

光鹽社 Monthly Newsletter

March 2008

『關懷者一日學習營』

光鹽社癌友關懷網邀請相關專家與醫療專業人士，為華人社區設計了「關懷者一日學習營」。癌症的診斷對一個人的影響是全面性的，包括身體、情緒、心理與心靈等方面；因此，一個好的關懷者除了愛心與熱誠以外，還需要裝備自己，學習關懷技巧，和熟知社區可利用的資源，這樣才能達到真正的陪伴癌症病人及家屬走過癌症治療過程。我們希望這一日學習營就好像是加油站，希望有心參與關懷的人士，能得到一個加油充電及相互交換訊息的機會，名額有限，歡迎踴躍報名參加。

時間：4月5日, 星期六, 上午8:30 ~ 下午4點

地點：華人聖經教會 (6025 Sovereign Drive, Houston, TX 77036)

費用：\$5.00 (包括早餐、午餐、講義費)

學習內容

- 8:30 - 9:00 報到 (備有早餐)
- 9:00 - 10:00 癌症新知與認識癌症治療副作用
(講員：陳康元醫生)
- 10:00-11:00 癌症治療期間的營養需知
(講員：王琳博士)
- 11:00-12:00 如何把信仰帶入癌症病友的生活中
(講員：林立元牧師)
- 12:00-12:30 午餐
- 12:30- 13:00 音樂治療
(講員：蘇森源牧師)
- 13:00 -14:00 關懷與聆聽的技巧訓練(有中文翻譯)
(講員：Audur Bardardottir, RN, MSN, UT M D Anderson Cancer Center)
- 14:00- 15:30 醫療保險、長期看護、醫療照護事前指示 (講員：Harvey G. Garza, 饒美華、江桂芝)
- 15:30- 16:00 社區資源介紹 (講員：鄧福真)

報名處：光鹽社辦公室 (713-988-4724)

目錄:

TABLE OF CONTENTS

活動預告	2
癌友關懷專輯	3
特殊關懷	6
心靈加油站	8
光鹽家訊	9
服務項目	10

顧問	陳康元 王禮聖 沈彥偉 袁昶黎 黃嘉生 劉如峰
理事長	鄧福真
副理事長	錢正民
總幹事	孫紅濱
財務	葛 芊
理事	孫威令 劉海珊 朱法山 蘇森源 劉佳嘉 葛 芊 郭穎 韓 雯 曹 松 劉會緣
製作中心主任	胡北祖
行政助理	林麗媛
癌友關懷	唐萬千 鄧福真 廖喜梅 劉佳嘉 韓 雯 錢正民 黃惠蘭 盧麗民 黃玉玲 蘇韻珊
福音廣播	陳莉莉 江桂芝 孫威令 李淑美 唐萬千 朱宗禮 黃雅梅 冷國總
特殊關懷	曹松 曹王懿 謝美華 彭灼西 劉山川
財務委員會	孫威令 葛 芊
審計委員會	江桂芝 劉海珊
移民諮詢	沈彥偉

關懷中心



光鹽社關懷中心自二月份正式啓用。

為進一步服務華人社區，光鹽社將原辦公室〈位於中華文化中心 258A〉重新佈置為適合協談及提供各項資訊的關懷中心。歡迎癌友及家屬或有特殊需要的朋友使用。詳情可與辦公室聯繫。電話：713-988-4724

The printing of Light and Salt monthly newsletter is supported by Texas Cancer Council and Susan G. Komen for the Cure-Houston Affiliate. Thank you for their support!



一般癌症及專題講座

主題：認識醫療保險, 長期看護及
醫療費用相關的省稅方法

講員: **Harvey G. Garza, President, Memorial Financial Services Corp.**

饒美華女士, 慈心家庭醫護中心
江桂芝會計師

有中文翻譯, 免費入場, 歡迎有興趣人士踴躍參加!

時間: 4/5/08 星期六下午2至4時

地點: 華人聖經教會 (Chinese Bible Church)
6025 Sovereign Dr., Houston, TX 77036

聯絡電話: 713-988-4724; 281-799-7574



光鹽乳癌互助小組

主題: 一起來做瑜珈

講員: 張仁美老師, 文化中心瑜珈老師

根據2006年M D Anderson癌症中心的一項研究報告, 乳癌病人在治療期間做瑜珈, 可以降低治療所引起的副作用, 改善體能活動及病人的生活品質。4月份的乳癌互助小組聚會特別邀請文化中心的瑜珈老師張仁美老師來為我們大家示範一些基本的瑜珈姿勢; 張老師特別強調, 姿勢的正確是很重要的, 不正確的姿勢不但沒有達到預期的身心靈平衡的效果, 反而會造成身體傷害。因此, 當天張老師會帶領大家一起做瑜珈; 如果家裡有專門做瑜珈的墊子, 請務必帶來, 另外, 可以帶一條大毛巾且二小時前不要進食。特別注意這次的聚會的時間及地點都有所調整。

時間: 4/12/08 星期六下午 1 至 3 時

地點: 中華文化服務中心, **Dance Room**

9800 Town Park Drive, Houston, TX 77036

聯絡電話: 713-988-4724; 281-799-7574

光鹽社廣播節目- 心靈加油站

每週三8:30-9:00am. 於AM 1050 播出 或上網
<http://www.scdaily.com/radio/station.htm>



主題: 認識光鹽社特殊關懷中心

今年一月, 一群來自各教會的父母們, 成立了光鹽社特殊關懷中心; 其目的是要結合教會、社區及父母的力量, 去幫助「家有特殊需求小孩」的家庭。四月份心靈加油站將訪問特殊關懷中心的數位創始義工, 請他們談談該中心成立宗旨, 服務項目及未來藍圖。四位父母也將分享自己「如何從養育自閉兒的逆境中看見主恩」的心路歷程。機會難得, 歡迎收聽並介紹給其他有相似經驗的人收聽。

四月份節目表

4/2	好消息! 光鹽社特殊關懷中心成立了 (1) - 訪問創始義工群: 曹松、孫明美、David
4/9	好消息! 光鹽社特殊關懷中心成立了 (2) - 訪問創始義工群: 曹松、孫明美、David
4/16	我的自閉兒教導我什麼是真愛 - 訪問David
4/23	甜蜜的使命 - 訪問曹松夫婦
4/30	我的女兒「以諾」; 神派來的天使 - 訪問以諾的媽媽

光鹽社特殊關懷中心四月份聚會

時間: 四月十二日, 星期六, 下午3 - 5 時

地點: 台福教會

(12013 Murphy Road, Houston, TX 77031)

聯絡電話: 曹松 281-265-5435, 713-822-0661

『新心樂悠揚』

休士頓華人青年音樂家演奏會

Tickets: \$35, \$45, \$55, \$150

時間: 四月六日 (星期六), 下午5 - 7時

地點: **Stafford Centre, Houston, Texas**

聯絡電話: Tel. 281.568.0831



癌症與中醫食療保健

張雅萍博士主講
韓雯記錄

三月一日光鹽社邀請到華美中醫學院的張雅萍博士為我們演說癌症與中醫食療保健。張博士在來美之前，在中國哈爾濱從事婦科中西醫師工作二十六年，她也是黑龍江第一位婦科博士，經常舉辦各式講座；到了休士頓後，又成為德州第一位中醫女博士。平日除了診病外，也在華美中醫學院教授課程。

張博士首先指出雖然癌症往往是一種不可治愈的疾病，但大量的醫學研究表明，飲食營養合理，選用食物得當，重視飲食保健，癌症是可以預防、減少預防和對抗的。“食療”是食物療法的簡稱，是中國的“國寶”；中國是食療的古國，同時又是一個食療的大國。食療是海內外炎黃子孫所崇尚的獨特療法。

預防預防抗癌症的飲食原則包括：

- (1) 應進食滿足人體所需要的足夠營養素和維持患者良好的營養狀態，增強機體的免疫功能以支持抗腫瘤的治療。
- (2) 多吃新鮮蔬菜和水果，以及包括各種豆類和菌、藻類食物。全麥面粉、玉米粉、核桃仁、蓮子、紅棗、葡萄干、花生仁等。
- (3) 多食用海魚以及多食魚類等水產品。每日服食酸奶，最好用低脂或無脂的酸奶。
- (4) 癌症患者應絕對禁忌煙、酒，少食辛辣生冷、油膩肥甘食品。對於可引起腫瘤細胞生長，導致舊病復發的食物，如蝦、蟹之類，也應少食或忌食。

張博士為大家介紹了二十五種常見防癌抗癌食物及十八種抗癌藥膳的常用藥物。張博士提供的資料包括對抗不同腫瘤的藥膳食譜。張博士的知識淵博，經驗豐富，為我們準備了很多資料，大家聽了都意猶未盡。



三月八日光鹽社的乳癌互助小組聚會，又請到了張博士為我們專門針對乳腺癌的中醫食療保健作更深入的探討。張博士說：乳腺癌並不可怕，它的發病原因最初都是由於乳腺中有腫瘤形成，很多乳腺癌開始是輸乳管的表面細胞產生腫瘤，還有一些是因為乳腺小葉上生成腫瘤。晚期乳腺癌階段，腫瘤入侵輸乳管、乳腺小葉壁或胸部脂肪而形成。癌症還會影響與腫瘤器官相連的淋巴結而導致腫瘤轉移（即身體其他部位產生腫瘤）。

婚育、膳食和遺傳因素，是乳腺癌產生的主要原因，不正確的膳食和營養能對女性乳腺癌產生催化作用，所以針對原因來預防，可在食療方面多加注意。張博士介紹了一些中國、日本、美國的乳腺癌增長資料，這些與營養過剩，超重肥胖等都有些許關係。女性飲食的無常製造成肥胖，過多脂肪有利於此雌激素刺激乳房增生，形成癌變。此外絕經後的女性為了改善性生活和美容，常常使用激素用品，都有可能造成乳腺癌增多的原因。所以要預防乳腺癌的發生，減少脂肪攝入和適當鍛鍊是最好的方法，自我保健與自我檢查也非常重要。如果發現得晚，可能喪失生命。

張博士為我們介紹了許多常見防治乳腺癌的食物：含碘的食物—醫學流行病學研究資料表示：缺碘與乳腺癌的發生有密切關係，各種海產品富含碘，大量食用海產品的日本人乳腺癌發病率就很低，含碘高的食物中，海帶、海藻與魚都很好，蝦蟹對正在治療中的人不好。

大蒜—可抑制癌細胞分裂，對乳腺癌、鼻咽癌、肝癌，和宮頸癌均有一定的抑制能力。大蒜中含有一種新的氨基酸，能抑制腫瘤細胞的繁殖，有抗癌作用；只是大蒜的氣味不好，可在週末晚上不出門時多吃一些。日本人想研究無味大蒜，一位聽眾也是病友稱在休士頓的健康食品店已可購得一位中東人研發出的小型無味大蒜。

(轉下頁)

(接第三頁)

泥鰍—肉質細嫩，營養價值很高。中醫認為，泥鰍味甘性平，功專暖中益氣，解毒祛濕，其滑粘液，有解毒消腫作用。近代醫學研究資料表明，泥鰍也是防癌食品。日本民間使用泥鰍製品治療乳腺癌，有一定療效。

山慈姑—含秋水仙碱(Colchicine)，是一味中藥，並不是超市中可買到的慈菇，是一種草藥，在天津市有110例用複方秋水仙碱治療乳腺癌。但是山慈姑有小毒，不能長期服食。

木瓜—近年來許多實驗研究資料表明，木瓜對艾氏腹水癌細胞及肉瘤均有抑制作用，也對宮頸癌、乳癌細胞有抑制作用，目前，木瓜及木瓜製劑主要用於乳腺癌、肺癌、食管癌、宮頸癌及大腸癌等癌症術後腸粘連等的治療。

人參—可大補元氣，補脾益肺，生津止渴，扶正安神，是最有效、最有名的補養植物。據古醫書記載，現代藥理學研究證實，人參具有增強機體對有害因素如高溫、低溫、毒物、腫瘤等的防禦能力；還可增強機體的免疫功能，提高癌症患者的抵抗力，從而抑制癌的生長。臨床實踐也證明，人參的確具有較強的抗癌功能，現常用於胃癌、肺癌、大腸癌、乳腺癌、甲狀腺癌、淋巴肉瘤、鼻咽癌、宮頸癌等。

卷心菜—英文叫BRUSSELS SPROUTS可以有效的抵禦乳腺癌。科學家們稱他們在綠色蔬菜中發現了一種可以殺死乳腺癌細胞的化學元素，這種元素與我們使用的化療的原理是一樣的。此前，曾有科學家研究發現常吃綠色蔬菜可以預防乳腺癌，但是這項研究結果表示綠色蔬菜在治療乳腺癌方面也可以發揮很好的作用，例如花椰菜與西洋菜。

張博士建議大家吃飯應是吃菜的四分之一，多吃魚少吃肉，多吃綠色的菜對抗癌有很大的幫助，也要吃黑色的食物如黑木耳，黑米等。張博士還為我們準備了三種防治乳腺癌的藥膳食譜，有蟹殼酒，蘑菇荸薺菱角湯，與海藻山慈菇牡蠣湯。

但多數癌症的發生，較可能由“飲食、生活習慣及居住環境”三者交互影響。癌症發生率日益增加的因素之一，即是國人近年來飲食習慣的改變。

根據調查顯示，現代人高脂飲食、少運動、吸煙及年輕女性初經早、停經晚等因素影響，導致結腸直腸癌、女性乳癌和口腔癌有上升的趨勢，所以如何調整飲食才能預防癌症的發生，應是國人目前注意的健康議題。預防癌症，飲食可從以下的九大要點著手：

1. 新鮮且有變化的均衡飲食
2. 蔬果是防癌的捷徑
3. 增加纖維質的攝取量
4. 減少含高脂肪食物的攝取
5. 避免經常進食醃製、烟燻和燒烤食物
6. 避免其他食物中的致癌物質
7. 限制攝取酒精性飲料
8. 增加體能活動以維持正常體重
9. 定期作癌症篩檢

張博士再次指出一些關於乳腺癌的研究報導，強調多吃魚可預防乳腺癌，日本一個研究小組發現，因為魚脂肪中的成份對癌細胞有抑制作用，所以常吃魚的人患乳腺癌的危險性降低。美國的研究也發現綠茶可預防乳腺癌。此研究小組建議人們每天喝三到五杯綠茶以預防癌症，綠茶、紅葡萄酒和橄欖油中所含有的多酚，能夠防治多種癌症。

最後，張博士還談到乳腺癌術後的調養與合適的飲食。她說乳腺癌術後應該儘早活動患側上肢，患肢功能恢復時，可以太極拳等鍛鍊強身。乳腺癌術後並應多服補氣養血，寬胸利膈之品，如橘子、薄荷、桂圓、大棗、海參、甲魚、薏米粥、淮山藥粉、絲瓜、紅蘿蔔、蓮藕等。同時要保持精神愉快，避免情緒激動或抑鬱，並定期到醫院複查。

張博士對乳癌病友的演講採取開放問答式，很多病友越問越起勁，連其他病症或配偶的病症也一併問及，張博士也談到因病治療過後，造成骨質疏鬆症可多吃穀類、花生皮、花生、大棗等，尤其重要的是多運動。





家人得癌症了, 怎麼辦?

蘇森源 牧師

二零零七年九月初返鄉參加四姐的告別式,雖然悲痛不捨,卻因為她一生愛家愛人愛主,同時感到欣慰. 告別禮拜中播放著她六月在她所屬教會主日頌恩團契獻詩時讀唱的片段,她已經到達天庭與天使天軍一同敬拜讚美,她那甜美的歌聲並沒有因為肉身的衰亡而消退. 回到休士頓偶而於睡夢中見到她那微胖健康的臉龐與笑容. 在上帝的國度裡,我確信她繼續健康的活著.

四姐因為多年爲了公司業務跑銀行過馬路,一天下午被車撞個正著,斷腿住院,打了不少抗生素,也許因爲如此,不久即發現腎功能不行,需要洗腎. 每次洗腎回來,只見她十分疲倦,嗓子啞了,夜裡腿抽筋需要起來泡熱水浸泡. 看她的手臂多處裝置嚙管以便洗腎,一個嚙管壞了,開刀再挖一個嚙管,如此一週三次經歷了十六個年頭,她不再像年輕時(洗腎前)健康好動. 圓嘟嘟可愛的臉蛋,還曾是初中排球校隊. 四姐開始洗腎後,必須嚴格控制飲食與喝水量,以配合洗腎的要求. 後來,經醫師診斷,發現失去功能的腎已轉成癌腫瘤,且已蔓延至臨近器官. 最後住院六十八天,動了三次手術,未能挽回她的性命. 爲了懷念我的四姐,我寫了"耶穌恩友新唱"記念她... 在主的懷裡永享平安,完全的平安. 同時,我也烤貝分送給其他的兄弟姐妹.

爸爸媽媽有九位子女,除了四姐外,和我很談得來的二姐,也是我英文的啓蒙老師,曾爲護理人員的她,也得了直腸癌,如今手術後,作息恢復正常. 唯一的胞兄也在驗尿時發現零期膀胱癌,經歷多次局部化療,視力減弱,體力不如往日. 大哥年輕時虎背熊腰,個子不高,卻相當健美,他是我體操的啓蒙老師與游泳教練. 光陰似箭,轉眼間我們都步入中年,一向都很健康的同根生,一個個罹患癌症,一個走了,兩個倖存. 看看自己,也五十好幾,疾病的攻擊肉體的衰殘總會到來,我不能再誇口自己是罕見的"飛毛腿",體能過人. 我不得不再次省思,如今我所以活著,乃是神的恩典與憐憫,我必需認真活在當下,今生才能少些悔恨與遺憾.

家人得癌症了怎麼辦?這對你我都是一個威脅. 我們因此該好好顧惜身體,因爲我們的身體是聖靈的殿. 我們也當因著擁有健康向神感恩. 同時,要善待罹癌的親人和兄弟姐妹,我在電話中爲哥哥禱告,邀約他有空來美國靜養走走;去年回去把二姐家泛黃多年的客廳牆壁重新粉刷,姐夫姪女們也都非常高興. 由於癌友們身心靈都面臨極大的衝擊與變化,他們會經歷害怕. 擔心. 恐懼. 徬徨. 喪志,他們有很多的"萬一"... 除了噓寒問暖,讓我們舉起聖潔的雙手,常常爲他們祝福禱告,也早日讓他們認識救主耶穌,祂曾背負十架,爲我們捨命,經歷無比苦痛,卻復活爲我們預備了永生—信主的人雖然死了也必復活,這就是永恆的盼望. 我相信我的四姐,如今享受在主的懷抱中,她不再需要洗腎,不再抽筋,不再沙啞失聲,不再需要嚴苛控制飲食以求生存. 她已經完全自由了,在那裡只有喜笑沒有淚水,在那裡不必開刀,因爲已經痊癒了! 在那裡有永遠的平安與喜樂.

社 區 資 訊

休士頓台灣長春會保健會醫學講座:

日期: 公元2008年4月7日(星期壹)下午二點至四點。

講員: 王懷璿醫師。

講題: 高齡醫學(三)。

日期: 公元2008年4月14日(星期壹)下午二點至四點。

講員: 王懷璿醫師。

講題: 高齡醫學(四)。

地點: 5885 Point West, Houston, Texas。

光鹽社特殊關懷中心二月份聚會後記

曹松記錄

地點：台福教會 時間：二月十六日下午3-5時

1. 歡迎新朋友- 蒲楊及黃芳夫婦。

2. 詩歌讚美

台福教會程弟兄帶領大家唱詩歌,開始我們的聚會。聖靈借着優美的詩歌給大家帶來平安喜樂的心。

3. 分享

曹松和彭灼西弟兄分享他們參加在亞特蘭大舉辦的自閉症行為分析世界大會的體會和收穫。要點如下：

曹弟兄：

大約有1000多人參加會議,大部分為從事[行為分析]的學者,研究人,及臨床服務人員。有大量的書籍,資料,及相關信息供購買和訊問。並有相關服務的機構,學校,和公司參展。大會邀請10餘名世界知名行為分析專家給予演講。按照[特殊關懷中心]一月份會議決定,批准2000美元預算用來購買特殊需要有關的書籍,教材,和資料,彭弟兄代表我們[特殊關懷中心]購買了約1600美元的書籍,教材,和資料。下次月會帶來供大家閱覽和使用。

除了有關行為分析在自閉症應用的技術和方法外,對一位講員(10歲自閉症男孩的母親)的演講頗受感動。有主要以下幾點：

[1] 每個自閉症孩子都可以學習 (Every kid can learn), 不同之出在於需要學習的時間長短不同。有的需要長一些時間來學習或學會某些技能。孩子早期治療要比晚期治療效果會更好。不要放棄, 一輩子都不要放棄。我兒子今年18歲, 我不放棄。我們對他們不斷的要有新的標竿, 更高的標竿。這樣你的孩子才會不斷的恢復, 不斷的提高。我們正常人不是也要[活到老, 學到老]嗎?

[2] 對於孩子的恢復和治療, 家長要負主要責任 (Parents are responsible)。家長要積極的同有關專家, 醫生, 學校結成一個團隊來幫助你的孩子恢復和治療。主要的責任在於家長。孩子恢復和治療的效果與家長的投入

密切相關。家長應當尽可能的了解和掌握行為分析訓練的原理和方法, 積極地參與和主動地尋求適合你孩子的各種療法。

[3] 自閉症或其他智能有障礙的孩子或成人, 在神的眼里同樣寶貴。他們同其他人一樣都有他們應有的尊嚴和人格。家長不要自卑。要敢於面對事實。不要把孩子關在家中, 要讓孩子多同外界接觸。這樣更有助於幫助孩子恢復和治療。

[4] 行為分析療法或其他療法, 都應當創造一個讓孩子能高興或有興趣參與或學習的環境 [Have a fun to learn]。我們在安排我們的活動或技能培訓的時候, 要盡可能的讓學生高興或有興趣地參與。

[5] 帶領孩子到教會, 認識神, 參與教會的活動, 把教會作為屬靈的家。我們父母不能照顧孩子一輩子。我們有一天要離開這個世界時, 會有神借著他的教會和有愛心的弟兄姊妹們來照顧他們。

彭弟兄：

[1] 父母要先做自我心理建設。孩子的前途比父母的[自尊]更為重要。要接受自己的孩子。勇於帶自己的孩子走出去。積極的尋找和創造各種機會讓孩子訓練/學習生活技能, 同外界接觸, 參與各種活動。

[2] 父母要多學習和掌握一些行為分析訓練的原理和方法。這樣可以在日常生活的每一件事或每一個環節來嘗試和應用這些原理和方法。可以達到事半功倍的效果。

[曹弟兄插話, 自閉症孩童有各種成功恢復的例子, 彭弟兄孩子(威力Willi)就是一個我們可以親眼看到的例子。彭弟兄把威力帶到房間同大家見面]

[3] 威力目前14歲, 小時後4-5歲被診斷為自閉症。具有一般自閉症兒童的症狀, 沒有語言能力。醫生曾建議讓威力學習啞語。目前, 威力已經基本沒有自閉症的症狀。語言上沒有任何障礙, 不僅可以用英語正常學習和交流, 並且可以用中文正常交流(大家分別用中文同威力對話, 威力對答如流)。威力目前在休斯頓少(轉下頁)

(接第六頁)

年交響樂團拉大提琴(威力當場為大家表演鋼琴演奏)。威力每天時間安排了很多活動,游泳,打球,打拳,合唱團,西班牙語等。威力每天清晨讀聖經和禱告,積極參與教會活動。威力興趣廣泛,每天看報,對商業新聞和體育新聞特別有興趣。

4. 討論

討論後同意成立或開展下列活動;

- ◆ 崇拜團隊或音樂俱樂部 (worship or Music Club)
- ◆ 訓練和培養我們學生,各盡所能,參與崇拜活動。通過親身參與,感受音樂的美妙和聖靈的帶領,心靈得滿主,生活得祝福
- ◆ 社交舞活動 (Social Dancing Class)
- ◆ 訓練和培養基本社交技能,與人交流的基本禮節,肢體的協調
- ◆ 烹調訓練班 (Cooking Class), 訓練和學會簡單的烹調技能

時間上最好能同我們每月例會相同。邀請教會內同年齡的青少年參與。希望大家積極參與,有任何建議和想法,請打電話或發e-mail聯繫有關同工。

5. 光鹽社特殊需要中心辦公室

在中國城[中華文化服務中心],我們設有一個辦公室。我們會把有關特殊需要的書籍和各種資料信息存放在該辦公室。地址和電話如下:

9800 Town Park Drive, Suite 258A,
Houston, TX 77036

Phone: 713-988-4724 Website: www.light-salt.org

辦公時間: 上午9時至下午3時,週一至週五



「Susan G. Komen for the Cure-Houston Affiliate」 補助計畫

感謝神! Susan G. Komen—休士頓分會再次頒發\$24,000的補助款給光鹽社乳癌互助小組。此補助款將用在提高華人社區對乳癌的認知,並提供華人乳癌患者在治療期間和治療後一些免費服務,包括關懷探訪、互助小組聚會,治療相關用品(假髮與義乳),及中英文資訊。此補助款也將用在翻譯資源手冊,出版癌友故事集,及成立乳癌資源中心;這是連續第二年光鹽社獲得此殊榮,感謝Susan G. Komen—休士頓分會對我們服務成果的肯定與支持。



「德州征服癌症」補助計畫

此補助款是要幫助支付癌症病友與治療相關的費用。德州癌症諮商委員會的「德州征服癌症」計畫補助項目包括:

1. 交通費用,如油費及停車費
2. 治療時的小孩看顧費
3. 購買治療相關的器材
4. 癌症看護需要的消耗性用品
5. 癌症治療相關的住宿及房租
6. 控制病癥及副作用的藥物及器材
7. 治療期間所需的食物補助...等

如欲知此計畫詳情,及如何申請補助,請與辦公室聯絡(713)988-4724

祂真看顧我我當感謝



胡陸國儀姐妹口述
高唐萬千整理

2006年，我因忙亂發生了兩次車禍。在第二次車禍驚魂未定之際，接到醫生電告我得了乳癌，當時我完全不能接受。自2001年公公肺癌過世，2005年婆婆罹患膽癌，本答應照顧婆母。如今自己得了乳癌，全家陷入慌亂。當時我一人在美，先生在香港，我的心慌成一團，幸有好友趕來幫助，又接到癌友關懷網廖惠美電話探訪，教會弟兄姐妹也不斷看望，我的心較為安穩了。就在這時接到婆婆的電話說：“國儀！你的神不會讓你有事的。-----假如你好起來了，我就信神。”我告知婆婆信神不能交換條件，但婆婆三天後就信主了。原來上主安排了從西雅圖教會去服侍婆婆的一位素昧平生的姐妹，她盡心竭力地照顧，使婆婆相信這祇有神來的愛才能如次，所以她接受主了。

回想過去在慌亂中感到人生有這許多痛苦，真是好痛苦和無助。我是學音樂的，不禁唱起“主看顧嗎”？歌辭中有這樣的話：“主必看顧，主必看顧，救主同情我痛苦，當白晝甚難過，夜裡又淒楚，我知救主看顧。”提醒了我人生之路並非我一人在走，祂會與我同走。祇是三天後婆婆去世了，我與她感情深厚，當時悲痛難忍，哭倒在主前說：“主啊，妳拉我一把罷！我受不了了。”主問我說：“最近你學的功課中，有甚麼是值得感恩的？我心想最近一連串的遭遇，還有甚麼值得感恩的？就說：“沒有！”主又說：“再想想！再想深一點！”

我冷靜下來，想到婆婆如今在天上正享受天上的喜樂，過去幾十年，她是一個優秀的開業醫生，不信神，數十年來為她禱告。如今在她87歲高齡，神藉著膽癌和姐妹的照顧讓婆婆得救了，我應何等的感恩！再者病中經歷了極其豐盛的家人和朋友愛的饗宴，其中最大益處是我人生

有了明確的目標，我開始珍惜每一天，還有天父在我60歲的生日送了一份大禮——“真神之愛”CD的完成。數算祂的恩典，不自禁地唱起“天父必看顧我的詩歌”：----我信靠主，深知主看顧我，或在荒山，或在怒海狂波，主賜洪恩，使我安穩，慈悲天父必常看顧保護。”

國儀姐妹希望我們不論現今在何等的痛苦中，或疾病，或婚姻，或孩子不聽話等種種困境，務必來到耶穌面前禱告：“主，我願意相信，求洗淨我罪，做妳的孩子，請看顧我！”



轉載自沈悅女士 - 笑果奇佳 (www.wjtalk.com)



光鹽家訊



2008年度社員大會暨理事選舉後記

光鹽社一年一度的社員大會已於3月1日舉行。31位社員於中午12:00陸續到來，一起享用午餐，並彼此寒暄問安。用餐之後，現任理事孫威令開始發選票，並介紹7位候選人，其中四位是連任候選人：孫威令、鄧福真、劉海珊、葛芊；三位是新提名候選人：朱法山、曹松，及劉會緣。在孫理事一一介紹7位候選人後，正式進行投票。江桂芝及韓雯兩位現任理事驗收選票，投票票數及結果如下：

孫威令 30 (當選)
 鄧福真 31 (當選)
 劉海珊 25 (當選)
 葛芊 26 (當選)
 朱法山 24 (當選)
 曹松 27 (當選)
 劉會緣 25 (當選)



經過理事間的推選，2008年的理事會成員為：

理事長 — 鄧福真 (西區中國教會)
 副理事長 — 錢正民 (Woodland第一浸信會)
 理事 — 孫威令 (福遍中國教會)
 劉海珊 (浸信會錫安堂)
 蘇森源牧師 (靈糧堂)
 劉嘉嘉 (曉士頓中國教會)
 葛芊 (西區中國教會)
 韓雯 (西區中國教會)
 郭穎 (西區中國教會)
 朱法山 (西北華人浸信會)
 曹松 (福遍中國教會)
 劉會緣 (曉士頓中國教會)

現任理事長江桂芝因任期屆滿，須暫時放下理事的工作；衷心感謝她在過去一年理事長的任期內盡心竭力地付出，為大家立下一個典範。雖然不任理事，江桂芝仍將繼續為福音廣播網事工盡心盡力。前任總幹事李淑美姐妹在光鹽社一年半的默默與無怨無悔付出後，決定轉換跑道，參加Rice University的中文老師培訓，希望成為中文老師，衷心感謝

她的付出，也求神保守與祝福她在這過程中一切順利，早日達成心願。

另外，盧麗民總幹事因母親於3月2日中風住院，麗民姐妹心念母親年事已高，且日後需要長期復健，請辭總幹事一職，以便全心照料母親。謝謝麗民姐妹過去一個多月來不眠不休地為光鹽社竭盡心力的付出，也求神保守她的母親，治療及復健過程一切順利，並早日恢復健康。

感謝神！當我們正為失去一位難得一求的總幹事時，神已為我們預備另一位善良、能幹的總幹事—孫紅濱姐妹。紅濱目前是 Tallowood Baptist Church 的會員；早期常陪伴父母親參加光鹽社的無數活動，父母去世後，仍然積極參與並加入義工行列；這次難得她願接下總幹事一職，為此，我們特別的感恩！若您下次有機會到辦公室，或致電辦公室，不要忘了向她說聲謝謝！

2008年籌募基金音樂會財務報告

總收入 (Total Income)	\$37,254.20
總支出 (Total Expenses)	\$5,227.24
淨收入 (Net Income)	\$32,026.96

再次衷心感謝無償的表演藝術家、中國教會免費場地的使用、公司行號及個人捐贈的禮物與金錢、任勞任怨的義工和鼎力支持的無數觀眾，再次印證大家對光鹽事工的認同，相信這一切都必蒙神記念。光鹽社將小心謹慎使用每分錢，務必用在最需要的人身上。

捐款收據已於二月二十日寄出，倘若您沒有收到，請與辦公室聯繫〔713-988-4724〕，我們將立即補發。若您是以現金捐款，也請與辦公室聯繫，我們會依您的指示將收據寄出。





9800 Town Park Dr., Suite 258 A
Houston, TX 77036



We are on the Web:
www.light-salt.org



你們是世上的鹽；鹽若失了味，怎能叫他再鹹呢？以後無用，不過丟掉在外面，被人踐踏了。

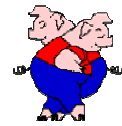
你們是世上的光；城造在山上，是不能隱藏的。人點燈，不放在斗底下，是以放在燈臺上，就照亮一家的人。

你們的光也當這樣照在人前，叫他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



服務項目

- 互助小組每月聚會一次
- 電話諮詢及後續關懷
- 關懷探訪
- 免費中英文癌症資訊及書籍
- 病患輔導 (假髮、帽子、義乳、營養諮詢)
- 交通接送、翻譯
- 癌症治療費用補助
- 告訴我們，我們還能為您做些什麼？



辦公室地址和電話如下：

9800 Town Park Drive, Suite 258B, Houston, TX 77036

Phone: 713-988-4724 Website: www.light-salt.org

辦公時間: 上午9時至下午3時, 週一至週五

Office Hours: Monday to Fridays, 9 am to 3 pm