



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

光鹽社健康關懷講座一

睡眠好：抗癌又免疫

主講：陳康元醫師 王琳博士

時間：10月5日，週六，下午2至4時

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

免費太極拳健身班

老師：鄭可達 (Katy Cheng) 老師

時間：10月起，每週六，上午9:30至11:30【有興趣者，請穿輕便服裝，歡迎參加！】

地點：光鹽社辦公室 (文化中心255室)

光鹽社社區關懷講座

如何在「健康保險交易市場」選擇保險方案

主講：鄧福真博士 韓雯女士

時間：10月12日，週六下午2至4時

地點：光鹽社辦公室 (9800 Town Park Drive, Suite 255, Houston, TX 77036)

【光鹽社10/1起，可幫需要者在健保交易市場購買健康保險方案。】

光鹽社廣播網節目預告

心靈加油站 (AM 1050) 主持人李論

時間：每週一上午9:30-10:00

10月7日 釋放性格中弱點 1

10月14日 釋放性格中弱點 2

10月21日 神擺在家庭首要

10月28日 親子關係裡的遊戲法則

粵語飛揚 (AM1320) 或

<http://fly1320.webnode.com/>收聽

時間：每週一至五下午3:00-3:30

光鹽社癌友關懷講座

你應關注前列腺的健康

主講：Curtis. A. Pettaway 醫師

M.D 安德森癌症中心泌尿科教授

時間：10月12日，週六上午10至12時

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

免費乳房攝影檢查

資格：40歲或以上女姓，低收入，無金卡、Medicare或Medicaid，無醫療保險。

時間：10月12日，週六 (10/5前報名)

地點：福遍中國教會

報名電話：光鹽社 (713-988-4724)

光鹽社健康關懷講座二

關心您的脊椎健康

主講：張育豪醫生

脊骨神經醫學博士

時間：10月26日，週六下午2至4時

地點：休士頓西北華人浸信會 (13030 Perry Rd., Houston, TX 77070)



10月份節目表：(ITV 55.5)

主持人孫威令、孫明美

時間：每週二下午7:30~8:00

10/1 & 10/8：Breast Cancer (岑瀑濤醫師)

10/15 & 10/22：睡眠好 - 抗癌又免疫 (陳康元醫生及王琳博士)

目錄：

「病人與照顧者一起同心 抗癌」健康講座摘要	2
你為什麼對我這麼好	3
奇異恩典	5
健康日花絮	6
命運書：休士頓病中札記	7

顧問	袁昶黎	陳康元	王禮聖
	黃嘉生	劉如峰	江桂芝
	張學鈞	李納夫	張大倫
理事長	鄧福真		
副理事長	林琬真		
理事會秘書	孫威令		
理事會財務	遲友鳳		
理事	黃繼榮	潘敏	韓雯
	冷國聰	鄧明雅	劉再融
	陳瑞坪	劉會緣	
總幹事	孫紅濱		
行政助理	陳邱梅	劉如	胡兆祖
	李勁秀	林莉婷	
癌友關懷	鄧福真	劉如	林佐成
	廖喜梅	韓雯	錢正民
	黃玉玲	楊姝	唐萬千
	黃惠蘭	盧麗民	劉綱英
福音廣播	戴秋月	李論	戴禮約
	江桂芝	孫威令	唐萬千
	冷國聰	鄧明雅	
特殊關懷	遲友鳳	侯振蕙	陳卓璋
	李輝	孫明美	戴麗娟
	曹松	彭灼西	曹王懿
粵語飛揚	岑振強	林爾玫	方方
年長關懷	阮麗玲	陳秋梅	
西北辦事處	余南燕	甘玫	
財務委員會	遲友鳳	黃玉玲	
審計委員會	江桂芝	孫威令	
法律顧問	沈彥偉	歐陽婉貞	
	Mathew Warren		

「病人與照顧者一起同心抗癌」健康講座摘要

Lynn Waldman 女士主講。林莉婷翻譯整理。

九月份光鹽健康講座 邀請到 M.D.安德森癌症中心資深社會工作者 Lynn Waldman，與大家討論病人與照顧者一起同心抗癌的議題。Waldman 女士從事社會工作已超過

40 餘年，她擅長幫助並解決癌症病人的需求及疑難，同時提供心理輔導及有效資源，使他們能夠積極面對癌症的診斷和治療，重建信心。



所謂的癌症倖存之道 (survivorship)，過去著重在病人本身，但實際上這是整個家庭都將共同面對的問題。癌症倖存者 (survivor) 的定義，更由狹義的有癌症病史的人，擴展到凡是剛診斷出罹癌的病患、正在接受治療的患者，以及康復者，都在定義範圍內。其中，癌症倖存者可分為許多種。有一些人在治療之後便完全康復；有一些人接受了治療，復原後癌症又再度復發；有些人接受治療康復後，又罹患其他癌症；也有一些人是在不斷地復原與病發之中與癌共存；有些人則在不斷地治療之後，無法戰勝癌症而過世。所以倖存之道其實包括以上各種的旅程。

而所謂的癌症照顧者 (caregiver) 包括病人的家屬、親戚，或其他提供照顧的人，他們有自己原本的生活，並沒有預期會成為照顧者，但仍接下了這份責任。其中，和病人同住的家庭成員，他們可能必須擔負照顧病人的日常生活起居、交通接送等責任；也有一些遠距離的照顧者 (long distance caregiver)，包括了一些並未同住的家人、親戚、朋友，他們提供了情感上的支持和照顧。

以往癌症倖存之道常著重於病人本身的疾病治療，但事實上疾病治癒後的生活品質問題 (quality of life) 亦同等重要。在此轉換的過程中，並不是在治療癌症後，病人就可從此拋開疾病的陰霾。有些人會有嚴重的治療副作用，比如化療後的噁心、嘔吐和掉髮等；也有些人會有記憶減退、疼痛和神經病痛等問題，或是乳癌病人常見的淋巴水腫；有些人因為體能尚未恢復而無法工作，無法自理而不能回到正常生活；有些人則是情緒上的不穩定，擔心癌症會隨時復發，或是可能得到第二種癌症等等。

很多人往往認為病人在癌症治癒後就可立刻回復到原本的生活，然而對於癌症倖存者而言，曾經罹患癌症是永遠存在的事實，並不會因為康復後就回到原本的狀態。那些倖存者必須持續面對的壓力與問題，都不是在癌症治療結束後就能跟著結束的。

常見到的一種狀況是，癌症倖存者和他們的照顧者都對倖存之道有所疑問，但沒有人願意談論這件事，所以他們也不明白彼此都有著共同的煩惱。這是一種非常個人且隱私的經驗，就算是醫師或護理人員也不見得明白該如何面對、處理。醫護人員往往著重於醫療層面的治療，但倖存之道是更心靈層面的問題。因此像在 M.D.安德森癌症中心就設有安德森網絡 (Anderson Network) 的服務，裡面有許多義工來幫助病人，除了協助病人翻譯、了解治療過程之外，也提供其他精神上的支持與鼓勵。

Lynn Waldman 女士最後更提到，關於癌症倖存之道其中很重要的一點，就是別忘了「除了疾病之外的生活」。有許多人在生病之後，因為太著重於對抗癌症，以致遺忘了原先沒有生病的生活是怎麼度過的。他們忘記了怎麼歡笑，忘記了許多重要珍貴的家庭傳統，而這對家庭中的孩子來說影響是很深遠的。

除此之外，還有一項最重要的就是，別忘了感謝病何克服疾病並且活得更好。

人身邊一直照顧陪伴的人。我們常常會忘了感謝那些距離最近、做了最多事情的陪伴者。在治療完後，癌症倖存者更應該要注重自己身體的健康，別忘了定期的身體檢查（眼睛、牙齒等）、養成良好運動習慣、停止吸菸，以及注重營養均衡等促進健康的預防保健。

最後，我們更應該要知道的是，每個人都有可能、有機會罹患癌症，但這樣的疾病並不是一種懲罰或是個人過錯。癌症之前人人平等，我們應該要學習的是如

另外，有民眾提出關於遠距離照護者如何提供照顧的問題。Lynn Waldman 女士表示，只要是任何表示關心的方式都能對癌症病人有幫助，像是定期關心的電話、郵寄卡片或小禮物，甚至 email 電子郵件（比方說每天寄一個笑話），都可以是個好方法。有時候人們往往更傾向於在電話中吐露心事，而非面對面的溝通，所以遠距離照顧者最重要的功能就是提供情感上的支持，讓病人有管道能敘說自己的煩惱或恐懼。

☞

你為何對我這麼好

舒舒 · 文 ·

在你的生命中，有沒有曾經遇到一個人，雖然從不相識，然而他／她卻如你的父母或兄妹給你無微不至的關心？甚至有時讓你覺得，他／她比你的親人還要親，還要體貼，還要細緻……這種莫名其妙的好，好到你不知道該感激還是該心慌，好到你不敢相信、不敢接受，不知道遇到的是聖人？是天使？還是個大騙子？

幾乎所有從中國來到休斯敦 MD Anderson 尋求醫治的病友，提到光鹽社、光鹽社的義工以及教會弟兄姐妹給他們的關愛，都會說一句，“我們起先真不敢相信，怎麼對我們這麼好，是不是騙我們的啊？”

每次聽到這，我都想起福真姐在一次吃飯時講起她自己的故事。福真姐是大學教授，兼職做光鹽社義工。看著她對待每一個求助者的那種無比專注的傾聽，那種掏心掏肺的關懷，我總好奇，不知上帝是怎樣將她陶造成現在這樣一個充滿了愛的生命個體。聽完她的故事才知道，原來，在她患病的低谷中，她的心也曾經被很多人給溫暖，其中一個陌生人讓她永不能忘懷……

“那還是十年前了，我剛走到事業的高峰期，成為

我們學校第一位獲得正教授的亞裔女性，可是才沒幾個月就查出來患有癌症。那個消息差點將我震倒在地。我焦急慌亂地奔跑在我的家庭醫生和婦科醫生之間，那時，一位曾經患過乳癌的姊妹提醒我是不是要去 MD Anderson 腫瘤醫院看看。可是我只知道這個醫院的名字，怎麼去，怎麼找醫生，這麼大一個醫院，是不是要像在台灣那樣找後門找關係才得到好醫生？我一頭霧水，真的全無頭緒。

“匆忙間上網查到 MD Anderson 乳腺癌中心的電話，撥過去是一位女士接的。我簡單告訴她我剛查出乳腺癌，想到這裡來看診，但不知道怎麼安排。她讓我將活檢報告和醫療保險卡傳真給她。我就傳了給她。她看了之後又說還需要之前做過檢查的報告和片子，讓我當天下午 1 點就送去醫院給她。她又提醒我，在 MD Anderson 看診的病人很多，不好停車，而且停車費還頗貴，她可以和我在樓下碰頭，將我的報告交給她後我就可以開車離開，這樣就不用停車費了。

“掛了電話，我還是懵懵懂懂。怎麼？這就要我去 MD Anderson 了？這間全世界最好的腫瘤醫院？今天下午就去？可是那位女士我都忘了問叫什麼名字，和她碰頭？把我的資料全交給她？萬一她是騙我的怎麼辦？我的資料可是很寶貴啊。

“就這麼一直懷疑著，我和我先生開車去了 MD Anderson。想來想去，我們還是決定停車，和她見面後弄清楚再走。可是真像她所說的，繞來繞去都找

不到車位，我也錯過了約見的時間，最後還是我自己跳下車，先生開著車出去了。那時我又開始鬱悶，哎呀，遲到了，我錯過她了，萬一真是貴人相助，那又怎麼是好？這麼難進的醫院呀！正懊惱著，看見門口一位掛著名牌的女士在跟門口警衛講話，我試著走向前，她看到我就問是不是我上午打的電話！呀，真碰上了！她竟然對我說對不起，說她晚到了一點。

"天哪，我在欣喜之餘，還不忘懷疑。我把資料交給了她，但不敢就此撒手。我說想請她帶我參觀一下醫院，好認個路，下次來好找。其實我更想搞清楚她到底是何許人也。現在想來，真是過分的要求，我根本不認識她啊！她已經在幫我大忙了！她很和藹地說好，讓我跟她進辦公室，一路就在告訴我下次來該怎麼怎麼走，並一一介紹乳腺癌中心的各個治療部門，最後走到她的辦公室，我才清清楚楚看見她的職務，原來她就是負責幫助病人安排約見醫生的主任！她怎麼能對一個普通病人這麼好呢？我真是有眼不識泰山啊！可我又在想，她可別以為我是個大款啊！我可不是沙特的皇族公主啊.....

"在她辦公室裡，我又以非常慌亂、恐懼、想像力無限的語調跟她描述我頭一天在外散步的感覺。我說我散步一圈回來就崩潰了，因為我覺得我的腳好痛，我馬上打電話給姐姐說我完蛋了，全身轉移了，都轉到腳骨了.....她耐心聽完我的陳述，然後笑笑地對我說，若當真如此，我會是 MD Anderson 第一個癌細胞如此迅速從乳腺跑到腳底的病例！

"最後，她讓我回家等她的消息。她要看完我所有報告，然後跟醫生商量約見時間。我還沒到家，她的電話就到了！她說還要我之前的醫生給他們發活檢樣本，另外因為我太著急，她已幫我想辦法約到了二天後（週五）早晨 8 點見腫瘤科大夫！

（聽到這裡，我都在不停地搖頭了，這，這簡直就是一個在醫院工作的親媽或者親姐或者摯友啦！怎麼可能是個壓根就不認識的陌生人？可是接下來還有更讓你不敢相信的！）

"週五我 6 點多就到了，因為和醫生約在 8 點見，

7 點就得開始註冊填表，我想還是越早到越好。你猜我進醫院就看到了誰？就是那位女士！我想，這麼巧，趕上她在上早班？只見她竟然逕自朝我走來，她說在等我，怕我搞不清楚狀況，特地來帶我去註冊！那時的 MD Anderson 還不如現在井然有序，讓我自己走還真是會摸不著頭腦。我怎麼也沒想到，她會記得我的看診時間，還特地起早來陪我註冊，我只是一个與她素昧平生、普通得不能再普通的病號啊！

"一整天的檢查和見醫生搞得我疲憊不堪，結束時已是下午 5 點，我跑去她的辦公室想和她說再見，一看沒人，我想她早上那麼早來，下午應該早下班了吧。可就在我下樓的電梯裡，我接到她的電話，她問我走了沒有，她說她還在等著看看我檢查的結果。我那時，連感動和感激的時間都沒有，就又跑上去找她，問她到底擴散到哪裡了？她說手頭的資料還不夠判斷。讓我回去等消息。

"接著，週六，對，就是隔天的早上她就給我電話了！她的速度總是那麼快！她告訴我驗血報告都是 clean，我大概只是二期的乳腺癌.....

"哦，現在想來還是不可思議的經歷。只知道當我掉在最黑暗最絕望的境地裡，上帝派了她來給我這麼大的幫助，讓我迅速又順利地接受了 MD Anderson 的治療。在治療過程中，還有很多人走進我的生命，她是其中一位我永遠不會忘記的人。我相信上帝在通過她憐憫我、愛我、體恤我，這個經歷大大增強了我對上帝的信心。"

聽完福真姐的故事，我心裡有一個好大的感動。上帝的愛就是那麼奇妙！在她生命低谷出現的那位天使在她心裡種下了一顆巨大的愛的種子！於是，她也成了天使，十年如一日，不辭辛勞帶領著光鹽社的義工們在陌生的人群中播下了無數顆愛的種子，重新激發他們對生活的熱愛，對永恆的嚮往，更讓他們明白，只要還能呼吸，就能讓這個世界多一份愛！

若是有一天，你的生命裡出現了這樣一位天使，不用問姓名，不用說謝謝，轉過身去，有一個人正在等待你成為他 / 她的天使！☞



奇異恩典

譚惠蘭 · 文 ·

2012年8月的一天，在經過兩個感覺像煉獄般的化療療程後，醫生告訴我CT的檢查結果是「無效」！這好比我在頭上澆了一瓢冷水。接著，醫生的建議是一回國治療，這無疑又往我身上潑了一盆冰水，儘管8月的驕陽似火炙烤，可我的心冷到了冰點。

我是一個四期惡性黑色素瘤患者，國內的醫生宣判我4個月的存活期。強烈的求生欲使我不甘於這個診斷，在朋友的介紹下，好不容易來到世界一流的安德森癌症中心求醫。滿懷希望，忍受著五種藥物（三種化療藥，一種靶向藥，一種免疫藥）同時作用後那無以言狀的極大痛苦，等來的卻是讓人無法接受的結果，我求生的希望之光熄滅了，徹底絕望了！

「天無絕人之路！」正當我心灰意冷、無望無助時，一位朋友安慰的話使我的心為之一震。對啊，不是說「上帝在將一個人的門關上的同時，必定會為她打開一扇窗」嗎！我何不尋找這扇窗呢！而此時冥冥之中這扇窗正在為我悄悄地打開……

這段時間，聽說了我的景況後，光鹽社的義工來了，教會的弟兄姐妹來了，小區的病友及家屬來了，來自國內的醫學訪問學者來了，安德森的醫務人員來了。他們是一群與我素不相識的、無親無故的人，在我最困難、最無助、最需要的時候來到了我的身邊，我感覺自己被濃濃的愛緊緊地包裹著，冰冷的心一下子溫暖了許多。

光鹽社的劉老師那天陪我看的醫生，她聽到了醫生對我說的全部內容，回家的路上她一直在安慰我，之後她給我送來了兩樣東西，一是書寫著聖經經文的條幅，一是名為《如何從癌症得著醫治——戰勝癌症的40節經文》的小冊子。條幅上的經文是馬太福音6章34節「不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮，一天的難處一天當就夠了。」小冊子則是一個叫多蒂奧斯丁的肝癌晚期患者所寫的經驗和見證，講述

她如何從被醫生宣判只能活幾週到神賜予她不可思議的神蹟，20多年了她仍活著。可以想像，這兩樣東西對我當時的針對性有多強，我如獲至寶。就是這兩件禮物——神的話語，激勵我度過了那段艱難的時光，並陪伴我一路走到現在，給了我心靈上無比的慰藉和精神上的強大支撐。

小區的病友和家屬為我出主意想辦法，並動用各方關係，聯繫相關人員給予幫助；國內在美訪問的醫學博士幫我查找臨床試驗方面的資料和信息；安德森的醫務人員替我提供下一步可能的治療方案及最新藥物方面的信息；教會弟兄姐妹更是盡己所能地幫我，為了讓我能用上價格昂貴的新藥，想方設法尋找減輕我醫藥費負擔的途徑。

就這樣，我的境況大大改變。我被Kim醫生接受繼續在安德森治療，並如願地用上了免疫治療的新藥單克隆抗體，還通過有關途徑節省了一大筆費用，使我的這項治療成為可能。經過4個療程的治療至去年11月底結束，而今已9個月了，目前，我的病情穩定，檢查情況一次比一次好，真是不可思議啊，感謝上帝！感謝主耶穌對我的憐憫、賜給我的奇異恩典！

來美國求醫後，因意外得到基督徒無私的幫助，也不斷接觸到教會的弟兄姐妹，使我已經對基督教產生了好感及進一步了解的慾望。這次治療中的變故經歷，更使我與神有了進一步的親近，我每天禱告，凡事禱告，信靠主的幫助，祈求主的救恩；我每天頌讀經文「耶和華必使一切病症離開你」「耶和華必使你痊癒，醫好你的傷痕」「所以我告訴你們，凡你們禱告祈求的，無論是甚麼，只要信是得著的，就必得著」，越讀心情越好，越讀越有信心。

當時只要走得動，我就經常參加教會的活動，比如：主日學、主日崇拜、團契活動、講座、禱告會等等。漸漸的我感到神離我越來越近了，記得有一天的主日崇拜，詩歌讚美唱到「有一天你若走到谷底，你不要說放棄，這個世界真有一位上帝，他愛你，他緊緊擁抱你。他愛你，他伴你一生之久……」我瞬間熱淚盈眶，無法自己……我是個不愛掉淚的人，這可能是我從小受的教育和成長經歷的緣故吧，就在我得癌症的

這幾年也從來沒有為自己的病流過一滴眼淚。然而今天眼淚卻止不住的流下來，這是感動，是一種無法控制的感動，是聖靈給我的感動！以後很多次敬拜讚美神，我都控制不住的會流淚。我明白，我的心已被聖靈感化，我內心已接受了耶穌做我的救主。9月25日我決志信主了。以後又通過收看遠志明等牧師的講道錄像，閱讀了張郁嵐博士的《認識真理》一書，參加了「認識神」的主日學，對基督教的知識有了較系統的了解。更重要的是，聽到了無數例證說明神的存在，我感覺以前許多科學無法解釋的現象，今天都迎刃而解了。11月25日感恩節的主日我蒙神恩受洗，成為神的兒女，這是我一生最美的祝福！

回想一年前，化療無效，醫生讓我回國治療即宣告了我的病是治不了了。而一年後，情況發生如此大

的逆轉，簡直是出人意料，不可思議，這是神的恩典，就像詩歌《奇異恩典》所唱的「初信之時即蒙恩典」，真是主耶穌對我特別的憐憫、眷顧和恩待，是祂所行的神蹟在我身上的見證！

我所經歷的一切完全源自於神的大愛和大能，是神給我力量、給我信心，我非常喜歡這兩句話：「不是有了希望才有信心，而是有了信心就有希望！」「生活這麼難，要怎麼過？一笑而過！」我隨時調整心態，放鬆心情，活在當下，常常喜樂。「世上有苦難，主內有平安」，我不看苦難，只仰望主耶穌，信靠主耶穌，我把自己的一切統統交給主耶穌！信心是良藥，信心醫治了我，我終於找到了上帝為我打開的這扇窗——對主耶穌的信心之窗！✝

健康日絮

光鹽社與華人聖經教會及曹有餘醫師籌備多時的「健康日」活動，旨在向社區人士宣導自我健康維護及早期篩檢的重要性，已於9月14日（周六）圓滿落幕。除感謝近20位參與健康諮詢的醫療專業人員：內科曹有餘、譚嘉齡，眼科陳卓，心臟科豐建偉，風濕科陶翔，中醫簡黛莉，足科潘先樣，腎臟科謝春，婦科關小明，復健科張育豪，乳房攝影Cynthia Woo，肝臟保健講座楊偉民等醫生，宋枝蓮、林娟、謝惠麗、鄭燕婷等護理師，李春硯護士及李曉芸、張慶怡營養師，更要感謝70位熱心公益的義工，以及260多位民眾的共襄盛舉。



命運書：休斯頓病中札記

師永剛·文·

命運是一條神秘的道路，它會指引你在某個注定的時刻，遇到你的命造中的那些神蹟。它們一直在那裡，一直等待你，無論是因為你的幸福，還是你的痛苦。而我則是因為自己的病，來到這些神蹟的身邊，接受它們的出現，接受他們的關愛。

2013年4月，為要尋找一種在國內找不到的藥，來到了美國休斯頓。來到這的過程就是一趟發現神蹟出現的旅行。通過微博，我找到了光鹽社，

認識了一直幫助在MD Anderson治療的病友們的鄧福真、劉如女士。在這裡，我們不但找到了藥，找到了醫生，也因為她們，而認識了信仰。而在休斯頓治療期間，一直幫助我們的劉如與先生邁克、江靜及她的老公賀衛國，對我們的關愛與幫助，其實又何嘗不是一味藥呢.....。而群住在FANNIN 8181社區的幾家中國病友，在異鄉，找到了與國內不同的治療，也因病找到了神，更找到了內心的關愛。內心孤獨無助的的病友們在劉如夫妻的關照下，讓我們感受到愛的力量與助人的美。大夥在這找到了新的家，新的命運，新的生命。

病中所思，寫下幾段詩，謹此獻給她們，以及那些一直幫助我們的人。銘記生活在關愛與在這裡的美的日子。



未知是恐懼的蝙蝠：命運書之一

未知是恐懼的蝙蝠
它懸掛在未來
又倒立在命運的危崖
像一個未知的預言
我們在它的暗黑之洞裡
像尋找自己隱藏的恐懼...孤獨...怕...
它們在註定之時起飛
又在預言結束時消失。

命很冷
如暗遂裡微弱的光

就像燈點亮了：命運書之二

就像燈點亮了
它在暗淡之後
突然出現
微弱.....飄浮.....不安
鹽與光，飛翔
我的神
坐在昨天的泳池邊
傾聽到詩，並且，模仿到了它的樣子

時間並不公平：命運書之四

時間並不公平
它是一桿生命未知之秤
刻量著命造的長度
死亡與新生
存在與消失
暗夜的星盤上
神寫著你的方向
它帶走了你

留下痛苦與傷
讓活者接受
讓難者體驗它的心情

病的隱喻：命運書之五

它們隱藏在暗淡的夜空
像昨天的迷星
一鉤遠月
天家的梯田裡
只有這根孤獨的香蕉
你還信它的淡薄味道？
還能想起你初生時看到它在靜夜中的
溫暖嗎？
它侵入了你的土地
紮根在你的身體裡
你找不到了那些溫暖的根鬚
病
它是你的敵人還是愛人？
它是月亮還是你？

病的隱喻
在夢遊

像一棵蘆葦：命運書之七

我想站在時間的前面
看清我明天的未來
我想聽到時間前面的我
想聽到的聲音
我想知道
前面的時間
以及我站在它後面謙卑的模樣
命
像一棵異鄉的蘆葦。

光是黑色的：病中札記之八

神找到了光
但他忘記告訴我們它的顏色

它出現在每個地方
都有著自己對於命運的理解
在海裡，深暗...凝固...
如同靜夜深處的暗淡
在人類的眼裡
那一坑巨水
蔚藍色

像夢
兩個夢在世界上出現
我們卻看到了兩種不同的色彩
光如同一個嬰兒
你看到它是什麼
它就是什麼

它走過的地方
都會塗鴉自由的影像
它是神的投影還是我們的幻像
漫無邊際的公路上
光霧瀰漫
它在遙遠的前方
我不敢確認它是否是光

一坑巨海
那個躺在岸邊的人
被神塗上命運的色彩

黑.....寫在皮膚上
它用白色塗黑了那個人
像拉黑了今夜



光鹽社 (Light and Salt Association)

(www.light-salt.org)

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, Houston Affiliate of Susan G. Komen for the Cure. Thanks for their support!

服務項目

「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://light-salt-cancer-care.org>
E-mail：lsahouston@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：

地址：13130 Perry Road Houston, TX 77070
電話：(281) 506-0229

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 1320)

3. 光鹽健康園地

- **ITV 55.5** (每週二, 7:30-8:00 pm)

4. 光鹽社特殊需要關懷中心 (www.lightsaltsncc.org)

- 地點：台福教會 (12013 Murphy Road, Houston, TX 77031)
(每月第三個週六下午 3-7 時)

5. 冬衣捐贈、長輩關懷、月訊及年刊