例 (GDPR)，本刊會作出審視，以確保資料得到妥善處理。現時《號角》刊登的教會名錄，包括教會聯絡人姓名、電話、電郵等，只是提供給讀者聯絡相關教會。教會名錄除了在報刊內登出，亦可在《號角》網站上瀏覽：https://www.herald-uk.org/church/。如欲修改或取消資料，請用以下電郵與我們聯絡：mcclee@cchc.org、perryfung@cchc.org、heratukmap@gmail.com。有關教會或機構的資訊，僅供參考，以方便讀者查閱當地的教會或機構的聚會資料，而其內所舉辦的活動，並不代表英國號角的立場，特此聲明！

牛津學生基督徒團契(Oxford)
New Road Baptist Church, Bonn Sq, Oxford OX1 1LQ
曾銘義弟兄(0)7342-013868 F7:00pm粵
柏斯聖經浸禮教會(Perth)
46 Kinnoull Street, Perth, Scotland PH1 5HQ
石恭福牧師(0)7505-234125 11am英1:30pm粵
彼得堡華人基督徒教會(Peterborough)
Park Road Baptist Church, Park Road, PE1 2TF
楊順發弟兄(0)7528-503528

第2、4個Su1:30pm粵
碧茅湖華人基督徒團契(Plymouth)
Hope Baptist Church, Peverall Court, Plymouth PL3 4QG
黃巧玲姊妹(0)1752-789161 1pm粵國英
培城華人基督徒團契(Poole)
St Paul's Church, Landford Way, Throop, Bournemouth BH8 0NY
梁慕華傳道(0)1202-383783 1:30pm粵國英
橫坎茅斯華人基督徒教會(Poortsmouth)
The Wesley Centre, 128 Fratton Rd, Portsmouth PO1 5DD
張漢光弟兄(0)2392-619633 11am粵國英
培士頓華人基督徒教會(Preston)
Carey Baptist Church, Pole St., Preston PR1 1DX
梁偉基弟兄(0)7743-150855 1pm粵3:30pm粵
雷汀華人基督徒教會(Reading)
Wydliffe Baptist Church, 233 King's Rd, Reading RG1 4LS
偉權傳道(粵/粵)(0)7519-921615
黎偉慶傳道(粵)(0)7546-528591 2:30pm粵國英
基督教雷丁恩泉華人教會(Reading)
Wesley Methodist Church, Queen's Rd, Reading RG1 4BW
蘇作強牧師(0)7823-321818 2pm粵國英
以琳Rochester教會(Rochester)
Elm Full Gospel Community Church, Star Hill, Rochester, ME1 1XR
龍慶堂弟兄(0)7522-501555 1:30pm粵
修福華人基督徒團契(Salford)
176 Spruce Court, Belvedere Road, Salford M6 5EN
黃東梅姊妹

錫菲華人基督徒教會(Sheffield)
Ann's Road, Heeley, Sheffield S2 3JD
岑翠嬌姊妹(0)7855-079101
10am英11:30am粵、國
謝菲爾德恩典歸正基督徒教會(Sheffield)
St. Mary's Wesleyan Reform Church, Hereford St., Sheffield, S1 4PN
陳志明牧師(0)7879-643598 12:30pm粵國英
雪埠香港基督徒教會(Sheffield)
Broomhall Centre, Broomspring Lane, Broomhall, Sheffield, S10 2FD
David Quan傳道(0)7709-269642 9am粵
森美斯華人基督徒教會(Somerset)
Taunton Baptist Church, Silver St, Taunton TA1 3DH
陳月明牧師(0)7930-241998 1:15pm粵國英
南安普敦華人基督徒教會(Southampton)
Portsmouth Church, Portsmouth Rd, Southampton SO17 2FY
衛志江傳道(0)7535-510081 2pm英粵國英
修成頓華人基督徒團契(Southampton)
www.sotoncc.uk 黃志榮弟兄(0)2380-349960
南岸華人基督徒教會(Southend-on-Sea)
Argyll Road, Westcliff-on-Sea, SS0 7HL
杜秀萍傳道(0)7380-461477 1:30pm粵國英
聖安德魯斯華人基督徒團契(St. Andrews)
St. Andrews Baptist Church, 132 South Street, St Andrews, Fife KY16 9EW
何主音傳道(0)7818-064137 Th 6:30pm國英
史特靈華人基督徒團契(Stirling)
Chalainy, University of Stirling, Scotland FK9 4LA
何主音傳道(0)7818-064137 M 7pm國英
恩督華人基督徒教會(Stoke-on-Trent)
Fenton Baptist Church, 30 Beville Street, Fenton, Stoke-on-Trent ST4 2HG
Pastor Eric Lee (0)7360-211351 11am粵國英
桑德蘭伯大尼城市教會(Sunderland)
Bethany City Church, Bede Tower, Burdon Road, Sunderland, Tyne & Wear, SR2 7EA
楊皓弟兄(0)7737-345504 11am英國
史雲斯華人基督徒教會(Swansea)
Willows Place, Swansea SA1 6AA
何美珍傳道(0)7757-372103 11am粵國英
史雲頓華人基督徒教會(Swindon)
St. Philip's Rd, Upper Stratton, Swindon SN2 7QH
張惠蓮牧師(0)7826-964426
梁錫強傳道(0)7768-132108 11am粵2pm粵
天福華人基督徒團契(Telford)
Meeting Point House, Telford Town Cr, Telford TF3 4HS
何向榮弟兄(0)7974-735653
曼徹斯特宣道會德福堂(Trafford)
Avenue Methodist Church, Wincham Rd, Sale, M33 4PL
Louis Yeung louis.yeung@manallch.org

Sa 10:30am Su 11:30am粵
曼徹斯特宣道會沃靈頓堂(Warrington)
Holy Trinity C of E Church, Market Gate, Sankey Street, Warrington, WA1 1XG
Winson Chan (0)7825-992642 Sa 10am Su 2pm粵
偉盧華人基督徒教會(Wirral)
Grange Baptist Church, Borough Road, Birkenhead, Wirral CH41 2QS
王健良弟兄(0)7588-516995 1:30pm粵國英
華人循道衛理和景堂(Woking)
Trinity Methodist Church, Brewery Rd, Woking, Surrey GU21 4LH
Simon Che (0)7780-750271 1:30pm國粵
萬民教會華語堂(Wolverhampton)
All Nations Church, Temple St., Wolverhampton WV2 4AQ
鄧小玲姊妹Cassy (0)7759-152686 12nn國英
和亭華人基督徒團契(Worthing)
56-58 Queen St, Worthing BN14 7BJ
林日媚姊妹(0)7796-465880

第2、4個Su 2pm粵國英
約克華人基督徒教會(York)
Cornerstone Church, 119 Millfield Ln, York YO10 3AP
龔燕燕傳道(0)7727-313551 11am國英
約克華人福音教會(York)
Field Lane, Heslington YO10 5EE
羅慶偉牧師(0)7716-756882 Sa 3:30pm粵

倫敦華人浸信會
Bow Baptist Church, 1 Payne Rd, Bow, London E3 2SP
李兵牧師(0)7505-144891 2:30pm國粵、英
倫敦華人浸信會信望愛堂
Petts Wood Methodist Church, Queensway Rd, BR5 1EB
葉泮明傳道(0)7951-657284 1:30pm國粵
基督教倫敦華人信義會
American Church, 79A Tottenham Court Rd, London W1T 4TD
張保羅牧師、鄧偉健牧師(0)7734051601 2pm粵國

倫敦華夏基督徒教會
London Huaxia Christian Church, Ray Lodge Road, Woodford IG8 7NX
李威牧師(0)7939-206682 11am國
倫敦生命教會
St. Johns Church, St. Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH
王范雲萍師母(0)7802-689083 2:30pm國
金斯盾生命教會
The Riverside Hall, 92 Lower Ham Rd, Kingston-Upon-Thames KT2 5ST
李威牧師(0)7939-206682 11am國
倫敦生命教會
St. Johns Church, St. Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH
王范雲萍師母(0)7802-689083 10:30am國
英國基督教禮賢會
1 Orange Street, London WC2H 7HR
陳遠遠長老(0)7435-706355 1:30pm粵國
聖公會聖馬田中文堂
St Martin-in-the-Fields, Trafalgar Sq, London WC2N 4JJ
聖馬田中文堂委員會(0)20-7766 1100
ccsmifit@gmail.com 1:30pm粵
東倫敦宣道會
Deptford Methodist Church, 1 Creek Rd, London SE8 3BT
彭大明牧師(0)7717-893113 2pm國3:30pm粵
南倫敦宣道會
Enhanceable Centre, 13 Geneva Rd., Kingston Upon Thames, KT1 2TW
岑偉農牧師(0)20-8617 1433
張濟明牧師(0)7734-484565
關石傳道(0)7366-969299 9:45am粵11:30am國粵
北倫敦華人宣道會
Trinity Church, 15 Nether St, N. Finchley, London N12 7NN
鍾偉權牧師(0)7986-581009 10:45am粵
以琳教會(East Ham)
East Ham Elim Church, Central Park Rd., East Ham, London, E6 3DL
Richard Ngai (0)20-8578 4992 2pm英國
以琳教會(Bank)
St Stephen's Church, 39 Walbrook, London EC4N 8BN
Dr. John Chan (0)20-7998 0272 11am英
倫敦普通話福音教會
Covent Garden Dragon Hall, 17 Stukeley St., London WC2B 5LT
饒友恩牧師 (0)7871-636520
祝紹洪師母(0)7871-693943 4pm國
基督教聯合歸正教會三一堂
Mansel Road, Wimbledon, London SW19 4AA
余德憲牧師(0)20-8390 2151 11am粵、英
都市會幕(真布真教會)Metropolitan Tabernacle
Elephant & Castle, London, SE1 6SD
何金飛弟兄(0)7519-902575 11am國(譯) 2:30pm國(譯) 6:30pm國(譯)

伯特利網上崇拜(Bethel Connection)
https://bethelconnection.com/
吳展騰牧師 2:30pm粵
倫敦新生命靈糧堂
Haverstock School, 24 Haverstock Hill, London NW3 2BQ
趙思婷傳道(0)7736-871804 10am國
倫敦靈糧堂
St. Mary's Church Yard, Purley Oaks Rd, Sanderstead, Surrey CR2 0NY
吳偉國弟兄(0)20-8657 7562 3pm國
倫敦中華基督徒教會
69-71 Brook Green, Hammersmith, London W6 7BE
何沛然傳道(0)20-7602 9092 9:30am國/粵11:30am英

倫敦中華基督徒教會凱教堂
Archbishop Tenison High School, Selborne Road, Croydon CR0 5JQ
明頌恩傳道(0)20-7602 9092 10am粵/國/英
倫敦中華基督徒教會豪士羅堂
Hounslow Evangelical Church, 186 Hanworth Rd, Hounslow TW3 3TR
張香權牧師(0)20-7602 9092 2pm粵
倫敦中華基督徒教會蘇豪福音堂
166a Shaftesbury Avenue, London WC2H 8JB
蕭旭欣牧師(0)20-7240 0449 9:30am粵11:30am國/英

倫敦中華基督徒教會甘霖堂
Hyde United Reformed Ch, Edgeware Rd, Colindale, NW9 6RR
鄧美儀傳道(0)20-7602 9092 2pm國/粵
英國循道會君王十字堂
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BW
許廣錚牧師(0)7411-754564 10:30am國11am英1:30pm粵

東倫敦基督徒教會
Whites Farm, Oaks Lane, Newbury Park, Essex
梅惠德弟兄(0)20-8550 8563
以琳St Paul教會
St. Martin within Ludgate, 40 Ludgate Hill EC4M 7DE
Rev. Aaron Chan (0)7925-026944 11am國英
以琳Finchley教會
Church End Baptist Church, Stanhope Avenue, Finchley, London N3 3QL
Pastor Alice Liu (0)7515-739459 2pm粵
以琳Barking教會
93 Axe Street, Barking IG11 7LZ
Pastor Yin Chau Kan (0)7925-026944 2:30pm粵國

以琳Sutton教會
St Nicholas Church Community Hall, 34 Robin Hood Lane, Sutton SM1 2RG
Pastor Holly Xiao (0)7925-026944 2pm粵國
以琳South East教會
Albany Park Baptist Church, Stansted Crescent, Bexley DA5 3JB
Rev. Kit Moi Wong (0)77236-20013 1:30pm國粵
以馬內利華人教會
2nd Floor, 28-29 Gerrard St., London W1D 6JW
宋原昆牧師(0)20-7434 0981
基督教倫敦華人宣道會
Victoria Hall, 1-3 St Johns Road, Harrow, Middlesex HA1 6QT 11am英粵2pm國
The Grove Academy Primary School, Fourth Avenue, Watford, WD25 9RH Sa 11:15am粵
宋溢峰牧師(0)7515-734109
趙偉榮牧師(0)7598-465680

倫敦華人浸信會
Bow Baptist Church, 1 Payne Rd, Bow, London E3 2SP
李兵牧師(0)7505-144891 2:30pm國粵、英
倫敦華人浸信會信望愛堂
Petts Wood Methodist Church, Queensway Rd, BR5 1EB
葉泮明傳道(0)7951-657284 1:30pm國粵
基督教倫敦華人信義會
American Church, 79A Tottenham Court Rd, London W1T 4TD
張保羅牧師、鄧偉健牧師(0)7734051601 2pm粵國

倫敦華夏基督徒教會
London Huaxia Christian Church, Ray Lodge Road, Woodford IG8 7NX
李威牧師(0)7939-206682 11am國
倫敦生命教會
St. Johns Church, St. Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH
王范雲萍師母(0)7802-689083 2:30pm國
金斯盾生命教會
The Riverside Hall, 92 Lower Ham Rd, Kingston-Upon-Thames KT2 5ST
李威牧師(0)7939-206682 11am國
倫敦生命教會
St. Johns Church, St. Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH
王范雲萍師母(0)7802-689083 10:30am國
英國基督教禮賢會
1 Orange Street, London WC2H 7HR
陳遠遠長老(0)7435-706355 1:30pm粵國
聖公會聖馬田中文堂
St Martin-in-the-Fields, Trafalgar Sq, London WC2N 4JJ
聖馬田中文堂委員會(0)20-7766 1100
ccsmifit@gmail.com 1:30pm粵
東倫敦宣道會
Deptford Methodist Church, 1 Creek Rd, London SE8 3BT
彭大明牧師(0)7717-893113 2pm國3:30pm粵
南倫敦宣道會
Enhanceable Centre, 13 Geneva Rd., Kingston Upon Thames, KT1 2TW
岑偉農牧師(0)20-8617 1433
張濟明牧師(0)7734-484565
關石傳道(0)7366-969299 9:45am粵11:30am國粵
北倫敦華人宣道會
Trinity Church, 15 Nether St, N. Finchley, London N12 7NN
鍾偉權牧師(0)7986-581009 10:45am粵
以琳教會(East Ham)
East Ham Elim Church, Central Park Rd., East Ham, London, E6 3DL
Richard Ngai (0)20-8578 4992 2pm英國
以琳教會(Bank)
St Stephen's Church, 39 Walbrook, London EC4N 8BN
Dr. John Chan (0)20-7998 0272 11am英
倫敦普通話福音教會
Covent Garden Dragon Hall, 17 Stukeley St., London WC2B 5LT
饒友恩牧師 (0)7871-636520
祝紹洪師母(0)7871-693943 4pm國
基督教聯合歸正教會三一堂
Mansel Road, Wimbledon, London SW19 4AA
余德憲牧師(0)20-8390 2151 11am粵、英
都市會幕(真布真教會)Metropolitan Tabernacle
Elephant & Castle, London, SE1 6SD
何金飛弟兄(0)7519-902575 11am國(譯) 2:30pm國(譯) 6:30pm國(譯)

St Helen's 福音之家
St Peter's Cornhill, London EC3V 3PD
Henry ET(0)7809-141948 2:30pm國
倫敦光臨團契
Lumen URC, 88 Tavistock Pl., London WC1H 9RS
鍾淑惠牧師(0)7828-066874 國
倫敦中國福音會
200 Washington Road, Surrey KT4 8JJ
陳達弟兄(0)7913-849099
英倫福音教會北倫敦堂
Main Hall, Southgate School, Sussex Way, London, EN4 0BL
黃以樂牧師(0)7535-959459 10:30am粵
英倫福音教會青少年堂
G/F, West Wing, Southgate School, Sussex Way, London, EN4 0BL
何尚義傳道(0)7707-985607 10:15am粵
薩頓香港人教會
Sutton United Football Club, Gander Green Lane, Sutton, SM1 2EY
余周詠哲牧師(0)7753-238703 10am粵

愛爾蘭
愛爾蘭中華福音堂
市中心堂：49 Middle Abbey St, Dublin 1, Ireland
王敏星牧師+353-87-9462750 10am英12nn國
路恩堂：Esker House, Esker Rd., Lucan, Co. Dublin, Ireland 王怡凱牧師+353-87-9933901 10am國英11:45am粵
都柏林基督徒生命教會
Life Schoolhouse Lane, Santry, Dublin 9, Ireland

聖利康弟兄+353(01)-551815 11:30am國
科克華人基督徒團契
Deerpark Christian Brother School, St Patrick's Rd, Cork
李彤姊妹+353-86-1507388 12pm國

英國循道會福音勞工-政庇及難民佈道
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BB
許廣錚牧師(0)7932-399426
英國華人循道會福音勞工佈道事工-倫敦以外地區
1/F Wolverley House, 18 Digbeth, Birmingham B5 6JB
羅達明牧師(0)7949-026972
世界華人福音事工聯絡中心(英國區)
呂子峰牧師(0)1908-234100
英國華人宣道教會
Manchester Alliance Centre, Unit 9, The Quadrangle, Hulme St, M1 5GL 趙偉初牧師(0)161-2373219
福音戒賭中心
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BB
吳浩璋長老(0)20-7833 8626
M查經、Tu小組、F博康站1:30pm粵
歐洲華人基督徒餐館福音事工使團聯會
Tel: +31 6460 75533; Wechat: EU-CCRGM
Email: EU.CCRGM@GMAIL.COM
英國使團邱天生弟兄(0)779 012 7994
英北使團李永鈞弟兄(0)7976-921204
2 Gatehead Bank, Marsden, Huddersfield HD7 6LE
英東北使團張水生弟兄(0)1912-314787
66 Shieldfield House, Barker St., Newcastle upon Tyne NE2 1BQ
英南使團石浩明弟兄(0)2392-663337
139 London Road, Portsmouth PO2 9AA
蘇格蘭使團石神生弟兄(0)7506 480061
2 Melrose St., St. George's Cross, Glasgow G4 9JB, Scotland
愛爾蘭使團(北愛)
3 Baronscourt Height, Carryduff, Belfast BT8 8RS,
Northern Ireland 江文峰弟兄(0)28-9081 5330
英國家庭更新協會
70 Dowdeswell Close, London SW15 5RL
許傑龍弟兄(0)7777-655612
基督教華僑佈道會
2 Padstow Avenue, Fishermead, Milton Keynes MK6 2ES
呂子峰牧師(0)1908-234100
呂鍾凌師母(0)1908-300533(活水書室)
基督教教員聲佈道團英國分會及英國號角
CCHC-UK, PO Box 117, Banstead SM7 9DH
馮兆雄弟兄(0)7782-336869
豪城華人福音中心
109 Spring Bank, Hull HU3 1BH
何錦洪牧師(0)7877-589173
信望愛團契華人服務中心 (Orpington)
Petts Wood Methodist Church, Queensway, Petts Wood, Kent BR5 1EB 林太(0)7588-626782
創欣神學院英國校區
譚健生宣教士(0)7952-882746
何明華會督協會暨社區中心
Lower Crypt, St. Martin-in-the-Fields Ch, Trafalgar Sq, London WC2N 4JJ
劉蔡鳳鳴姊妹(0)20-7766 1141
摯愛中華國際事工
55 James Street, Oxford OX4 1EU
李錦基牧師(0)1865-432703
恩典歸正福音事工
22, Ringstead Crescent, Sheffield S10 5SG
陳志明牧師(0)7879-643598
歐洲盼望之泉
47 Calder Road, Leicester LE4 0RF
何雲芳牧師(0)116-2357034 國粵英
英國華人關懷癌症協會
www.cacaca.org.uk
岑偉龍弟兄(0)7508-039775 粵國
黎明路上
63 Cannon Hill Rd., Coventry, West Midlands CV4 7BT
陳立仁牧師(0)1689-666500
歐洲華人信使 www.ccineurope.org
李胡雪英姊妹(0)7877-048799
伴您同行
50 Blenheim Road, Raynes Park, London SW20 9BB
陳均順姊妹(0)7832-736183
英國動員力量(Simply Mobilizing UK)
Harehills Lane Baptist Church, 13 Hilton Place, Leeds LS8 4HE 馮永昌牧師
kairosuk.office@gmail.com, gustung@gmail.com
聖經英語文學促進會 www.selb.org
Room 22, 54 Gordon Street, Glasgow, G1 3PU
王忻牧師(0)7449-821441
蒙恩之旅福音事工
何嘉俊宣教士(0)7400-614615

倫敦華人浸信會
Bow Baptist Church, 1 Payne Rd, Bow, London E3 2SP
李兵牧師(0)7505-144891 2:30pm國粵、英
倫敦華人浸信會信望愛堂
Petts Wood Methodist Church, Queensway Rd, BR5 1EB
葉泮明傳道(0)7951-657284 1:30pm國粵
基督教倫敦華人信義會
American Church, 79A Tottenham Court Rd, London W1T 4TD
張保羅牧師、鄧偉健牧師(0)7734051601 2pm粵國

倫敦華夏基督徒教會
London Huaxia Christian Church, Ray Lodge Road, Woodford IG8 7NX
李威牧師(0)7939-206682 11am國
倫敦生命教會
St. Johns Church, St. Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH
王范雲萍師母(0)7802-689083 2:30pm國
金斯盾生命教會
The Riverside Hall, 92 Lower Ham Rd, Kingston-Upon-Thames KT2 5ST
李威牧師(0)7939-206682 11am國
倫敦生命教會
St. Johns Church, St. Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH
王范雲萍師母(0)7802-689083 10:30am國
英國基督教禮賢會
1 Orange Street, London WC2H 7HR
陳遠遠長老(0)7435-706355 1:30pm粵國
聖公會聖馬田中文堂
St Martin-in-the-Fields, Trafalgar Sq, London WC2N 4JJ
聖馬田中文堂委員會(0)20-7766 1100
ccsmifit@gmail.com 1:30pm粵
東倫敦宣道會
Deptford Methodist Church, 1 Creek Rd, London SE8 3BT
彭大明牧師(0)7717-893113 2pm國3:30pm粵
南倫敦宣道會
Enhanceable Centre, 13 Geneva Rd., Kingston Upon Thames, KT1 2TW
岑偉農牧師(0)20-8617 1433
張濟明牧師(0)7734-484565
關石傳道(0)7366-969299 9:45am粵11:30am國粵
北倫敦華人宣道會
Trinity Church, 15 Nether St, N. Finchley, London N12 7NN
鍾偉權牧師(0)7986-581009 10:45am粵
以琳教會(East Ham)
East Ham Elim Church, Central Park Rd., East Ham, London, E6 3DL
Richard Ngai (0)20-8578 4992 2pm英國
以琳教會(Bank)
St Stephen's Church, 39 Walbrook, London EC4N 8BN
Dr. John Chan (0)20-7998 0272 11am英
倫敦普通話福音教會
Covent Garden Dragon Hall, 17 Stukeley St., London WC2B 5LT
饒友恩牧師 (0)7871-636520
祝紹洪師母(0)7871-693943 4pm國
基督教聯合歸正教會三一堂
Mansel Road, Wimbledon, London SW19 4AA
余德憲牧師(0)20-8390 2151 11am粵、英
都市會幕(真布真教會)Metropolitan Tabernacle
Elephant & Castle, London, SE1 6SD
何金飛弟兄(0)7519-902575 11am國(譯) 2:30pm國(譯) 6:30pm國(譯)

伯特利網上崇拜(Bethel Connection)
https://bethelconnection.com/
吳展騰牧師 2:30pm粵
倫敦新生命靈糧堂
Haverstock School, 24 Haverstock Hill, London NW3 2BQ
趙思婷傳道(0)7736-871804 10am國
倫敦靈糧堂
St. Mary's Church Yard, Purley Oaks Rd, Sanderstead, Surrey CR2 0NY
吳偉國弟兄(0)20-8657 7562 3pm國
倫敦中華基督徒教會
69-71 Brook Green, Hammersmith, London W6 7BE
何沛然傳道(0)20-7602 9092 9:30am國/粵11:30am英

倫敦中華基督徒教會凱教堂
Archbishop Tenison High School, Selborne Road, Croydon CR0 5JQ
明頌恩傳道(0)20-7602 9092 10am粵/國/英
倫敦中華基督徒教會豪士羅堂
Hounslow Evangelical Church, 186 Hanworth Rd, Hounslow TW3 3TR
張香權牧師(0)20-7602 9092 2pm粵
倫敦中華基督徒教會蘇豪福音堂
166a Shaftesbury Avenue, London WC2H 8JB
蕭旭欣牧師(0)20-7240 0449 9:30am粵11:30am國/英

倫敦中華基督徒教會甘霖堂
Hyde United Reformed Ch, Edgeware Rd, Colindale, NW9 6RR
鄧美儀傳道(0)20-7602 9092 2pm國/粵
英國循道會君王十字堂
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BW
許廣錚牧師(0)7411-754564 10:30am國11am英1:30pm粵

東倫敦基督徒教會
Whites Farm, Oaks Lane, Newbury Park, Essex
梅惠德弟兄(0)20-8550 8563
以琳St Paul教會
St. Martin within Ludgate, 40 Ludgate Hill EC4M 7DE
Rev. Aaron Chan (0)7925-026944 11am國英
以琳Finchley教會
Church End Baptist Church, Stanhope Avenue, Finchley, London N3 3QL
Pastor Alice Liu (0)7515-739459 2pm粵
以琳Barking教會
93 Axe Street, Barking IG11 7LZ
Pastor Yin Chau Kan (0)7925-026944 2:30pm粵國

以琳Sutton教會
St Nicholas Church Community Hall, 34 Robin Hood Lane, Sutton SM1 2RG
Pastor Holly Xiao (0)7925-026944 2pm粵國
以琳South East教會
Albany Park Baptist Church, Stansted Crescent, Bexley DA5 3JB
Rev. Kit Moi Wong (0)77236-20013 1:30pm國粵
以馬內利華人教會
2nd Floor, 28-29 Gerrard St., London W1D 6JW
宋原昆牧師(0)20-7434 0981
基督教倫敦華人宣道會
Victoria Hall, 1-3 St Johns Road, Harrow, Middlesex HA1 6QT 11am英粵2pm國
The Grove Academy Primary School, Fourth Avenue, Watford, WD25 9RH Sa 11:15am粵
宋溢峰牧師(0)7515-734109
趙偉榮牧師(0)7598-465680

倫敦華人浸信會
Bow Baptist Church, 1 Payne Rd, Bow, London E3 2SP
李兵牧師(0)7505-144891 2:30pm國粵、英
倫敦華人浸信會信望愛堂
Petts Wood Methodist Church, Queensway Rd, BR5 1EB
葉泮明傳道(0)7951-657284 1:30pm國粵
基督教倫敦華人信義會
American Church, 79A Tottenham Court Rd, London W1T 4TD
張保羅牧師、鄧偉健牧師(0)7734051601 2pm粵國

倫敦華夏基督徒教會
London Huaxia Christian Church, Ray Lodge Road, Woodford IG8 7NX
李威牧師(0)7939-206682 11am國
倫敦生命教會
St. Johns Church, St. Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH
王范雲萍師母(0)7802-689083 2:30pm國
金斯盾生命教會
The Riverside Hall, 92 Lower Ham Rd, Kingston-Upon-Thames KT2 5ST
李威牧師(0)7939-206682 11am國
倫敦生命教會
St. Johns Church, St. Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH
王范雲萍師母(0)7802-689083 10:30am國
英國基督教禮賢會
1 Orange Street, London WC2H 7HR
陳遠遠長老(0)7435-706355 1:30pm粵國
聖公會聖馬田中文堂
St Martin-in-the-Fields, Trafalgar Sq, London WC2N 4JJ
聖馬田中文堂委員會(0)20-7766 1100
ccsmifit@gmail.com 1:30pm粵
東倫敦宣道會
Deptford Methodist Church, 1 Creek Rd, London SE8 3BT
彭大明牧師(0)7717-893113 2pm國3:30pm粵
南倫敦宣道會
Enhanceable Centre, 13 Geneva Rd., Kingston Upon Thames, KT1 2TW
岑偉農牧師(0)20-8617 1433
張濟明牧師(0)7734-484565
關石傳道(0)7366-969299 9:45am粵11:30am國粵
北倫敦華人宣道會
Trinity Church, 15 Nether St, N. Finchley, London N12 7NN
鍾偉權牧師(0)7986-581009 10:45am粵
以琳教會(East Ham)
East Ham Elim Church, Central Park Rd., East Ham, London, E6 3DL
Richard Ngai (0)20-8578 4992 2pm英國
以琳教會(Bank)
St Stephen's Church, 39 Walbrook, London EC4N 8BN
Dr. John Chan (0)20-7998 0272 11am英
倫敦普通話福音教會
Covent Garden Dragon Hall, 17 Stukeley St., London WC2B 5LT
饒友恩牧師 (0)7871-636520
祝紹洪師母(0)7871-693943 4pm國
基督教聯合歸正教會三一堂
Mansel Road, Wimbledon, London SW19 4AA
余德憲牧師(0)20-8390 2151 11am粵、英
都市會幕(真布真教會)Metropolitan Tabernacle
Elephant & Castle, London, SE1 6SD
何金飛弟兄(0)7519-902575 11am國(譯) 2:30pm國(譯) 6:30pm國(譯)

St Helen's 福音之家
St Peter's Cornhill, London EC3V 3PD
Henry ET(0)7809-141948 2:30pm國
倫敦光臨團契
Lumen URC, 88 Tavistock Pl., London WC1H 9RS
鍾淑惠牧師(0)7828-066874 國
倫敦中國福音會
200 Washington Road, Surrey KT4 8JJ
陳達弟兄(0)7913-849099
英倫福音教會北倫敦堂
Main Hall, Southgate School, Sussex Way, London, EN4 0BL
黃以樂牧師(0)7535-959459 10:30am粵
英倫福音教會青少年堂
G/F, West Wing, Southgate School, Sussex Way, London, EN4 0BL
何尚義傳道(0)7707-985607 10:15am粵
薩頓香港人教會
Sutton United Football Club, Gander Green Lane, Sutton, SM1 2EY
余周詠哲牧師(0)7753-238703 10am粵

愛爾蘭
愛爾蘭中華福音堂
市中心堂：49 Middle Abbey St, Dublin 1, Ireland
王敏星牧師+353-87-9462750 10am英12nn國
路恩堂：Esker House, Esker Rd., Lucan, Co. Dublin, Ireland 王怡凱牧師+353-87-9933901 10am國英11:45am粵
都柏林基督徒生命教會
Life Schoolhouse Lane, Santry, Dublin 9, Ireland

聖利康弟兄+353(01)-551815 11:30am國
科克華人基督徒團契
Deerpark Christian Brother School, St Patrick's Rd, Cork
李彤姊妹+353-86-1507388 12pm國

英國循道會福音勞工-政庇及難民佈道
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BB
許廣錚牧師(0)7932-399426
英國華人循道會福音勞工佈道事工-倫敦以外地區
1/F Wolverley House, 18 Digbeth, Birmingham B5 6JB
羅達明牧師(0)7949-026972
世界華人福音事工聯絡中心(英國區)
呂子峰牧師(0)1908-234100
英國華人宣道教會
Manchester Alliance Centre, Unit 9, The Quadrangle, Hulme St, M1 5GL 趙偉初牧師(0)161-2373219
福音戒賭中心
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BB
吳浩璋長老(0)20-7833 8626
M查經、Tu小組、F博康站1:30pm粵
歐洲華人基督徒餐館福音事工使團聯會
Tel: +31 6460 75533; Wechat: EU-CCRGM
Email: EU.CCRGM@GMAIL.COM
英國使團邱天生弟兄(0)779 012 7994
英北使團李永鈞弟兄(0)7976-921204
2 Gatehead Bank, Marsden, Huddersfield HD7 6LE
英東北使團張水生弟兄(0)1912-314787
66 Shieldfield House, Barker St., Newcastle upon Tyne NE2 1BQ
英南使團石浩明弟兄(0)2392-663337
139 London Road, Portsmouth PO2 9AA
蘇格蘭使團石神生弟兄(0)7506 480061
2 Melrose St



聚會時間：星期日 12:30-13:45 (國語)

14:30-15:45 (粵語)

地點：St James Church,
Wulfstan Way Cambridge CB1 8QJ

聯絡電話：07919-523308 (鄭維新先生)

電郵：contact@caccam.org.uk

網址：https://caccam.org.uk/

劍橋宣道會

Cambridge Alliance Church



SL Accountancy Solutions Ltd
李應華會計師事務所
Simon Y.H. Li (FCCA)

Business Start Ups

- 業務開始階段
- Business planning
 - 公司結構規劃
 - Company formations and registration with all relevant bodies e.g. Companies House
 - 公司登記註冊
 - Financial advice
 - 財務資訊
 - HMRC compliance: VAT, PAYE, EORI
 - 註冊相關稅務項目
 - Record keeping
- we ensure you meet any applicable requirements
文件管理, 並確保新公司在各方面合規



Business Services

- 公司業務範圍
- Bookkeeping 記賬
 - VAT returns 增值稅
 - Corporation Tax 公司盈利所得稅
 - Payroll Services 工資單
 - Annual Accounts 年度報表
 - Management Account 管理賬目報表
 - Cash Flow planning 現金流規劃
 - Analysis of performance 業績分析
 - Strategic and Business planning 戰略和業務規劃
 - Forecasting 公司財務預估
 - Assistance in Tax Investigations 協助稅務調查
 - Tax Planning 稅收策劃
 - Business Consultation 業務諮詢
 - SAGE Accounting software SAGE 財務軟件



Our Services

我們可提供的服務

流利廣東話、普通話與英文諮詢

Client based 客戶對象

- Small to medium sized companies 中小型企業
- Sole Trader 個體戶
- Partnerships 合夥人



Individual Services 個人業務範圍

- Personal Tax - Self Assessment Tax Return 自我評估納稅申報
- Capital Gains Tax 資產增值稅
- Tax Planning 個人稅收策劃

· 地址: 50 Granby Row, Manchester M1 7AY · 電話: 0161 236 3313

· 手機: 07494 361263 · 電子郵箱: info@slaccounts.co.uk · wechat ID: slaccountary



雷汀華人基督教會

Reading Chinese Christian Church

Wycliffe Baptist Church 233 Kings Road Reading RG1 4LS

聯絡: 唐偉權傳道 Waddle (國/粵語) 電話: 07519921615

黎偉慶傳道 Wallace (粵語) 電話: 07546528591

電郵: committee@ReadingCCC.org.uk 網址: www.ReadingCCC.org.uk

主日崇拜, 兒童及青少年主日學 (普通話, 粵語, 英語)
逢星期日下午 2:30 - 4:00pm

大學學生團契 (普通話, 粵語)
逢星期三晚 7:30 - 9:30pm

星期五聚會 - 慕道 (英語, 普通話)
逢星期五晚 7:30 - 9:30pm

其他聚會
家庭, 學生, 職青, 長者查經班, 團契
(普通話, 粵語)

歡迎您來一起認識生命之道

我來是要叫人得生命
並且得的更豐盛

耶穌說:
我就是道路、
真理、生命

伯明翰中華福音教會

Birmingham Chinese Evangelical Church

實體主日崇拜 (同步網上直播 ★http://bcec.online.church ■Zoom)

英語早堂★上午 9:30 設有兒童主日學

英語晚堂 下午 6:30

粵語早堂★上午 11:30 設有兒童主日學

國語堂■ 下午 3:30 設有兒童主日學

粵語午堂★下午 1:30 設有兒童主日學

天福堂■ 上午 10:30 (地點: Telford TF3 4HS)

粵語堂-伯明翰南部 下午 1:30 設有兒童主日學 (地點: Shirley B90 1AA)

團契 (請聯絡查詢聚會地點及網上聚會資料)

- | | |
|----------------------|-------------|
| 信望愛團契 (粵語) | 逢週一 11:00am |
| 長青團契 (粵語) | 逢週二 10:30am |
| Solihull 查經班 (粵/國語) | 逢週三 9:45am |
| Lichfield 橄欖樹團契 (粵語) | 逢週三 10:00am |
| 國語查經班 | 逢週五 7:30pm |
| 職青團契 (粵語) | 逢週五 8:00pm |
| 學生福音團契 (粵語) | 逢週六 2:00pm |
| 天福 Telford 小組 (國語) | 逢週六 7:00pm |
| 伯大拉團契 (國語) | 逢週六 6:00pm |
- 每週有不同英語小組 <未能盡錄所有團契, 歡迎查詢>

聯絡資料

地址: 14 Upper Gough St,
Birmingham, B1 1JG
電話: 07492 362956 (及 WhatsApp)
微信: UKBCEC
網址: www.thebcec.org.uk
電郵: admin@thebcec.org.uk



以便以謝華人基督教會 (利物浦)

Ebenezer Chinese Christian Church (Liverpool)

主日崇拜: C of E All Saint's Church

Broadgreen Road, Old Swan, L13 5SH

崇拜時間: 主日中午12時正

查經班: 逢週一上午11:00 (廣東話)
逢週一下午 1:30 (普通話)

疫情影響, 以上查經聚會網上進行

婦女團契: 每月第三個週末上午11:00

疫情影響, 婦女團契活動暫停。

教會辦事處: 4 Craigburn Road, Tuebrook, Liverpool L13 8BN

牧者: 溫志文牧師 (電話: 07801-554162)

電話: 0151-7927848 電郵: ebenezercfc@yahoo.com

網址: www.ebenezercfcc.org

慈善團體註冊編號 1162411

【戒賭支援服務】
及
【癌症關懷服務】

查詢熱線: 07801-554162

英國版 號角《英國號角》 呼籲奉獻或惠登廣告

面對中文報紙在英國日漸式微, 甚至消失的境況底下,
《英國號角》願意迎難而上, 背負使命, 推出了實體版雜誌。

現時《英國號角》在奉獻及廣告收入均減少的情勢下,
仍然憑着信心、謹守崗位, 堅持以電子版及實體版雙向發行,
繼續服務在英國的華人社區。

實體雜誌版及電子版中已經加設「分類小廣告」版位 (如買賣
二手車、店舖出讓、創業消息、港式小食宣傳、租屋訊息等)
。透過實體版及電子版的感染影響力, 讓所登的廣告獲得強大的
宣傳; 兼且能在《英國號角》的網頁, 配合電郵、面書、
WhatsApp、Signal、MeWe、Twitter、Instagram 等電子媒體的
途徑, 無遠弗屆地直接傳送或以鏈結方式分享美文及資訊給
讀者、教會和華社。

我們期盼能收到更多的廣告或直接奉獻支持,
讓《英國號角》能有更多資源,
務實而堅定地出版這份歷史性的刊物,
去服務現居住或即將移居英國的華人社群。

有意惠登廣告或捐款支持,
請直接聯絡馮兆雄 (Perry),
電郵: perryfung@cchc.org, 電話: 07782 336869。

福音戒賭中心

The Christian Centre for Gambling Rehabilitation

1996年成立 慈善註冊編號: 1147459 網站: www.ccgr.org.uk

宗旨

透過基督信仰和專業知識, 協助沉溺在賭博中的僑胞,
脫離賭癮; 在可能範圍內, 幫助受賭博影響的家庭;
教導認識賭博的害處, 以預防賭禍蔓延。

地址: 58A Birkenhead Street, London WC1H 8BW

求助熱線: (0)20 7833 8626

時間: 星期一至五, 上午10時至 下午5時

如有需要, 可另約時間會見。



SUM'S 森記
Sums Commercial Limited 專業清潔有限公司

發獲符合保險公司條款合格清潔證書

專業清洗及保養外賣店、餐館抽氣系統
更換各種風機、風管、快慢制
現貨供應 歡迎批發
專用儀器測量風速、噪音

24小時
緊急維修服務

清洗前 清洗後

North 01302 313359
South 0208 0903443
Mobile 07808 288828

CANOPY, KITCHEN DEGREASER

特強風口, 廚房清潔劑

特強濃縮清潔劑, 餐飲業必備, 保證廚具煥然一新

- 無污染
- 無氣味
- 能清除頑固油漬

5公升裝 英國製造
誠徵英國地區以外歐洲代理商

www.sumscleaning.co.uk
微信號: sumscleaning

高雲地利華人基督教會
Coventry Chinese Christian Church
151 Elm Tree Avenue, Tile Hill, Coventry CV4 9EN

| | | | |
|--|-----------------------------|------------------------------------|----------------------------|
| 主日 9am 廣東話 10:45am 普通話 / 英文 | 星期二 星期六 普通話團契 | 星期三 星期四 廣東話團契 / 英文查經 | 星期三 星期五 學生團契 |
|--|-----------------------------|------------------------------------|----------------------------|

查詢詳情請致電: Elaine Leung 07748 280406 (廣東話/英文) | 電郵: contact@coventryccc.org.uk
Haifeng Wei 07923 510370 (普通話/英文) | 網頁: http://coventryccc.org.uk

伯明翰華人基督教會

聚會時間
主日崇拜時間: 下午1時半至3時
聚會地點: Warley Baptist Church, Castle Road East, Oldbury B68 9BJ
聯絡人: 張榮安弟兄 07888-691023

德比華人循道衛理會
Derby Chinese Methodist Church

聚會時間: 星期日下午一時三十分
面書: <https://www.facebook.com/德比華人循道衛理會>
網站: <https://www.derbychinesemethodistchurch.com>
電郵: info.derbychinesechurch@gmail.com
地址: 94 Ashbourne Road, Derby, DE22 3AG
聯絡人: 張振光牧師 0744932813

英國基督教禮賢會

主日崇拜時間: 下午1時30分 (粵語及國語)
聚會地點: Orange Street, Leicester Square, London, WC2H 7HR (Congregational Church內, 國家畫廊後面)

主日查經班: 下午12時
兒童主日學: 下午1時30分

詩班練習: 第三及第四週下午12時45分
聯絡人: 陳通遠長老 (0)7435 706355
網址: www.rhenishchurchuk.com

英國版
號角
分類小廣告

基督捨己為世人
號角竭力傳福音

惠登廣告
敬請加盟成隊友
同心合意救靈魂

價格優惠
請致電馮先生:
07782336869

基督教倫敦華人宣道會

主日崇拜及聚會時間
英語、粵語 11:00am 國語 2:00pm
Victoria Hall, 1-3 St John's Rd, Harrow HA1 6QT
星期六粵語崇拜時間 11:15am

與主親近
主裡成長

Contact persons (聯絡人)
主任牧師: 朱溢峰牧師 電話: 07515-734109
中文堂牧師: 趙偉榮牧師 電話: 07598-465680
網址: www.london-cac.org.uk

利茲華人基督教會
Leeds Chinese Christian Church

「以基督為房角石建立教會」-彼得前書 2:4-5

主日崇拜: 粵語: 上午10時30分
英語: 上午10時30分
國語: 下午1時正

地址: 155 Kirkstall Road, Leeds LS4 2AG 電話: 0113 2427041

格拉斯哥華人基督教會
Glasgow Chinese Christian Church

粵語主日崇拜 (設普通話翻譯)
地點: Findlay 教堂大堂
時間: 下午1:00-2:30
電郵: glacc.org@gmail.com
mandarin.glacc@gmail.com

英語主日崇拜
地點: Findlay 教堂副堂
時間: 下午1:00-2:30
電郵: gcceng@gmail.com

Findlay 教堂地址: 56 Clarendon Place, Glasgow G20 7PZ
除粵語 (普通話翻譯) 和英語崇拜, 另設其他聚會, 詳情請往教會網站查看。

當卡士達華人基督教會

教會崇拜/週間聚會/通訊地址:
Oswin Tabernacle, Oswin Avenue, Balby, Doncaster DN4 0NY

主日崇拜: 星期日早上11時 (粵語及國語)
中文學校、青少年、兒童主日學: 星期日上午班, 早上10:30至下午1:30
查經/祈禱/團契活動: 星期一早上10時開始
牧師: 曾景如、潘靜霞 (07798 677998) 傳道: 駱偉國 (07729 208901)
電郵: doncastercccchurch@gmail.com

伯明翰華人循道會
Birmingham Chinese Methodist Church

主日崇拜: 星期日 下午二時正 (粵/華語)
地址: Chatham Road, Northfield, Birmingham, B31 2PH
電郵: bcmcuk@gmail.com 網站: <http://chinese.bham-methodist.info/>
本教會均設有兒童主日學、其他小組及團契, 歡迎到本教會網站瀏覽、查詢及參加。
會牧: 陳嫻婷牧師 07446-707606 聯絡人: 謝月麗姊妹 07846-133004

南倫敦宣道會

敬拜地址: Enhanceable Centre, 13 Geneva Road, Kingston Upon Thames, KT1 2TW
主日崇拜: 第一堂上午9:45 (粵語) 第二堂上午11:30 (國語/粵語)
兒童主日學: 上午9:45及上午11:30

查經小組/團契: 週間及週末均設有適合不同年齡及語言的朋友參加的小組、團契
教牧同工: 岑偉農牧師(0)20 8617 1433, 張清明牧師(0)7734 484565, 閻石傳道(0)7366 969299
網址: www.slac.org.uk 誠意歡迎你參加!

2024 Rebirth

ACM 音樂宣教之旅 ★★★★★ 英國站

Scotland

19/4
愛丁堡香港地
OCC Hong Kong Circle

20/4
格拉斯哥華人基督教會
Glasgow Chinese Christian Church

21/4
愛丁堡華人基督教會
Edinburgh Chinese Christian Church (ECCC)

22/4
快富華人基督教會
Fife Chinese Christian Fellowship

Birmingham

26/4
伯明翰中華福音教會
Birmingham Chinese Evangelical Church (BCEC)

27/4
伯明翰中華福音教會
(Sutton Coldfield) Birmingham Chinese Evangelical Church (BCEC)

28/4
環球使命教會 (伯明翰)
Global Missional Church (Birmingham)

Coventry

27-28/4
高雲地利華人基督教會
Coventry Chinese Christian Church

Leicester

29/4
萊斯特華人基督教會
Leicester Chinese Christian Church

Reading

1-2/5
雷丁三一教會
Trinity Church Earley

London

3/5
倫敦中華基督教會甘霖堂
Chinese Church in London Colindale

4-5/5
Sutton 香港人教會
Sutton HongKongers' Church

5/5
英國衛道會王十字架
King's Cross Methodist Church

Norwich

6/5
諾福治華人衛道會
Bowthorpe Road Methodist Church

聚會詳情



ACM
@hkacm_worship
hkacm.page

英國短宣中心主辦
Organized by UK Christian Short-Term Mission Training Centre
曼徹斯特宣道會、米頓堅華人基督教會協辦

2024 英國佈道訓練 同燃佈道心，為主傳福音

目的：興起在英國的華人信徒，投身傳福音行列，履行大使命
對象：願意回應主的大使命、重生得救的基督徒

語言：粵語
內容：實體/視像授課四個單元：關係佈道法、精彩十字架佈道法、探訪佈道法、得救見證佈道法、出隊實習福音探訪

講師：馬國棟牧師 美國芝加哥惠頓神學院傳道學碩士
曾任：香港短宣中心總幹事、芝加哥惠頓華人宣道會牧師
美國芝加哥華人浸信會牧師（義務）
現任：國際短宣使團董事、佈道訓練講師及英國短宣中心顧問



費用：£30 (包括佈道工具、物資及行政費)

報名：填寫Google form (QR Code)
https://docs.google.com/forms/d/18URTbbztlDlyO6p9XtzTq8OdwaX2l_fsEAVet3s/edit

截止報名日期：2024年5月10日

查詢：ukstm@ifstms.org



報名一維碼

曼徹斯特 Manchester

日期：2024年6月15日、17至19日；
星期六、星期一至星期三

時間：上午10:00至下午16:00

地點：曼徹斯特宣道會
地址：Unit 9, The Quadrangle, Hulme Street, Manchester, M1 5GL

米頓堅 Milton Keynes

日期：2024年6月20至22日、24日；
星期四至星期六、星期一

時間：上午10:00至下午16:00

地點：COCM (基督教華僑佈道會)
地址：2 Padstow Avenue, Fishermead, Milton Keynes, MK6 2ES

我們傳揚祂，是用諸般的智慧，勸戒各人，教導各人，要把各人在基督裡完完全全的引到神面前。
歌羅西書 1:28

閣下可以透過下列途徑， 支持這份為英國僑胞出版的刊物

在《英國號角》刊登廣告，以助本刊經費；
或請以下列方式直接奉獻支持《英國號角》：



- 網上奉獻 (PayPal)
Donate with PayPal button
- 直接網上轉賬或到銀行存款至下列戶口：
銀行名字 (Bank Name): National Westminster Bank
銀行編碼 (Sort Code): 60-23-09
商業戶口號碼 (Business Account Number): 76653684
商業戶口名稱 (Business Account Name):
Chinese Christian Herald Crusades UK (or CCHC-UK)
IBAN: GB08NWBK60230976653684
BIC: NWBKGB2L
- 郵寄支票：
支票抬頭：CCHC-UK
逕寄：CCHC-UK, PO Box 117,
Banstead SM7 9DH



有關以上奉獻，請同時提供電郵或回郵地址，
以便《英國號角》能盡快附回奉獻收據，以作查收。
如奉獻於一個月內仍未收到收據，
請與我們聯絡，謝謝！

07782-336869 (馮兆雄 Perry)
accounts-uk@cchc.org

號角成知己 天涯若比鄰！



herald-uk.org
Facebook.com/HeraldUK
號角新時代
Herald UK Monthly 英國牌
5G
號角 英國版
號角 美東版
號角 美西南版
號角 美西北版
號角 加拿大版
號角 歐陸版
號角 澳洲版
號角 香港版