



親愛的弟兄姊妹·以及愛我的朋友們



東京都の休業要請緩和の3ステップ

	ステップ 1 (5月26日~)	ステップ 2 (最速 5月30日~)	ステップ 3 (6月以降)
文化施設 (博物館や図書館など)	○ (入場制限など)		
劇場 (映画館や演芸場など)	×	○	
スポーツ施設 (体育館や野球場など)	△ (観客席は 使用禁止)	○	
大学など	○ (分散登校など)		
小中高校	○ (オンライン学習などを組み合わせ)		
学習塾や 自動車教習所	×	○	



6月1日の午前0時をもって  
ステップ1からステップ2へ移行することを決定した

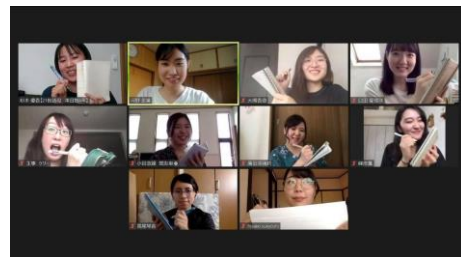
## 新冠肺炎，新生活型態

因為新冠肺炎的長期抗戰，原先以為自肅模式等輕重程度的封鎖不過是暫時的一兩個月，但隨著各種新狀況跟疫苗開發需要的時間等，政府從「這段緊急時期，讓我們一起忍耐熬過去」的態度，逐漸轉為呼籲「長期抗戰狀態，過往的生活型態短時間無法恢復，需要接受現在這就是新的生活型態」。

繼五月下旬感染確診人數下降到個位數後，各縣逐漸緩解自肅模式，中央政府宣布每三週為一階段開放更多緩解，各縣各都則依據當區狀況，評估緩解程度跟方式。東京在昨天(6/1)進入階段二的緩解，原則上除了娛樂業(如卡拉OK等)之外，幾乎全部緩解開放，同時呼籲盡量錯開時間上下學、上下班，避免電車的擁擠。如今才剛進入階段二，感染確診數立刻攀升，6/2 今天 34 人確診，但東京都政府決定維持階段二不改變，這....令人擔心哪....。

雖然東京進入七成以上(個人感官評估，非正確數據)的緩解開放，因緩解而立刻出來抒發累積許久壓力的人、因擔心第二波感染高峰，覺得不該這麼快緩解的人、還有因為緩解而出來活動，但其活動有社會隱憂的人(如不分地點的烤肉、因社交距離而產生的紛爭)；也因立法還未完全，政府目前也只是一而再、再而三的提醒呼籲大家不要放鬆警戒，但實際能「取締、禁止」等行動卻是不能。

## 線上服事的感恩 v.s. 誘惑



自從轉成各校的課程轉成線上授課，KGK 的服事也全部轉成跟學生線上聚會及查經。之前每一次學生的聚會跟查經我該不該全都參與的掙扎，但如此一來我的時間幾乎全部被切割，加上因為在家工作，私人時間跟工作常常混在一起，真正休息的時間分不清，不只生活型態混亂了一段時間，身體狀況也有受到一些影響。但感謝主，經過了將近兩個月左右的摸索，終於在最近找到是否參與學生聚會的平衡點。

在摸索的這段時期裡，也因著學生需要借用我的 Zoom 付費帳號才能舉行超過 40 分鐘以上的聚會，所以過往每學期能去兩、三次同一學校團契的聚會就算頻繁度很高了，現在可是每週都出席(可以想像好幾個團契我每週都出席為何身體狀況受到一些影響了吧)，很明顯感

受到學生對自己的親近度陡然靠近了許多。過往每每去學校團契時，學生總給我一種「今天真的好謝謝 Kelly 姊來我們團契！」的客氣跟感謝，但因現在幾乎每週都會看到我（雖然有時我只是把主持權交給學生就下線），那種客氣感逐漸消失，親近感直線上升，特別是女子大學的團契；也因此跟學生們能分享的更深，也沒有了這次沒分享就沒下次了的緊迫。感謝神，轉成線上聚會後，賜下恩典跟幫助，使我仍能跟學生有不同方式的關係建造。



安倍總理在四月底發出「全民布口罩」，

直到 5/25 才收到....。

話說，布口罩真有用？！（瞇眼不信）

但好歹還是送到了

另一方面，因為長時間一直盯著螢幕，加上自己原來的娛樂休閒也多是上網跟看電視，眼睛的疲勞度比平常還要嚴重，但是聚會查經等不看著螢幕又不行，等到工作完，想要放鬆時又下意識看著電視上網等，完全就是惡性循環；只能多熱敷，並求神賜我力量，減少看螢幕的娛樂。

還有一方面讓我意識到不太妙的，是自己的怠懶心態。除了出門買菜之外，幾乎全時間待在家，工作也在家，休閒娛樂也在家，休息也在家，慢慢的，我有種「只要做好該做到的，要不要多考量一點、之後的狀況要不要先有點什麼預備等，再說啦～！今天就這樣吧！」的心理，然後隔天也這樣想，再隔天也這樣想，漸漸就對現在這種其實不正常的狀態變得沒有期待改變，甚至有時覺得現在的生活模式也沒什麼不好，體力上反而比較輕鬆，這樣的生活再久一點也不錯，包括靈修生活也慢慢怠懶下來，真的是很不好的心態！也請弟兄姊妹們為我能重新勤奮起來代禱。

牙齒保健好重要！！



之前沒機會在代禱信裡跟大家分享，三月中，突然感覺到之前蛀牙補過的地方填充物不見了！（到現在我都不確定是否在吃飯時一起吞進去了）嚇到，趕緊找家附近的牙醫診所，一照X光，醫生看了片子後說「你可能蛀到神經了，待會用機器磨開，萬一碰到神經的話，就要抽神經了」

什麼！？抽-神-經？？『為什麼要在國外做這件事？萬一跟醫生的溝通我聽不懂怎麼辦？萬一我想問的問題但問不出來怎麼辦？』坐在診療椅上，我緊張到心臟狂跳，心裡跟神大喊『可以不抽嗎？一定要抽嗎？求祢醫治我，讓我不要抽好不好？』，但當醫生磨開蛀的地方看，我才痛得慘叫了一聲，醫生就說「碰到神經了，不抽不行，打麻醉，準備抽神經吧！」我聽了嚇死了，但我連不抽神經的選項都沒有，只能抽了神經做牙帽，不然連牙根都跟著完蛋...。『神啊，真的沒辦法了嗎？...』我人生第一次抽神經，萬分掙扎但後來也只有放棄『神啊，如果真的要抽神經，求祢幫助我不要害怕好不好？我真的很害怕！求祢在我身邊陪我！也讓我聽得懂醫生在說什麼』上帝聽了這個禱告，雖然我不明白為何日本抽神經「根管治療」這件事要5~6次才完成，但上帝的確每一次在我坐上診療椅被打麻醉，害怕不已的時候，都聽了我的禱告，狂跳不止的心臟被祂安撫下來，也明白醫生每一次要對我做什麼。也藉著這次的「根管治療」，還發現了我有點輕微的牙周病。這次的填充物掉落，讓我重新正視牙齒的清潔有多重要，牙線跟牙間刷更是不能懶惰，因為.....我真的不想再沒事去補蛀牙、打麻醉了！！

感恩與代禱





- 感恩線上服事終於找到平衡點。
- 感恩特別跟女大學生們的關係更深入，能有更全面的關懷。
- 各校皆線上授課的生活模式中，求神保守學生們的健康跟靈性。
- 求神的智慧跟覺察力充滿我，使我在線上關懷時，有從神的愛跟話語鼓勵建造學生。
- 求神特別保守每一位基督徒學生，賜他們靈裡的飢渴，愛慕神的話，並能活出神的話來。
- 請特別為學藝大學的團契主席跟同工代禱，到目前為止都還未開始這學期任何的團契活動，求神開路，並賜勇氣跟智慧給核心學生開始團契活動。
- 與學生的線上聚會增加，陪伴時付出的精神及心力也更多，求神賜智慧跟敏銳自己的狀態，不會耗盡並且身心靈有足夠的休息。
- 寫書求神幫助繼續開路，有力量跟光照前進。
- 希望更渴慕與神親近，在禱告中聖靈充滿。
- 請為我爸爸跟高齡的祖母的救恩繼續代禱。



萬族萬民---從職場  
領人歸主



因應線上崇拜敬拜的需求，日本現代敬拜讚美作  
曲家做的敬拜影片



萬族萬民---又逢  
庚子年

奉獻方式：

1.郵政劃撥 15905701

戶名：財團法人新北市中華基督教內地會（請註明為 [張雅琍](#) 宣教士 奉獻）

2.國泰世華銀行安和分行 代號：013

帳號：027-03-5004969 戶名：財團法人新北市中華基督教內地會

（請打電話 02-2240-1865\*104 或 E-mail 通知 [內地會會計同工](#)：為 [張雅琍](#) 奉獻）

3.信用卡奉獻請點選此 [超連結](#) 進入內地會網站後，下載信用卡授權書填寫後，傳真或掃描授權書 email 回內地會（請註明為 [張雅琍 宣教士](#) 奉獻，傳真 02-22401875，E-mail 同第二項銀行匯款奉獻 [tw.hacc@omfmail.com](mailto:tw.hacc@omfmail.com)）

4. 雲端線上奉獻，請點選此 [超連結](#)

進入內地會網站後線上奉獻

註：捐款收據可供抵扣所得稅