

十
佳
美
月
刊
十

主後二零一三年四月刊

目錄

本月金句

耶利米書 29:12-13

你們要呼求我，禱告我，
我就應允你們。你們尋求
我，若專心尋求我，就必
尋見。



- 03 四月團契活動日程 / 马德刚
- 03 感恩称谢 / 张鸣
- 06 失而復得、見證神能/ 吳錫安
- 08 伤愈感恩 / 丁伦汉
- 09 健康专栏 / 张鸣 供稿
- 11 禱告事項 / 孙荔萍
- 13 佳美月刊徵稿通知

布道部快讯 - 孙晓春/白雪峰

感谢我们慈爱的神，在今年的华语布道会上，共有51位弟兄姊妹加入到神国的大家庭（有些可能是多次决志）。让我们竭力为他们祷告，求神亲自引领。

的雪正融融消化，水珠从松针滴下，偶尔，几棵调皮的小草已迫不及待地把脸从雪中伸出。我脑海里不禁响起了前几天弟兄姐妹送我的 [《云上太阳》](#) 这首歌

無論是住在美麗的高山，或是躺臥在陰暗的幽谷；

當你抬起頭，你將會發現，主已為你我而預備。

雲上太陽，它總不改變，雖然小雨灑在臉上，

雲上太陽，它總不改變，哈！它不改變。

When you soar on high in the sunny sky

or walk through the valley far below the sky

Wherever you are you will see the sun

God prepared it for you and me.

High above the cloud, the sun stays the same.

Tearful raindrops will be dried away

High above the cloud,

the sun stays the same

Ah it stays the same.

愿你也喜欢这首歌：<https://www.youtube.com/watch?v=4639KXolik4>

有人在为我祷告

写于 Mar 14, 2013 10:01PM

今天读到传劬姐妹的留言—[有人在为你祷告](#)，很有感触。是的，每个主日下午都有许多弟兄姐妹留下为我祷告，每次团契或小组的聚会都为我祷告，佳美组成了祷告链，每天、每一餐都有弟兄姐妹为我禁食祷告；不仅我们佳美的弟兄姐妹在为我祷告，心心姐妹团契在为我祷告，雅歌团契、活泉团契在为我祷告；不仅团契在为我祷告，教会每次崇拜都提请会众记得为我祷告，我遇到的每一位弟兄姐妹都说在恳切地为我祷告；不仅我们哥城华人基督教会在我祷告，我知道有加州的教会、德州的教会、华盛顿的教会... 在为我祷告；不仅华人教会在为我祷告，我同事的教会、我的客户的教会、我以前的同事的祷告小组都将我放在了他们的祷告事项之中；不仅美国的教会在为我祷告，加拿大和香港也有教会在为我祷告；不仅基督徒在为我祷告，我的许多非基督徒朋友和同学们也在为我祈祷... ..

当你在苦难中，当你在忧愁时，当你在惧怕下，知道“有人在为我祷告”是何等的令人欣慰和难能可贵！因为我们明明白白、清清楚楚，和确实实地知道，我们的神是信实的神，是爱我们的天父，是为我们舍命的救主。我们的祷告祂必倾听。我们祷告的时候，圣灵也在用无声叹息与我们一同祈求，主耶稣也在父的右边为我们求告！



所以，我不是寂寞孤单的，我不再疲倦失意，我没有失望崩溃，我不会惶恐惊怕，我不在孤军奋战……因为我知道，此时此刻，在我身边，在我周围，在近处，在远方，有人在为我祷告！

我的“信、望、爱”

写于 Mar 30, 2013 9:49PM

罗马书 5:1 我们既因信称义，就藉着我们的主耶稣基督得与神相和。5:2 我们又藉着他，因信得进入现在所站的这恩典中，并且欢欢喜喜盼望神的荣耀。5:3 不但如此，就是在患难中也是欢欢喜喜的。因为知道患难生忍耐，5:4 忍耐生老练，老练生盼望；5:5 盼望不至于羞耻。因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。

昨天早上看到陈亮为我准备的“每日亮光”，谈到我们基督徒的“信、望、爱”三要素，这也是我这些天来常常思考的体验的。得绝症以来，我没有表现出一般常见的恐惧、沮丧、不解、和埋怨等，许多亲友会说我很勇敢和了不起。其实我知道，我和常人一样渴望和热爱生活，我或许更留恋对我一直百般依靠的妻子儿女，我也害怕病痛折磨。但我确实没有恐惧、沮丧、不解、和埋怨。我更清楚地知道，这不是因为我那天生俱来的乐观，或大大咧咧性情。说到了头，要是死亡就是终结、消失、黑暗、和什么都没有了的话，那你我确实实是应该对死亡大大地恐惧和害怕的。不仅应该对死亡害怕，对于活着的意义，也应该很好地思索和质疑一番。其实，我在青少年时期就开始常常想到死和生的问题，结果常常是不解、沮丧、和恐惧。

我之所以表现得那样，是因为我们基督徒的“信、望、爱”。我们应该知道死亡不是终结和消失，只是我们在旅途上的一道门，推开了那门，等待我们的是与主相会和美好无比的永生。我们的勇气和胆识来自这样的盼望，我们的盼望根植于我们对“未见之实”的信心，我们的盼望和信心一次又一次地被神的大爱证明。

以前，我对“信、望、爱”的认识是在理性的层面上的推理：因信—>称义—>得盼望—>传播爱。现在遇到灾难的时候，我对“信、望、爱”增加了感性的认知：切身且真实地体会到“信、望、爱”是相互效力的。从兄弟姐妹和亲友的关爱中，我感受到了神的大爱，从而更加坚定了我对永生和得神荣耀的盼望，这种有确据的盼望，大大地增加和巩固了我对神的应许的信心。可以说，以前，我是《罗马书》的读者，因道理懂得“信、望、爱”，现在，我更接近《罗马书》的作者（使徒保罗），真实地感受到了“信、望、爱”。

“信、望、爱”都是神从造我们的一开始就注入我们的心中的，随着我们的得救和灵命的成长，愈加得以彰显。感谢神！

今天晚上参加了团契小组的家庭聚会，大家都说我看上去很好，吃的很好，谈的很好。感谢神！



失而復得、見證神能

吳錫安

前几个礼拜，我有一个十分奇特的經歷，神通過一件失而復得的過程，讓我再次經歷祂的信實以及禱告的大能。

3月16日（星期六）中午12点半左右，我準備上教會參加劉牧師的箴言講座，走到了車庫，突然聽到家裡有電話響聲，我急着接電話，就把聖經往車後艙上一放，進了屋裡接電話，想等出來後再將聖經放在車裡。沒想到接了電話，拖了點時間，出來後把聖經的事全忘了，開了車就上了路。到了教會看不見聖經，心裡正想怎麼一回事，回頭仔細想想，糟糕！聖經放在車後艙上，沒拿進車裡，一定掉在家裡附近的路上！

回到家，把家裡附近的路都找遍了，接下來的幾天，每天都在找，期待奇蹟出現，希望撿到我的聖經的人能把它放回原處，或路旁、或我家信箱、或我家門口，然而心中很清楚這些機率大概不大，因為是本中文聖經，上頭沒寫地址、電話等，而且撿到的人大概也不知道它是何種文字。這本平裝本聖經雖價值不大，卻是我多年來使用的聖經，上面記滿了我的靈修心得及查經資料，可說是我生命中很重要的一部分，我對自己的不小心非常的懊惱、沮喪！

我向神禱告，求祂幫助我找回這本聖經，我不知道神會用何種方式來幫助我，但我知道祂是奇妙的神，祂垂聽祂子女的禱告。雖然機會看來很渺茫，然而我心中仍有些許盼望。

隔週星期五在厚宏弟兄家查經，我分享了丟掉聖經的這件事，以及心中的沮喪，厚宏弟兄聽後鼓勵我要禱告，說神會幫我找到的。我心裡想着，我已經禱告好幾天了，也沒見奇蹟發生，好像這件事已成定局，必須接受這個事實了！

查經之後的隔天，3月23日星期六，也就是過了整整一個禮拜，我和雪如出去吃午餐，大約在中午12点半左右回家，在家附近的轉彎處，我遠遠就看見我的聖經在路的正中央，我對雪如說：我的聖經回來了，她不敢相信，以為我在開玩笑。我把車一停，從地上撿起那本我心愛的聖經，一切完好如初，沒被車碾過，沒有受到雨雪的侵蝕（那週天氣很不好），也沒被塗鴉或破壞，好像有人刻意地為我保存了一個禮拜，在同一時間、同一地點放回原處，讓我能順利地找回我的聖經。



回到家裡，我們都不敢相信所發生的事，除了感恩之外，有一件事是必須立刻做的，就是打電話給昨晚聽我敘述丟掉聖經過程的弟兄姐妹，告訴大家我的聖經已奇妙地被找回，訴說神的奇妙，也見證禱告的大能。

仔細分析這事的過程，若不是神奇妙的作為，絕對不會有如此完滿的結果，不但讓我的聖經失而復得，藉此堅固了我的信心，也讓聽見的人能一同見證神的大能。試想這本聖經被找回的機會實在微乎其微，第一，撿到的人可能有意或無意地將他丟掉，或放在那裡忘記了。第二，要撿到的人在同一時間、地點將它放回原處，若不是神的感動或催逼，也是不可能的。第三，放回原處後，若我們不是第一部車經過那裡，聖經可能又被撿走了。第四，若我們沒有外出，并在同一時刻回家，也是無濟於事。。。這一步步都有神的安排、看顧及保守，讓我們不得不讚嘆祂的偉大，祂是不誤事的神，因祂保守我們所交托祂的！

從找回聖經的這件事上讓我們深深體會在神沒有大事、小事、或難成的事，因為萬物都是祂創造的，祂是掌管天地的主。祂要我們學習凡事交託給祂，相信祂會為我們預備最好的。神也藉着神蹟奇事來見證我們所傳的道、所做的工，正如使徒行傳中所記載的“主藉他們的手，施行神蹟奇事，證明他的恩道”（使14：3）。

願藉此短文，見證神的大能，也與正在病痛或苦難中的弟兄姐妹共勉。“應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安必在基督耶穌裏保守你們的心懷意念”（腓4：6-7）。

寫於 2013年4月1日



伤愈感恩

丁伦汉

去年感恩节前几天，我在练习拉伸操可能用力过猛，导致脊椎下部拉伤，后来的核磁共振图像显示脊椎下部韧带带有轻微撕裂。当天感觉到下腰部位十分疼痛，以致晚上都不能睡觉。第二天疼痛延伸至右臀，大腿，乃至脚面和脚趾头，走路和睡觉都有苦难。如果站立或走路时间稍微长一些疼痛就会加重，只有坐在椅子上才有所缓解。当时只知道可能与练习拉伸操有关，并不知道是何具体原因，心里难免有些着急，不由自主地向我们的神祷告祈求。神用[彼前5:7](#)对我说话：“你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们”。想到我们的天父自会看顾，心里就宽慰许多。

果然不久我就遇到一位有经验的老弟兄，他仔细了解完症状后判断为坐骨神经痛，并说需要很长一段时间恢复。我回家上网一查，所有症状的确与坐骨神经痛疼极其吻合。佳美团契陈靖姊妹也帮忙安排了核磁共振图像检查，详细介绍了康复注意事项并帮助分析病因。现在看来我的坐骨神经痛显然是由于韧带撕裂导致韧带周围肿胀压迫到坐骨神经所致。

为了早日康复，我坚持每天去OSU的RPAC做桑拿。我也开始在网上找一些康复疗法，希望趁着年终节假日较多尽快恢复。不久我就找到了两种康复体操，感觉两个都不错，不好取舍。这时神启示的光辉又一次为我点亮。有一天我正在桑拿室休息，来了一位年长的美国白人，坐下不久就开始动起来。仔细一看，他正在练习我平常所练习的一种健腰操。再一打听，他是向一位去过台湾的美国传教士学的。他的太太现在还经常在自家的地下室开设健腰体操班。我立即意识到神分明是在向我启示应该选择何种康复体操。此后我坚持一边桑拿一边练康复操，在受伤后一个月时已经基本恢复。

感谢神在我伤愈过程中让我亲自经历到他的带领和同在。





健康專欄

海参漫谈

张鸣 供稿

[以下是张鸣版本的海参漫谈，供弟兄姐妹们参考]

化疗以来许多朋友都告诉我，海参对于保持体力有一定的作用。其中一个可能的原因是化疗是会同时杀死许多“好的”细胞，如白血球和红血球等等。大部分食疗或补品对于提高白血球都没有什么作用，但海参似乎有点作用，而且要常吃多吃。

可是海参的价值匪浅，近年来更是价格日益攀高，常吃多吃并非易事一桩。教会的弟兄姐妹和亲友们送了一些，可救燃眉之急。要打持久战，还得找到长期稳定的货源。跟上海的家里一说，老妈赶紧到著名中药房“雷允上”买了两支托人带来。打电话来说：儿啊，此物甚贵，每次吃几克（几片）即可。我答曰，娘啊，儿现在每天吃两、三条海参，照此吃法，人未亡，家已空矣！后来发现，同样的海参，南货店比中药房便宜许多；许多品种的海参，海外比国内更加便宜。

说到海参的品种，以前以为海参是中国特产，现在才醒悟，有海就有海参。除了常见的中国的沙参和刺参以外，近来还有北美东西两岸的海参上市，而且相貌、价格、和口感大有差别。加拿大东海岸产的北极海参长相可怕，但价钱最低，约\$40~50一磅（425克），其次是北美西海岸墨西哥黑刺和温哥华的红刺，约\$140-180一磅。国内来的沙参和刺参就不谈了。

泡发海参可是一件耗时的细活儿，买了各样的海参后跃跃欲试，上网一查，有煮法、泡法、浸法……种种千万。心想慢工出细活，就挑了一种最耗时的：冷水先泡两天，再热水焖，再用冰水浸两天。功夫不负有心人，居然一炮打红，屡试屡爽，无一例外。

我们搞科学的是要看结果滴，说了老半天，关键还是在于口感和营养价值如何！沙参确实发不大，口感也难以掌握，不是太软就是太硬；刺参可以发得大一些，口感也滑而不腻；北美海参则一发而不可收也，肉质肥美，有照片为证（见下页）。至于营养价值，就看你信谁了。沙参卖家称其价廉物美；北美参店说它的肉质肥美；北极参网站强调其野生于纯净冷水之中；刺参，特别是辽刺（大连产？），那可是给皇帝吃的。最后查了一下百科全书：所有的海参，营养价值都是一样滴！

附：海参知识介绍

海参又名刺参、海鼠、海瓜，是一种名贵海产动物，因补益作用类似人参而得名。海参肉质软嫩，营养丰富，是典型的高蛋白、低脂肪食物，滋味腴美，是久负盛名的名饌佳肴，与燕窝、鲍鱼、鱼翅齐名。

海参体呈圆柱形，口在前端，口周围有触手，肛门在后端。海参的生长区域很广阔，遍布世界各海洋。我国所产的海参中以刺参、乌参、乌元参、梅花参等经济价值较高。

◆ 海参营养分析:

1. 海参含胆固醇低, 脂肪含量相对少, 是典型的高蛋白、低脂肪、低胆固醇食物, 对高血压、冠心病、肝炎等病人及老年人堪称食疗佳品, 常食对治病强身很有益处;
2. 海参含有硫酸软骨素, 有助于人体生长发育, 能够延缓肌肉衰老, 增强机体的免疫力;
3. 海参微量元素钒的含量居各种食物之首, 可以参与血液中铁的输送, 增强造血功能;
4. 最近美国的研究学者从海参中萃取出一种特殊物质—海参毒素, 这种化合物能够有效抑制多种霉菌及某些人类癌细胞的生长和转移;
5. 食用海参对再生障碍性贫血、糖尿病、胃溃疡等均有良效。

◆ 海参适合人群:

一般人群都能食用。

1. 适宜虚劳羸弱, 气血不足, 营养不良, 病后产后体虚之人食用; 适宜肾阳不足, 小便频数之人食用; 适宜高血压病, 高脂血症, 冠心病, 动脉硬化之人食用; 适宜癌症病人及放疗、化疗、手术后食用; 适宜肝炎, 肾炎, 糖尿病患者及肝硬化腹水和神经衰弱者食用; 适宜血友病患者及易于出血之人食用; 适宜年老体弱者食用;
2. 患急性肠炎、菌痢、感冒、咳痰、气喘及大便溏薄、出血兼有瘀滞及湿邪阻滞的患者忌食。

◆ 海参食疗作用:

海参味甘咸、性温, 入心、肾、脾、肺经;

具有滋阴补肾、壮阳益精、养心润燥、补血、治溃疡等作用。

◆ 海参食物相克:

海参不宜与甘草、醋同食。



禱告事項

孙荔萍

耶利米書29:12-13 你們要呼求我，禱告我，我就應允你們。你們尋求我，若專心尋求我，就必尋見。

罗马书1: 16 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。

I. 为4/19-21佈道會禱告。

- 1) 为讲員劉志雄長老禱告。求主保守他平安地來到哥城並帶給我們屬天的信息。
- 2) 求主预备慕道友的心。让福音的种子能在他们的心里扎根，并接受耶稣基督为他们的救主。
- 3) 求主堅固，保守同工們的身、心、靈，賜他們從主而來、合一的心。
- 4) 为佈道會中宣傳，兒童事工，聖樂，陪談員等各項事工禱告。

II. 为余牧师及余师母安息年休假代禱，愿神保守看顾他们的行程及事奉。

余牧师安息年休假有3个计划安排

短宣（中国，新加坡，马来西亚，越南，缅甸，柬埔寨等）

探亲

写作

III. 为佳美事工禱告

求神感动弟兄姐妹殷勤地为佳美团契新的一年各项事工（心心事工，標竿事工，关怀事工，禱告事工，长程规划，佳美月刊事工等等）以及各个小组禱告。使佳美团契在主的真道上扎根，更爱神、爱人，与神建立亲密的关系，结出美好的圣灵和福音的果子。

IV. 为張鳴弟兄禱告。

- 1) 求神给張鳴安慰和力量，继续加添给張鳴依靠神的信心；
- 2) 恳求神的慈愛憐憫和醫治的大能覆蔽治療過程，全然醫治張鳴弟兄。
- 3) 愿神榮耀的同在安慰，扶持張鳴弟兄和全家。

V. 为团契中身体软弱的肢体及弟兄姐妹的年迈父母代禱：

顾一凡、马德刚、沈儒龙、张其水，刘红燕、李华夏、张敏，孙晓春，张鳴等弟兄姐妹的身体和郭小黎，孙荔萍、南守彦、蔡丽明，张健朝的母亲及古劲竹姐妹的婆婆及沈秀成、余爱华、谢红、白雪峰、龚琳娟，何惠玲等弟兄姐妹们的父亲的身体健康，求主施恩、怜悯、医治他们身体上的疾病和苦痛，并让他们亲身经历主恩典的作为，信靠、顺服走在主所引领的道路上。



VI) 请继续为找工作的杨昆云、王维维代祷：求主开路并赐下机会，使他/她们能尽快地找到合适的工作。为陈文琴前面的方向及过度代祷。为孙馥兰儿子的餐馆顺利开张代祷。

VII. 为佳美下一代祷告：求神使我们成为祷告的父母，放手把孩子交在神的手中，让孩子成为合神心意的人。

- 1) 继续为马德刚的儿子牧野的身体康健代祷：求主的恩典与怜悯临到牧野及德刚的全家，医治牧野的身体、安慰他们的心灵，使他们有信心、有在基督耶稣里的无限盼望，使他们在平安喜乐中，让身体与心灵有稳定的成长。并为神在这个家庭里所赐予的一切恩典，献上感恩。
- 2) 为团契的父母们祷告：求神怜悯我们做父母的，使我们对神有敬畏的心，学习接纳自己和孩子在各方面的软弱，并赐下智慧、耐心和爱心，知道怎样教养神所赐给我们的产业，使每个孩子知道敬畏主，使我们和孩子一生都能行在神所喜悦的道路上。
- 3) 为团契中的孩子及其父母祷告：愿我们的下一代在主爱中，身心灵得蒙保守，健康快乐的成长：求主眷顾那些出门在外求学的游子们，保守他们在生活中的平安，赐下智慧和能力使他们学习独立、懂得照顾自己，而不让父母担心。求主怜悯做父母亲对儿女在外求学及生活各方面的挂心，帮助父母们将孩子无论是在外或是身边的，学习藉着祷告将重担卸给神，因我们的神是垂听我们祷告并顾念我们的神。



佳美月刊徵稿通知

[… 傳福音, 報好消息的人, 他們的腳蹤何等佳美 …]

本年度佳美月刊編輯組誠懇邀請教會弟兄姐妹們, 慕道友及朋友們積極使用并開墾這塊屬靈的園地。祈盼佳美月刊能成為弟兄姐妹之間心靈交流、共鳴及互通資訊的管道。同時也能成為神大大祝福的器皿, 并在這末世宣揚福音, 造就信徒。願佳美月刊的事工能蒙神大大的喜悅, 也願神祝福他的話語, 施福與在這塊園地辛勤耕耘的弟兄姐妹們。佳美月刊廣泛地接受任何形式的來稿, 包括散文, 詩歌, 圖畫, 攝影及美食譜。稿件內容包括(并不局限於):

1. 個人見證, 讀經心得, 屬靈體會, 以及一切勉勵并造就人的話語等等。
2. 團契小組的集體見證, 分享及鼓勵話語等等。
3. 特邀稿件, 採訪, 錄音, 及譯文等等。
4. 團契福音事工上的見證等等。



團契主席: 馬德剛 團契副主席: 曹寶鵬
 月刊主編: 張凱 月刊副主編: 劉金清 本期責任編輯: 庄液
 編輯: 錢傳劬 南守彥 谷勁竹 庄液
 記者: 李方瑩 林茵 姜輝
 版面設計: 張凱 支柏陽

哥城華人基督教會
 4141 Maize Road, Columbus, Ohio 43224
 Phone: (614)263—9287
 Fax: (614)263—9298
www.columbusccc.org/ccc_fellowship/gff/home.htm

讓基督來照亮您的生命
 請您加入佳美團契

