

主後二零一九年八月刊

第300期

佳美雙月刊

佳美團契 Glorious Family Fellowship | 哥城華人基督教會 Columbus Chinese Christian Church

目 錄

- 03 卖屋记 / 彭桂香
- 05 以色列之野地的花 / 南守彦
- 07 重读罗马书 / 陈惠民
- 11 IFI 小组简报 / CCCC/IFI-中文查经小组同工
- 15 健康生活
- 18 佳美每月祷告会
- 20 佳美月刊征稿通知

**你們這因信蒙神能力保守的人，
必能得著所預備，到末世要顯現的救恩。**

~ 彼得前书1：5 ~

卖屋记

彭桂香

自从去年九月中旬因换工作搬来哥伦布市后，我决定把在苏城（Sylvania）的房子出售，尽管有人建议我把它出租，我感谢他们的好意，但我知道自己的景况还是卖了为好。我在祷告中向主陈明我的处境和要卖房子的理由之后，就进行准备卖房事宜。

我在婚姻触礁那段时间身心受创，濒临死亡，是神拯救了我。祂对我说若不是祂救拔我，我早就变为尘土了。后来单亲养育三个孩子，再次地经历神无比恩典就常常流泪感恩祂的保守。有回向神感恩感谢时，领受到我所有的一切都是神所赐，就把房子献回给神，也把这经过和决定分享给孩子向他们说明。

不管我的经济状况如何，必把当纳的十分之一缴回给神。若祂向我多要我也顺服缴纳。因此在过去年间我没钱也没闲把房子修缮的很好。到了房子要上市前的准备阶段，才知道这房子是怎样的不堪，要修的地方实在太多，如要把整个房子修到完美地步是耗时耗资太难的。因此我只好选定必定要修的和能快修的列个计划完成，剩下的就交给神了。

进行这些工程我能自己做的还是自己来，诸如换一片墙板，装楼梯地毯，贴地板，修厨房的柜子，油漆等等。因此过去二，三月间我几乎每个周末都是星期五从公司下班直接回苏城的家做工直到下个星期一早上四点再开车回来上班。起先我心急于做事，早晨简单灵修祷告后就上工，如此事倍工半。后来觉悟到当先在神里

面安静得力，于是上工前花一段品质时间亲近神，如此果效是事半功倍。而遇到问题或需要时也迫切祷告，神适时差弟兄姊妹帮忙，让我经历到神家里的爱很感动和感恩。

我想把房子早早上市，但每想到如此多缺点的房子上市会好卖吗？有天读经读到诗篇 81：6 “神说：**我使你的肩得脱重擔，你的手放下筐子。**” 我就得着安慰，也用这经节成为每天领受神应许的祷告。诗篇 46：10：“**你们要休息，要知道我是神**”也是使我得平静，安稳，和力量的经文。在修房卖房那段时间，除了忙碌，忧心担愁实不少，若不是神做我的依靠给我力量，我可能要寝食难安而忧郁成病了。

谈到请房产中介也是神的带领。好早我手边就有一位专卖我们社区房子的候选人，但因着领受圣灵的感动，我决定请一位华人慕道友当中介。在房子上市后的前一小段时间，我最怕中介来信息说要修这补那的。而她也知道我“人在天涯”无法事事亲临，就愿意付出额外的时间精力帮忙我处理这安排那的，让我很感激，也让我从她那儿学到“能为别人多走一里路”的牺牲精神。

要卖这房子给我的压力实是不小，我曾经赖皮的想说这房子是神的（不是我的）只要把房价定的很低一定能很快卖出去，但我被神教导说“房子还在你手上你得做个负责任的好管家”，因此我不敢马虎随便卖这

房子。刚上市的房价我认为算是定的合理的高，而房子上市后的前一小段时间也有许多人感兴趣，但出价的就只有一位，因他把价格杀成很低又要求多，我就不肯卖。

之后我读经读到马太福音 7：12 “-----你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人”。我想当我们买房子时，我们愿意见证买到很便宜的好房子，而当我们卖房子时，我们愿意见证卖到很高的价钱。我想如果买方是主里的家庭，他们的见证如何？很快的我把房价降了一万元，也向神祷告求祂掌权做主，安排买主和决定成交价格并祝福买方。但我心想可不要来个没良心的买主把价格杀的过低。

要卖像我那样缺点多多的房子又要卖到可以的钱，只能靠神方可成事，不止多多祷告，也做禁食祷告，急切的时后甚至做禁网路和禁钓鱼祷告。祷告中也为买方和两方的中介做祝福祷告。在五月二十九日的祷告中我领受到明天五月三十日卖房会成决定。我求神给清楚的指引和确定，而绝不能是我随己意的领受。五月三十日早上中介短信说今晚有看房之约，我就决定在那时段做禁食祷告，也继续向主陈说我是多麽希望快快把房子顺利卖掉。次日中介告诉我昨晚看房子的人说这房子很好且价钱也便宜，很有意思要买。很快的买方出了价，我因前日的领受和把主权交给神就接受卖给他。

也很快的买方的验房日期和过户日期定妥。不几日买方的验房报告出来，那报告我看了是觉得惨不忍睹，还好的是在所有项目中只强调坏了的空调是最大的考量。因事先我在买卖契约上注明因为较便宜卖出，卖方不支付验房后的任何修理要求。对方就只提出空调是

他们的顾虑但没实质要求我修。这空调是挺新的，我知道不需花太多钱就可修好，为了促使买卖早些完成，因此我答应给修。原来这空调零件还在保障期，故只需付工钱，两天内也就修好了。

截止日期（closing date）是定在六月二十八日，但在这日一星期前，因对方要求我卖方付百分之六的成交价是不合法令规定而被退回来。原来对方只能要求最多百分之三。我告诉我的中介我不想再多麻烦改很多文件，就请对方接受百分之三吧。我也回到神面前祷告说，如果是他不让我把房子卖掉是要出租，而要卖只是我的坚持，我愿意降服他的主权，后来买方还是无异议的接受了。好事多磨，到了几日前，买方贷款银行没拿到估价报告而不能批准贷款，这一拖，直到截止日的前两天才收到可如期在原定的截止日期成交的证实通知。

在截止日成交时，我向买方抱歉说我没能把草院照顾好，那家太太很和气的回说她的先生喜欢做院子和修理东西，他们很高兴买到这个学区好很理想的房子。一切成交都很顺利，我诚挚的恭喜祝福他们，房子卖出后我如释重担，我经历到神的做为实是奇妙，祂安排的这位买主是看到房子的好处而买，而缺点之处却不是问题。每想起神在我卖房子上的伟大奇妙做为，我感恩不尽而更加敬畏祂。

房子卖了之后，我向弟兄姊妹和朋友们感谢大家的代祷和帮助时说，我现在是成了“无产阶级”。之后也做了一首打油诗自我调款，诗曰“无产阶级没不好，天雨莫愁屋漏水，天热勿忧草干枯，多闲少虑酬岁月，晨走公园晚钓鱼，如此生活也甚好。”

以色列之野地的花

南守彦

野地的花 穿著美麗的衣裳
 天空的鳥兒 從來不為生活忙
 慈愛的天父 天天都看顧
 祂更愛世上人
 為他們預備永生的路

一切需要 天父已經都知道
 若心中煩惱 讓祂為你除掉
 慈愛的天父 天天都看顧
 祂是全能的主
 信靠祂的人真是有福
 祂是全能的主
 信靠祂的人真是有福

《野地的花》这首诗歌是华人基督徒最熟悉的赞美诗之一，歌词是根据马太福音 6：28-34 改编的。先生就是听了这首歌心有感动而决志信主的。但每当唱起这首歌时，脑海中浮现的是黄黄的蒲公英和弯弯



的狗尾巴草及一些不知名的小花，心想这些花也算不上多美呀。

今年春天有幸跟随美国福音证主协会的圣地旅行团来到以色列，踏上了那流奶与蜜之地。见识了圣经上记载的野地之花，它不是我想象的蒲公英和狗尾巴草，而是娇嫩的沙伦玫瑰学名银莲花，时而青草地上红成一片，时而孤零零一支挂在峭壁之上。还有那鸢尾花以及许多我叫不上名字的花，色彩斑斓，形态各异与初春草地的新绿和蓝天白云绘出一幅天堂般的美景，看到此景，我心生感叹，这真是天父世界！此刻再次思想马太福音 6:28-34，有了更深一层理解。

6:28 何必为衣裳忧虑呢？你想，野地里的百合花怎么长起来。它也不劳苦，也不纺线。

6:29 然而我告诉你们：就是所罗门极荣华的时候，他所穿戴的还不如这花一朵呢！

6:30 你们这小信的人哪！野地里的草今天还在，明天就丢在炉里，神还给它这样的妆饰，何况你们呢！

6:31 所以，不要忧虑说：‘吃什么？喝什么？穿什么？’

6:32 这都是外邦人所求的。你们需用的这一切东西，你们的天父是知道的。

6:33 你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。



6:34 所以，不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。

仔细想想，这些很快就被扔在炉里野地的花，上帝创造的时候还如此精心，给它们穿上美丽的衣裳，更何况我们这些按照祂的形象创造的人，在祂的眼里岂不更为珍贵吗？我们何必还要为将来的事情忧虑呢？此刻我也更加理解了，30年前先生听了《野地的花》这首歌的心情。当年先生一人在美读书，我带着儿子在国内申请来美，可是签证多次被拒。那时我们是多么的无助和孤独！感谢主！派天使来到先生的身边，校园团契的弟兄姐妹邀请他参加查经班，唱起这首歌时圣灵在他心里动工，他决定从此信靠主，把一切重担交托给那创造万物的主。回首先生信主这30年来，无论是工作的变动和搬迁，及教会

事奉的方向，我们家的每一步都有主的亲自带领和保守，就像那野地的花和天空的鸟一样我们享受天父丰富的供应，而且作为神国的子民，我们更享有今生的平安和永生的盼望。

亲爱的朋友，若是你今天面对生活的压力和学业的困境，心情乌云密布的话，那就试着来到主的面前，把你的苦楚向祂倾诉，把你的重担交托给祂，至此我又想起一首歌，《我知谁掌管明天》。

我不知明天將如何，每一天只為主活，
我不借明天的陽光，因明天或不晴朗，
我不要為將來憂慮，因我信主的應許，
我今天要與主同行，因祂知前面路程。

每一步越走越光明，像攀登黃金階梯，
每重擔越挑越輕省，每朵雲披上銀衣，
在那裡陽光常普照，不再有淚流滿面，
在美麗彩虹的盡頭，眾山嶺與天相連。

我不知明天將如何，或遭遇貧苦飢餓，
但那位看顧麻雀者，祂必然也看顧我，
祂是我旅途的良伴，縱遭遇各樣災害，
我救主必與我同在，祂寶血把我遮蓋。

副歌：有許多未來的事情，我現在不能識透，
但我知誰掌管明天，我也知誰牽我手。



重读罗马书

陈惠民

罗马书是最重要的新约书信之一；它对天主教思想家圣奥古斯丁和欧洲宗教改革领袖马丁路德都有过极其重要的影响。有人说它是新约圣经中对神的福音论述得最完整，最清楚的一卷书；也有人说这卷书是基督信仰的权威根据。罗马书共有十六章，前八章通常被人当作重点来学习，特别是第八章，强调基督徒在圣灵里得到拯救。歌城华人基督教会佳美团契的同心小组称自己是一群罗八们，意即我们是一群信靠主耶稣得胜有余的人（罗 8:37）。英国的解经家大卫·鲍森曾有过一位老师，他只教罗马书一到八章，认为接下来的几章都是附带性的，并不重要。然而事实并非如此；其实罗马书的重点是在第十一章。本文将从一个新的角度探索保罗写罗马书的目的，这个目的与耶稣的比喻故事之间的关连，以及这个目的的现实意义。

罗马教会不是保罗建立的，许多学者认为它是由当时一些居住在罗马城的犹太人兴起的。这些人在耶路撒冷参加了耶稣升天后的五旬节聚会，他们被圣灵充满，蒙恩得救（参见使徒行传 2：10）。随后他们把圣灵的感动带回罗马，为主做见证，带领旅居罗马的犹太人和进犹太会堂的外邦人信主。罗马教会就这样逐渐形成。根据使徒行传 18:2 记载，罗马帝国的第四个凯撒大帝革老丢因认为犹太人不断在罗马闹事，曾在主后 49 年下令把所有犹太人驱逐出罗马城，因此罗马教会里的犹太人全都离开了罗马。当若干年后犹太基督徒回到罗马

教会的时候，教会里原来居少数的外邦人已人数大增。这时不同背景的犹太基督徒和外邦基督徒之间产生了很大的矛盾，他们对饮食，守安息日，守律法，行割礼等执有不同的看法。而对保罗而言，当时存在的一个很大的问题在于外邦基督徒的骄傲(gentile boasting)。他察觉到在罗马教会的基督徒中有人认为，基督教会取代了以色列成为上帝救恩计划中的选民；他们相信以色列的使命仅仅是为弥赛亚铺路，而随着救世主的到来和以色列人对基督的拒绝，犹太人的历史使命到此结束，他们与神立的约到此完结。这种危险的取代主义和反犹太主义思潮是后来盛行在公元二世纪的马西昂异端的雏形。该异教屏弃了整个旧约，和新约中被认为偏爱犹太人的部分，它一味强调新约中慈悲仁爱的上帝，而否认旧约中制定律法，公义的上帝。为了帮助罗马教会解决犹太基督徒和外邦基督徒之间的矛盾，纠正取代主义的错误观点，把福音的真道传给在罗马的基督徒，保罗写了一封致罗马主内弟兄姐妹的长信，也就是我们今天看到的罗马书。

在这封信的第一章里保罗就阐明自己是奉召特派传福音的使徒：“我不以福音为耻；这福音本是神的大能，要救一切相信的，先是犹太人，后是希利尼人。”（罗 1：16 NIV）。接下来的几章谈到世人都犯了罪，无论是犹太人还是外邦人，没有一个义人。犹太人的罪是他们死守律法主义，虚假的口是心非，说的是

一套，行出来的又是另一套，对别人横加论断，对自己却另设标准。外邦人的罪是他们的不道德，目无神，整日沉浸在醉死梦生的糜烂生活中。所以犹太人和外邦人都是罪人，都需要因信称义的救恩；要救一切相信的，“**先是犹太人，后是希利尼人**”，这句陈述先后次序的短句在一，二章里连续重复了三遍，它表明了保罗反对取代主义，强调犹太人优先的思想：在神的救恩计划里犹太人的地位是特殊的，先是他们，然后是外邦人。那么拿什么来证明犹太人的特殊身份和不可取代的地位呢？保罗从犹太人的割礼，律法，亚伯拉罕后裔的身份，以及神给他们的启示等方面来阐明自己的观点。

保罗首先要回答的问题是，在一世纪基督运动兴起，救恩临到外邦人的时候，犹太人还有什么长处，割礼这一犹太人的主要特征还有益处吗？保罗的回答是，大有好处。第一个好处是，割礼是上帝选民的标志，神的圣言和启示交托给他们保存(罗 3 : 2)，他们负有信守和传扬的责任。即便有不信耶稣的犹太人，那又何妨呢？难道他们的不信可以改变神的信实吗？可以改变神跟亚伯拉罕订的约吗？可以改变神的救赎计划吗？绝对不可以，因为神是真实的，而人都是虚谎的(罗 3:3-4)。第二个好处是“他们是以色列人；那儿子的名分、荣耀、诸约、律法、礼仪、应许，都是他们的”(罗 9:4)。第三个好处是“列祖就是他们的祖宗，按肉体说，基督也是从他们出来的；他是万有之上永远可称颂的神”(罗 9:5)。上帝选择了犹太人，这是无可厚非的，上帝想怜悯谁就怜悯谁，想恩待谁就恩待谁。上帝给了以色列这些好处，同时也给了他们传扬福音的责任，正如以赛亚书所说：“我还要使你作万邦之光，使你施行

我的救恩，直到地极”(赛 49:6b)。

保罗接下来谈律法；因为持有律法是犹太人的另一大特征和标志。不错，人称义是因着信，不是因遵行律法，那难道说我们就可以因信而废除律法吗？保罗的回答是：“断乎不是，更是坚固律法”(罗 3:31)。因为律法的终结是耶稣，他是律法的总结和终点，只有他才能成全律法。我们只有通过信靠成全了律法的耶稣才能称义，因为我们自己成全不了律法。由此可见律法是不可废除的，因为透过它我们看到自己的无能，肮脏，和丑陋，透过它我们看到耶稣的全能，无瑕，和美善，从而投靠他，信靠他以得称义。从这里我们看到律法的不可废除性，看到犹太人保存和维护律法(Torah)的重大意义，也看到犹太人特殊地位的含义。

学者布赖恩·塔克认为保罗是神付予犹太人向全人类传讲上帝救恩使命中的一部分。他是以犹太人的身份被差遣向外邦人传福音的，因此在罗马书中保罗强调神对犹太人的约是不可改变的，律法书仍然是犹太民族独特的标志，犹太人的身份在新约时代仍然起到承前启后的作用。

罗马书第十一章表达了保罗的中心思想：神没有弃绝他的百姓(罗 11:1)。他们的失脚不是要他们跌倒，而是因着他们的过失让救恩临到外邦人，目的是要激动他们发愤(罗 11:11)。保罗指出犹太人的发愤和回头将会给外邦人带来难以想象的祝福：“若他们的过失，为天下的富足，他们的缺乏，为外邦人的富足；何况他们的丰满呢？”(罗 11 : 11-12) 保罗进一步强调犹太人得救对外邦人的益处举足轻重，有如死而复活：“若他们被丢弃，天下就得与神和好，他们被收纳，岂不是死

而重生吗？”（罗 11:15）因为救恩是从犹太人那里出来的，从上帝对亚伯拉罕的应许就可以看到这救恩的始末。所以外邦人不可骄傲。保罗用橄榄树来比喻犹太人和外邦信徒的关系，犹太人是正宗的橄榄树，被砍下来的枝子是不信耶稣的犹太人，野橄榄则是外邦信徒。

“所以你们不可向旧枝子夸口，若是夸口，当知道不是你托着根，乃是根托着你。……他们因为不信，所以被折下来，你们因着信，所以立得住；你们不可自高，反要懼怕。神即不爱惜原来的枝子，也必不爱惜你。……只要你长久在祂的恩典里；不然你也要被砍下来。而且他们若不是长久不信，仍要被接上；因为神能够把他们从新接上”（罗 11:18-23）。接着保罗为杜防外邦人的骄傲透露出一个奥秘，那就是等到外邦人的数目添满了，全以色列都要得救（罗 11:26）。

在罗马书十五章 7-13 节里保罗指出了所有基督相处应有的态度：“你们要彼此接纳，如同基督接纳你们一样，使荣耀归于神。……你们外邦人，当与主的百姓一同欢乐……外邦啊！你们当赞美主；万民哪！你们都当颂赞他。”

综上所述，保罗以犹太人与神特有的，通过他们列祖所立的不可改变的约，以及神赐给他们的话语、典章、启示，和神赋予他们传讲救恩的呼召，证明了犹太人特有的身份是不可取代的。是他们把神的话语（圣经）保存下来，并留给了世人；是他们把福音传向了万邦。在新约时代他们这种特有的身份，以及和神立的约仍将继续，因为神是信实的。以色列全家最终的得救将给万民带来无比的祝福。这就是罗马书的主要信息，是保罗写此书的目的。

犹太人的身份和命运是耶稣非常关心的主题。他在世的时候常常用比喻来教导跟随他的人，而犹太人和外邦人的关系常常是他的比喻中的话题。葡萄园的比喻是耶稣讲给那些拒绝他的犹太教长老听的。故事中把葡萄园租给园户的园主比喻上帝，葡萄园比喻上帝的国，去园户那里收租的仆人比喻神的先知，被园户杀死的园主儿子比喻耶稣，那些后来的新租户比喻外邦人。这个故事的含义是，上帝给了犹太人特殊的恩典使他们能够成为祂的选民，拥有祂的律法，然而他们却拒绝上帝的儿子，拒绝祂带来的救恩，其结果是，上帝把救恩赐给外邦人。那么耶稣在这比喻中要传达的信息是犹太人在神的救恩计划中将被外邦人取代吗？决非如此！我们来看看耶稣的另一个比喻就会了解耶稣的意图。浪子回头的故事让我们看到神与犹太人的紧密关系，尽管祂欢迎外邦人进入祂的国。在这个故事中，主人的小儿子（外邦人）的拿着父亲的钱在他乡过着放荡挥霍的生活，在他花尽钱财，走投无路而悔改回到父亲家园的时候，父亲（上帝）欣喜若狂，宰牛设宴欢迎他回家。而主人的长子（犹太人）对此却嫉妒愤恨，他拒绝参加父亲为兄弟准备的家宴，从而表露出了其内心对父亲真正的违抗。父亲对他说：“儿啊！你常和我同在，我一切所有的，都是你的。只是你这个兄弟，是死而复活，失而又得的，所以我们理当欢喜快乐”（路 15:11-32）。在父亲说的这句话里可以看出，神是怎样看待祂和犹太人的关系的：**“你常和我同在，我一切所有的，都是你的。”** 耶稣用葡萄园的比喻提醒犹太人，拒绝神的后果是什么；而在浪子回头的故事中，耶稣通过父亲对长子的一番话透露出上帝对犹太人的真爱，以及跟他们持有的一种特殊

的关系。

耶稣曾经哀叹：“耶路撒冷啊！耶路撒冷！你常杀害先知，又用石头打死那奉差遣到你这里来的人；我多次愿意聚集你的儿女，好像母鸡把小鸡聚集在翅膀底下，只是你们不愿意。……我告诉你们，从今以后，你们不得见我，直等到你们说：‘奉主名来的，是应当称颂的’”（太 23:37-39）。主耶稣没有放弃以色列，当他们最终接受耶稣的时候，他们将再次见到耶稣。复活后的耶稣曾向他的门徒显现，并把传福的大使命交给他们。因着这些门徒借着圣灵的作工，如今上帝的福音已经传遍世界，而最初将福音传出去的这些门徒都是犹太人。

罗马书的目的是维护上帝与犹太人所立的持续不断的约，是强调犹太人在上帝救恩计划中不可取代的地位。从这个新的角度来读罗马书对我们有着十分重要的现实意义。首先，通过上帝对亚伯拉罕和对犹太人的不变的约，我们看到上帝的信实，因此我们可以坚信上帝通过耶稣基督赐给我们的救恩是不会改变的。第二，维护犹太人在上帝救恩计划中不可取代的地位对理解上帝的救恩意义重大。救恩是从他们那里带出来的，我们不可能否认这个根。犹太人曾经，将来仍会在传扬上帝救恩的使命中发挥作用。以色列的得救之时将是全人类普天同庆之日。第三，认识到犹太人在上帝救恩计划中的地位和作用能帮助我们抵制反犹，排犹思潮。从古到今，犹太人遭受的歧视和迫害从未停之过。据报道，这种反犹太情绪和思潮在当今世界范围内成上升之势。为什么这些人如此仇恨犹太人，千方百计地要把他们铲除根呢？答案之一是，他们不要神，完全否认唯一真神

的存在。他们不愿意按照神的话语去生活，而是随着自己的罪恶念头，去放纵堕落的行为，和沦丧的道德。保罗在罗马书中已经把这一切披露的淋漓尽致。然而，犹太人作为上帝的选民，是活生生的，不容忽视的神的证据。有人曾经说过，要想知道是否有上帝吗？看看犹太人就知道了。犹太人随时地提醒全人类，上帝不但存在，而且不断眷顾和祝福祂的子民。看看犹太人在历史上对人类精神，文明，文化，科学，技术，宗教等方面的巨大贡献，人们不得不惊叹上帝的伟大。祂的应许永不改变，祂的慈爱高深莫测。正是因为犹太人与神的这种以约为系的密切关系，使拒绝神的人对他们恨之入骨，要把他们赶尽杀绝为快。

我们基督徒是上帝的子民，是上帝救恩计划中的一部分。我们要为上帝救恩计划的全部实现努力做工。我们要为以色列祝福，要捍卫它，为它祷告。重读罗马书能够帮助我们从新认识以色列，帮助我们站在以色列一边，站在上帝的一边。

参考资料：

大卫·鲍森：新约纵览视频-罗马书

Tucker, Brian. *Reading Romans After Supersessionism* Eugene, OR: Cascade Books, 2018.

IFI 查经小组简报- 2019 夏

CCCC/IFI-中文查经小组同工

亚波罗算什么？保罗算什么？无非是执事，照主所赐给他们各人的，引导你们相信。我栽种了，亚波罗浇灌了，惟有神叫他生长。可见栽种的，算不得什么，浇灌的，也算不得什么；只在那叫他生长的神。栽种的和浇灌的，都是一样，但将来各人要照自己的工夫得自己的赏赐。因为我们是与神同工的；你们是神所耕种的田地，所建造的房屋。(哥林多前书 3:5-9 和合本)

圣灵的果实 – 受洗见证

感谢神的话语和神的带领；让我们 CCCC/IFI 查经小组在神的恩典中走过了四年的天路旅程；感恩的是，这四年来神不断地赐给我们祂所拣选的羊，在我们中间决志，信主，受洗。有在教会受洗，在家里受洗，在以色列的约但河受洗，还有不少在湖里受洗。IFI Rich Mendola 牧师深情地表示，你们这是一个蒙神祝福，多结果子的小组。

新学年度伊始，我们又来到了位于 Sinclair Rd 边上的波士特湖 (Poste Lake) 来见证两位同学的洗礼。波士特湖离我们哥城华人基督教会不到十分钟，是在北边居民闹区中的一个十分幽静的小湖，IFI 的发起人之一的老美弟兄在湖畔拥有一栋房子，他们家也成弟兄姊妹们受洗见证神的最佳地点（冬天除外）。波士特湖是有源泉的活水湖，湖面如镜，清泽碧绿，微风徐徐仿佛圣灵在水面运行。

典礼开始了，Rich Mendola 牧师用通俗易懂的语言向大家教导了洗礼的意义，再次让我们明白了进入水中，再浮出水面这样一个世代代基督徒承传下来的圣礼，就是接受信靠耶稣的宝血，洗去一切罪恶成为圣洁。是表明与主同死、同埋葬、同复活。

接下来两位接受洗礼的汤同学和另一位小女生为我们作了受洗的见证。汤同学来小组查经两年多了，他有着



强烈的求知欲，每次都能提出一大堆问题和自己的见解。思想非常活跃和创新。他相信神，在追求探索的过程中非常努力。我们的小组长华峰会既尖锐又中肯的指向问题的原点：人之罪，我们是社会黑暗的一部分，若将我们脑中的所有想法全部放映出来，每个人都惨不忍睹。即使我们已经信主多年，肉身不能成道，唯有靠道成肉身的耶稣基督方能得救。在查考圣经的过程中，华峰弟兄用图文并茂的方式比较创造论和进化论，内容涉猎广泛，包括系统工程学、生物医学……颠覆他们心中已经建立的无神论世界观生命观。

这是他愿意受洗悔改归主的体会：理由很简单，就是你选择不了你的第一次生命，但你拥有选择第二次的机会，神为你保留了这份自由，为何不去珍惜？最近他非常专心刻苦地准备研究生的入学考试。那一天，当他带着疲惫的身体，做完复习，推开门，眼前一亮，神创造的大好河山美仑美奂展现在他面前，暖流，平安，疲惫似乎无影无踪。他明白了，受洗的时间到了。

另一位小女生则凭借着单纯的信靠。她相信神会带领，那我今天就趁早来跟随主，每个人信主都不一样，一切都是神的恩典。

听完他们的分享，我们都赞叹神的大能。洗礼开始了，Rich Mendola 牧师，陈靖姊妹，和两位同学陆续步入湖中，奉圣父、圣子、圣灵的名受洗，在神、人、天使面前作了美好的见证。众弟兄姊妹朋友们一片欢呼，归荣耀给神！

努力地播种—新生接待

今年我们家接待新生，是这样开始的：七月十一日，IFI 同工同意我们家接待三个人，一个男生和另外一对父女。男生和女生都是来读 OSU 大学本科。我们激情满怀给他们送了第一封欢迎邮件，中英双语，热情洋溢，把我们的联系方式，邮箱，手机，微信给了他们，然后开始忐忑不安的等待，期盼上帝加今年给我们送来祂所拣选的小羊（每年都如此）。

女生很快就给我们回信了，也通过微信成了朋友。年轻人的几个爱称，可爱的竹子，竹子菌，小猫头像，一下子就把我们的距离拉近了。我们女儿特喜欢猫，我们刚从郁郁葱葱的江苏溧阳南山竹海度假回来，对竹子特有好感，经常联系。

男生静悄悄的，过了一个星期来了一封很流利的英文微信：“Hi! Mr. Chen, I’ m XYZ from China. Look-



ing forward to meet you and have wonderful time together in a few weeks”。然后又是几个星期的潜水。临来前几天，突然说我妈妈要和你们联系。看来有点不放心，妈妈要出马了。我们和他妈妈有一个非常温馨的家常式的微话，太太把我们做十多年 IFI 接带家庭的动力和经历和她分享，这是上帝的爱，这也是我们基督徒的使命。也分享了 Columbus 的气候和日用所需。一块石头落地，妈妈放心了。

他们快来了，我们的准备和挑战也开始升华了。一个空巢自由自在的环境现在要住进几个陌生人，还要管吃管住管接送，我们家的一贯目标就是做就要做到最好。我们这个当了爷爷奶奶而且还在全时工作的确实有点力不从心。太太开始了楼上，楼下的清洁卫生，每个住房床铺的换洗，厕所的清洁，做了许多早餐的花卷和包子，买了许多新鲜可口的蔬菜水果。体力上有时的确有点软弱，但神的恩典够用。累了，我们就休息，就祷告，求主加添，分段，分时地完成，他们来之前家里干净，整洁，一切准备就绪，为他们的行程一再祷告。

接机开始了，早上六点二十分的飞机。还挺顺利，只是本来三个人一起来，男生准时到达，父女两转机延误，换成了下午四点多的飞机。太太带着男生去学校注册报到办手续，我在家工作守候，以备急需。下午，我带男生去办了银行开户，接了那对父女回家。他们经历了人生的第一次谢饭祷告，大家的交谈开始融洽而又有信任。

第二天，太太带他们去继续办手续和购买一些生活用品。给了他们许多实用的帮忙。孩子们很聪明，也很愿意和我太太分享他们刚到美国，离开好同学，好朋友的心痛和无名的惆怅孤独。太太从我们自己的经历，基督徒的积极向上态度，指出了他们的发展方向。感谢神，他们真的听进去了！晚上，IFI 小组在我们家聚会，学生们第一次享受这种形式的家庭自助美宴，第一次唱 “Amazing Grace”，第一次参与这么认真而又热烈的有关信仰与人生的讨论，福音的种子，温柔地撒进他们心田。

第三天，正好是主日，他们也很乐意地和我们来教会。这是他们第一次进入教堂做崇拜，弟兄姊妹们的热情接待，博文执事的精彩讲道，给他们留下了美好的印象。下午，带领他们先参观了他们的宿舍，然后又去参加 IFI 的迎新郊游野餐，认识了许多新朋友，还见到了他们的微信群网友.....

分别的时刻到了。太太开着我们家的大车（SUV），后面装满了五个大箱子，缓缓地驶向 OSU 校园。主啊！感谢您，愿意使用我们和我们教会许许多多不配的器皿，为您的福音事工做一些撒种的工作。特别求主保守这些年轻的小羊，早日经受圣灵的浇灌，生命绽开上帝的荣耀！



殷勤地浇灌 - 今年度第一次查经

经历了四年的风风雨雨，送走一批又一批的学生和访学，回佳美团契享受了短暂的暑假娘家待遇。我们 IFI 生命查经小组 2019/2020 年度查经学习又开始扬帆启航了。

神是信实的。当我们的核心学生同工毕业找到工作离开，我们的年轻弟兄换组了，我们在挣扎，我们在祈求，主啊！求您赐下年青的工人来到我们中间，来帮助我们架起与年轻人沟通的桥梁。紫莹弟兄主动提出他要做我们的年轻人同工，感谢神！在 IFI ISEED 实习的郭晟弟兄也来参加我们组传福音，感谢神！赐给了我们兵强马壮的传福音同工团队！

新学年度的第一次查经，我们信心真有些不足。今年在 IFI 网上报名需要接机和短期住宿的中国学生比往年的少一半多。去参加 IFI 野餐郊游的人数也少了很多。感谢神，第一次有十四人参加，还有两位医生因手术未完来不了。陈靖和华峰他们组也有十多个人，屋里满满的，

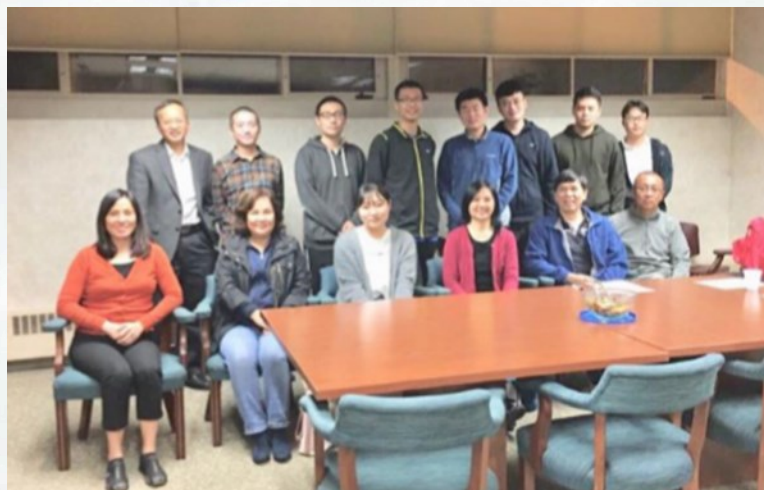
这次是王国梁弟兄带领我们查经。首先让大家分享暑假的印象深刻的经历：上帝创造的美好山河奇观，国内学车的坎坷，出国留学一半的行李装了功夫茶具和茶叶（老妈的用心良苦）。突然发现有 4, 5 个学生都是从广州开发区的中学来的，哇，太亲近了。国梁弟兄严肃又神秘地问大家一个问题：“大理石的名字从哪里得来的？”看着大家面面相觑，国梁弟兄自豪地揭开谜底：“来自云南大理，这是我们这次去云南度假才学习到的”。顿时全场哄堂大笑，以为有更高深的奥秘。

接着我们讨论了圣经的基本知识：圣经都是神所默示的（提后 3：16）。不是作者们灵感的创作。圣经是由旧约三十九卷和新约二十七卷组合成的，是由四十几位作者经过一千六百年的时间写成的。作者有君王大卫，政治家但以理，祭司以斯拉，哲学家摩西，法律家保罗，也有牧羊人阿摩司，又有税吏马太，也有渔夫彼得、约翰，还有医生路加，还有先知以赛亚、耶利米等类人物。

圣经回答了人从哪里来？人在世界上生活，有什么目的？人过了今世后，要到哪里去？，

圣经如何于教训，督责，使人归正，教导人学义。使我们生活更丰盛，更有目的，有永生的盼望.....

虽然大家热烈讨论，意犹未尽。散去的时间到了，神的话语还在我们的心中荡漾，祂将伴随我们平安的脚步，嵌入我们甜美的梦，生根，发芽，成长。感谢神！



健康生活

科学家研究发现：忧郁和压力改变人类基因

一项来自罗马尼亚孤儿院的长期研究表明人类在儿童期承受的压力可随着他们的成长在 DNA 中体现出来。

今天发表在《Molecular Psychiatry》杂志上的一篇文章中，研究人员称他们发现相比于得到正常照顾的儿童，那些在孤儿院度过童年的罗马尼亚儿童的端粒较短。众所周知，在我们的染色体上有一个帽子，它的名字叫端粒（telomere）。

端粒是染色体末端的 DNA 重复序列，能够保持染色体的完整性。细胞每分裂一次，端粒就短一点。在自然老化的过程中，端粒最终会变得特别短，以至细胞不再能分裂，那时它们就死了。当越来越多的细胞走到端粒终点并死亡时，就导致了衰老的一系列特征，如：肌肉强度变弱、皮肤产生皱纹、视力和听力减退、器官功能变差、思考能力减退等。另外，一旦端粒消耗殆尽，染色体则易于突变而导致动脉硬化和某些癌症。人体细胞中存在端粒酶，它的作用是可以帮助修复端粒，延缓衰老过程。在通常情况下，端粒酶会随着年龄的增加而自然下降。

此外，研究证实压力也可引起端粒缩短从而导致例如糖尿病、老年性痴呆症等多种疾病发生。

这项研究是由美国科研人员 2000 年在布加勒斯特（罗马尼亚首都）启动的一个早期干预研究项目的一部分，旨在比较在压力环境下成长的孤儿与收养的儿童

（他们能获得更好的个人关注及高质量的照顾）在健康和发育上的差异。

在研究开始之初，孤儿院在罗马尼亚非常的普遍，收养制度是当时为这一研究项目而特别建立的。这项研究集中追踪了年龄在 6-30 个月的 136 名罗马尼亚孤儿，他们被随机分配到收养家庭中。其余的孤儿仍旧生活在孤儿院。

当这些孩子成长至 6 岁到 10 岁时，研究人员获取了他们的 DNA 样本，并测量了他们端粒的长度。他们发现在孤儿院度过童年时间越长的儿童端粒长度越短。

“这表明公共机构的照顾可在分子水平上对儿童造成影响，”研究的负责人之一、美国杜兰大学临床心理学家 Stacy Drury 说。

过去曾有一些研究发现在童年经历过心理压力的成人端粒长度缩短，针对儿童开展端粒生物学研究仍是一个新兴的领域。研究小组称这一研究表明，如果能将公共机构照顾的孩子们转至正常的家庭环境中，将从多方面改善他们的健康。

“压力本身是很难界定的。这些研究数据告诉我们端粒长度或许可作为我们称之为负面经历累积的一个基本生物标记。”Drury 说。近年来大量研究显示心理压力能够影响成人细胞中端粒的长度，加速衰老。这篇研究论文的主要研究群体虽指局限于罗马尼亚的孤儿，却



再次印证了心理压力对于儿童的端粒也能产生不利的影响。

在不久前，美籍华裔教授蔡美儿出版了一本叫做《虎妈战歌》的书籍，在书中她详述了她如何以独特的“中国式教育”方法在高压环境下培育她的女儿，轰动了美国教育界，并引起了美国关于中美教育方法的大讨论。著名钢琴家朗朗据说也是在父亲的逼迫及严厉责罚下练习钢琴的。如今在中国，亦有不少的家庭中父母“望子成龙”或“望女成凤”，而采用高压管制的方法督促子女学习。看到这样的研究数据，父母们是否也会由此及彼做出一些反思呢？或者能有更好的方法让孩子们在没有压力或相对较小的压力下愉悦地学习，并保障他们健康的成长。

压力使端粒变短加速

加州大学旧金山分校精神病医师埃利萨·埃普尔领导的科学小组对 39 名年龄在 20 至 50 岁之间的妇女进行了研究，这些妇女多年来一直生活在压力中，因为她们都在照顾患有严重慢性病的孩子，如孤独症、脑瘫等疾病，其他 19 名女性的情况与上述 39 名女性差不多，只是她们的孩子身体健康。

研究人员发现，这 39 名女性的细胞端粒明显短于普通人，其中 14 位精神压力较大的母亲，染色体端粒平均长度为 3100 个单位，比起普通人少了 550 个单位。一般来说，成年人染色体的端粒每年减少 31 至 63 个单位，据此估算，压力较大的母亲比普通人早衰 9 至 17 年。此外，长期精神压力加速了端粒的变短过程。

经过这项妇女压力测试，研究人员认为，连续的压

力可以促使细胞内的基因端粒枯萎、生命缩短，端粒酶水平降低，并加速身体状况的恶化。

尽管这项实验结果还有待于其他科学实验的佐证，但其他科学家们都表示这一结果在破译精神与身体的复杂联系中迈出了前所未有的第一步。斯坦福大学的罗伯特·萨波斯基说：“这是一次真正的划时代的研究”、“一次各学科间的伟大研究”。

自我“加压”更易早衰

研究人员发现，人们自我判定精神压力大小也是影响端粒的关键因素。一个妇女越是认为自己的压力大，她的实际情况也就越坏。与那些自认为压力很小的妇女相比，自认为压力很大的妇女的端粒情况相当于自己的年龄增加 10 岁以上时的情况。

研究人员还对血浆里白细胞中端粒和端粒酶的情况进行了研究。结果发现，仅仅早衰的白细胞就可以使人们患上各种疾病，因为白细胞是人体免疫系统的一个重要组成部分。埃普尔说，这一结果可能对其他细胞也适用。

学会减压很重要

埃普尔说：“医生可以用端粒长度和端粒酶水平来判定人的健康情况，过低的端粒酶和过短的端粒都是对人体健康状况的警示。”埃普尔还说：“这项研究结果强调了处理生活压力的重要性，如果你感到压力，就应该认真对待，让自己的身体休息，改变生活方式，使自己生活得更幸福。”埃普尔建议，如果一个人麻烦缠身，压力很大，医生就应该建议他静思、做瑜伽或其他减压运动。

禱告事項

沈秀成/李重敏

佳美 每月禱告會

雅歌組帶領

1. 为佳美成为祷告的佳美而祷告：感谢主赐祷告权柄，求圣灵做工，让更多的兄弟姐妹灵里兴起，把感谢赞美和祈求带到主恩宝座前。
2. 为佳美的同工及新同工祷告：求主与新老同工同在，一起事奉神。求圣灵感动带领同工们在服事中被造就和造就他人。
3. 为余牧师退休及教会寻找新的牧者祷告：求主看顾引领余牧

师和师母前面的路，愿主继续使用余牧师为神做工，在世界作盐作光。求主预备新的牧者来牧养教会，带领教会行在神的旨意里面，愿主的名得荣耀。

4. 为川普和现任政府, 及我們所住的俄亥俄州立法者和政府祷告。求神赐众公仆顺服的心，在各样的事上行公义、好怜悯，存谦卑的心与神同行。

5. 为今年入大学的青年学生祷告，全林的女儿、省明的女儿、志伟的女儿、兰春的女儿、李晓的儿子、雪峰的儿子、王琳的双胞胎儿子、汉伍的儿子，秀成的儿子 John 和黄伯伯的孙子安迪，求主带领他们在学校里找到查经团契, 凡事求告主, 亲近主, 顺服主。

6. 为七月份的台湾短宣队祷告，求主亲自预备、呼召、和带领，把福音传给更多的人。

7. 继续为我们在病痛中的，身体软弱，心中有忧愁的兄弟姐妹和慕道友祷告。为王青清的父母亲、孙进的母亲，陈明章母亲、余颖惠的哥哥、刘正文弟兄、诺熙姐妹、廖格姐妹、吴深川弟兄、张鸣弟兄、马牧野弟兄、金茂宁弟兄、吴博彦弟兄祷告。在生活上有困难的兄弟姐妹和慕道友，也求神的怜悯，照著他們的需要賜下供应，安慰与平安。求神继续使用他们，为主做见证荣耀主名。

8. 求主保守暑期要出門旅行的弟兄姐妹旅途平安，所到之處都能夠成為主恩典的見證。為佳美團契暑期每週五晚的兒童事工服事禱告，求神賜我們滿有愛心，耐心，及智慧來帶領兒童高高興興的認識主，在主裏成長。

禱告事項

沈秀成/李重敏

佳美 每月禱告會

守望帶領

1. 为佳美成为祷告的佳美而祷告：感谢主赐祷告权柄，求圣灵做工，让更多的兄弟姐妹灵里兴起，把感谢赞美和祈求带到主恩宝座前。
2. 为佳美的同工及新同工祷告：求主与新老同工同在，一起事奉，一起發光。求圣灵感动带领同工们在服事中被造就和造就他人。
3. 为教会寻找神的帶領祷告：求主看顾引领余牧师全家前面的脚步，求主预备新的牧者，求主带领教会行在神的旨意里面，愿主的名得荣耀。
4. 为川普和现任政府，及我們所住的俄亥俄州立法者和政府祷告：求神赐众公仆顺服的心，在各样的事上行公义、好怜悯，存谦卑的心与神同行。
5. 为今年入大学的青年学生祷告：全林的女儿、省明的女儿、志伟的女儿、兰春的女儿、李晓的儿子、雪峰的儿子、王琳的双胞胎儿子、汉伍的儿子，秀成的儿子 John 和黄伯伯的孙子安迪，求主带领他们在学校里找到查经团契，凡事求告主，親近主，順服主。
6. 为 9/2 佳美秋遊祷告；這是一個寶貴的福音窗口、求主亲自预备、呼召、和带领，把福音传给更多的人。
7. 继续为我们在病痛中的，身体软弱，心中有忧愁的兄弟姐妹和慕道友祷告；邱敏姊妹、溫平的母親、王青清的父母親、孙进的母亲，陈明章母亲、余穎惠的哥哥、刘正文弟兄、诺熙姐妹、廖格姐妹、吴深川弟兄、张鸣弟兄、马牧野弟兄、金茂宁弟兄。在生活上困难的兄弟姐妹和慕道友，也求神的怜悯，照著他們的需要賜下供应，安慰与平安。求神继续使用他们，为主做见证荣耀主名。
8. 求主保守“出門”的弟兄姐妹旅途平安，所到之處都能夠成為主恩典的見證。
9. 為佳美下年度查經祷告；我們要查考使徒行傳，在主裏長大成人。

佳美月刊征稿通知

[... 傳福音，報好消息的人，他們的腳蹤何等佳美 ...]

佳美月刊编辑组诚恳邀请弟兄姐妹们、慕道友、以及朋友们积极使用并开垦这块属灵的园地，期盼佳美月刊能够成为弟兄姐妹之间心灵交流、共鸣、以及互通资讯的管道。同时也能够成为神大大祝福的器皿，并在这末世宣扬福音，造就信徒。愿佳美月刊的事工能蒙 神大大的喜悦，也愿 神祝福祂的话语，赐福与在这块园地辛勤耕耘的弟兄姐妹们。

佳美月刊广泛的接受任何形式的来稿，包括散文、诗歌、图画、摄影，以及美食谱，稿件内容包括（并不局限于）：

1. 个人见证、读经心得、属灵体会、一切勉励并造就人的话语
2. 团契小组的集体见证、分享，以及鼓励的话语
3. 团契福音事工见证
4. 特邀稿件、采访、录音，及译文

哥城華人基督教會 Columbus Chinese Christian Church

4141 Maize Road, Columbus, Ohio 43224

Phone: (614)715-2212 Fax: (614)263-9298 www.columbusccc.org

佳美團契

團契主席：吳博彥 / 團契副主席：溫平 / 月刊主編：孫荔萍 / 月刊副主編：肖晴
本期責任編輯：南守彥 / 版面設計：青橄欖 / 編輯：南守彥、庄液、顧崢嶸、李方莹、馬娜、肖晴