



主後二零一三年十二月刊

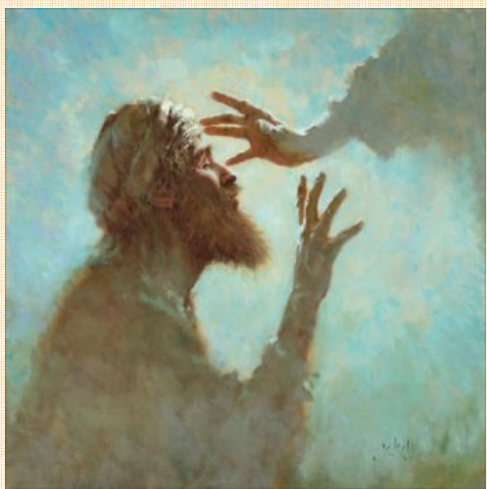
十
佳
美
月
刊
十

目錄

本月金句

腓立比書 四章17節

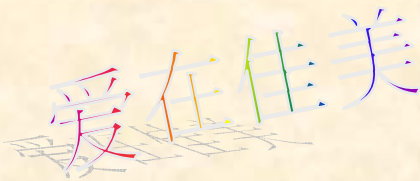
我並不求甚麼餽送，所求的
就是你們的果子漸漸增多，
歸在你們的賬上。



- 03 十二月團契活動日程 / 曹宝鹏
- 03 憑信挑旺恩賜事奉主 / 孫馥蘭
- 05 永远跟随主 / 王维峰
- 06 我的信主就是一个神迹 / 徐俊
- 07 不再恐惧和不安 / 赵维艳
- 08 愿意跟随主的脚步行 / 黄桂兰
- 09 更有盼望、更有喜乐 / 汪觉非
- 10 来美两年 神恩满满 / 陈虎
- 13 不冷不热基督徒的15个特征 / 钱传劬 选编
- 14 健康专栏 / 温平 供稿
- 16 禱告事項 / 马德刚
- 17 佳美月刊徵稿通知

十二月團契活動日程

| 时间 | 活动 | 领诗 | 点心 | | 备注 | |
|--------|---------------------|-------|-------|------|------|--|
| 13-Dec | 团契查经 | 喜乐家庭组 | 喜乐家庭组 | | | |
| 13-Dec | 团契查经 | 佳传 | 温馨家庭组 | 见证分享 | | |
| 20-Dec | 聖誕晚會 | | | | 聖誕晚會 | Fri, December 20, 2013, 8:00pm – 9:45pm |
| 27-Dec | 家庭聚会 | | | | | |
| | 新年立志 on 1/1/2014 | 特聚部 | 特聚部 | | | |



憑信挑旺恩賜事奉主

孫馥蘭

時光荏苒，回溯一年前【本乎救恩因著信】在哥城華人基督教會感恩節前受浸洗禮的情景仍歷歷在目，轉瞬間，有更多的弟兄姐妹們成為神的兒女，主耶穌的門徒。在這一年裡除了參加教會的團契、查經、家庭聚會、主日學、標杆學堂、心心姐妹禱告會等等，另外有幸參加台灣、香港、紐約等地不同教會的主日崇拜，在與各肢體的互動中，感受神恩浩大。正值擔任佳美月刊十二月份的責任編輯前來邀稿，遂不憚淺陋、義不容辭將這一年心中的感動、生活中的經歷，化成文字，藉著佳美月刊的平台，點點滴滴數算主恩。

團契同心小組查經

每次都可以深入查考聖經，特別是跟組員一起討論時，可以幫助我更明白神想跟我們說甚麼，感恩每個禮拜的操練，讓我更加渴慕神的話語。【你的話是我腳前的燈，是我路上的光】(詩一一九105)。在喜樂中扎根，成長，預備行各樣的善事。感謝神！在教會和團契事奉上不只追求個人靈命成長，也追求弟兄姐妹合一的心，共同經歷賜盼望的神，珍惜團契聚集的機會，以群體的禱求，一起辨識事情的屬靈意義。

主日學、標杆學堂

縱覽新約四福音、基督論等等，旨在加強日常生活中活出信仰、持守盼望的決心，按照神創造的形象和心意來做人，遵行他的旨意，學習選擇和取捨。一同學習及實踐《鐵磨鐵，磨得鋒利，朋友互相切磋，才智也變得敏銳》(箴二十七17)、《三股合成的繩子不容易折斷》(傳四12)等道理.....。



天父慈愛永頌恩

年初赴台為外子醫病，內心驚懼，就像有一根刺加在我的身上(林后十二7)揮之不去，屋漏兼逢風雨，家母又被送入加護病房，此時，我默思當時保羅的處境，曾經三次求主拿掉這刺，但神說：【我的恩典是夠你用的，因為我的能力在人的軟弱上顯得完全】(林后十二8)。當時，我双膝下跪懇求主鑒察我內心的軟弱，這刺讓我認識自己的本相、警醒自己謙卑、在軟弱中剛強，更懂得倚靠神，既然保羅為這刺疼痛獻上感謝，那麼這刺是有祝福的，也透過保羅看到神的恩典~神的手不會離開他的百姓。從而經歷神，彰顯更大的大能，讓我勇敢面對懼怕，喜樂面對軟弱。外子在整個療程之後，PSA值大幅下降，返港後連主診醫生都嘖嘖稱奇。

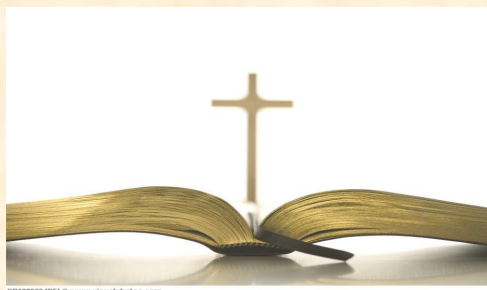
父應許永必安穩

經過三年的精心策劃及耐心等待，餐館TY Ginger Asian Bistro終於在今年八月八日正式開張營業，弟兄弟姐妹們陸續前來祝賀、捧場。這間榮神益人的食肆矗立在Dublin為主耶穌基督作見證。【因我自己知道我為你們所定的計劃，是使你們得平安，而不是遭受災禍的計劃，要賜給你們美好的前程和盼望。】(耶廿九11)

將最好的獻基督

感動於保羅這位屬靈生命的師父，如何在書信中溫暖地觸摸到提摩太的心，尤其是【在禱告中晝夜不斷地記念你】從而激勵他以【有能力、仁愛、自律的靈】克服【胆怯的靈】將恩賜【像火一樣再挑旺起來】(提后一3-14)。

穿戴救恩全備軍裝，用熱誠與忠心為福音打仗，借著福音把生命和不朽彰顯出來，願我一生充滿讚美，稱頌我主上帝，在我心靈滿溢，我這一生必全屬祢，步步與祢同行追求那更美好，屬天永恒的基業。



永远跟随主

王维峰

我是2001年十月放弃了在新加坡的工作来到美国的，当时我太太在OSU读博士。我来到这以后就去教会学习英语，也就开始接触圣经，当时觉得圣经很深奥，特别是英语版本。

2003年去Wright State University念研究生，后来开始找工作。当时有很多的面试机会，也有几个工作特别适合我，但是拿不到offer，其中在Ann Arbor的一个小公司offer我一个技工职位，当时我想，技工也行，总是一份工作，但是没等我去上班，他们又把offer收回了。当时很郁闷，没办法只好继续找工作，最后通过三轮考试和面试，拿到了我现在公司（Honda）的offer，那是2005年夏天的事了。过后回想为什么当时有那么多公司的面试，就是拿不到offer，偏偏最好的Honda却给了我offer。相信这是上帝的安排，上帝的恩典！因为当时我的英文不好，到其它公司工作不适合，只有Honda最适合我，因为大部分日本人的英文也不好。而且工作又在本本地。不用搬家。第二年，神又赐予我太太一个在哥伦布的工作。这正合了我大女儿的心意。因为她那时刚上高中。不想再搬家和转学。可见神的预备是何等的丰富！感谢神！

2005年底，我们全家去休斯顿和我太太的母亲以及弟弟一家共度圣诞节。当时她弟弟和弟妹已经信主，她的母亲也是刚刚受洗。就在那个圣诞节刚过的主日，我太太在休斯顿华人教会决志信主。那里的一个姐妹为她作了决志祷告，真的是基督徒把我给包围了。临走时，她弟弟和弟妹送给我们四盘远志明的见证磁带，当我回来以后，就边开车边听远志明的磁带，远志明讲的特别的好，我就反复的听，很受感动。相信是圣灵在逐渐地感化我。

2007年的元月，有一天下雨，路况很差，我又心急。就在去上班的路上，突然车失去控制，车翻滚了几下到路边的沟里。在翻滚的过程中，我就情不自禁地在脑海里喊着，主啊！救我。上帝啊！保佑我。当车翻滚停止后，我发现自己还活着，而且毫发无损，连一点伤都没有。远志明的四盘磁带仍在，且毫无损坏，虽然整个车已经报废了。我知道这是主又一次在我身上行的神迹，那是我第一次决心信主。

在之后的几年中，我无数次地感受到神给我和我们全家的恩典。我小女儿的诞生是神赐与我们的一个非常奇妙美好的礼物！她给我们全家带来了许多欢乐，我经常和朋友们说她是我们家最大的财富。无数次地感谢神把这么聪明可爱的孩子带给我们，她马上就五岁了。感谢神！她在一个教会的幼儿园里长大，她已经熟悉圣经里的很多人物和故事，每天嘴边都是God。而且经常提醒我们祷告，因为她是上帝的孩子。感谢主！当然在养育孩子的日子里，也有艰辛。在她小的时候，有时生病发烧。我记得在2010年二月的一天晚上，她高烧不退，孩子像是在昏迷之中。我和我太太都很焦虑，不知道该怎么办，绝望中想到了我们的上帝，我就牵着我太太的手向上帝祷告，那是我第一次在上帝面前跪下来，把孩子交在上帝的手中。祷告后我发现我很平静，再没有无助的感觉了，孩子也逐渐的好转起来。



我灵命成长的关键时期是最近两年，上帝的另一个巧妙的安排，就是我周边的好友绝大部分都是基督徒。就在2011年底，在刘省明/余爱华夫妇的建议下，我们与另外几家组成了圣经学习小组。我们每周六轮流在各家聚会，一起学习圣经和分享，气氛非常好。从那以后，我几乎每晚都读圣经。奇怪的是，我一读圣经，我太太自己一个人管孩子也不抱怨了，我知道她非常支持我。后来这些弟兄姐妹就鼓励我受洗。我也有了这个勇气——就是向世人表明我的信仰,我所得到的这宝贵救恩,并为主耶稣基督作见证!

当然还有许许多多的经历，让我一次次的感受到只有我们的上帝才是真正可以信靠的。因为他是全能的上帝，他给我们预备了永生的路！并且我信主以后，心境特别平静，凡事不愁，因为有神的保守。我感觉神在一声一声的呼唤我：“孩子，不要再流浪了，回家吧！”所以我愿意把自己的一切交给主。永远跟随主！

我的信主就是一个神迹

徐俊

我叫徐俊，来自中国上海，2012年8月带着妻子林叶和女儿徐睿妍来到OSU就读全职MBA。在来美国前，一直信佛教。

记得在没有信主前一直在问向我传教的人什么是神迹，是否还有神迹。现在回头想想看，我自己的信主本身就是一个神迹。记得刚来美国的时候由host family带着第一次去教堂做礼拜，当时碍于情面，跟着去了，但是在敬拜的时候借口女儿哭闹一直在外面玩，没有进去参加敬拜。后来的摩门教的邻居和传教士邀请我们去他们教堂的时候也是在半推半就的状态下去的，在和他们讨论的时候也一直在问神迹。即便今天的我对摩门教只学习摩门经的不认可，当时心里一直在想，到底是什么样的信仰让这些优秀的人改变？

直到2013年4月底，第一年学习结束面临4个月的暑假，而我一直没有找到暑期实习，就开始主动的向神祷告，寻求神的帮助，在当时看起来一个偶然的认识了一位当地企业的高管，而这个看似偶然的最后成就了我的暑期实习的愿望，也让我进入了我想要进入的行业。而从此回首看我走过的路，一切我以为理所当然的事都不再是理所当然，我一直在蒙受神的赐福。从那时开始每天早晨祷告，感谢神的赐福和看顾。

实习期间发生的两次小事再一次让我看到了神的大能。一次周末和朋友一起去动物园，看到了okapi, 一个类似于中国传说中的四不像，有斑马的腿，马的身体，鹿的舌头。让我惊叹只有神才能创造出这样的动物。



另外一次是在实习期间早晨起床有点晚，仓促之间一直找不到车钥匙，几乎把我平时所有可能放钥匙的地方都找了个遍，情急之下，开始闭眼低头祈祷，求神给我一个提示，在祷告结束睁眼的刹那发现钥匙就在我眼下。再想到当时看到okapi时的感觉，才猛然惊醒：神迹就在身边，而心中的骄傲、自以为是、世俗等蒙蔽了自己的双眼和心智，让我有意或无意的忽视了神的无所不在。

后来在小组团契的讨论中，记得成龙弟兄从科学的角度阐述了创世纪中记载的神创造天地的真实性的时候，真正的感觉到震撼，感受到神的无所不能。

在开始来到教堂的第一次礼拜的时候，突然莫名的感觉想哭，到现在还记得那种感觉，战栗，却不能自己，让我真切地感受到圣灵的触动。回家的时候妻子问我今天你在教堂唱圣诗的时候是什么样感觉的时候我没有迟疑，就说我流泪了。巧合的是，妻子也说她当时也流泪了。

参加教会后一直受到神的眷顾，蒙神赐福，很多弟兄姐妹都真切关心我，我们一家的生活和学习。除了团契的学习、礼拜，我和罗耘弟兄一对一的门徒训练，让我更全面的认识神，感受神的指引。



不再恐惧和不安

赵维艳

一年半前我布置新家的时候，上帝在Kohl's向我招了招手。我在一幅非常朴素的装饰字画前驻足不前。上面写着“爱是恒久忍耐，又有恩慈。爱是不嫉妒，爱是不自夸，不张狂。……凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐；爱是永不止息”。说不出原因的喜欢，觉得写得很美，回家把它放在上下楼都能看到的地方。直到后来我的基督徒朋友来家里，我才知道，这是非常著名的一段圣经，出自哥林多前书第十三章4-8节。

很多人是在身处逆境或者身体软弱时认识主，我则是在顺境时被冲昏头脑，主给了我内心的平静。从2011年到2012年大约一年半的时间里发生了很多事，我们全家的绿卡批下来了，我找到了一份我想都不敢想的好工作，然后买了车，又买了房。一连串的生活变化，使我在忙碌之余时常不知所措，内心惶惶不安。忽然有一天，以前的同事找我一起吃饭，席间说起她们有一个学习圣经的小组，问我是否感兴趣，我当时毫不犹豫就答应了。我们五个人，花了几个月的时间学习了新约的约翰福音。我们每周日会面一小时，学习一章圣经，然后互相分享心得，一起为各人祷告。记得学习四五次时我的感受是，上帝在敲门，我听到了，我打开了门，但是没有向他发出进门的邀请。我们的学习很认真，讨论很专注，以致我没有留意到，我不知不觉已经毫不保留的敞开了心门，彻底的接受了主。我从当初的想学圣经来找到不信的理由，到后来找不到理由不去相信。在教堂里和在基督徒朋友们身上，我看到了主恩生活里的平安喜乐，我希望我的儿子信，老公信，妈妈也信。他们也确实都信了，我的妈妈和老公今天和我一同受洗。

诗篇第127章3节这样说：“儿女是耶和华所赐的产业，所怀的胎是他所给的恩赐”。熟悉我的兄弟姐妹都知道，我有两个孩子，老大陶陶9岁半，老二康康5个月。你没听错，两个孩子年龄差九岁。来到美国之后我们一直犹豫要不要老二。H1身份的漂泊感，家庭分居异地的顾虑，以及对未来的不确定，一晃就犹豫了六年。其中也努力的计划了两次，但是都不得所愿。去年秋天的一天晚上，不知道是梦还是意象，有个声音告诉我，上帝要给我一个女儿。我想在这里提一下，我睡眠很好，极少做梦。一个月后我惊喜的发现我怀孕了，今年7月，一个健康的宝宝出生了。虽然我有时想不明白为什么是儿子不是女儿，但是我全家都很感恩，很爱这个快乐健康的宝宝。

在主恩中，我学会了怎么去爱别人。不光爱别人的优点，也要爱别人的缺点。在每天的生活琐事中我学会了改变态度，控制急脾气，真心的接纳和爱老公和孩子的一切。今年9月的一个晚上，老公带儿子去钢琴表演，车胎在老师家门口坏了。第二天早晨我送老公去换车胎，不知为什么老公把千斤顶放反了，车子升到一半的位置，忽然咕咚一声响，车子又降下来了，车子侧边陷进去一大块，千斤顶卡在那里。在确定老公安然无恙后，我嘱咐了老公注意安全，什么都没说。老公特别惊讶的问我不心疼车吗？我很平静的说，车不过是交通工具罢了，能用钱解决的都不算事儿，你能安全最重要。听到声音时我吓坏了，看你没事我就已经感谢主恩了。老公说我变了，他很意外而惊喜的感受到我的变化。要是以前，我肯定会埋怨老公，怎么千斤顶都会放反呀，这么新的车子坏了可怎么办呀，要是不会修就别瞎弄呀，等等。我以前也不是不爱老公，只是我不知道什么是完整的爱，有时就会不经意的伤害他。后来老公用第二个千斤顶成功的换了轮胎，让人惊讶的是车的底部侧面陷进去的地方又复原了，根本看不出来。感谢主！

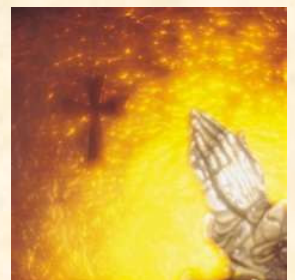
再说到读圣经。创世纪这一章以前试着读过很多次，都没有读完。今年跟着“每天10分钟，一年半读完圣经”。大概两个星期左右的时间就读完了，而且觉得没有什么理解上的困难。跟兄弟姐妹们交流时发现，这就是信与不信时灵性的差别。生活在时间的轨道上继续前行，在主的大爱中我不再恐惧和不安，在圣灵的护佑中我的内心平安喜乐。



愿意跟随主的脚步行

黄桂兰

我叫黄桂兰，于今年六月三号来美国，看我女儿女婿和外孙。女儿一家已经来美国七八年了，今年又生了第二个男孩。因为我的健康问题，我从来也没有想过有生之年能来美国。我有高血压、高血脂、冠心病和心绞痛，还有轻度脑梗塞病史，做过子宫肌瘤切除术。在我来美国之前的一年里我住了五次院，其中心脏病住院两次，脑梗塞复发一次，胆囊炎胆结石切除胆囊，右手拇指指甲沟炎导致第一节手指截肢。但是考虑到女儿是高龄产妇，她生孩子我不看着实在不放心，所以排除万难下了决心就来了美国。我觉得这一趟来的对、来得值。



我来美国之前女儿女婿已经决志。他们给我介绍了圣经，带我去教会参加主日崇拜。女儿女婿周围的许多基督徒朋友们也令我间接感受到了主的荣光。不知不觉中，主已经在我心中。终于在一次主日崇拜张传道的讲道后，当他第二次问有没有人现在要信主，我毫不犹豫的举了手。自从决志后，我的生活忙碌而充实，我的心灵平安而喜悦。过去软弱的躯体也有了力量。有时不舒服，我就向主祷告祈求，主便赐我安眠和康健。

女儿休完产假去上班，小外孙不肯吃奶瓶，只能在他迷迷糊糊的时候才能吃一些，看到奶瓶就嚎啕大哭，我非常着急。我每天向主祷告，请他帮助我和外孙。第二周小康康就忽然坦然接受，到了吃奶的时候就吃，到了该睡的时候就乖乖的睡。

来美四个半月的时候，降压药剩的不多了。女儿的老同学忽然要从中国来美，顺便来看她们一家。他来的前一天晚上我就做了一个很清晰的梦，说一个男人躺在树下不起来，跟我说，从今天起你的病就好了，啥事儿都没有了。我一直想不通是怎么回事。结果小伙子来的当晚我们聊天，无意中发现他和我病情相似，有高血压高血脂高尿酸，我们俩讨论病情，服药和饮食疗法，发现有很多共同之处。当他得知我的降压药不多了，就把他多带的20几天的药都留给了我。我试用了几天，效果非常好。所以非常感谢主引领指导，使我的身体得以更好的治疗，给我健康。谢谢主的恩典，我愿意跟随主的脚步行！



更有盼望、更有喜乐

汪觉非

我是一个偏执的人。来美国以前，出国的事情，学习方面的任务从没遇到什么挑战，都是自己解决。在一帆风顺的日子中，偏执变成了一种自负。来美国后，博士的生活完全超出了我之前的经验，各种挑战，压力都是前所未有的，自负变成了对自己的否定。那段时间的我满是抱怨，从后来与朋友的交谈中才知道我当时极端消极。在一年多的挣扎后我面临一个重大的人生选择。是转硕士还是放弃学业回国工作。无论哪个都是一个艰难的决定，不论是对我还是对我的父母，更多的是对我父母。最后在父母的坚持下，我选择了转硕士。他们也为我做了很大的牺牲，感谢主让我有这样开明的父母。也是在这段时间中张旭让我接触到了小组。大家唱的诗歌，为我的祷告给了我巨大的鼓舞和力量。最重要的是我感受到了久违的家庭的温暖。我曾问James如何选择。“我必在旷野中开道路，在沙漠中开江河”（赛43:19），James说，基督徒的答案在祷告里面。我十分的不理解，因为在当时的在我看来，那是逃避的行为，不能解决我面临的实际问题。

今年的4月19日，周五，刘志雄长老来教会布道。我是抱着研究的心态去的，想了解基督教会这个组织的组成、运作；也看看基督徒是一群什么样的人。因为之前刘少平牧师来讲过箴言，我也是同样的想法。当晚刘长老说了许多话，给我很深的感触，关于人生的真智慧，真道路。直到最后刘长老呼召的时候我还在犹豫，因



因为刘长老所说的智慧就像画了一个蛋糕，诱人却不真实。压死骆驼的最后一根稻草来自杜超，他坐在我旁边，依稀是说了一句什么，抑或是在我背上拍了一下。这个小小的举动让我头脑一热，举起了手。接下来的一段时间发生了一些事情让我有很大的触动，对人生意义的追求也变得迫切起来。同学的父亲正值壮年，突然患癌症去世，还有一帆的不幸。感受到人的一生十分短暂，变故随时发生，我们能健康的活着都是神的恩典。

夏天的时候参加中西部退修会，上主日学，还有参加小组神学讨论。最大的收获是让我明白了基督教是一个科学的宗教，一切都是神奇妙的安排。我们有限的智慧只能窥得一小部分，就是这一小部分也足以让人感叹神的伟大。圣经所包含的远不是我个人所能全部了解、弄懂的。教会不单单是一个暂时的避风港，基督也不只是一个圣人。我试着不用很绝对的词，可是越是思想，越是觉得他是神，是比万有都大的那一位主。

“你们要进窄门，因为引到灭亡，那门是宽的，路是大的，进去的人也多；引到永生，那门是窄的，路是小的，找着的人也少”（太7:13-14）。这是我未信主之前的座右铭，鼓励自己做正确的选择。现在进入这个窄门，选择受洗，这是一个开始。我马上就要从学校毕业，这也是一个开始。主已为我预备好前面的道路，我所要做的就是全然的交托，让主托起我在地上的岁月。同时我也知道，受洗和毕业后有许多新的挑战，求主加添力量，将接受的人生变成给予的人生，因为主耶稣说过“施比受更为有福”。以前我总是汲汲于结果，患得患失，过于关注自己而忽视了身边人的感受。倚靠主我的生活一定可以更有盼望，更有喜乐，让人们看到我生命的改变。

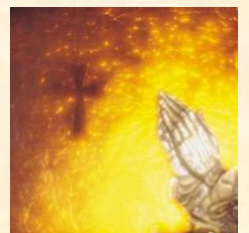


来美两年 神恩满满

陈虎

时间真是“嗖”的一下就过去了，像空气从手指缝隙中穿过毫无察觉。2011年10月13日是我落地美国的日子，转眼间已经整整2年。两年来心里无时无刻不挂念家乡的人、事、物，同时也很快地融入了异国他乡生活的点点滴滴。如诗歌所唱的“这一生最美的祝福，就是能认识主耶稣！”回顾这两两年中的每一天，都能够看见神，看见我们的主耶稣在我的生命、生活起居的各个角落，一路带领、一路保守看顾，一路加能力、一路赐福，恩典丰丰富富，恩典满满有余！

对于每一个得救的基督徒，主的恩典实在数算不过来。我想至少对于我个人而言，如果让我一一数算出来，恐怕是写成一本书也写不完。记得在我很小的时候，我心里就对外国、外国人懵懵懂懂地有那么一点点概念，因为我很喜欢看《奥特曼》，狂爱《布雷斯塔警长》和他的“赛拉囧”（那批变形马/大炮）。在那时的我看来，除了我生活的城市，以外都没有人类居住，只是有各种各样好看的动画片从“外面”进来。随着年龄、知识不断增长，我走出了自己的邻里社区，走出了自己的家乡，走出了自己的国家，来到了很远的地方。带着以前的“储备”，带着这个有限的小脑袋，开始了更广阔的探险。孰不知，从自己还在娘胎



里的时候，神就已经了解我比我了解自己更多，他早已为我铺好了一条路，我只是蹦蹦跳跳，走走停停，在这条路上漫游而已了。

神的旨意 早已成就

从3年前还在上海工作的时候说起吧，当我有念头选择来美国读书，就是神给我的一个启发。我强调这是神的启发是证据确凿，是活生生的神迹。从正常的逻辑和眼光来看，我不是一块出国留学的材料，确实如此。为什么这么说：**1.**我对生活和未来的态度，是稳扎稳打，我有自己的一亩田，就不会去盯着别人的大农场。**2.**我的成绩很一般，我所学的专业，所在的大学，完全没法和所谓的“211”“985”相提并论。**3.**我的家庭是普通职工家庭，富二代、官二代这种时髦词汇和我八千杆子也打不着，从没想过有财力物力去自费留学。可是，一零年的某个时间，我偶然间在百度的搜索引擎的小广告上，看到了美国一所大学，当时只有好奇和疑虑，因此也就搁浅了这个念头。那年春节在家里全家过节的时候，堂姐偶然给我提了下她出国的打算，也建议我有机会出去走走。后来回到上海，我觉得自己需要更大的成长平台，就面试了一些外资企业，最后在花旗的软件部门参与一些银行系统的软件开发。当时我是怀揣着我的5年计划去的，其实我是一个有规划、有逻辑，比较理性的人，因此我的“五年计划”基本上就是5年计划。而且工作上也一路顺风顺水，机会也总是青睐我，让我总是不缺少选择。谁知工作了只有半年之久，很久前的那个“启发”又出来“骚扰”我了。虽然我很努力搜寻各种关于这所学校的信息，但是毕竟人在异国，所能够了解的真的少得可怜。况且我同时也搜刮出了很多其他选项，有加拿大、新西兰、新加坡以及美国的这个学校。大概研究了数周，最后做了一个对于我这个决策谨慎、思路周密的人来说，甚是“荒唐”的选择。我放弃了在花旗团队里成长的机会，放弃了自己的“五年计划”，放弃了上海的生活，单枪匹马闯到了美国一个最最不知名的小镇。。。

神的恩典 数算不尽

恩典之一：一张机票，几千美金。和绝大多数留学生的经历极其不同，我的美国之旅就是这么戏剧性开始了。在学校上课了7个月，顺利找到几份工作，最后选择来到现在的城市、公司（之前有日志详细写过）。工作上一路顺风顺水，生活上也渐入佳况。之前在上海时的各种顾虑、担忧一扫而光。我们其实是平凡人，无法看到未来会发生什么，但是神通过圣经启示我们，不要为明天忧虑，飞鸟和鱼尚且有天父养活它们，更何况我们是神的子民，何等的宝贵。回头看的话，我更加坚信神的应许必然得以实现。

恩典之二：继续得神祝福，得着终生至爱。生活安顿下来，工作也很快进入状态，家人平安，母慈子孝，让我和家人尝到了人生应有的甘甜。【圣经】创世纪2:18耶和华神说，那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他。果不其然，神的一路带领，是他早已应许过的。耶和华的应许，必然成就。我个人其实挺享受单身生活，无忧无虑，自己决定一切。但从没想过，神会在这个时候，安排她来到我的生命中，帮助我。圣经真的是智慧源泉，每个字每个句都彰显神他那万有主宰、万王之王的智慧、他的大能。借着她的出现，神从默默无语地带领，到有声的呼唤，让我终于回到了天父的怀抱，进入了神的国。就是这么奇妙，我对“老我”的爱情观、婚姻观有了很大的改变，对爱的理解有了微妙的变化。后面不久我会单独写一些日志，来公开描述我眼中的基督家庭、基督婚姻、基督生活。但是简单来说，我们俩都深深感受到了由神而来的爱和祝福，基督里的爱情，何等甜美，让人渴慕。神的恩典早已临到我们每个人，神的大能就行在你我之间！

恩典之三：主耶稣的手，紧紧托住他所爱的。去年11月份的一个晚上，我开车带着太太（那时还是GF）在高速上行驶，去往教会小组聚会的路上。神在我们身上再一次施展了他的大能，彰显了他的慈爱。因为下雪的缘故，高速公路上虽没有积雪，但是出口的三角地带还有很多残留雪。我当时速度有些快，而且需要换两条道才能下到出口，当时天气恶劣，视野受影响，没来的及提前准备，当我看到出口的时候，已经快错过了，我就急忙打灯变道，一连换了2条道，因为后面有很多车辆，为了超过他们从出口开出去，我也自然地一边加速，一边换道。结果从出口的三角带上面滑过，整个车子失去了稳定，开始打转。车子一边旋转，一边前进，后面的车辆全都突然消失了一样，我们没有被任何车子碰到。先后躲过了一个路障，又一个电线杆，最后车子屁股朝前方倒行在路上，滑到了路旁的草地上。当时地上还有满满的积雪。神奇的是，这个过程中我和太太都没有一点的慌张、惊恐甚至失控，我虽然意识到车子不在我的控制下，但我感觉双手仍然还是放在方向盘上，就简简单单放在上面，似乎另外有人在控制着驾驶。在一旁停下后，我们还像平时一样心平气和地对话，我说我下车去看看有没有细微的擦伤，因为很明显我目睹我们躲过了2个坚硬的障碍。结果车子完好无损。这时旁边才突然有车辆路过，还有美国人问我们怎么了，我说没什么，调头直接开出出口，继续去往教会了。我想说，我实实在在地感觉到了，神的双手托住了我们的车子，并且同时安慰我们不要紧张，因为一切都在他的掌管之下。神就是这么爱惜我们，因为我们是要去到祂的家里，去和弟兄姐妹一同来亲近祂自己。

恩典之四：神是万物之主宰。上个周日在哥城华人基督教会，一位来自日本的日籍华人分享了她亲身经历神的过程，又一次坚定了我对主的信心。她从小出生在日本，父母是台湾人，在日本做生意，全家都是基督徒。她20岁在国外读书那年，父母的朋友打电话过来说“你的母亲死了”，她当时很挣扎很矛盾。1.父母身体很好，前几天还和她有联络过。2.但朋友也是基督徒，应该不会说这么个玩笑或者撒谎。当时她心里就祷告，祈求神来保守她的母亲。她说神你要是真的存在，真的是那位唯一的掌权的神，求你就救活妈妈。然后当她立刻收拾行李，回到家里的时候，她的母亲还活生生的在那里。她自己当时没有勇气开口问，为什么有人说妈妈你死了。以为这件事就这么过去了。结果母亲至今为止不仅健在，而且头脑清醒，竟然已有90多岁高寿。她跟我们教会的众人分享，说从那件事发生若干年以后，她的母亲亲口跟她说：孩子，你知道天国什么样吗，天国里的美是难以用地上的语言形容的，天使和主耶稣都在那里，我还亲眼见到他们审判罪人。她那时才知道她母亲的确当年死过，因突发病被送到医院，结果神听到女儿恳切祷告，才亲自救活了她的母亲：当时主治医生对她父亲说，已经没有任何心跳脉搏迹象，没有办法医治了，除非奇迹发生。然后把她母亲的身体送到太平间里。医生告诉护士，30小时后再处理遗体。然而她母亲就在太平间里躺了24小时后醒过来了，惊恐万分不知道自己为什么睡在死尸房里。神就是这样把信靠他的子民一个个从“死亡（肉体的死亡/或是灵魂的死亡/良心的缺失）”中兴起。总而言之，神的恩典真的是数不尽、道不完。

神的荣耀 必得见证

我们正在紧锣密鼓地筹备着婚礼，2013年11月30日就是见证由神而来的婚姻的日子。这中间有精心的策划，繁琐的布置和准备，一百多人的教堂典礼和宴会，各方面的沟通和协作，每个环节都是一项非常有难度的任务，但是主就是施怜悯的主、总是给我们加添力量和智慧。教会里弟兄姐妹互帮互助，共同完成这个不大不小的工程，只因为神在这中间运行他自己的大能，因为他要让他所赐的婚姻、婚礼彰显他自己的荣耀和名。非常期待那一天的到来，相信我们也会在神给我们安排的道上走得更稳健，活得

更有喜乐平安，只要时时亲近主依靠主，主就必在我们中间祝福、施恩典，必定在永恒里纪念。

我时刻为我的家人们，我所在乎的人们祷告，恳求神能够大大使用我和太太，使用我们的婚姻，使用我们的家庭，见证主耶稣就是那位独一无二的真神，恳求主让我们有幸成为别人的福音和祝福。恳求神亲自眷顾他们每一个人，在他们心里浇灌主耶稣的爱，让那份从天而降的恩慈、救赎能够临到他们的身上和心里，在永恒里也能够得着一份，将来和我们的主同享天国的极乐。阿门！愿主与我们同在。



编者注：这是一篇网上的文章，看了很扎心。特别整理出来与弟兄姐妹们分享，愿我们能藉此文章而有所警戒。

不冷不热基督徒的15个特征

- 1) 他们稳定参加聚会。因他们相信好基督徒理当如此，于是他们便如此行了。
- 2) 他们会奉献金钱给教会和慈善团体，只要奉献的数量与维持他们目前的生活水准不冲突便可。
- 3) 当遇到冲突时，他们会选择一般人能接受的方式，而不是选择正确的方式。他们希望自己可以融入教会和世界；他们比较在乎别人对他们的看法，反而不在乎神如何看他们。
- 4) 他们并非真的想从罪里被拯救出来；他们只想从罪的惩罚中被拯救出来。他们并非发自内心恨恶罪，也不会因为犯罪而感到难过；只有在神要为罪惩罚他们时感到难过。他们并不真的相信，耶稣赐予他们的新生命确实比先前那个有罪的生命还更好。
- 5) 他们听到那些热心的基督徒为基督做的事情时，内心非常受感动，但仅此而已。他们不会有任何行动，因为他们认为只有“宗教狂热份子”才会做这些事，一般人不会。他们视耶稣对跟随者所做的要求为“极端”。
- 6) 他们很少与邻居，同事或朋友分享他们的信仰。因为他们不想被人拒绝，也不希望别人会因为谈话内容而感到不舒服。
- 7) 他们拿自己的道德观和“良善”与这个世界相比，他们是比上不足，比下有余；对他们来说，这样就够了。他们可能真的不像一般人那样常喝酒或说脏话，但除此之外，他们与非基督徒似乎没有太大的差别。
- 8) 他们说他们爱耶稣，但在实际上，耶稣只是他们生活的一部分罢了；他们分出一点时间，金钱及思想给耶稣，所以耶稣无法完全掌管他们的生命。
- 9) 他们爱神，但非尽心，尽性，尽力的爱祂。他们会告诉你，他们的确很努力地爱神，只不过那种全人的奉献不太可能发生在一般人身上，只会发生在牧师，宣教士和宗教狂热份子身上。
- 10) 他们也爱人，但不像爱自己那么多。基本上，他们爱的对象是那些可以同样用爱来回报他们的人。

他们无法去爱那些不能回报他们的人，更别说那些他们不喜欢的人，或对他们不好的人。他们对所爱的对象有高度选择性，而且通常也有附带条件。

- 11) 他们不只服事神，也服事人。但至于要付出多少，做到什么程度，则看自己的情况愿意付出多少而定。他们会做某些服事的原因可能是因为不要让自己有太重的罪恶感。
- 12) 他们花较多时间思考地上的生活，而较少时间在属天永生的事上。
- 13) 他们为舒适的生活感谢神，却较少想到尽力去帮助穷人。
- 14) 他们注意自身的安全和保障，无法为神做任何牺牲或冒险。他们也庆幸自己年轻时就信主受洗得救而很有安全感。
- 15) 他们不需要凭信心生活，因为他们早已为自己的生活做了妥善的安排与规划。即便生活出现不可预测的意外，他们也不需要为生活而依靠神。

“你既如温水，也不冷也不热，所以我必从我口中把你吐出去。你说：我是富足，已经发了财，一样都不缺。却不知道你是那困苦、可怜、贫穷、瞎眼、赤身的。我劝你向我买火炼的金子，叫你富足；又买白衣穿上，叫你赤身的羞耻不露出来；又买眼药擦你的眼睛，使你能看见。凡我所疼爱的，我就责备管教他，所以你要发热心，也要悔改。”启3:16-19



健康專欄

癌症预防



温平医生提供

世界卫生组织报告，至少三分之一的癌症病例可以得到预防。预防为癌症控制提供了最具成本效益的长期战略。

烟草

烟草使用是全世界癌症死亡的单一最大可避免风险因素，估计每年导致22%的癌症死亡。2004年，740万癌症死者中，有160万由烟草使用导致。

吸烟可导致多种形式的癌症，包括肺癌、食道癌、喉癌、口腔癌、咽喉癌、肾癌、膀胱癌、胰腺癌、胃癌和宫颈癌。大约70%的肺癌负担单单由吸烟引起。二手烟（也称为环境烟草烟雾）已被证明能够使不吸烟者罹患肺癌。无烟烟草（也被称为口用烟草、嚼烟或鼻烟）可导致口腔癌、食道癌和胰腺癌。

缺乏运动、饮食因素、肥胖和超重

调整饮食是控制癌症的另外一项重要方法。超重和肥胖与多种类型的癌症相关，如食道癌、结肠直肠癌、乳腺癌、子宫内膜癌和肾癌。饮食中水果和蔬菜含量高可能对抵抗多种癌症起到保护作用。相反，过量食用红肉和腌制肉类可能会增加患结肠直肠癌的风险。另外，预防与饮食相关癌症的健康饮食习惯还能降低患心血管疾病的风险。

定期锻炼身体、保持健康体重加上健康饮食可大幅降低罹患癌症的风险。应实施国家政策和规划，以提高认识并减少对癌症风险因素的接触，保证向人们提供采用健康生活方式所需的信息和支持。

酒精使用

酒精使用是导致多种癌症的一项风险因素，包括口腔癌、咽癌、喉癌、食道癌、肝癌、结肠直肠癌和乳腺癌。罹患癌症的风险随着酒精摄入量的增加而增加。如果人们在大量饮酒的同时还大量吸烟，罹患多种癌症的风险会大幅提高。与酒精相关的特定癌症类型在男性和女性群体中有所不同，其主要原因是平均摄入水平的差异。例如，男性中因酒精引起的口腔癌和口咽癌占**22%**，而女性的相应负担则降至**9%**。这类性别差异还体现在食道癌和肝癌方面。

感染

传染性病原体导致的癌症死亡在发展中世界占将近**22%**，而在工业化国家则占**6%**。乙型和丙型病毒性肝炎引起肝癌；人乳头状瘤病毒感染导致宫颈癌；幽门螺旋菌会增加患胃癌的风险。在某些国家，血吸虫等寄生虫感染增加了患膀胱癌的风险，而在其他一些国家，肝吸虫增加了胆管出现胆管癌的风险。预防措施包括疫苗接种及传染和感染的预防。

环境污染

带有致癌化学物质的空气、水和土壤环境污染导致的癌症占癌症总病例的**1 - 4%**。饮用水或室内和周围空气污染可能会带来环境致癌化学物质暴露。在孟加拉国的砷污染地区，**5 - 10%**的癌症死亡可归因于砷暴露。致癌物暴露还可因化学物质造成的食品污染而发生，如黄曲霉毒素或二恶英。燃煤造成的室内空气污染使肺癌发生风险加倍，尤其是对于不吸烟的妇女而言。全世界由于家用燃煤导致室内空气污染而造成的肺癌死亡约占肺癌死亡总数的**1.5%**。家庭用煤情况在亚洲尤为普遍。

职业致癌物

在工作环境中，有**40**多种物质、混合物和暴露情况对人类有致癌性，它们被归类为职业致癌物。职业致癌物与肺癌、膀胱癌、喉癌和皮肤癌、白血病及鼻咽癌之间的因果关系已有很好的文字记载。间皮瘤（肺或胸腔外膜上的癌症）在很大程度上与工作相关的石棉暴露有关。

电离辐射对人具有致癌性。有关辐射风险的知识主要通过对日本原子弹幸存者的流行病学研究以及对医学和职业辐射暴露群体的研究得来。电离辐射可能诱发白血病和多种实体肿瘤，年轻时遭受暴露带来的风险更高。据估计，居住地土壤和建筑材料中的氡气暴露占肺癌总数的**3%至14%**，成为继烟草烟雾之后的第二大肺癌病因。家庭中的氡气浓度可以通过改善通风和密封地板及墙面得到改善。电离辐射是一种基本诊断和治疗工具。为确保使其益处大于潜在的辐射风险，应对放射性医学操作做出适当规定，并进行正确操作，以降低不必要的辐射剂量，尤其是儿童。

紫外线辐射，特别是太阳辐射，对人体具有致癌性，可导致所有主要类型的皮肤癌，如基底细胞癌、鳞状细胞癌和黑素瘤。**2000**年，全球共诊断出**20**多万例黑素瘤病例，还有**6.5**万例黑素瘤相关死亡。避免过度暴露，使用防晒霜和保护性服装都是有效的预防性措施。基于紫外线发射型肤色仪器与皮肤和眼黑素瘤之间的相关性，该设备现在也被列为对人类致癌类。

禱告事項

马德刚



1. 圣诞节，这个节日给我们每个基督徒带来无比的欢喜雀跃。正是基督耶稣的诞生，让我们的生命有了重生和永生。让我们知道向谁诉说，向谁祷告，向谁求。回顾这一年佳美祷告事工，每一个祷告都蒙了神的垂听和祝福。我们在为张鸣的祷告中，看到了神的大能和大爱。我们要继续为张鸣祷告，求神给他属天的意念：做不做手术，什么时候做。求神医治，使他得痊愈。

2. 为佳美的第二代祷告，求神给他们属天的信心和智慧。在学习和生活中，不管在顺境还是逆境，都有神带领，走过。求神挪去挡在他们前面的一切障碍和困难。求神保守看顾他们身心灵。让他们自己也随时向神求，得到从神而来的随时的帮助，让他们专心仰赖耶和华，不可依靠自己的聪明。

3. 求神保守看顾佳美祷告伙伴家庭的形成。

4. 继续为身体软弱和有病的弟兄姐妹，慕道友，朋友祷告，求神怜悯，医治。

5. 继续为传福音祷告。求神的圣灵催逼，做神的仆人。



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。祈盼佳美月刊能成爲弟兄姐妹之間心靈交流、共鳴及互通資訊的管道。同時也能成爲神大大祝福的器皿, 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: 曹宝鹏 團契副主席: 陈靖
 月刊主編: 张凯 月刊副主編: 刘金清 本期責任編輯: 錢傳劬
 編輯: 錢傳劬 南守彥 谷劲竹 庄液
 記者: 李方莹 林荫 姜辉
 版面設計: 张凯 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
 请您加入佳美團契

