



光盐社 Light and Salt Association

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。

角聲、光鹽社聯合主辦（免費課程）

陪我走過哀傷路— 哀傷課程及支持小組

課程日期：2019年8月10日到10月26日 共12 課

上課時間：每週六上午10點到12點

地點：7001 Corporate, Suite379

(角聲社區中心辦公室)

課程內容包括認識哀傷，哀傷過程，哀傷與家庭，關係重整、生活重整，面對節日，新生活、新盼望等內容。希望藉由這個課程幫助失去親友者面對哀傷及走出哀傷的失落。

報名電話：713-988-4724或713-270-8660

報名網址：www.cchchouston.org

恕不設兒童看顧

廣播與電視節目預告

光鹽健康園地

Tuesday, July 2, 2019

7:30 - 8:30 pm

美南電視台 ITV15.3

主題: 認識焦慮症及其治療

講員: 林呂寧華 專業心理輔導師

粵語飛揚 (AM1050)

每週一至五

3:00 - 3:30 pm

上網收聽 <http://fly1320.webnode.com>



遭遇癌症，希望在哪里？

——专访“光盐社”癌症关怀事工

本文轉載自【海外校園】

受访者：邓福真

采访：博学

在一个癌症频发的时代，我们该如何面对不可知的未来？遭遇绝境时，生命的支点在哪里？我们应如何关怀癌症患者？……

带着这些问题，在朋友的引荐下，我访问了“光盐社”的理事长邓福真姐妹。

光盐社是一个非营利组织，由美国休斯顿的一群华人基督徒组建，其宗旨是秉持圣经教导基督徒要爱人如己，并在世上做光做盐的原则。“癌症关怀”事工是该组织的主要事工之一。

博：您是出于怎样的异象或呼召，选择了这个相对边缘的事工？

邓：2002年我42岁，突然被确诊为乳腺癌。当时，老大上小学4年级，老二准备上1年级。虽然我在大学时已经受洗，但并没有真正认识神，跟主耶稣也不亲密。当我得知自己要面对死亡时，非常恐惧。在这个过程中，我开始思考信仰，比如为什么苦难会发生在我身上？慢慢地，神使我看见，苦难是神化妆的祝福。

我在美国20年，想找病友交换经验，却不易。但我的家人还是帮我找到了几位。我想，如果连我都有这样的问题和挑战，那么其他英文不好、资源不多、来美不久的华人，在面对癌症时该怎么办？

我生病时，有位师母常给我打电话，安慰和支持我。我自己情况好一点时，就想也要去帮助其他患者。我原计划5年后再来做这事，但治疗两三年后，我的另一边乳房也有了问题。我突然领悟到：人的寿命掌管在神的手中，神给每个人的路并不一样。

既然如此，不如想做什么尽快去做，免得留下遗憾。于是，2006年，我开始在光盐社做义工，当时，我只是想把患乳腺癌的姐妹联络在一起，成立一个互助小组。加入光盐社之后，我发现有很多事情可以做。再加上我曾在大学教书，也累积了一些抗癌经验，就慢慢投入更多时间，直到现在。

博：有人认为，现在到了癌症高发时代，您认为这背后的原因是什么？

邓：如果单从数据来看，确实很高，因为现在人口基数很大；但如果从癌症的爆发率和死亡率来

看，其实数据背后是有故事的。

首先，癌症最大的风险因素就是年龄，年龄越大，患癌率就越高。比如目前，在美国，乳腺癌患者的平均年龄是 62 岁。而 1900 年，人的平均寿命不到 50 岁，癌症患病率自然不高。而到了 2018 年，人的平均寿命，男性 76 岁，女性 81 岁，参照癌症患者的平均年龄来看，癌症发病率就很高。

其次，现今医疗水平普遍提高，早期癌症筛检正在普及。癌症发现越早，越容易进行医疗干预。另外，随着医疗技术的进步，癌症治疗的效果也越来越好。在美国，已有上千万的癌症幸存者。在过去十几年中，癌症的死亡率一直在降低。我在服侍中发现，2012 年光盐社开始国际病友事工时，很多国内的肺癌病友来美治疗，那时肺癌死亡率很高；但这几年，治疗肺癌的各种靶向新药诞生，我们看到几位肺癌病友，来的时候奄奄一息，因为找对了靶点，用对了药，病情得到有效控制，甚至有些人基本治愈，平安回国。

所以，我并不认为现在是癌症爆发时期。当然，各项研究表明，不良的生活习惯，如抽烟，对肺癌等癌症有不良影响。另外，过度肥胖也是目前被公认的一项致癌因素。

博：您所服侍的癌友，都是基督徒吗？如果有非基督徒，会向他们传福音吗？

邓：当然有非基督徒，向他们传福音正是“光盐社”的目的。我常看到一些病人身体治好了，却得了抑郁症；而有的患者虽然身体未得医治，但因为认识了上帝，走时充满平安盼望。

至于如何向非基督徒病友传福音，其实耶稣是最好的榜样，我们做的就是效法耶稣。病人向我们寻求帮忙，大部分是些很实际的工作，例如，开车载他们去买菜、陪同就医做翻译、交通接送，等等；也有少数人想要去教会，这通常是我们最欢喜看到的，教会里的牧者和老师，也能为他们做一些心理上的辅导。在帮助他们的过程中，我们会慢慢了解对方，分享福音。

我个人比较喜欢陪患者就医，因为看病时间很长，有机会聊天。我不会告诉他们应该怎么做，而是分享我当年抗癌的心路历程、我的恐惧，以及我是如何走出来的。这对他们来说，并不像是在传福音。癌症病人和家属常常专注身体的治疗，如果一上去就给他们讲真理、讲基督，他们会比较反感。传福音需要考虑对方的处境，具有同理心。

所以服侍时，首先要满足他们实际的需要；其次建立好感和信任；最后一步，才是有智慧地传福音。

博：您认为基督信仰对于癌症患者，有哪些积极意义？

邓：基督信仰对癌症病人来说太重要了！癌症病人最怕的就是治疗的不确定性，担心会死亡。而面对死亡，唯一的办法就是基督信仰带来的永生的盼望。基督信仰也可以帮助家属在陪伴亲人进行治疗的过程中，经历心灵的医治，学习正确地面对苦难。

几年前，有一位从沈阳来的肺癌病人，刚来时身体状况蛮好，接触信仰后，委身于华人教会，并且受洗，成为基督徒。他一向乐观，在国际病友群中积极分享，帮助其他人。两年后，病情忽然恶化，他的太太和光盐社的同工都特别难过，他却安慰我们说：“哭什么呢？我现在要去见主的面，这是一件很好的事情。”他还告诉太太，他要捐献眼角膜，因为他很爱看书。

在他去世前几天，我去看他，他的主治大夫也来和他做最后告别。他请我翻译说，他特别感谢这位主治大夫，两年多以来尽心尽力地照顾他。我当时想，他花这么多钱来美治疗，病也没治好，还能如此感恩，这种爱只有在基督里的人才有。他还特别欢迎这位主治大夫带她的小孩到沈阳去玩，并交代太太要代替他好好地招待他们。

这一幕，让我至今难忘。他如此乐观，有永生里的信念，我相信，他太太虽心中不舍，但也比较

能接受丈夫离去的现实。

博：您认为当下哪些生活方式是相对健康的？

邓：因为我不是医生，并不专业，只能结合自己的经验简单谈谈。健康应该分两个部分，身体的健康和心灵的健康，二者彼此相关。

美国是医疗水平先进的国家之一，但美国人平均寿命比欧洲其他国家都低很多。这与美国人日常的生活形态和饮食习惯有关。美国人普遍吃得很好，不光是肉食，还有很多垃圾食品，以及过多的糖分摄取，再加上缺乏运动。美国肥胖患者很多。所以我认为，平衡的饮食很重要。不用特别追求补品，回归自然、多运动会更有益于健康。

最后我还要强调，人的寿命真的是由神决定。身为基督徒，我们相信永生，但永生不是肉体生命的延续。更重要的是，信徒要与神建立关系。这个关系才是永恒的，不会因为肉体上的软弱而消失。所以，不可忽视的是灵里的健康。

结语

聆听邓老师的分享，感受到她的疼痛和喜悦。服侍这些被苦难压伤的生命，需要极大的勇气和毅力，也需要从主而来恒久的爱。

我们不知道癌症这个世界难题，会不会在未来的某一天被攻克，但从某个角度来说，苦难在这个世界上从来都不会消失。在一个被罪玷污、一切受造之物都伏在叹息劳苦之下的世界上，唯有耶稣基督那温和、有力的忠告，会带给我们走下去的力量和盼望：

“我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上你们有苦难，但你们可以放心，我已经胜了世界。”（《约翰福音》16:33）

光鹽社又開展新業務了！

自即日起，光鹽社開始提供金卡申請協辦服務！

只要您：

1. 18 歲以上
2. 目前居住在哈里斯縣
3. 家庭收入低於聯邦貧困縣的 150%

想了解更多資訊，歡迎致電光鹽社 713-988-4724

你是新婦祭司

作者：高棠

保羅對哥林多教會說：“我為你們起的憤恨，原是神那樣的憤恨，因為我曾把你們許配一個丈夫，如同貞潔的童女，獻給基督，我只怕你們的心或偏於邪，失去那向基督所存純一清潔的心，就像蛇用詭詐誘惑了夏娃一樣（哥林多後書十一章2、3節）”

彼得在彼得前書二章9節，對亞細亞教會說：“惟有你們是被揀選的族類，是君尊的祭司，是聖潔的國度，是屬神的子民，要叫你們宣揚那召你們出黑暗入奇妙光明者的美德。”

約翰在拔摩海島承接神的啟示時所記：“我聽見好像群眾的聲音，眾水的聲音說：‘哈利路亞！因為主我們的神，全能者作王了，我們要歡喜快樂，將榮耀歸給祂，因委羔羊婚娶的時候到了，新婦也自己預備好了，就蒙恩得穿光明潔白的細麻衣，這細麻衣就是聖徒所行的義。’天使吩咐我說：‘你要寫上，凡被請赴羔羊之婚筵的有福了。’（啟示錄十九章6-9節）”

耶穌在離世前對門徒說：“不是你們揀選了我，是我揀選了你們，並且分派你們去結果子”（約翰福音十五16a）。“你們現在也是憂愁，但我要再見你們，你們的心就喜樂了，這喜樂也沒有人能奪去。”（22節）“我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安，在世上你們有苦難，但你們放心，我已經勝了世界（33節）：”你們心裡不要憂愁，你們信神，也當信我，在我父的家裡有許多住處，若是沒有，我就早已告訴你們了，我去原是為你們預備地方，我若去為你們預備了地方，就必再來接你們到我那裡去，我在那裡，叫你們也在那裡。（約翰福音十四章1-3節）”

神讓人有長壽，為給人在祂國裡能有更多預備，並不是叫我們做一個“等吃，等睡，等死”的三等公民，讓我們一起勉勵。



All of Us
RESEARCH PROGRAM

醫療健康的未來由你開始

如何參與？

1. 三個健康問卷調查
2. 基本身體健康檢查 (身高 · 體重 · 和血壓等)
3. 血液和尿液樣本收集
4. 完成上述要求后，您將會獲得\$25 的報酬。

完成三份問卷調查，你將會從光鹽社獲得\$10 的禮券

欲知道更多或想參與此項計劃：

請參閱：JoinAllofUs.org/LSA; 郵箱：help@joinallofus.org;

電話：(844)842-2855 或 聯繫光鹽社: (713) 988-4724