

威信

W E I X I N

後述講“油手”著
行同加放活
道堂千明著
地獄的啟示
茶脂清子
動活期期

因祂“牽光讀高山教
祂沒心手明“棠楂會
活有靈一之天萬決近

二零一三年二月

Wisconsin Chinese Christian
威斯康辛州中國基督徒月刊
Vol 37 (3) Mar. 2013
第 37 卷 第 3 期

《威信》2013年第三期

威信

WISCONSIN CHINESE CHRISTIAN
威斯康辛州中國基督信徒月刊
Volume 37 (3) March 2013
第三十七輯 第三期
2013年3月

《威信》征稿啟事

本刊現向弟兄姐妹們邀稿。文體及字數不限。宗旨是通過文字經歷並見證神，宣揚神國的訊息，彰顯神的榮耀。電子郵件請發：weixincccm@gmail.com，手稿請交給張立勳弟兄。

出版者：米城中華基督教會

地址：Chinese Christian Church of Milwaukee

3069 N. Downer Ave.

Milwaukee, WI 53211

網址：<http://www.cccm.net/weisin.html>

電郵：weixincccm@gmail.com

創刊人：王常明牧師

主編：張立勳

編委：丁冰潔 郭芷筠 胡穎 黃邦州 金浩 李濟萱 劉孟哲 王化玲 微子
吳國明 周曉紅 李辰 蔡貴鵬

排版：金浩

校對：梁南鈞 馬薇

郵寄：陳萍

封面設計：丁冰潔（由左軍提供攝影素材）

刊名題字：徐國勳

如果您收到的是通過郵局寄給您的印刷本，如果您不希望繼續收到，請發信（或電子郵件）停訂，以節省郵資。

如需電子版《威信》請發電郵到本刊電郵地址索取或直接從互聯網上下載。

作者文責自負，其立場並非一定代表本刊。

版權所有，如欲轉載，引用，請與本刊聯系。

本期內容

因祂活著 馮秉誠牧師	4 - 10
祂沒有放手 伍藻滄	11
“心靈加油” 講述後 高棠	12 -13
牽手-同行 危峰	13 -14
光明之道 郭湘榮	14 - 15
讀馬利·斯特”天堂、地獄的啟示”所得 高棠萬千	16 - 17
愛心廚房：山楂決明子清脂茶	17
教會近期活動	18
名畫欣賞 墓前的三個瑪利亞	封底

背景及未署名照片均由左軍提供

《因祂活著！》

馮秉誠 牧師

今年的復活節也快到了。

去年我講到，聖誕節的英文名字叫“CHRISTMAS”，是CHRIST-MASS這兩個字合在一起的。把它翻成中文，就是“基督的彌撒”。“彌撒”是基督教紀念耶穌受難的一種儀式。十六世紀宗教改革以後，大多數的基督教的教堂都用聖餐來代替彌撒。所以，聖誕節的中心和主角，是耶穌基督！如果沒有耶穌基督，聖誕節就沒有任何意義了。為什麼聖誕節的英文用的是CHRIST-MASS 而不用 CHRIST-BIRTH? 聖誕節是紀念耶穌基督的降生，為什麼英文是用 MASS？

根據《聖經》的教導，耶穌基督降生，是上帝成為人。祂來，是要擔當我們世人的罪，要死在十字架上為我們贖罪，將一切願意認罪、願意悔改的人，從罪惡中、黑暗中、死亡中拯救出來。耶穌的降生和他的受難，是緊緊連在一起的。祂降生，是為了受死。所以，我們聖誕節英文是CHRISTMAS。

今天，我要宣講的是：耶穌基督不僅為世人的罪死了，而且，第三天祂从死里活了！

耶穌基督从死里復活，是基督教信仰的根基：

“若基督沒有復活，我們所傳的便是枉然，你們所信的也是枉然。基督若沒有復活，你們的信便是徒然；你仍在罪裡。就是在基督裡睡了的人也滅亡了。我們若靠基督，只在今生有指望，就算比眾人更可憐”（林前15：14，17-19）。如果耶穌基督自己沒有从死里復活，信祂的



墓內平面圖

人哪里還有復活和永生的盼望呢？

基督“因從死里復活，以大能顯明是神的兒子”（羅1：4）。耶穌基督生前自稱是神的兒子，曾多次預言，祂死后第三天要復活。祂應許，“*復活在我，生命也在我；信我的人，雖然死了，也必復活*”（約11：25）。受難后第三天，耶穌基督果然從死里復活了！“復活宣告了祂原來之所是”（活泉新約希臘文解經，卷五第18頁）。耶穌基督從死里復活，向世人顯明，祂確是上帝的兒子、人類的救主。耶穌基督的空墓，是基督教的發祥地。



墓地外

有人說：“為甚麼基督教要以一個人們不容易相信的‘死人復活’為根基呢？”答案是：“因為，事實就是如此！”

《聖經》關於耶穌基督復活的記載，非常平實，沒有任何渲染。

首先見到復活的主的，是一群婦女。她們去告訴使徒。按當時的風俗，婦女作的見證，是不足取信的。為甚麼《聖經》却記載婦女是耶穌基督復活的第一見證人？因為，事實就是如此。當使徒聽聞主耶穌復活後，他們沒有歡喜雀躍，沒有振臂高呼，却以為是胡言，就不相信”（路24：11）。為甚麼？因為，事實就是如此。



墓地門

耶穌基督真的從死里復活了嗎？

真的，千真萬確。

耶穌基督復活的證據非常充足，兩千多年來，無人可以推倒。在諸多證據中，使徒保羅強調了主耶穌復活後的顯現：

“我當日所領受又傳給你們的，第一，就是基督照聖經所說，為我們的罪死了；而且埋葬了；又照聖經所說，第三天復活了；並且顯給磯法看；然後顯給十二使徒看；後來一時顯給五百多弟兄看，其中一大半到如今還在，却也有已經睡了的；以後顯給雅各看；再顯給眾使徒看；末了也顯給我看；我如同未到產期而生的人一般”（林前15：3-8）。

主耶穌被埋葬了，說明祂真的死了；後來祂顯現了，表明主耶穌確實復活了。耶穌基督的受難和復活，都是“照聖經所說”，不是偶然的事件，是上帝的計劃。

按《聖經》記載，復活後到升天前的四十天內，主耶穌向門徒們顯現了十次。主耶穌的顯現，並不是驚鴻一瞥，一閃就消失了。祂顯現時，會長時間與門徒在一起，或與他們交談，與他們相伴而行，或為他們預備早餐。

而且，主耶穌有一次同時向五百多門徒顯現。幾百人不可能同時出現幻覺，他們看到的，真正是復活的主。

此外，保羅是在成書於主後55年左右的《哥林多前書》中記載這件事的，距主耶穌受難僅二十多年，許多見證人尚在。如果這個記載不真實，這卷書根本不可能流傳到今天。

復活四十天後，門徒看着主耶穌升天：

“說了這話，他們正看的時候，祂就被取上升，有一朵雲彩把祂接去，便看不見祂了。當祂往上去，他們定睛望天的時候，忽然有兩個人，身穿白衣，站在旁邊，說：‘加利利人哪！你們為甚麼站着望天呢？這離開你們被接升天的耶穌，你們見祂怎樣往天上去，祂還要怎樣來。’”（徒1：9-11）

對於死亡，不信主的人都感到憂傷、絕望。西方有些墓志銘，雖然俏皮，却仍流露出無奈。



墓地內

但是，因着主耶穌復活了，基督徒才可能“視死如歸”：

“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去；我在那裡，叫你們也在那裡”（約14：1-3）。

張學良將軍的墓志銘是《約翰福音》11章25節的經文。

最近，一位老牧師當着他的師母對我說，他已想好他的墓志銘，就五個字：“他不在這裡”。我一聽，不禁拍案！一語雙關！“他不在這裡”這五個字取至《馬太福音》28章5-6節：“天使對婦女說：‘不要害怕，我知道你們是尋找那釘十字架的耶穌。祂不在這裡，照祂所說的，已經復活了；你們來看安放主的地方。’”

“他不在這裡”的“他”，在經文裡是指主耶穌，在墓碑上却寓指安眠的基督徒：因為祂（復活的主耶穌）不在這裡（坟墓裡），所以，“他”（安眠的基督徒）也“不在這裡”（坟墓裡）！我說，“我將來也用這五個字！”他笑稱：“這是侵犯版權！”我答道：“那我就說：‘馮秉誠不在這裡’”。看來，基督徒謝世後建立墓室，也有好處，可以用信心繼續對世人說話。

因為主耶穌受難後復活了，“所以，神將祂升為至高，又賜給祂那超乎萬名之上的名，叫一切在天上的、地上的，和地底下的，因耶穌的名，無不屈膝，無不口稱基督耶穌為主，使榮耀歸與父神”（腓2：9-11）！



人生雖短，却風暴常掀。工作、

花園墓

學習、家庭、健康常會面臨意想不到的難處和壓力，令人措手不及、惊恐不安。

作為基督徒，耶穌基督已經復活了，祂是我們永活的主，是萬有的主宰。祂愛我們，體恤我們，隨時為我們祈求。“所以我們只管坦然無懼的，來到施恩的寶座前，為要得憐恤，蒙恩惠作隨時的幫助”（來4：16）。

在逆境中，我們能有盼望；

在苦難中，我們能得平安。

我們大家很喜歡的一首聖詩，歌詞說：“因祂活着，我能面對明天。因祂活着，不再懼怕。我深知道，祂掌管明天。生命充滿了希望，只因祂活着！”

常言道，“打虎親兄弟，戰場父子兵。”在基督教教會這個屬靈的大家庭中，雖然平時也免不了“磕磕碰碰”，但真有需要時，上帝藉着弟兄姊妹真心實意地彼此相幫、相顧，給我們短暫、无常的人生，帶來極大的安慰和幫助。是人生的一大幸事。

耶穌基督的復活，是基督教的堅實根基。相信耶穌基督的復活，基督教的信仰就無可推諉。許多人是因為耶穌基督的復活確鑿無疑，才降服在上帝面前的。儘管，對上帝、對《聖經》，我們可能還有不甚了解的地方，但是，對上帝的敬畏、感恩、信靠，應該堅定不移。

朋友們，只要你們承認自己是罪人，愿意認罪悔改，接受耶穌基督為你們個人的救主，今天，你們也能成為祂的兒女，成為我們屬靈大家庭的親人。

相信耶穌從死裡復活，我們就必須放棄無神論，把上帝引入這個世界；宇宙也變得有目的、有意義；人從哪裡來、將到哪裡去，就有了明確的答案。這樣，我們就必須徹底地重估自己的世界觀、人生觀、價值觀和道德觀。這不是“調整”而已，而是大破大立、脫胎換骨！也許，是一些朋友不能、或不願面對的事。但是，遲早要面對。

此外，耶穌基督從死里復活，既是在人類歷史中發生的重大事件，又是一件超然的神迹，有超越人的理性和科學的內涵。相信主耶穌的復活，還需要有信心的飛躍。

僅僅在形而下的層面推敲，會強調“眼見為實”；其實，即使“眼見”了，也仍可能懷疑。

當年跟隨主耶穌的人中，有的就是這樣：

《聖經》記載：“那十二個門徒中，有稱為低士馬的多馬；耶穌來的時候，他沒有和他們同在。那些門徒就對他說：‘我們已經看見主了。’多馬却說：‘我非看見祂手上的釘痕，用指頭探入那釘痕，又用手探入祂的肋旁，我總不信。’

過了八日，門徒又在屋裡，多馬也和他們同在，門都關了；耶穌來站在當中說：‘願你們平安！’就對多馬說：“伸出你的指頭來，摸[摸原文作看]我的手；伸出你的手來，探入我的肋旁；不要疑惑，總要信。多馬說：‘我的主！我的神！’耶穌對他說，‘你因看見了我才信；那沒有看見就信了的，有福了！’”（約20：24-29）。

“十一個門徒往加利利去，到了耶穌約定的山上。他們見了耶穌就拜祂；然而還有人疑惑”太28：16-17）。

“有人”的原文的復數，是“一些人”。由于十一個使徒已多次見到并相信了復活的主，不少學者認為，這裡的“有人”是隨



附近的骷髏山

十一個使徒山上的一些信徒。他們第一次見到復活的主。“疑惑”是當他們見到“不可能”的事的時候的一個自然反應。對他們來說，相信耶穌的復活並不是馬上能做到的；經歷耶穌被釘十字架的慘痛情境後，他們需要一段時間才能具有完全的信心（更新版《聖經》，2008年，第1933頁）。這些人的疑惑，更顯明《聖經》記載的真實性，使了後人更能相信（活泉，卷一，第325頁）。

應此，相信耶穌基督的復活，不僅需要歷史的證據，也需要屬靈的悟性。

相信或不相信耶穌基督從死裡復活，是一個將靈性與世俗分開來的基本選擇。主耶穌一直將這項選擇放在我們每一個人面前，無人能回避。

只要我們有一顆謙卑的心，上帝會幫助和開啟我們。我希望，慕道朋友，都成為有屬靈悟性的人。

主耶穌說：“*你的眼睛若昏花，全身就黑暗；你裡頭的光若黑暗了，那黑暗是何等大呢*”（太6：23）！使徒約翰說：“*生命在祂裡頭；這生命就是人的光*”（約1：4）。

耶穌基督的降生，
黑暗的世界有了真光；
耶穌基督的復活，
信祂的人們有了盼望。

親愛的朋友，你願意讓復活的主耶穌的光照亮你，你愿意接受耶穌基督為你個人的救主嗎？

（插圖由李濟萱師母提供）



祂沒放手

伍藻淦 (KENNETH)

弟兄姐妹：大家好！

我從香港來。現在在UWM讀書。感謝神重新把我帶到祂面前,令我蒙受恩典。

我小時候在基督教學校唸書，每星期讀聖經跟去教會，卻不明白當中的意思。之後我離開了神一段日子，那時候我非常地驕傲及以自我為中心，生命對我沒什麼特別意義。終日沉迷在對慾望的滿足感當中。

來到MILWAUKEE，感謝神一直為我開門，令我重新回到教會。經歷一段荒唐日子，和感受到死亡的恐懼，我體會到主對我的意義。明白到我是一個罪人，並相信主耶穌在十字架為我承擔了我的罪，為我而死。

我相信耶穌為我而釘十字架，並認祂為我救主。現在，當我面對困難或不如意，我可以把自己交給神。因為我相信主耶穌與我同在，祂的真理與愛是永遠不會改變。我對生命有了一種不同的理解。

我所選的經文:

“要彼此同心，不要志氣高大，倒要俯就卑微的人，不要自以為聰明” --- 羅馬書12:16

“懶惰使人沉睡，懈怠的人，必受飢餓” --- 箴言19:15



“心靈加油”講述後

高棠摘記

傑遜馬的母親在將要把他墮掉前數分鐘，遇到了一個基督徒，用愛心祝福她，恭喜她得了可貴的產業，並預言這是一個男孩。因此傑遜沒有從世界上消失。

單親家庭生活的窘迫使傑遜從小一心只想脫離窮困，長大一點，終於陷入幫派、吸毒，並因販毒，進出少年法庭無數次。

他的母親是個虔誠的基督徒，為他一再犯錯的數十年裡，天天流淚禱告。他曾三次命懸一線間，仍存活了下來。

傑遜有音樂、歌唱的天賦，他母親賴以為生的工作是在家看顧嬰幼兒，因而他自小聽了極多兒歌、詩歌，並看了無數卡通、動畫片。上帝好像早安排好了栽培他的一片沃土，讓他以後悔改重生後，成了得著無數青少年靈魂的著名饒舌歌手、街頭舞者及牧師。

保羅在以弗所書二章十節說：“我們原是他的工作，在基督耶穌里造成的。為要叫我們行善，就是神所預備叫我們行的。”

二年前，我們教會來了一位女士。據說，當她出生時，母親發現是一個女嬰，就把她放在水溝中，想讓她自然死去。後來，她沒有死。但不知是否這個遭遇，當她人過中年，總懷疑有人要謀害她。

婚後，雖已有三個兒女，先生也勤奮工作，她卻白天睡覺。總說有頭痛，祇顧自己吃喝享受，祇求自己快樂。最終，先生和孩子都放棄了她。

教會的一位姊妹把她帶來教會，大家愛心有加地接待她、幫助她。可是，換過十幾二十個地方，她總不合作，以惡報善。所表現出來的就是懷疑、報復、中傷。在聚會時，大聲責罵接待她的、並極有愛心的一位姊妹，甚至還打這位姊妹。她還吐唾沫到那些她認為是看不起她的弟兄的臉上。這位有愛心的姊妹因向主承諾，一定不讓她像先前所遇的二位女士，最終淪落，救不起來。既然沒有任何一個地方可去，就仍讓她住自己家中，忍受她的無理對待，不放棄她。教會中幫助她的姊妹也有好幾位，我是其中之一。這位女士的工作，便成了我們、乃至整個教會的不小的一個攷驗。

聽完傑遜的故事，好像主說：“你們不放棄的，我也不

放棄。”願那傑遜母親不放棄的愛，愛我們的恩主的大愛，再時時、天天加給我們，使我們因信靠她，能和主一起打勝這仗，救回祂要救回的人。



牽手·同行

危峰

我來自中國湖北，在北京上學和生活了十多年，然後跟隨先生來到Milwaukee。

信主之前，我不知道自己是個罪人。我對自己的生活狀態大體滿意：雖然偶有挫折、懈怠，總體上是積極上進的人生。我對自己的為人處世也基本滿意：理性、謙和、好相處。我相信每個人對自己的人生負責。如果要達成人生的目標，就預先設定每一步的計劃，然後去執行。我並不覺得我需要什麼特別的幫助，人和人之間適當的善意就夠了。

二零零六年跟隨先生來到Milwaukee後，楊保聯弟兄介紹我們到Waukesha查經班。查經班的弟兄姐妹給我們全家很多的幫助，也經常為我們禱告。我深感有很多事我自己是行不出來的。比如，每週開放自己的家庭給姐妹查經班提供聚會的場所；又比如過節的時候招待幾十位查經班的朋友。查經班的弟兄姐妹帶我認識神，認識主耶穌基督，只是我的心一直剛硬。我一直對“完全交託、完全信任”有所抵觸，因為這與我的人生觀，世界觀太不一樣了。

“人的盡頭就是神的開始”。在我人生的低谷，當我用盡了人的所有辦法都無效之後，我才想起了主耶穌。我禱告：“神啊，求你幫助我！求你移走我來相信你的障礙。”

神是信實的，“He looked upon my helpless state, and took me to the cross.”主耶穌說：“你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。”

感謝神！祂沒有放棄我，也不厭棄我的無知、驕傲、貪婪的世俗的罪性。祂憐憫我，饒恕了我以往因狂妄所犯下的種種過犯，又一次帶我來到祂的座前。



回過頭看，當我還是罪人的時候，神的愛就臨到我了：“因我們還軟弱的時候，基督就按所定的日期為罪人死”。“唯有基督在我們還作罪人的時候，為我們死，神的愛就在此向我們顯明了”。

神的愛在我生命中產生了奇妙的改變。從神而來的愛是喜樂的，願神讓我的生命結出聖靈的果子：“仁愛、喜樂、和平、忍耐、溫柔、恩慈、良善、信實、節制”。

榮耀歸於神！

哥林多前書13：4-7節：愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒；愛是不自誇，不張狂，不做害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。



光明之道

郭湘榮

我2003年來美留學，08年畢業於Michigan State University，之後曾在UW Madison 從事Stem Cell 研究工作。現辭職在家照顧家人起居並在找工作中。

在接受基督以前，總體上說，自身的生活態度和心態不佳。整個人比較偏執，一旦認定的事情，任誰怎麼說都還是會按自己的決定去做。不同的意見聽了不往心裡去，也不會仔細去想，而且很驕傲，因為一路走來都比較順：從考學、讀書、工作都是水到渠成。心中沒有感恩，也沒有敬畏。認為成功和順利都是自己努力的結果，和堅持付出的回報。所以生活都以自我為中心。

真正認識並開始接受耶穌基督是進入查經班以後。應該說寶寶是傳福音的小天使。當時懷孕、待產在家，所以有時間就會去查經班聽姊妹弟兄查講聖經。其中有心無心聽進去了很多道理。後來寶寶出生、長大了，她特別喜歡查經班的氣氛。每逢週末，就哭著喊著攔也攔不住地要去查經班。漸漸地我們也成了常客。所以，養孩子也幫助了自己的成長。好好經營主賜的產業“孩子”，也是頗有收穫。

查經班最常查考的是《聖經》中的“箴言”這本書，使我深受啟發。也就試著以其中的教導去對待自己的工作，去和周圍的同事朋友相處、去和家人交流。

當一切付諸於實踐，就發現接受耶穌基督是這一生最美的祝福。慈愛的天父引領著我去學習、去傾聽、去讚美、去愛、去付出、去發現無時無刻不在身邊的美。從而也發現生命中，每時每刻都有著祝福，每點每滴都應當感恩。

天父的愛一直就在身邊，只是自己一直漠視不覺；生活的美就在身邊，只是自己視而不見。當心中有了對主的感恩和敬畏之後，心境豁然開朗。有了好的心態去認真地對待生活、工作，我變得很快樂。

雖然境遇並沒有很大的改變，但心中充滿了希望的生活，正如行走在主的光中，充滿了光明和美。很多時候我會想，連《聖經》都沒有完整地通讀一遍，怎麼配去受洗？但又想，《聖經》是一輩子也讀不完的。就算是把字讀完了，未必就讀懂了；就算讀懂了，未必就真正能做到了。所以，讀沒讀完不重要，重要的是我願用一生的時間去讀、去領悟、去實踐。這樣一生跟隨，行走在主的光裡。

約翰福音8:13 耶穌又對大家說：*“我是世界的光；跟從我的，會得著生命的光，絕不會在黑暗裡走。”*



讀馬利·巴斯特“天堂、地獄的啟示”所得

高棠萬千

美田納西州的馬利·卡特琳·巴斯特姊妹 (Mary K. Baxter)於1976年3月蒙主召，歷經四十個夜晚之久，讓她親歷地獄的真實。在這經歷裡，有遇到不信有地獄，並傳講這樣的道，害信徒也來到地獄的；有曾為主贏得無數靈魂，但以後一再犯罪。雖受神再三警戒，勸其悔改，但終究抵禦不了浸淫肉體情慾，最終墮入火永不滅、虫永不死的地獄裡，大聲求耶穌再次救他們。他們的靈魂永遠與腐朽的爛肉、蛇、虫……在一起，被大小魔鬼凌虐。正像那惡貫滿盈、終遭毀滅命運者一樣，這是自選的結局。耶穌一面傷心流淚，一面痛苦地說：“太晚了！太晚了！”

多年前在閱讀並翻譯此類書籍時，曾諮詢一位師母，對這些內容的真實性持懷疑的。如今我自己已屆耄耋之年，與罪惡交手的經驗，使我能相信書中所記是完全符合聖經所記的。

彼得在他晚年書信中說：“主看一日如千年、千年如一日……乃是寬，不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。有形質的都要被烈火銷化。這一切既要如此銷化，你們行事為人該當怎樣聖潔、怎樣敬虔、切切仰望神的日子來到…？申命記卅四19”約書亞對百姓說：“你們不能事奉耶和華，因為祂是聖潔的神，是忌邪的神，必不赦免你們的過犯罪惡……要除掉你們中間的外邦神，專心歸向耶和華以色列的神。”出埃及記卅四6：“耶和華在他面前宣告說：耶和華、耶和華是有憐憫、有恩典的神。不輕易發怒，並

有豐盛的慈愛和誠實。……万不以有罪的為無罪、必追討他的罪，自父及子直到三、四代。”

神是聖潔的神·万不以有罪為無罪。還好今天我們有中保耶穌。當乘還有時間，快快為我們戚友積極代求·免入永遠的刑罰、萬劫不復的地獄中。

愛心廚房：

山楂決明子清脂茶

盼望著，盼望著，春天到了，夏天的腳步近了（朱自清《春》的山寨版“夏”）。愛美的姊妹們已經蠢蠢欲動，迫不及待地想要穿上漂亮的裙子，一展婀娜的身材。可是，看看一個冬天的“積蓄”，真是苦惱。

這期《威信》將介紹一款山楂決明子清脂茶，材料簡單，很多亞洲超市都能買到。

材料：山楂15克（約20粒）；決明子10克（1TBS）；綠茶2克（1/6 cup）；水750 ml（約3 cup）



步驟：1. 將山楂放入清水中浸泡2分鐘後，用清水沖淨；

2. 鍋中依次放入清水、山楂、決明子，用大火煮開後，改小火煮10分鐘，然後放入綠茶繼續煮5分鐘。

如果不愛喝酸酸的山楂，可以略微加點冰糖。但是，減脂的功效就要有些減少了。

教會近期活動：



米城中華基督教會 20113 年春令會 - Watertown, Wisconsin

MARANATHA BAPTIST BIBLE COLLEGE
to the praise of His glory

主題: 甘負甜美之轍
講員: 潘秋松牧師
地點: Maranatha Baptist Bible College, 745 West Main Street
Watertown, WI 53094 www.mbbc.edu

時間: 6/10 日(星期五) 7:00pm <--> 6/12 日(星期日) 12:00pm
(大會報到: 星期五下午 4:00pm 開始)



- 潘秋松牧師 現任美國麥種傳道會總幹事。在台灣牧養教會近十年，後專注在文字事工與神學教育上。與妻子合著《解析式新約經文集編》，並錄製VCD聖經教學課程《啟示錄》、《保羅書信導論》、《約翰福音》，編譯書籍超過百冊；經常在世界各地舉辦聖經講座。

Chinese Christian Church of Milwaukee
3069 N. Downer Ave.
Milwaukee, WI 53211



墓前的三個瑪利亞