



以愛心知識為基礎，關懷服務弱勢群體，促進全人健康，更新我們社區

健康講座

主題：**肺癌的診斷、治療和預防**
時間：2017年2月4日（週六）2-4 PM
主講：安德森醫院 張建軍 博士
地點：華人聖經教會 6025 Sovereign Drive. Houston, TX77036

張建軍醫師在中國獲得了同濟醫科大學，中國醫學科學院和北京協和醫學院的多項醫學成就獎。他的研究主要著重在癌症基因組學，分子生物標誌物發現和治療。

張醫師於2011年加入安德森癌症中心，現在更擔任胸外科/頭頸部腫瘤科的助理教授。他的專長在從事肺癌腫瘤醫學以及研究肺癌的癌症基因學和免疫學。張博士的目標是預測癌症腫瘤對手術和/或治療反應的因素，並全面改善肺癌患者從診斷，治療到長期生存的照護。本講座免費，請民眾踴躍參與！

光鹽社免費營養課

2017年2月11日至4月15日，光鹽社將於每週六上午10:00-12:00舉辦免費營養課，詳情請見本刊第四頁。歡迎民眾致電713-988-4724諮詢。



光鹽社廣播網節目預告

心靈加油站 (AM 1050)

主持人李論 戴秋月 戴禮約
時間：每週一上午 9:30-10:00
2月6日 優雅享用時間
2月13日 訪談：與耶穌同行
2月20日 教養女兒有秘方
2月27日 訪談：福氣的源頭是耶穌

粵語飛揚 (AM1050)

或 <http://fly1320.webnode.com/>

20週年光鹽社 慈善音樂會

一年一度的光鹽社慈善音樂會
將於2017年2月25日於曉士頓中國教會舉辦，詳情請見本刊第二頁。

特殊需要關懷中心

父母講座：父母當如何預備ARD/IEP

日期：02/04/2017 (週六)
時間：上午10:30-12:00
講員：Ms. Winnie Sim
地點：9800 Town Park Dr. Suite 255, Houston, TX77036
*備有兒童照顧，歡迎攜帶兒女參加

特兒音樂治療班已開始報名

上課日期：1/28-4/22 (共12週)
上課時間：每週六，30分鐘
費用：\$180
報名電話：713-988-4727
名額有限，請把握機會

特兒瑜珈班開始報名

上課日期：4/1-5/27 (8週)
團體班：每週六，45分鐘
費用：\$120
一對一上課時間：每週六，45分鐘
費用：\$320
報名電話：713-988-4727
只有八個名額，請把握機會



2月份節目表：(STV15.3)

主持人 孫威令、孫明美
2月7日 光鹽社慈善音樂會介紹
劉會緣 袁昶黎
2月21日 陳康元醫師 王琳博士
消炎抗癌營養須知
時間：每月第一和第三週週二
下午 7:30 - 8:30

目錄

封頁	1
光鹽社20週年慈善音樂會	2
光鹽社2016年1-12月服務成果	3
川普政府最近發佈的行政命令 是否影響ACA健保法案?	4
光鹽社免費營養課	
光鹽社特殊需求家庭中心感言	
理事長的話	5
陸柳梅：上帝沒有讓我白白吃苦	6
封底	8

顧問 黃繼榮 陳康元 王禮聖
劉如峰 江桂芝 張學鈞 張大倫
黃嘉生 潘敏 許重一

理事長 袁昶黎

副理事長 黃龍雄

理事會秘書 張懷平

理事 鄧福真 孫威令 劉再蓉
陳瑞珮 劉會緣 戴秋月

總幹事 孫紅濱

行政助理 陳邱梅 胡兆祖 林莉婷
何淑坤 趙小江 邱月香 湯飛 葉晉嘉
陳京之 陳怡姣

友友關懷 鄧福真 趙小江 鄭曉紅
宁新宇 吳靜 王琳 王欣 徐玲
林佐成 廖喜梅 唐萬千 錢正民
黃玉玲 楊姝 李筱梅 劉茹 韓雯

福音廣播 戴秋月 李論 戴禮約
江桂芝 孫威令 唐萬千 冷國總

特殊關懷 何淑坤 張桂蓮 張懷平

粵語飛揚 岑振強 方方 陳瑞珮

年長關懷 孫威令 阮麗玲 陳邱梅

西北辦事處 余南燕 甘玫 嚴慧娜

东南辦事處 袁昶黎 劉再蓉

資源開發委員會 鄧福真 侯秀宜
劉會緣 李筱梅 袁昶黎

法律顧問 歐陽婉貞 黎廣業
Kathy Cheng

HCC ensemble

Alice Ma & Kelly Huang

Serena Li

Jadely Ko

Alina Dong

蔡毅

Carlo Ho

Karen Chang

Crystal Wang

劉良子

彭靜

Danni He 何丹妮

藍育青

Jane Xue 薛倩

愛樂合唱團

20週年
光鹽社慈善音樂會
2017年2月25日下午3點
曉士頓中國教會

Time: 2017/02/25 3pm | Address: Houston Chinese Church 10305 S. Main St. Houston TX 77025
售票處：光鹽社 713-988-4724 | 何處覓 713-995-0343 | 袁祖黎 281-961-2621 | 鄧福真 281-799-7574
孫威令 281-763-9365 | Angela Wang 832-860-9457 | Lydia Liu 832-563-2670 | 陳瑞坪 713-466-0900

一年一度的光鹽社慈善音樂會將於2017年2月25日於曉士頓中國教會舉辦，自光鹽社成立以來，在義工們的付出及社會善心人士的支持與捐助下，每年有超過 8,000人受惠于光鹽社的各項服務。今年適逢光鹽社20周年，光鹽社將邀請到各方音樂及舞蹈家表演獨唱、合唱、舞蹈及各種樂器演出，節目精彩可期。票价为\$20, \$50和\$100，敬請踴躍購票支持。



光鹽社(Light and Salt Association)

9800 Town Park Drive, 255, Houston, TX 77036; Phone: 713-988-4724; Email: lsahouston@gmail.com

Websites: www.light-salt.org; www.light-salt-cancer-care.org; Facebook: Light and Salt Association

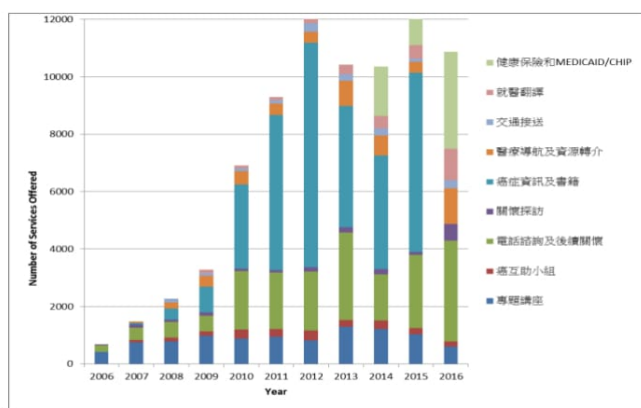
光鹽社是政府註冊的 501(c)(3) 非營利組織，期望藉著結合一群華人及社區資源，不分宗派，不分族群，關懷並服務貧困和弱勢群體。光鹽社的成立是緣自聖經教導：「你們是世上的鹽…你們是世上的光…你們的光也當照在人前，叫人們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。」(馬太 5:13-16)。自 1997 年成立以來，光鹽社推動的活動有：父親節嘉年華會、老人公寓探訪、捐文具給貧苦學童、冬衣捐助、賑災、華人廣播網“心靈加油站”。2001 年成立癌友關懷網幫助華人癌友並提供癌症教育，倡導早期篩檢的重要性。2007 年成立了休士頓地區第一個華人乳癌互助小組，藉以服務華人乳癌病友、家屬和想認識乳癌的華裔婦女。2008 年成立特殊需要關懷中心幫助有特殊需要的家庭。2009 年成立廣東話生活福音廣播節目-「粵語飛揚」。2011 年成立西北辦公室，服務西北華人社區。2012 年成立健康園地，倡導癌症預防和健康飲食。2015 年成立東南辦公室，服務東南華人社區。藉著您的鼓勵與贊助，光鹽社才能繼續提供免費服務給需要幫助的人。

光鹽社 2016 年 1 月至 12 月 服務成果 (義工 203, 時數 3,825)

光鹽社癌友關懷網

• 專題講座及一般互助小組:	21 場	606 人次
• 乳癌互助小組:	7 場	168 人次
• 社區健康宣導:	15 場	1,049 人次
• 電話諮詢, email 及後續關懷:		3,518 人次
• 關懷探訪:		581 人次
• 交通接送:		282 人次
• 醫療導航及資源轉介:		1,244 人次
• 語言協助:		1,096 人次
• 法律諮詢:		40 人次
• 健保及 Medicaid/CHIP 申請協助:		3,372 人次
• 篩檢: 乳房攝影		105 人
• B 型/C 型肝炎篩檢		298 人
• FOBT 糞便潛血篩檢		267 人
• 網站/Facebook:		26,372 點閱
• 月訊:	12 期	15,240 人次
• 出版物: 年刊		1,000 本
• 「休士頓癌症資源手冊」		1,000 本

2006 年至 2016 年癌友關懷網服務成果比較



光鹽社廣播節目-心靈加油站

星期一, 上午九點半到十點, AM 1050; 網上重溫: www.light-salt.org

訪談見証系列; 人際關係系列信息 (36 集)

其他社區服務成果

1. 參與休士頓愛心組織 (CARE) 募款為清寒小學生購買文具
2. 冬衣捐贈
3. 成立癌友全人基督徒關懷聯盟

特殊需要關懷中心

服務項目	次數	人次
支持小組	15 次	180
月聚會	10 次	380
音樂治療 (兒童)	27 次	378
微笑計畫 (成人)	112 次	1,742
特別聚會	5 次	125
社區參與	3 次	54
社區服務	11 次	55
個人教育計畫會議	8 次	
協助申請福利	5 次	
諮詢	78 次	
一對一訓練	64	
初檢	2	

光鹽社廣播節目-粵語飛揚

廣播部節目(星期一至星期五, 下午三點到三點半, AM 1050) “粵語飛揚” 網站: <http://fly1320.webnode.com>. 透過網上重溫, 我們的服務對象已跨越曉士頓地區, 我們的聽眾已遠達中國, 香港, 台灣, 加拿大, 意大利, 俄羅斯, 美國各州。2016 年 1 月至 10 月份服務人數超過 17,105 人, 上網次數共 34,210 次, 節目點擊率超過 36,588 次。

光鹽社電視節目-健康園地 (STV 15.3)

美南電視, 每月第一及第三個星期二晚上七點半至八點半;

(www.youtube.com/lsahouston).

部分節目內容和講員如下:

熟齡族的身心靈健康(陳康元醫師與王琳博士)
 免疫療法治癌症靠譜嗎?(黃璐博士) 頸背疼痛(栗懷廣醫生)
 癌友分享-苦難是化了妝的祝福(季紅女士)
 促進睡眠尋妙方(陳康元醫生及王琳博士) 家庭健康(姚聖坤醫生)
 學習障礙與音樂治療(鄭何淑坤女士與彭晨女士)
 華人乳癌-發病特點及病友支持(關競紅醫生)
 小兒和青少年常見精神疾病及治療(柴宏醫生)
 醃類和癌症(陳康元醫生與王琳博士) 乳腺癌的認識(何紅英醫生)
 地中海飲食的基礎知識(張慶怡博士) 認識痛風病痛(栗懷廣醫生)
 心臟病先進診斷與治療(唐衍賢醫師) 睡眠淺談(姚聖坤醫生)
 現代光污染的眼睛保護(陳卓醫生) 逆境中的感恩(鄭曉紅與何淑坤)
 漫談免疫療法(陳康元醫師及王琳博士)
 針灸療法在腫瘤症狀控制中的應用(張朝慧中醫師)
 醫療保險資源的介紹(鄧福真博士與林莉婷)

川普政府最近發佈的行政命令是否影響ACA健保法案？

川普政府最近發佈的行政命令是否影響 ACA (Affordable Care Act) 健保法案？

不，最近的行政命令沒有改變任何相關法案。健保申請截止日期仍是1月31日，稅務補貼仍然提供給符合資格的民眾，消費者仍然可以通過健康保險交易市場 (healthcare.gov) 購買健康保險計劃。

行政命令只是重申了川普政府的意圖，並指示相關機構開始規劃如何根據新政府的優先事項實施或修改醫療法案。

事實上，改變律法將需要國會的統一，到目前為止，ACA健保法案沒有任何改變。

有興趣的民眾可以於此查看行政命令全文：

<http://edition.cnn.com/2017/01/20/politics/trump-obamacare-executive-order/>



FOOD NUTRITION & WELLNESS EDUCATION PROGRAM
光鹽社免費營養課程

營養和運動都是維持身體健康重要因素。光鹽社將舉辦免費營養與運動教育課程，本課程共有十堂課，課程內容包含營養基礎知識、飲食規劃、食品安全、食材選購與料理、癌症預防等等。此外還安排體能活動，增加身體的運動能力。本課程不論年齡性別，歡迎所有人踴躍參與，共同學習如何透過飲食與運動促進全家人健康！



時間：2017/02/11~2017/04/15
每星期六上午10:00-12:00
地點：9800 Town Park Dr #255,
Houston, TX 77036
(中華文化中心二樓255室)
請來電報名(713-988-4724)

2016年12月13日，光鹽社在恆豐銀行舉辦中小型企業論壇。



2016年12月05日，光鹽社在晚晴公寓舉辦健康講座，陳康元醫師、王琳博士為民眾講解如何通過飲食和運動改善骨性關節炎。



光鹽社特殊需要家庭關懷中心感言——柯靜茵

一個快樂的負擔，除非你也真正在照顧一個有特殊需求的孩子，否則你無法真正體會身為父母的負擔，以及每天所要面對的挑戰。

我有一個高功能自閉症的孩子，打小不容易被發現他有自閉症加上語言障礙，因為他從小是一個愛笑、快樂的男童。因為是特兒，所以一個適當、安全的學習環境對兒子而言相當重要，為了家中唯一且是特兒的孩子，我們決定由加州搬到德州糖城。來糖城後，經過了七年非常沉重的負擔，消耗體力、消耗精力地重量級輔導，兒子終於開心地在Clements High School高中畢業。

對於一個既要上班養家，又要全心全意照顧特殊需求的兒子，又得照料全家生活起居的我。由於壓力太重，終於生病了，迫於無奈只好將特兒安置家中，心想他已經成年，可以在家中獨處。幾年後孩子很明顯在表達能力上的退化，身為母親的我可以看得出他沒有什麼喜、怒、哀、樂…甚為擔憂。

主聽見了我的祈求與禱告，有幸認識了Sharon師母，兒子高華參加了光鹽社的特殊關懷中心 (SNCC) 的Project SMILE。兒子在生活技能課、音樂課、手工藝術課、手鈴音樂課、體能訓練課、烹飪課、健康知識課、Happy Hour、舞蹈課……之中成長。

感謝光鹽社提供了這樣的平台，幫助特兒們有更多的機會與空間去挖掘自己的能力，培養孩子們面對外來環境應有的信心。孩子們天真的笑容來自Sharon師母、老師們、義工們的努力與無私付出，也謝謝父母們之間的相互幫助，大家的愛心與包容看得見。孩子們的笑容更看得見。

感謝主，賜給特兒們這樣有愛心的平台，謝謝大家的付出。

——理事長的話

舉目觀看——袁昶黎長老

“一元復始,萬象更新。”主後 2017 年在煙火競秀,舉世引領未來之期望下悄然來臨。2017 年正值光鹽社雙十年華里程碑,我們在神面前獻上感恩為祭。光鹽社之發展似天國由微小芥菜種,成長迅速,蔚成大樹。從起初 7 位創社理事,6 位牧師顧問,經過 20 年發展到今天約 10 位顧問,10 位理事,10 位半/全職同工,100 多位義工,光鹽社蒙受神恩典浩大,“耶和華果然為我們行了大事,我們就歡喜。”

新年新希望,在數算神恩之下,願更以敬畏神之禱告,及謙卑謹慎之態度檢討每項聖工,謀求改進。同時向神懇求異象,擴充健康服務,開源節流,制訂三年至五年短期計劃,及長期規劃,包括光鹽社之家--可有足夠之場地空間及設備。還有更重要的是-如何運用光鹽社靈力,人力,及物力資源去廣傳福音及行善,充份發揮神授銀五千兩之光鹽效應,去遵行主耶穌所頒大誡命及大使命,完成主工!

欣逢 20 週年感恩及慶祝,光鹽社將繼往開來,榮歸天父!我願於此共勉同工要用信,望,愛之心來舉目觀看:

向上觀看:讓我們仰望天父,神,創造宇宙萬物及豐富的主宰,“主阿,我神,我每逢舉目觀看,你手所造一切奇妙大工,看見星宿,又聽到隆隆雷聲,你的大能遍滿了宇宙中。”靠著神及主耶穌基督那加略山上十架犧牲的愛,方能使光鹽社行公義,好憐憫,存謙卑的心,與神同行!

向外觀看:讓我們似耶穌,“看見並憐憫眾人如羊無牧人”去疼愛及牧養有需要的人,“舉目向田觀看,莊稼熟了,可以收割”,趁著白日,趕緊去幫助及傳福音給他們。那是出於主耶穌無緣無故的愛,無窮無盡,永不改變,不捨不棄的愛,“壓傷的蘆葦,他不折斷;將殘的燈火,他不吹滅。”聖靈催逼我們去愛及幫助那些有需要的人,不可愛的人,甚至仇敵。

向內觀看:讓我們自我反省,“神啊,求你鑒察我,知道我的心思,試煉我,知道我的意念,看在我裡面有甚麼惡行沒有,引導我走永生的道路。”人是看外貌;耶和華是看內心。行善不為人知,動機純正,方蒙神悅納。

願神祝福您及光鹽社!

——Words from the Chairman

Open our eyes and look at the fields—Elder Charles Yuan

As a new year comes around and everything looks fresh and pleasant,” A.D. 2017 came quietly amidst fireworks and expectation of the whole world. In the presence of LSA 20th Anniversary milestone, we give our sincere thanks to God for His leading on the development--from a humble beginning to the nowadays status of 10 full and part time staff and 100 volunteers. “The Lord has done great things for us, and we are filled with joy.”

New Year's resolution”—we need to review each ministry in the past 20 years for quality improvement, with a fervent prayer to God, and a humble and prudent attitude. Meanwhile, we pray God for vision to expand the health ministry, increase revenues and reduce expenditure, setup a strategic plan for 3-5 years, and long term plans including the LSA Home to accommodate various ministries. Beyond and above all, we need to preach the Jesus' Gospel and doing good works for the community with the good use of the powers in spiritual, man-time, and materials. So that we carry out Jesus' Great Commandment and Great Commission with the maximum effect of stewarding 5,000 talents!

On the happy occasion of 20th Anniversary, we will give thanks and glory to God. Standing on the shoulders of giants, and showing the way for those to come, the LSA coworkers shall encourage each other to open our eyes and look at the fields with a heart of faith, hope, and love as follows,

Look upwards: Let us look upon our heavenly father, God who is the Creator of the Universe, and the master of abundance, “Oh Lord my God, when I in awesome wonder, consider all the works Thy hands have made. I see the stars, I hear the mighty thunder, Thy power throughout, the universe displayed.” Only Jesus' sacrificial love on the cross has become our source, goal, and driving force to act justly, and to love mercy, and to walk humbly with our God!

Look outwards: Let us imitate Jesus, “saw a large crowd, he had compassion on them, because they were like sheep without a shepherd.” “open your eyes and look at the fields! They are ripe for harvest.” As long as it is day, we must be hurry to do God's works helping and preaching people. All comes out from Jesus' unreasonable, endless, unchangeable, and unforsakable love, “A bruised reed he will not break, and a smoldering wick he will not snuff out,” The Holy Spirit drives us to love and care those needy people, unlovable people, and even our enemies.

Look inwards: Let us examine ourselves, “Search me, God, and know my heart; test me and know my anxious thoughts. See if there is any offensive way in me, and lead me in the way everlasting.” “People look at the outward appearance, but the Lord looks at the heart.” God is pleased to those who do good deeds out of love and pure motives without announcement.

May God bless you, and the LSA!

陸柳梅：上帝沒有讓我白白吃苦

轉載於 2017 年 1 月《關心》雙月刊

渴望

“云與清風，可以常擁有；關注共愛，不可強求。”這幾句曾經膾炙人口的歌詞，可說是我人生早起的寫照。

我生在廣東順德一戶貧窮的農家，有三個哥哥，是爸爸期待已久的么女，可惜我沒有因而得到寵愛和關注。媽媽早婚，平日的家事農務，已叫她忙得精疲力竭，而爸爸一直體弱多病，加上大哥是小兒麻痺症殘疾兒，二哥三哥年紀相約，是一對典型的頑皮兄弟，每天打架吵鬧不絕。這種光景下，對一位年輕媽媽來說，多一名孩子只會添煩添亂。

印象中，媽媽總是板著臉，不苟言笑，開口盡是埋怨和牢騷。在傳統的順德農村，女兒家必須承擔大部分的家務。由於沒有和媽媽或兄長建立親密的關係，而生活又勞累刻板，漸漸心中就萌生“出走”的念頭，我向自己的許諾：總有一天，我要創造自己的幸福天地！高中畢業後一年某天，爸爸在田裡工作期間暈倒，最終失救致死。爸爸的離世，對我造成極大的打擊，同時，越發渴望能掌控自己的人生，尋找愛和幸福的未來。

追求幸福的人生

二十四歲那年，媽媽一次如常的嘮叨，啟動了我那顆羈絆已久的心，猶如一張鼓滿了風的小帆，向未知的遠方啟航。簡單收拾了一個包包，帶著五十塊錢，沒有留下隻字片語，便踏上了追求幸福的旅程，當時是1988年，就這樣首次踏足深圳。

在一家貿易公司工作一年后，邂逅了我後來的丈夫。我們都是家中的老么，他來自上海，在五個姐姐的細心呵護下長大；我來自順德，在三個哥哥主導下獨立求存。基於對愛的渴求，兩個漂泊的人經過短暫的交往，就認定對方是彼此的避風港。我們在深圳結婚，隨後一起創業。

那些年，正趕上鄧小平92年南巡的機遇，深圳經濟全面起飛。這是我倆的黃金歲月，是這段婚姻最堪回味的日子。記得當時懷著女兒，大腹便便，也顧不了路途顛簸，依然坐車去進貨提貨；寶寶未滿月，新手媽媽已經趕著重返崗位了。堅苦日子之所以甘之如飴，皆因夫婦同心，攜手闖過一個又一個的難關！

當生意開始企業化，我們的心力就不自覺地聚焦到業務上去。工作方面，我是進取的董事長，他是謹慎的總經理，本來是對理想的搭檔；但生意越大，矛盾就越多，分歧就慢慢浮現。家庭方面，我實在無暇兼顧女兒，最初請媽媽幫忙，後來索性把她帶往幼兒園“全日托”。財富在累積，而問題也在累積！直到女兒預備上小學，才驚覺身邊的伴侶已經別有懷抱。為了挽救這段婚姻，我在事業和家庭之間作出了取捨；離開領導層的位置，換上主婦的角色。以為只要讓丈夫在事業上更自主強勢，就可以減少彼此的衝突。另外，

藉著多添一名孩子，希望進一步鞏固夫婦在家庭中的關係。但最終事與願違，丈夫變本加厲，到了2002年，他去意已絕，提出離婚……

經歷創傷與迷失

由丈夫出軌到我們離婚，超過六年的時間，我整個人被迫陷在一場無休止、無勝算、但又不能放棄的消耗戰中。撐到2002年他提出離家，原本身心已極度疲累，至此情緒直跌至谷底。日間，雞毛蒜皮的事情都會將我抓狂；晚上，疲憊不堪卻輾轉不能成眠，甚至嘗試自毀，這情況約有一年時間，起初還不曉得這是抑鬱症。

說也奇怪，我選擇尋求信仰的慰藉，事緣我在香港有一位投契的基督徒鄉里，她因工作經常往來深港兩地，我被她美好的婚姻關係深深打動。感恩及時藉著香港一位牧師和一位心理治療師的輔導，情緒得以疏導，終於熬過這段黑暗的日子。但我當時並未真正認識上帝，覺得他仍然離我甚遠。

夫婦離異，已是無可挽回了，只希望把對孩子的傷害減至最低，我要求子女要全歸我，避免家庭進一步瓦解。同時，把自己的股權全數賣掉給丈夫。原先的計劃是要專心照顧孩子，但在離開公司的剎那，想到多年努力，手上只剩得一個箱子，真是百感交集。模糊淚眼中，時光仿佛倒流至當年離家那一幕……隻身一人，一個包包，而眼前卻實實在在、是一家我用血汗建立起來的企業。我的內在誓言再一次發動，我一定要幹得比傷害我的人出色，活得比他更精彩！

想到子女仍年幼，漫漫長路，手上的一點錢，終會坐吃山空。為了保障他們未來的生活，我與一位朋友搭檔轉戰商業地產，她是這方面的專才，我再度拿出往日的拼勁，加上好勝心的推動，不過三四年功夫，累積的財產已遠超過去十年。雖然別人看來算是風光無限，但我的心靈已被霧霾深鎖，盡是迷失和空虛。

行過死蔭的幽谷

2006年夏天，女兒十四歲，剛上中學，而我已準備就緒，送她到英國就學。這幾年我一面帶孩子，一面為事業拼搏，開始有點心力交瘁。離婚時曾和前夫協議，他會定時探望子女，並在長假期領他們同住，可是，卻從來沒有兌現過承諾。

滿以為把女兒早點安頓在外，可以減輕我的壓力。可是，當我獨自一人坐在回國的航班上，心情竟是前所未有的沉重，而且心緒極度不寧，耳邊像有聲音提醒我，身體可能出了狀況，要盡快安排檢查。回家第二天，我便亟不可待入院，果然檢查出來的報告是“不良”，要第二天立即做手術。我還來不及消化整個病情，術後已出了更壞的化驗結果：腫瘤太大，已經擴散，必須盡快做全乳房切除手術。

這個消息把我的情緒推到崩潰邊緣，嚎啕大哭，實在是無語問蒼天！到底人生中還有什麼是我可以掌控的？我不禁對前夫新生怨恨，隱隱覺得，這個病是他慳出來的！

好不容易挺過手術，期間女兒天天來電話，嚷著要回來。她從小就缺乏安全感，難以適應彼邦孤單的生活，絕對可以理解。我唯有咬緊牙關，把病情隱瞞著，努力安撫她。然後，把兒子交託給保姆，獨自到上海接受化療電療，過程非常艱辛痛苦；女兒的去留又讓我傷透腦筋，幸好往日曾經扶助我一把的心理治療師，為我作了明智的決定，把女兒接到上海，讓她在我身旁繼續學業。

女兒原是個乖巧的叫人心疼的孩子，當她見到媽媽頭髮都掉光了，整個人都呆住了，不忍媽媽傷心，就一個人躲起來哭。沒想過她就這樣成長起來，隨即入讀上海的學校，竭盡所能，趕上了錯過的課業，給我很大安慰。相反，這個病讓我對前夫更添幾分恨意！我們在醫院見過兩次，頭一次在深圳，他坐了十分鐘就走了。第二次在上海，不但沒有送上慰問，還怪責我沒有把孩子帶好……我實在恨他，每次想起他，都會憤怒得握拳顫抖，甚至做惡夢！

祂給我更新和醫治

一如既往，在難熬的日子，自然想起信仰給我的力量，我便開始恒常參與教會聚會。經歷癌病，讓我更多思考人生無常和生命的優次。2007年完成療程后，悔悟以前對子女虧欠太多，決定不再戀棧個人成就，多放時間陪伴他們，也更明白患者的痛苦和家屬所需的支援。記得在一次病人小組聚會中，心靈被大大觸動，體會同路人互相扶持的重要，很希望能為乳癌病人出一份力。不過，那時的構想是我出錢，別人出力。

我知道運營企業和管理慈善事業是兩回事，而一個成功的病人組織，必須有健全的架構和專業的培訓。2009年，我到美國參觀當地的癌症協會，希望更多了解其中的運作，但在行程中心裡卻有一股強烈的催迫，仿佛上帝要我回去開展這個病人小組。當時著實有點詫異不解，暗忖我既不是社工或醫護人員，又從來沒有受過相關的訓練……現在才明白，神的意念真的高過人的意念，祂不單要使用我去祝福病患，祂要先給我更新和醫治，並要祝福我往後的人生。

記得在教會的一次小組聚會裡，一位師母談到基督徒不但要相信，更要認真對付生命中的罪，因為罪若仍在纏繞著我們，愧疚不能得著真正的自由。聖靈的提醒，猶如一面鏡子讓我看到心靈深處仍然埋藏著很多苦毒，當我以為自己已經放下，其實我還是牢牢抓著，沒有得到釋放。

2010年的元宵節，接到一個來電，是朋友應前夫請求打來的，希望我們可以平心靜氣吃頓飯。聽到前夫的邀約，多年積怨瞬間化作燎原烈火，一發不可收拾……話筒那邊，朋友可能給我的舉措嚇呆了，反應不來；忽然，連自己也很驚訝，我裡面竟有那麼多的恨！聖靈再次讓我看到自己的問題就是不肯饒恕，我為此懇切祈求天父幫助，因為我知道唯有

被天父的愛充滿，才能挪開這些苦毒和怨恨。

接著有一年半的時間，上帝透過一連串病人小組的“親密之旅”課程，讓我處理心理心底埋藏已久的傷痛。在學習饒恕的過程中，掙扎漸漸減少了，但上帝給我機會勇敢面對，還記得有一次我負責代領小組，其中一位組員，正是前夫的姐姐。就這樣，上帝多次打開我的傷痛，原來得醫治之前，我先要好好面對內裡的傷痛。

當女兒十八歲生辰那天，我把我這個機會，在家裡辦了一個筵席，請來了前夫和他的幾個姐姐以及家人。席間我給女兒一封信，提到自己在地年少時的虧欠，向她道歉，囑咐她要倚靠上帝，因為媽媽不知道，在人生旅途上能陪她多久。女兒淚流回應，說父母雖然離異，她依然感到幸福，感恩有上帝在這個家庭當中，又有個好媽媽。我聽了非常欣慰，在場的每個人都感動落淚，這是復合的第一步。往後，在我開展病人小組以前，上帝繼續醫治我心靈的傷痛。

我和前夫破天荒通過書信、面談，處理了往日婚姻裡許多不是和誤解，互相道歉，彼此饒恕，並且能為子女成長的好處，定下合作的方案。雖然我們沒有復合，但能夠復和，已是很大的神跡。沒錯，在神實在沒有難成的事！更感恩上帝使子女的心靈也得到醫治，他們和爸爸的關係逐步改善，從仇恨到親愛。往日稱前夫為“那個人”，然後是“Mr. F”，最後是“爸爸”。以前逃避見面、交談，現在可以吃飯、同住。

蒙福的服侍

2011年我在上海成立首個關懷乳癌病人的組織，當時只有一位同工，一切都在摸索階段。感恩幾年間，“粉紅天使”事工已經漸漸建立起來，義工團隊人數愈趨穩定，為乳癌病人提供持續的全人關懷。我知道並不是靠什麼才幹或人脈，而是天父親自供應，並感動一個又一個“天使”加入行列，一起以上帝的愛去服侍。

我在人生的路上馳騁過、掙扎過、失落過，更是失敗過。但原來上帝沒有讓我白白吃苦，祂在我生命跌宕之時不但尋找我、擁抱我，還給我不再一樣的生命。祂要讓我的人生展開更美的一頁，而且不再是為自己而活，乃是為他而活。雖然前面的挑戰仍多，但深信上帝的恩手會代領我們的隊工，讓我們繼續在這蒙福的服侍中成長。



2017年1月14日，MD Anderson醫院講師來光鹽社舉辦“癌症后的健康生活互助小組”，指導參加者使用彈力帶做運動。



光鹽社 (Light and Salt Association)

9800 Town Park Dr., Suite 255,
Houston, TX 77036

The printing of Light and Salt monthly newsletter is supported by Cancer Prevention and Research Institute of Texas. Thanks for their support! The project described was also supported by Funding Opportunity Number NAVCA150257-01-00 from the US Department of Health and Human Services, Center for Medicare & Medicaid Services. The contents provided are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of HHS or any of its agencies.

「你們是世上的鹽...你們是世上的光...你們的光也當照在人前，叫人們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。」(馬太 5:13-16)

光鹽社為政府註冊之501(c)(3)非營利組織，期望藉由結合一群華人及社區資源，不分宗派，不分族群，本著聖經教導基督徒應做世人的光和鹽為原則，關懷並服務大休士頓地區極需幫助的人。

光鹽社辦公室：

電話：(713) 988-4724 網址：www.light-salt.org

中國癌友專網：<http://sunnyembrace.wix.com/Isacancercare>

E-mail：Isahouston@gmail.com 地址：9800 Town Park Dr., Suite 255, Houston, TX 77036

Facebook：光鹽社 Light & Salt Association

辦公時間：上午 9 時至下午 5 時，週一至週五

光鹽社西北辦事處：

13130 Perry Road, Houston, TX 77070

電話：(281) 506-0229

光鹽社東南辦事處：

503 N Austin St, Webster, TX 77598

電話：(281) 338-1929

服務項目

1. 光鹽社癌友關懷網

- 專題講座及一般互助小組（每月第一及第三個週六下午 2-4 時）
- 乳癌互助小組（每月第二個週六下午 2-4 時）
- 電話諮詢及後續關懷、關懷探訪
- 免費假髮、帽子、義乳、營養諮詢
- 免費中英文癌症資訊及書籍、DVD
- 病患協助、福利申請及資源轉介
- 交通接送、中英文就醫及資訊翻譯
- 免費乳房攝影（限低收入和無保險者）

2. 光鹽福音廣播網（請由 www.light-salt.org 或 <http://fly1320.webnode.com> 網上收聽）

- 心靈加油站（每週一 9:30-10:00am, AM 1050）
- 粵語廣播網（每週一至五 3:00-3:30pm, AM 1050）

3. 光鹽健康園地

- STV 15.3（每月第一及第三個週二，7:30-8:30 pm）

4. 光鹽社特殊需要關懷中心（www.lightsaltsncc.org）

地點：光鹽社辦公室（9800 Town Park Dr., Suite 255, Houston, TX 77036）（每月第三個週六 11:30 am 到 2:00 pm）

5. 冬衣捐贈、長輩關懷、月訊及年刊



CANCER PREVENTION & RESEARCH
INSTITUTE OF TEXAS