

哥大新生生活指南

➤ Fall 2011 ◀



欢欢喜喜盼望上帝的荣耀。

—罗马书 5:2

哥大中文查经班制作

<http://www.columbia.edu/cu/ccbsg/>



“虚心的人有福了! 因为天国是他们的。”—马太福音 5 章 3 节

新生活动安排一览

-
- **08/26 (Friday) RECEPTION DINNER AND WELCOME NIGHT**
 - 6:30 PM, **Room 305**, Uris Hall (Business School Building)
 - **09/09 (Friday) ORIENTATION DINNER**
 - 6:30 PM, Room 327, Uris Hall (Business School Building))
-

WELCOME!

“虚心的人有福了! 因为天国是他们的。”—马太福音 5 章 3 节

祝贺你!—全新的生命里程展开了…

当你打开这本小册子时, 我们欢喜快乐地说: “幸会了! 朋友!”

若干年前, 我们和你一样, 满怀兴奋之情地来到常春藤盟校之一的哥伦比亚大学就读, 除了满怀期待与兴奋之外, 心中仍不免有些紧张与彷徨, 因为要面对一个全新的环境与不同的文化, 所以, 我们制作了这本实用的小册子, 愿它能帮助你尽快地适应哥大的校园生活, 开始享受在纽约的生活。

我们是一群哥大的华人基督徒。这本小册子的内容或许不够完整, 但我们诚挚地期盼, 你能因此得到帮助, 并以此表达对你的爱与关心! 我们来哥大念书, 同时也得到了更丰富的智慧和更美丽的人生! 我们愿意与你一起享受上帝的爱, 获得更丰盛的生命。也愿你和我们成为诚恳真心的好朋友。欢迎你加入我们这个大家庭!

随时欢迎参加我们的周五晚的聚会, 8:10 PM, Choir Room at Basement of St. Paul Chapel.。请联系我们: ccbsg@columbia.edu 或访问我们的网站:

<http://www.columbia.edu/cu/ccbsg/>

Sincerely,

哥大中文查经班
(Columbia Chinese Bible Study Group)

You are invited!

欢迎光临!

迎新晚餐

New Student Orientation Dinner

📖 哥大中文查经班主办

🕒 Friday 09/09/2011, 6:30 PM

Room 327, Uris Hall

(Business School Building)

让我们一起共进晚餐、认识新朋友，

唱诗歌、欣赏短剧、

分享哥大的生活

哥伦比亚大学中文查经班欢迎您!!!

迎新晚餐对所有新生与新抵哥大的学者免费。

具体细节与地址，请与 Daisy Dai（戴超）同学联系：

daisy.dai.c@gmail.com or ccbseg@columbia.edu

Tel: 646-717-1408 (Daisy) ; 646-331-9555 (Charlene)

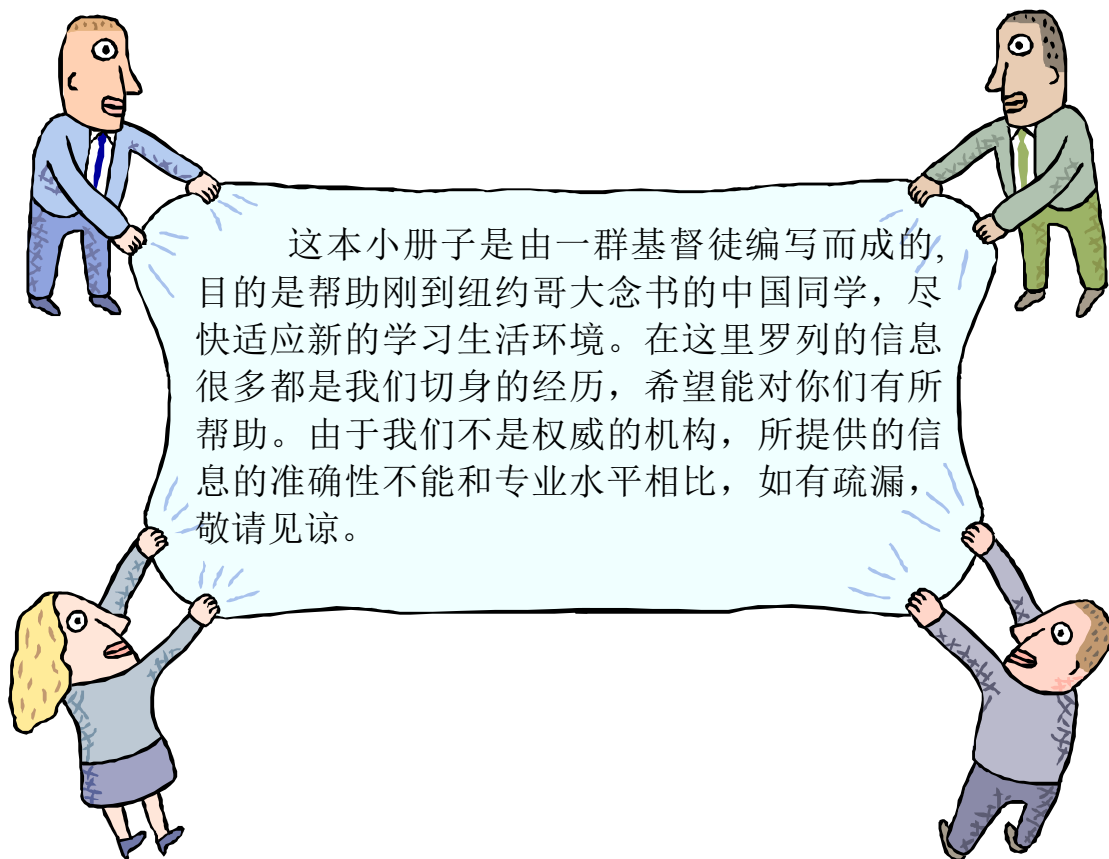
“神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。”
约翰福音 3 章 16 节

Index

一. 初来乍到 — To Be Settled	1
1. ISSO (International Students and Scholars Office)	2
2. 学校院系	Department 3
3. 注册及学生证	Registrar & ID card 3
4. 社会安全卡	Social Security Card Application 3
5. 银行帐号	Banking Account 4
6. 安顿住房	Housing 5
7. 学生财政服务中心以及学生帐户	Finance 6
8. 哥大中文查经班新生活动	CCBSG Orientation 7
二. 校园生活 — Campus Life	7
1. 修课,学习	Study at Columbia 7
2. 图书馆系统	Libraries 11
3. 计算机和校园信息系统	CUIT 12
4. 放轻松	Relaxation 13
5. 校内兼职	On-Campus Employment 15
6. 哥大中文查经班	CCBSG 15
三. 你的新家 — Morningside Heights	16
1. 安全问题	Safety 16
2. 购物: 食品以及生活用品	Grocery Shopping 18
3. 书店	Bookstores 20
4. 餐馆	Where to Eat Authentic Food 21
5. 电话和有线电视	Phone & Cable TV 22
6. 上网	Internet Access 24
7. 申请信用卡	Credit Cards 24
8. 提高英语水平	How to Improve English 25
9. 儿童教育	Kids School 26
四. 纽约, 纽约 — New York, New York!	26
1. 主要景点	Major Scenes 27
2. 公共交通	Mass Transportations 29
3. 中国城	Chinatown 30
五. 纽约之外 — Beyond New York	30
1. 学车开车	Driving 30
2. 长途车	Coach 31

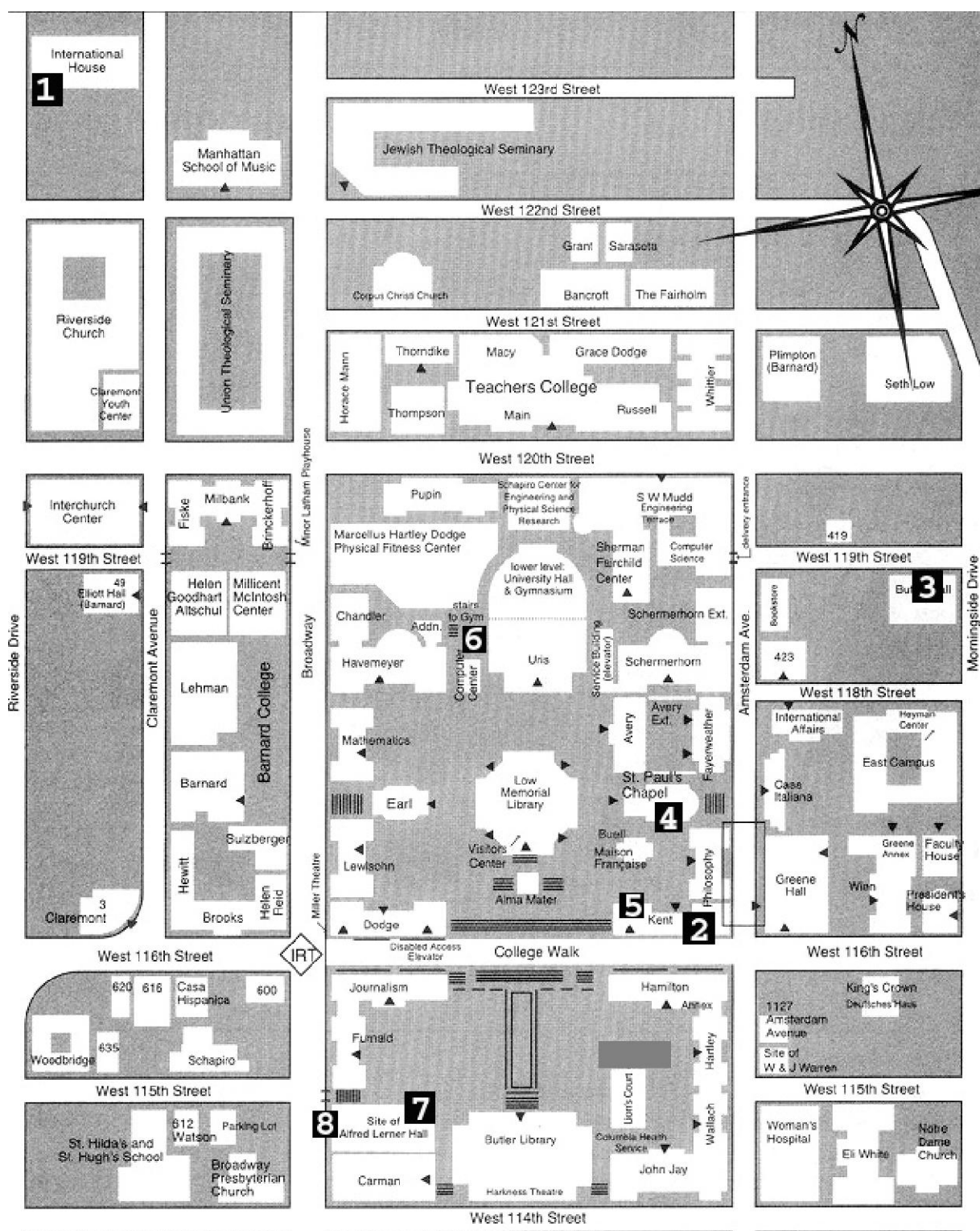
“神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。”
约翰福音 3 章 16 节

3. 火车	Train	31
4. 乘坐飞机和来往机场	Airline & Airports	31
六. 生命的真谛 — The Truth of Life		32
1. 我们的家	Our Family in Christ	32
2. 爱的团契	Fellowship of Love	33
3. 新的生命	New Life	34
4. 智慧的话语	Words of Wisdom	35
5. 当您需要帮助的时候	When You Need Help	36
6. 《圣经》简介	Holy Bible	37
7. 纽约华人教会	Chinese Churches around NYC	38
8. 基督徒团契	Christian Fellowship	39



一. 初来乍到—To Be Settled

在这一章我们将根据经验列举一些新生到哥大以后首先需要做的事情。希望能使你更快更好地适应新环境。首先提供一张哥大的地图。如果能在开学前熟悉一下校园设施,环境,应该会使你即将开始的学习生活更轻松一点。



基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。(新约.提摩太前书 1: 15)

1. ISSO (International Students and Scholars Office)

留学在外，身份很重要，在这方面要尽早明白所需的文件以及日常需要注意的事项。ISSO 的办公人员很多都曾经是象我们这样的国际学生，所以他们处理事务不但经验丰富，还十分理解我们的问题和需要。在到达美国的第二天，最好就能去 ISSO 办理身份手续。带好你的护照，I-94 以及 I-20 (如果是 J-1 公派学者，就是 Form DS-2019) 和一些相关的文件(admission letter 等)。他们的地址是 524 Riverside Drive (参见地图, 位置 1)。办公时间 9AM-5PM (Mon-Fri, 但周三 10:30AM 才开始工作)。从 Main Campus 走过去大概需要花 10-15 分钟。Notice: TC 的同学应该带上 passport, I-94 和 I-20 直接到 Wittier 大楼的 International office 报道。Wittier 的地址是 120 街和 Amsterdam Ave. 的交界口。International office 的职责对 TC 的学生来说相当于 ISSO，因此 TC 国际学生的各项手续应该去那里办理。

ISSO 会给你开一封银行开户 (banking account) 的证明信，否则象我们这样毫无信用历史 (credit history) 的新入境者，很难获得银行批准。学生账户的好处是没有最低存款的限额，也没有每个月的 service fee。如果在学校被 employed (如做 TA、RA)，ISSO 还会给你提供一份用于申请 Social Security Number(SSN)的文件。

ISSO 每年组织的 Celebrating New York! 的新生活活动，是一个认识新朋友的好机会，有时间不妨参加。ISSO 在每年迎新时还会邀请在纽约生活过一段的国际学生作为新生的 Peer Advisors, 来帮助新生尽快适应纽约的生活以及在哥大的学习研究。你可以直接通过：

http://www.columbia.edu/cu/isso/incoming/Peer_Advisers_2011.html

在网上联系这些同学。但是 Peer Advisor 不应当回答身份等官方的问题，因为条规变化很快，您最好询问 ISSO 的工作人员。

ISSO Website: <http://www.columbia.edu/cu/isso/>

ISSO Information for Incoming Students:

<http://www.columbia.edu/cu/isso/incoming/>

Contacts: isso@columbia.edu

Tel: (212) 854-3587; Fax: (212) 851-1235

Hours: 9:00 a.m. - 5:00 p.m., Monday through Friday, except Wednesday, when the ISSO opens at 10:30 am.

2. 学校院系 — Department

对于大部分同学，今后的学习生活主要是在你所在的系里。你的注册信息，奖学金等等都是从系里面办的。如果可能，应该在第一时间通知系里你已经到达美国，以便他们安排你的一切手续。如果你以后还要以助教 (TA) 或者助研 (RA) 的身份获取资助，你将需要在你所在的系填写一系列表格。而且系里的老师，同学，秘书和工作人员更将是你以后主要的信息来源，很多学习、生活上的问题都需要他们的帮助来解决。

3. 注册与学生证 — Registrar & ID Card

和其他学校一样，哥伦比亚大学的学生管理都是计算机化。你可以方便的在网上激活你的 email 账户 <http://www.columbia.edu/acis/tools/index.html>。每个哥大的学生都拥有一个 University Network ID (UNI)，也是你哥大 email 的账号，在 login 你的 Student Services Online、CourseWorks、Online Library Account 的时候都是必需的。如果你还不知道自己的 UNI 的话，可以在 <http://www.columbia.edu/cgi-bin/lookup.pl> 搜索你的名字来查询。有关学生注册的学校办公室和取得学生证的 ID center 都在 Kent Hall, 位于 College Walk 东头北边的建筑（参见地图，位置 5）。另外他们还会在你的 ID 卡上贴上一张小 sticker FA 11（也有可能在系里办理），表示你本学期是注册学生。校园里的一些 service 可能要看你的 sticker，所以 sticker 每学期都必须 update。

Student Services Online (<https://ssol.columbia.edu>)：在这里你可以注册课程、查看成绩、处理学生账户等。是你需要定期 login 的地方。

CourseWorks (<https://courseworks.columbia.edu>)：你的在修课程信息可以在这里找到。有时候 TA 会把 homework 以及课程的相关材料上载到这里，所以也要常去看看。

有关学籍注册的问题，可以找系里的 Department Administrator 寻求帮助。

4. 社会安全卡 — Social Security Card Application

一般 ISSO 的 orientation program 里面会有专门的安排。如果你符合申请条件（比如有 on-campus employment），应尽早去办理申请。SSN 非常重要，它相当于你在美国的身份号（比如申请信用卡、手机都会被问及）。最好把自己的 SSN 号码背出来，不要把卡片带在身上也不要轻易泄露给别人防止身份盗用。SSN 办理地点请参见 ISSO 提供的迎新日程, ISSO 的工作人员会给你详细的指导。

5. 银行帐户 — Banking Account

刚出国的同学大都带着一些安家的现款。现金带在身上不安全也不方便，很多美国的小商店都不收 20 元以上的现金。而很多帐单比如房租就必须用支票付。应当尽快开一个银行账户把现金存进去，使用起来安全方便。ISSO 会提供一封开账户需要的信，同时提供一个周围银行的 list，你可以根据你住的地方，以及师兄师姐的建议选一个。开账户很简单，只要去银行告诉他们你想开一个帐户（open an account）即可。在选择服务的时候可以询问他们是否有特别针对学生的服务。学校附近，在 111th & Broadway 和 123rd & Amsterdam Ave 有 Citibank（花旗银行），112th & Broadway 和 109th & Broadway 有 Chase Bank。

帐户有不同的种类。你最先需要和最经常用到的是支票帐户（checking account）。银行会在开户以后几周给你一本支票簿。如何写支票和存支票可以参考 <http://banking.about.com/od/checkingaccounts/ig/How-to-Write-a-Check>。checking account 没有利息，所以里面一般不需要存太多的钱。但是用 ATM debit card 消费和开个人支票之前请务必确认消费数额小于 checking account 的余款，如果 overdraft 或是支票跳票则会被罚款。另外可以开一个 saving account/money market account，相当于活期储蓄，有利息，大部分钱可以存在这个帐户里面。一般来说，你可以时不时通过网上银行或者 ATM 机从 saving account 转账的 checking account 不需要手续费，但是，有的银行规定一个月转账的次数，或者是从 saving account 取钱的次数，否则每超出一次都要扣手续费(3-4 刀)。

ATM（Automatic Teller Machine）就是自动取款机。这里主要银行的 ATM 都是 24 小时服务的。校园内也有几处（Lerner Hall, Uris Hall Café, Barnard College Lobby, SIPA building, Bard Hall at the Columbia Medical Center），非常方便使用。而且很多商店都可以用 ATM 卡直接购物（在申请开户的

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。(新约.提摩太前书 1: 15)

时候选择同时申请 **debit card** 功能)。在你开通帐户不久，你就会收到银行给你办理的卡。一般就可以马上使用，也可能需要打电话激活。

银行发行的 ATM 卡属于 **debit card**。每次在非直属银行的 ATM 机提款要交 2-3 刀手续费。有些针对学生的免费 **checking account** 的"免费"是限制每月在非直属 ATM 机上提款的次数的前提下的。一定要先搞清楚"条款小字"(fine prints)。前面提到的校园上的 ATM 都是直属 Citibank 的，所以 Citibank 的用户可以放心使用。

值得一提的是，在商店里面使用 ATM 卡提现同样可能要交取手续费，如果你只是买 5 元钱的东西，但是交了 2 元的手续费岂不是有点吃亏。由于货币单位相差很多，刚来的时候经常对商品的价钱没有概念。可以多在商店看看，也可以和已来了些日子的同学一起购物，应该可以听到很多经验之谈，建立一个健康的消费习惯，不要舍不得花钱而亏了自己，也别在没有意识到的情况下花了很多不该花的钱。

6. 安顿住房 — Housing

如果你已经在 UAH (University Apartment Housing) 注册并且提前分配了住房，就可以在到达的当天或第二天去办理手续，签住房合同 (lease)。他们办公的地点在 University Apartment Housing Office, 400 West 119th Street (你也可以访问 <http://facilities.columbia.edu/housing/> 得到详细的信息，但是合同必须面签)。目前哥大的房子很紧张并且优先保证博士生的住房，对于硕士学生则采取先到先得的方法来分配住房。值得一提的是，即使刚刚来的时候没有住房，仍然可以在 waiting list 上面继续等待，一旦有空房学校还是会按照 waiting list 上的顺序给没有房子的同学安排住房。(注：TC 的同学要申请自己学院的房子，而非 UAH 的。)

相当一部分同学来到纽约要自己寻找校外的住房。这里我们介绍几个寻找校外住房的途径：

UAH 网站上的 OCHA (off-campus housing assistance) 上提供了一些寻找校外住房的途径，上面也有一个 online listing board 可供哥大学生登出租房或招租信息。需要注意的是，这个 system 有独立于哥大 UNI 的用户名和密码，初次使用的同学要先发 email 给 ocha@columbia.edu 索取用户名。

此外，哥大中国学生学者联谊会（Columbia University Chinese Students and Scholars Association）的 BBS 也是一个寻找房源的好去处。许多中国学生会在 BBS 上面发帖寻找房子或是室友，有房源的同学也会在上面发帖招租。你可以访问他们的网站（<http://www.cucssa.org/>）获取信息。除了租房信息，这个 BBS 上面也有人发帖买卖二手家具、拼车一起去机场或是购物，也时不时有广告。需要注意的是，这个 BBS 的成员并不限于哥大的学生，一方面这使得租房的信息更多更广，一方面也请大家尽量当面交易避免风险。

另外，中文报纸《世界日报》（哥大附近的报刊亭都可以买到）上可以找到纽约地区的租房信息，免费的报纸 *VOICE* 上面也会有分类广告。巴士站的候车亭也常有人张贴出租广告，可以去那里看看（在巴士站张贴广告是非法的，所以不鼓励大家这样做）。

最后，Craig's list（<http://newyork.craigslist.org>）是个纽约范围的网上社区，包括房屋租赁，旧物交换，搬家服务等等。在那里找房子信息很多，但是因为该网站不需要身份核查，用户鱼龙混杂，同学们在使用上面信息的时候要多加小心避免上当受骗，交易的宗旨是一定要亲自看房当面交易，交易方式选择现金或是银行开具的 *certified check*，避免接受个人支票降低自己的风险。

7. 学生财政服务中心和学生帐户 — Finance

奖学金的分发方式各学院都有自己的安排。有的时候你会直接收到支票（应该在你系办公室的信箱里），而有时你可能需要去学生财政服务中心（Student Financial Services—以下简称 SFS，Kent Hall, 参见地图，位置 5）去领取奖学金支票（*stipend check*），有些可以 *direct deposit* 到你的银行帐户里。一般情况下，系秘书会通知你的。学生账户信息可以在 Student Services Online（<https://ssol.columbia.edu>）查询。你的 *pay check* 信息则可以在 myColumbia（<https://my.columbia.edu>）里面查到。

如果你得到的是全额资助，学费应该是系里或者学院来安排支付到你的学生帐户里。但是这些付款有时会迟于学校设立的付款期限。在这种情况下，你需要通知你的所在院系和 SFS 以免支付迟付罚款（*late fee* \$150）。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）
如果你自己支付学费，可以在 Kent Hall 的 SFS 咨询付款方式以及贷款的可能。一般使用银行支票付款最为便捷。

有时虽然学费在奖学金包括的范围内，但有的系院的奖学金却不包括医疗保险（health insurance）和学校医务服务费（health service fee）。这些是所有全日制学生（full time student）必须支付的。而且还有一些杂费如 university facility fee, transcript fee 等等也可能是需要你自己支付的。仔细阅读学校寄给你的帐单，如有疑问可去 SFS 中心咨询。哥大目前使用 E-billing 电子账单系统。所以你的账单（student account statement）是发送到你的哥大电子信箱。

8. CCBSG 新生活活动

我们也曾经是新生，所以我们也同样经历过你的困难，我们愿意帮助你。哥大中文查经班将会有一些为新生安排的活动。也希望你在需要我们帮助的时候，和我们联系。我们每周常规的查经聚会是周五晚 8:10PM（如果没有特殊活动），在校园里的 St. Paul Chapel 的地下室 Choir Room（参见地图，位置 4）。

我们的网址是 <http://www.columbia.edu/cu/ccbsg/>。如果你希望收到我们每周活动的信息，可以发 email 给 ccbsg@columbia.edu，或加入我们的 mailing list: http://groups.yahoo.com/group/ccbsg_list/

二. 校园生活—Campus Life

1. 修课, 学习 — Study at Columbia

来到一个新的求学环境，尽快把规矩弄清楚，才不会打迷糊仗。因为每个系都可能有不同的规定，所以不要存在某某系是如此，我们系也应该是如此的想法。

当你来到新的学校，新的院系，一定有一大堆的介绍材料让你搞不清条理。这时最有效的办法就是与所在院系的 Department Administrators 联系并询问相关的问题。也许你并不知道他们是谁，但是你一定记得当



基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

你来到哥伦比亚大学之前与你联系的系里官员或是回信地址上的工作人员（直接去找他/她，一方面表示感谢，另一方面咨询）。最有效直接的方法，就是在工作时间到系里的办公室，告知工作人员你是新生，需要咨询如下的一些问题。通常系里的工作人员会非常热情，并帮助回答你各个方面的问题。

通常需要问的问题有：

1) 关于第一年的选课安排：需要清楚有哪些必修课，系里通常会给学生什么建议，以及如何注册课程。

2) 英文的课程：国际新生一般会有语言的问题，大多数系会建议甚至要求新生参加 American Language Program (ALP) English Placement Test。当你达到一定的标准就可以免修英文课；不过，哥大的英文课对国际学生今后的学习，研究和日常生活的语言交流也有帮助，并且在课堂上你也会认识不少国际朋友，交流彼此的经验，成为好朋友。

3) 系里的新生手册：应当仔细阅读新生手册，将自己需要做的事情和时间记清楚，事前做好安排，做到心中有数（在第一次去系里办公室的时候可以询问，索取）。

4) 生活方面：通常系里会给予新生多方面的帮助和建议，例如如何寻找住房，办理银行账户，社会安全保险号（Social Security Number），办理学生ID……

除了自己与学院直接联系以外，往年的师兄师姐也会给新生们提供非常好的建议。同时，在同系的新国际学生中，大家也要尽量彼此互相帮助，因为在第一年学习中，语言会是很大的一个障碍。这时，彼此的互相提醒，经验交流，分享笔记会非常有帮助。在选课的时候，除了自己对这门课的熟悉程度以外，也要考虑英语的因素，建议在头一个学期，尽量使课业负担小一些，以熟悉语言与生活环境为主。哥大中文查经班的兄弟姐妹们也是从到美国第一年开始，摸爬滚打地成长起来的，有任何学习生活上的问题，我们都愿意真诚地帮助你（ccbsg@columbia.edu 或任何一位你遇到的查经班的同学）。

a. Student Advisor

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

一般情况下，你所在的院系会为你指定一位 student advisor。通常 student advisor 是系里的教授，会对你的课程学习进行指导。在与 student advisor 交谈之前，你应该阅读系里所提供的选课材料；教授会根据你的情况指导你所应选的课程。如果你在来哥大以前曾经选修过类似或是相关课程，你可以申请免修这门课；然而也有些时候，你需要通过一些考试才能免修相关的课程。这些问题都应与学生 advisor 商量并协调。（注：student advisor 在一些系里可以在 office of student affairs 里找到。）

b. Minimum Credits

一些院系会对国际学生每学期所需选修的学分(credits)有一定要求。要确定应当达到的学分，同时第一学期不要选修过多课程，以便自己有更多的时间来适应不同的语言，生活及文化环境。

c. Add and Drop Courses

哥伦比亚大学在选课方面一般使用网络注册（跨专业选课的时候，可能会手工选课，需要问清学院的 OSA）。你可以在 Student Service Online (<https://ssol.columbia.edu>) 找到课程相应的 call number 并直接在网上注册你的课程。在你系里的手册中会提到选课的时间，在 SSOL 系统中也有你 registration/add/drop 的时间安排。如果你错过了选课或是退课的时间，一定要和任课教师联系或者咨询 OSA（Office of Student Affairs），得到允许才可以选或是退掉这门课。在这种情况下，关于此课的学费可能不会退还给你。

d. 导师/Supervisor

研究院的学生在论文开题的时候，需要确定自己的导师。建议新生们多了解系里教授所作的研究课题，方向以及资金等情况，为自己将来选择导师做好准备。大多数院系会有一系列的讲座，系里每一位教授会做一次讲座，将自己正在进行的研究介绍给新学生，有时也会希望有人可以加入自己的实验室或研究项目。此外，有些院系也会让新生在入学的第一年中到不同的实验室 rotation，以便对将要进行的研究有第一手的认识与经验。在选择实验室和导师的时候，听取高年级同学的意见很重要，同时更要考虑到自己的爱好。如果你对某一方面特别感兴趣，你可以和相关领域的几位教授订好时间，分别交流一下自己的兴趣，同时听取教授们的研究方向以

及是否欢迎新人加入。此外，如果你没有学校的奖学金资助，可以和你的导师商谈，看看自己是否有作助教（Teaching Assistant）或助研（Research Assistant）的机会以得到学费的减免或是金钱上的帮助。有些研究实验室也许不能当时给你助研的机会，但是你仍可以试一试在那里志愿地进行研究工作。

对于博士生而言，选择导师非常重要，因为在以后的几年内你都要同他/她打交道。所以在决定之前，应当多方面了解导师的人品，能力特长，研究方向的前景，资金仪器的配置，实验室的人员安排等等。对于将来希望在高等院校发展的同学，导师在本领域的地位以及影响对于你将来的发展也很重要。

以下有几条我们作为哥大的老生给新生的 PhD survival tips:

*** Meet with you advisor regularly**

两周到一月一次是不错的频度。很多导师事务繁多，作为学生需要主动一点。

*** Do what you are told**

先完成导师布置的任务，再尝试自己的想法。有自己的想法很好也很重要，但要注意先后次序。

*** Write down your results**

有一些阶段性结果就把它写下来，不要拖到写博士论文的时候。虽然毕业可能没有发表论文的要求，但对申请工作有帮助。

*** Volunteer to give presentations**

可以在系里，也可以在别的学校。这可能是让别人认识你和你的工作的最好的方式。

*** Attend seminars and conferences**

即使是很无聊的 talk 也可能可以扩展你的知识面，帮助你在申请工作面试的时候和所有人都有话可谈。

*** Seek help when you get stuck**

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

承认自己的有限，寻求帮助。科研问题向导师咨询；心态问题可以找查经班的基督徒谈。我们能给你的帮助也许很有限，但我们很乐意用圣经的方式来帮助你面对困难。

*** Share this list with your advisor**

每个人都不同，这些建议也许不完全适合你。不妨把以上几点和你的导师分享，看看他/她的看法。如果他/她有不同意见，也请回馈我们。

e. 转学/Transfer

如果你对当前的领域不感兴趣或有其他各样的原因，你可以选择转学（其他学校，或是本校其他院系）这条出路。在转学过程中，你需要作多方面的工作与准备，例如身份，签证，已修学分的 **transfer** 等等。所以在作转学的决定和准备之前，最好咨询一下有转学经验的同学，并且网络上也有很多的资源与案例，比如 www.mitbbs.com

2. 图书馆系统 — Libraries

来到哥伦比亚，你一定会对这里藏书的丰富感到惊奇；同时要弄清这里的图书馆系统，并轻车熟路的找到自己需用的图书，开始多少会有些周折。一般情况下，各院系有自己的图书馆，通常在院系所在的建筑物内：你学习研究的书籍大部分可以在其中找到。除此之外，East Asian Library 和 Butler Library



可能是你最会眷顾的地方。在 East Asian Library 中有各样的中文书籍，从流行小说，到古典文学，甚至州县志都可以找到，还有一点特色（可能是在美国以外难见的）：就是大陆，台湾，香港各地区的书籍都不分彼此的躺在书架上。Butler Library 馆藏各样文学艺术书籍，同时也是许多同学自习用功的地方。

在查找书籍时，最简单快捷的方式就是通过网路，查到所需用的书籍以及馆藏。你可以使用 WWW 的查询方式或是使用 TELNET，搜索哥大的 CLIO -Columbia Libraries Online Catalog 系统。通常后者的速度会较快，但是你需要记忆一些常用的命令。现在哥大在图书馆系统上有了很大的改进，现在你可以在图书馆主页上查询自己的图书借阅情况以及办理续借的

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

手续。同时哥大图书馆还提供了非常丰富的网络资源，几乎所有的研究杂志文献，你都可以通过以下的链接找到：

<http://www.columbia.edu/cu/lweb/eresources/>

以上只是简短地向你介绍一下哥伦比亚大学的图书馆系统，具体的实践就要你自己体会了（<http://www.columbia.edu/cu/lweb/>）。

除了校园中的图书馆以外，哥伦比亚大学图书馆还有许多的兄弟图书馆，你可以通过哥大图书馆借阅其中的书籍。紧挨着校园的 New York Public Library (NYPL) 也是许多朋友喜爱的地方，不过你需要先办理相应的手续以取得读书证。

纽约公共图书馆 (NYPL) 被称为纽约的“人民大学” (The People's University)，在纽约市的各区有很多 branches，藏书量可观。距离哥大校园最近的一个 branch 是位于 W. 113th St & Broadway 的 the Morningside Heights Branch。图书馆对纽约公众免费开放。借阅图书和音像资料也是免费的，不过需要事先办理一张借书卡。只要你有 local 住址和电话，就可以在 www.nypl.org 在线免费申请 library card。一般 NYPL 会在一个月内把卡寄给你。然后你就可以在 NYPL 的网站上检索、预定 (request) 书籍，并指定在哪个 local branch (比如哥大附近的 Morningside Heights Branch) pick up。NYPL 会通知你在一个时间段内到 local branch 领取。不过最新的图书、电影预定 (hold) 的人会比较多。

3. 计算机和校园信息系统 — CUIT

每一位来到哥大读书的学生，最必备的一件学习用品就是计算机了，以下是我们查经班的兄弟姐妹在使用和购买电脑方面的一些经验，供大家参考。

CUIT 是校园网络以及计算机管理的总系统。你可以在他们的网站找到大部分疑问的解答。也可以和他们联系寻求帮助：<http://www.columbia.edu/cuit/>。

计算机购买：俗话说买东西货比三家，在购买电脑前也要心中有数-你电脑的用途，使用的寿命，配置，个人的品味... 在购买前一点点研究是一定要做的。比如在 <http://www.cnet.com> 上比较各种型号以及寻找最便宜的价格等。还有一点要记住：在美国如果是跨州购买，并且卖家在本州无注册，就可以免税。在买电脑或电器的时候，若已经看中了某个型

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

号、品牌，可以在：<http://www.pricegrabber.com/>，
<http://www.pricescan.com> 等网站搜索比较价格。此外，在
<http://www.dealsea.com>，<http://bensbargains.net>，
<http://www.deals2buy.com/>，<http://www.techbargains.com/> 常有电脑、电子
产品和其他商品的减价信息。

☞ **软件的使用**：在购买软件之前，一定要记得哥大提供了许多免费软件资源。除了询问系内的计算机技术支持人员外，你也可以从 CUIT 的网站下载一些有用的软件（对哥大学生免费），比如 Symantec Anti Virus，Endnote 文献数据库软件等。

☞ **上网**：（参见：第三章 6 节：*Internet Access*）

☞ **撰写个人主页**：每一个哥大的学生都可以建立自己的主页。这里有详细的说明，指导你一步步撰写自己的个人网页：
<http://www.columbia.edu/acis/webdev/create.html>

4. 放轻松 — Relaxation

a. 哪里去运动 Where to do exercise

如果你想要呼吸新鲜的空气并且能够欣赏 Hudson 河边的美景的话，你可以到河边公园 Riverside Park 来运动。河边公园是慢跑，骑自行车，滑旱冰的好地方。孩子们也会在这里找到自己喜爱的滑梯和秋千。除此以外，中央公园距哥大也并不是很远，你可以步行，慢跑，自行车，旱冰甚至以骑马的方式到中央公园。在那里不仅有草地，也有湖水，其中还有一个有趣的小动物园。



除了哥大附近的室外场所，哥伦比亚大学的体育馆也是一个不错的去处。体育馆里有各式的球类，健身器械，在底层有一个国际标准游泳池。你需要用学校的 ID 来进入体育馆，并且需要每学期大概交\$157 的 gym fee（有些院系会为学生负担这项支出）。哥大的羽毛球和乒乓球俱乐部都是中国人为主，每周有固定时间活动。

哥大查经班的一些兄弟姐妹会不定期（主要在周末）的在哥大附近的 Riverside Park 打球，锻炼身体。如果你刚到纽约，一下子找不到运动伙伴的话，欢迎加入我们（联系：ccbsg@columbia.edu）。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。(新约.提摩太前书 1: 15)

b. 校园小憩 Where to take a break on campus

不同人对如何在校园中小憩肯定有着不同的想法。如果你喜欢安息在自然中，那么校园通路 College Walk 两旁的草地和台阶可能最理想了。你可以坐在台阶上，倾听喷泉的流水，或是寻找 Alma Mater 身上的那只猫头鹰(传说当你找到那只猫头鹰的时候就是要毕业了)，或是看着身边往来负担重重的哥大学友。Philosophy Building, Uris (Business School), Mathematics, Lewisohn, Hamilton 和 Lerner 周遭也是很好的去处。此外，就是漫步到河边公园 Riverside Park，在那里可以欣赏到河边风光和美丽的日落。河边的地段是很好的运动场所，并且你也可以在这里和朋友一起午餐，聊天...沿着河北望，你会见到著名的 George Washington Bridge; 向南就是曼哈顿华尔街的景观了。在 I-House 对面，是格兰特将军墓 (General Grant Tomb); 墓后还有李鸿章亲手栽种的树木。向南大约在 90 街附近，一些网球场可能会是你将来挥拍的地方。



如果你更想利用这一段时间读书的话，Butler 图书馆是一个好去处。此外，东亚图书馆会把你带回故乡，只是不要被太多的书籍挑花了眼睛。如果你嫌图书馆太静没有生气，那么 Uris Hall 内的图书馆会让你感受到它的分贝。

此外，Lerner Hall 也是休息的极佳去处。那里有电脑室，Cafe, Bookstore, TV, Reading Rooms, Free Piano 等。

对于喜欢以享用美食来打发休闲时间的朋友，在 Uris, Mudd, Lerner, Hamilton, Wien 你都可以在 cafeteria 中找到可口的食物。不过校园外的餐馆可能提供更味美价廉的服务。Ollie's 和 Vine Sushi Restaurant 都会经营到很晚。

平静的休息也许是最诱人的一种了，在 St. Paul's Chapel 中你可以感受到这种静谧。它那世界著名的建筑中似乎蕴含着人与神那种独特的关系。值得一提的是，St. Paul's Chapel 时常举办免费的音乐会。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

5. 校内兼职 — On-campus Employment

纽约的消费水平较高，在课余时间找一份兼职不失为赚点零用钱的好办法。哥大图书馆提供有各种形式的打工机会，他们的网址是 <http://www.columbia.edu/cu/lweb/services/jobs/>。你也可以直接去 519 Butler 咨询 part time positions 的相关信息。Columbia Tutoring and Translating Agency (CUTTA) 长期提供家教和翻译的工作机会，他们的网址是 <http://cutta.columbiastudententerprises.com/>。学校的 Center for Career Education (CCE) 也会提供相关信息，他们的网址是 <http://www.careereducation.columbia.edu/>。此外有的学院，例如 SIPA 和 Medical Center 都会有自己的 Office of Career Service，去与 Career Advisor 聊职业规划，以及学院的资源很有帮助，有的学院也有 mock interview 的服务，对于即将要面对面试的同学很有帮助。校园里张贴的各式广告也不失为值得注意的信息来源。而向有经验的学长学姐咨询往往可以得到第一手的建议。当然，在具体行动前要确认你的身份可以在校内工作。

6. CCBSG (哥大中文查经班) — 认识朋友的去处

你想在繁忙的学习之余认识真正的朋友，建立真正的友谊吗？哥大中文查经班将是你最好的选择。



哥大中文查经班是由一群哥大的华人基督徒学生建立于 1968 年。40 年来成百上千的哥大学生在这里度过了他们生命的黄金时代，也有许多朋友在此找到了生命的真正意义，认识到他们生命中最好的朋友就是耶稣。有些 30 年前的查经班朋友至今仍与我们保持联系，有时还来参加我们的活动。

作为一个基督徒学生团体，哥大中文查经班不同于一般学生社团的是：在这里耶稣基督是我们一切活动的中心。也正因此，每个来到我们当中的朋友都不会空手而归，都能得到真正的祝福，对一生都有益处。我们每星期五晚 8:10 于 St. Paul Chapel Basement 的 Choir Room 都有查经聚会。在此我们一起唱歌，阅读圣经，分享生命的经历。有时我们也邀请著名的基督教学者，牧师来演讲，分享见证以及他们对人生的看法和经历，同时给予我们教导和帮助。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

除了查经聚会外，我们还会不定期的组织其他文化或体育活动，如郊游，打球，聚餐等。哥大中文查经班的成员来自不同的文化背景和专业背景，也不只限于哥大的学生。我们将非常乐意帮助你尽快适应并开始享受在纽约的生活。

For more information please contact ccbsg@columbia.edu

Or visit our website: <http://www.columbia.edu/cu/ccbsg>

三. 你的新家—Morningside Heights

1. 安全问题 — Safety

象其它的大都市一样，纽约的治安一向难尽如人意。哥大校园东北侧毗邻非裔社区 Harlem，治安状况尤为学生及家长所关注。尽管校方在安全问题上采取了相当得力的措施（如校园内及周边街道有校警巡逻，为夜晚回家的学生提供护送（escort）服务，UAH 所属公寓有 24 小时警卫，等等），使得哥大周边成为纽约最安全的社区之一，然而抢劫事件在校园附近仍偶有发生。因此特别提醒各位新同学，一定要加强安全意识，把“安全第一”放在日常学习生活的首位，决不可掉以轻心。

以下各项提示来自老同学的经验总结，请仔细阅读，同时也建议你有关问题向朋友或学长请教，及浏览哥大有关安全问题的网页 <http://www.columbia.edu/cu/publicsafety/>.

a) 从校方公布的 Security Alert 来看，各种劫案多发生在大街上，入室窃案并不多见。歹徒则多为非裔或西裔。晚上 12 点以后最为危险，但亦有早晨 9 点多在 120th Street & Amsterdam Ave 及下午 4, 5 点钟在 113th Street & Broadway 行抢的案例。歹徒一般只为钱财铤而走险，得手后即离去，很少对受害者施以人身攻击，但这不等于说攻击不会发生。因此一旦被抢，除非有生命危险，不要反抗，交出财物即可。平时可随身携带 \$20-\$30 现金（现金最好不要太整，零一些比较好），以防不测。不要带太多，最好也不要口袋空空，因若遇打劫时身无分文，则有遭受歹徒人身攻击之可能。

b) 尽量避免夜晚（特别是 11 点以后）孤身一人在街上行走，最好结伴而行。如有必要（特别是午夜以后），可以打电话给哥大警卫部门，请求免费护送（escort）服务，电话号码是：

Escort Service - Morningside Campus: Call 854- SAFE (4-SAFE).

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

Escort Service - Health Science Campus: Call 305-8100 (7-8100).

不妨把这些有用的号码存到手机地址簿里。

此外，哥大校园内专门装备了有特殊标识的电话，用于紧急情况下向警卫部门求助。号码为 99。若在校园内遭遇突发事件，可使用此电话以便得到快速协助。

- c) 相对而言，BROADWAY 比 AMSTERDAM AVE 要安全一些。晚上回家，尽量走 BROADWAY。
- d) 除非必要，不要晚上或一个人的时候到 124 街以北及 Morningside Drive 以东（Morningside Park）去。109 街& Morningside Drive 附近也不是很安全，住在那一带的同学要多加小心。
- e) 不论白天或晚上，走在偏僻地段都要保持警觉，注意你的前后左右。如果发现路上有行径可疑的人，可绕开走。晚上走路要注意是否被跟踪。乘电梯或上下楼梯时要警惕同行的人。无论何时，如果感受到危险或威胁，就应该毫不犹豫地立即走到你认为最近的安全处。
- f) 尽量在人多的地方走，不要到过于偏僻的地方去。
- g) 如遇他人打架，斗殴或口角，要马上走开，不要驻足观看。以免受到意外伤害。
- h) 不要在街上向看上去不可靠的陌生人问路。如需协助，请找附近的警察，警卫，或商店店员；去新地方之前要事先看好地图；即便在陌生的街区，也要表现得似乎你对这一带很熟悉。不要让他人一眼就能认出你是个游客。
- i) 不要让陌生人进入你的公寓或房间。（需要进入你的公寓或房间进行维修作业的人士应事先通知管理员或警卫，并出示工作许可及有照片的 ID）。如有人敲门，一定要弄清楚来客是谁后再决定是否开门。
- j) 不要盯着别人看，这是极不礼貌的行为，哪怕是出于好奇，也决不要如此。据哥大的保卫介绍，有效的减小被攻击的方法是避免与可疑分子目光接触（eye contact）。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

- k) 送他人回家，要确认对方已进入公寓后再离去。
- l) 注意保管随身携带的物品。不要让他人看到你带有很多现金。保持中国人财不外露的传统。
- m) 在进入电梯、楼梯等灯光不好的地方，如果有可疑的人跟在你后面的话，可以退后等他过去你再使用电梯。最常用的借口是 “oh, I forgot to check my mail!”
- n) 若干有用的电话号码：

安全，火灾，急诊，请拨：

Morningside 校内- 99/校外- 854-5555

Health Sciences 校内- 7-7979/校外- 305-8100

纽约市警察/消防/救护车：911

遭遇不测/失窃，请拨：

Morningside

紧急情况：校内-99/校外-854-5555，非紧急情况:854-2797

Health Sciences

紧急情况：校内-7-7979/校外-305-7979，非紧急情况 305-8100。

亦可在紧急情况下拨打 911 报警。

护送（ESCORT）服务(8:00pm—3:00am)，请拨：

Morningside 校区：854- SAFE (4-SAFE)

Health Science 校区：305-8100 (7-8100)

哥大警卫部门电话/地址：

Morningside 854-2797 / Health Sciences 305-8100

Columbia University Security Department

535 W 116 Street, Room 101

(Low Memorial Library 一楼)

New York, New York 10027

Mail Code 4301 or e-mail: cu-security@columbia.edu

详情请参阅如下网页：

<http://www.columbia.edu/cu/publicsafety/>

2. 购物: 食物以及生活用品 — Grocery Shopping

在纽约市区可能很难找到具有美国特色的大超市，但是买东西绝不是难事。在你每天上学上班的路上就是各式各样，



大大小小的商店。相信几个月以后你就会对你所住的街区的大小商店有所了解。我们在这里罗列一些哥大附近的商店，希望能让你在刚来的时日里面能买到日常需要的食品和用品。当然要买到新鲜便宜的中国食品和日用品，还是应该去 Downtown 或者 Flushing 的中国城走一趟。

食品: 蔬菜, 水果, 肉制品, 奶制品, 等等

- Westside Market: 110th street and Broadway, Morningside 社区老牌的 food market。蔬菜水果比较新鲜，也有熟食柜台，价钱也很合理。
- D'Agostinos FreshMarket: 110th street and Broadway，价格偏贵，不过购物环境不错。
- Morton Williams Supermarket: 115th street and Broadway，和 FreshMarket 价位类似。有熟食柜台可以买到米饭，烧牛肉等类似中餐的盒饭。
- Garden of Eden: 107th street and Broadway，食品种类较多价格还算合理。
- Met Food Market: 124th street and Amsterdam，价格比较便宜但是蔬菜水果，肉类时常不够新鲜。但是如果离你住的地方比较近，是买日用品和非时鲜食品的好地方。另外，该店对哥大学生有 5% 的 discount。
- C-town Food Market: 125th street between Broadway and Amsterdam. 价格便宜(尤其肉类)但是质量一般，其他商品和 Met 类似。周三对哥大学生有 10% 的 discount。
- Fairway: Riverside Drive and 131st street. 商品新鲜选择众多，价钱相对便宜，但是因为比较远所以并非是哥大学生经常光顾的商店。
- 位于 114 街 Broadway 附近的 M2M 是一个韩国食品店，里头有一些很有特色的亚洲食品和调料，也有日本韩国出产的大米出售，要是你觉得从 Chinatown 买大米回来比较累，不妨去那里买，价格会稍贵一点。而一般美式超市里的大米可能不太对你的胃口。

日常商品: 洗漱用具, 文具, 卫生用品, 常用药, 等等

- Rite Aid: 110th Street and Broadway。连锁 Drugstore, 商品比较齐全，而且常年有 sale，是买平价小商品的好地方。
- Duane Reade: 111th Street and Broadway, 108th and Broadway, 123rd street and Amsterdam Ave，和 Rite Aid 性质一样。

五金杂货: 手电, 工具, 配钥匙等等

- Academic Hardware Store: Broadway between 111th and 112th.
- Columbia Hardware Store: Broadway between 114th and 115th.
- Clinton's Hardware Store: 122nd and Amsterdam.

礼品店: 一般象 Rite Aid 这样的商店都可以买到贺卡。位于 Broadway between 113th and 114th 的 Cardomat 是专门的礼品店。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

冲洗照片：Rite Aid 和 Duane Reade 都可以冲洗胶卷和打印相片，有时还有折扣，但是他们的一小时可取经常是空谈。位于 112th and Broadway 的 Fotorush 是专门的照相厅，在那里还可以照用于证件的标准照。

打印复印：111th and Broadway 以及 118th and Amsterdam Ave 的 Village Copier 是不错的复印店 一对哥大学生有折扣。此外校园内的 printing service 的服务也很不错（哥大学生有每周 20 张或更多的免费打印份额）：
<http://www.columbia.edu/cu/studentservices/printing>;
Butler, Lerner Hall, SIPA, Mudd Building 里的 Computer Room 都可以打印。

邮局：112th between Broadway and Amsterdam, 104th between Broadway and Amsterdam。普通平信贴足邮资投在沿街邮筒里就可以了。附近还有一个比较大的邮局在 125th and Morningside Drive。

在哥大附近还有：鞋店，服装店，眼镜店，小商品店，花店，专门的文具店，咖啡店。这些就等你慢慢地发掘吧。特别指出的是，在附近还有一些 99 cents 店（比如在 125 街 C-Town 旁边，103rd and Broadway, 106th and Amsterdam）。里面的日常用品，文具价钱很便宜，但是在购买的时候可能需要在质量上有所妥协。

3. 书店 — Bookstores

学校的书店在 Lerner Hall (地图位置8)。美国的书店普遍都不会阻止顾客随意翻阅图书的。学校的书店更是有舒适的沙发给读者休息 (书店还有哥大标志的文具，衣服，用品，和艺术礼品)。和哥大关系密切的还有 Morningside Heights Bookstore (Broadway and 114th Street) 和 Labyrinth (on 112th Street between Broadway and Amsterdam)。任课老师会在学期开始前将课程所要求的教材清单交给以上三家书店之一，所以一般开学的时候你的老师会告诉你在哪家书店可以买到指定教材。当然有的时候书店的存货会买空，或者进货不及时，这时候你可以跟任课老师反应，让系里和书店交涉。而且，很多学生在学期结束会把教材回卖给书店，所以如果你去的早的话，可以买到保护的还好的旧书。这样可以节省不少钱，美国的教材普遍还是很贵的。

在网络发达的今天，网上买书变的越来越方便。有的网站甚至可以比较不同书店对同一本书的定价，例如 www.addall.com, www.allbookstores.com, <http://www.biblio.com/>。书目种类较多的有 www.bn.com (Barnes & Noble), www.amazon.com, www.buy.com, www.ecampus.com, www.bigword.com,

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

<http://www.abebooks.com/>（有时候你可以购买international edition的，一般不在美国境内销售，书本内容基本一致，但是便宜很多）。你还可以租书，或者是购买电子版本的书，都会比购买原书便宜很多。如果你喜欢在书店翻阅新书来打发时间，Barnes & Noble 是一个很好的去处，舒适的环境，书店里面的咖啡店更是读者们喜欢光顾的原因之一。位于12th St & Broadway的Strand是纽约一家很有特色的书店，值得一去。

4. 餐馆 — Where to Eat Authentic Food

纽约作为一个移民城市，理论上可以找到世界各地的美食，只要你知道到哪里去找。我们在这里不讨论 Chinatown, Little Italy, Korean Town 等等美食集中地方，这些将是你在纽约生活发掘体验的一部分。哥大校园内有一些餐厅，可以在以下网站找到具体信息：<http://www.columbia.edu/cu/dining/>。以下我们简要提一些哥大周围的餐馆：

餐馆名	地址	菜肴风格	价位
Columbia Cottage	111 th and Amsterdam	上海菜、川菜	Lunch: \$7 Dinner: \$10-15
Ollie's	116 th and Broadway	美式中餐	Lunch: \$7 Dinner: \$10-15
Vine Sushi	116 th and Broadway	Japanese	Lunch: \$8 Dinner: \$10-15
West Place	Amsterdam Btwn 123 rd and 124 th .	美国化的中餐	\$5-\$7
Mill	113 th and Broadway	Korean	\$10-\$20
Le Monde	112 th and Broadway	French	\$12-\$25
Tom's restaurant	112 th and Broadway	American	\$8-\$15
Havana Central	2911 Broadway (between 112th St & 113th St)	Cuban	\$10-\$30
Amsterdam Café	119 th and Amsterdam	American and some Italian	\$8-\$20
Ajanta Indian	1237 Amsterdam Ave (between 120th St & 121st St)	Indian, Pakistani	\$10-\$20
Saga Grill	122 th and Amsterdam	Vietnamese, Japanese	\$8-\$20

在 Broadway 和 Amsterdam 上还有很多小的熟食店(deli)、Bakery 和 pizza 店，只需花\$5-\$7 就可以解决一顿饭。在吃的问题上，各人口味不同。开始的时候可以多尝试几个地方。

关于小费：在美国每顿饭后作为对于服务的认可，一般应该留一定的小费。一般是你消费的 15% 或者简单的将帐单上的税乘 2 (约 17.5%)。在没有服

务生的简易餐厅吃饭是不需要付小费的（比如，你需要在柜台买好食物，自己端到座位的地方）。

5. 电话和有线电视 — Phone & Cable TV

每一个初到美国的学生，也许想到要做的第一件事就是给国内的父母打个电话，报个平安。

你可以选择使用手机。美国的手机服务一般都有不同的计划（plan），缴纳一定的月服务费（一般为\$35-\$50），公司会给你每月几百分钟时间拨打 Local 电话和美国国内长途（通常晚上和周末的通话是免费的，不计入通话时间）。值得一提的是，美国的手机一般都是免漫游费和国内长途费的，但是对固定电话免费的 800 号码对手机则不是免费（需要计入通话时间）。几个人一起申请一个 family plan 分享通话时间，往往比每个人单独申请 single plan 便宜一些。另外这里也有类似国内充值 pre-paid 手机，收费按照具体通话时间计算。主要的手机公司有 Verizon, T-mobile, At&T, Sprint, 其中 T-mobile 的价格比较便宜，但在哥大附近信号较差，At&T 和 Verizon 则恰好相反。申请手机一般需要有信用卡和社会安全号。如果你没有这些，可以在“Wireless”（2803 Broadway, between 108th & 109th）用护照办理，但是需要交纳一定的保证金。对哥大学生 AT&T 用户有八折优惠，应该向帮助你办理的店员询问。

入住学校宿舍 dorm（比如 362 Riverside Drive）的同学用的是校园电话，没有月租费，可以直接拨打 800 免费电话（先拨 989，等有“嘟……”的回音后再拨 1-800-XXX-XXXX）以及 On-campus calls（只要拨最后 5 位数字）。如果你需要拨打 212, 646, 718 等非免费 local 号码，可以到哥大 gym 旁边的 Computer Center（进去后往下走，在 basement）去申请帐号。他们也会有详细的 Dialing Instructions 给你。如果你所住的房子属于 UAH Apartment Share or Off-campus housing, 则必须申请安装自己的电话。安装 Local 电话，你要先给地方电话公司打电话申请。Verizon 电话公司是纽约市主要的电话通信运营商。由于 Verizon 的用户很多，你可能要等一两周才能把家里的电话接通。公司可能会派技术人员来你家，有时他们也会通过 Internet 安装。一旦电话开通，你只要把电话插到墙上的电话插孔，听到 dial tone 就可以使用了。在申请 Local 电话的同时，你也可以选择申请或不申请长途服务（一般长途电话用电话卡打更便宜）。Local 电话初装费约\$35-

\$55, 月服务费约\$25。 纽约地区有不同的区号, 曼哈顿的用户用 212, 646, 917 作为区号; 718 则是 Bronx, Queens, Long Island 用户的区号。 所以拨打以这些区号开头的号码均按 Local 电话收费. Verizon 公司电话: 718-890-1550(英), 718-890-1590(中). 另外在美国以 1-800,1-888 开头的电话, 99%以上是免费拨打 toll-free number。Vonage 也是一个不错的选择。每个月加税后不到 30 多元, 而且包月, 无论是美国境内, 还是打往中国境内都随便打, 无限畅聊。好像加拿大、香港、台湾、新加坡等地区也是包月的范围内, 但是不确定, 你在安装前可以打电话咨询一下最新的包月国家和地区。

在美国用电话卡打长途电话会比较便宜, 打到中国的国际长途一般为 2-4 cents/min, 最低的可能 1 cent/min。以下是几个购买电话卡的网址:

<http://www.onesuite.com>

<http://www.phonecardforsale.com>

<http://www.phonecardonsale.com>

<http://www.ibuyphonecard.com/>

在网上买电话卡可能需要信用卡, 中国城也有物美价廉的电话卡出售, 但购买前最好询问用过的用户, 因为许多电话卡存在质量和计时问题, 还有些电话卡会收取除了通话费之外的其他服务费 (比如接通过费等)。如有需要帮助的同学, 请和我们 CCBSG 的迎新团成员联络。

当然, 我们也可以选择通过 skype, googlevoice 等网络电话来打回国内。

电视的 Cable 服务同 Local 电话一样, 也要打电话给 Cable 公司要求安装, 现在也可以在网上预订 (<http://www.timewarnercable.com/nynj/>)。Time Warner Cable 公司的电话: 212-358-0900(英), 212-539-6865(中)。Cable 服务又分为 Basic 服务和 Standard 服务。Standard 服务较贵, 不过你可以收看到更多的频道(包括中文频道)。如果同时安装网络, 电话, 会有一定优惠。

电话和 Cable 的帐单每月会寄到你家里。你只要写支票寄给他们就可以了。千万不要迟交, 否则就会遭到罚款。另外, 现在通过网上支付也是很方便很常用的。网上直接付款有两种方式, 第一种是注册 online 银行账户, 然后在银行账户中添加 payee, 支付账单上的余额。另一种是在相应的公司网站注册, 例如, 要支付 Time Warner 的账单, 就到 Time Warner 的网站上, 注册

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

用户，然后在他们的网站上交费，或者参加他们的 **direct plan**，就是每个月他们自动从你的银行账户上划款。当你搬家的时候，不要忘记 **cancel** 电话服务（但可保持原来的号码），否则他们会照常收费。

6. 上网 — Internet Access

对于很多留学生来说，上网就如同一天三顿饭一样成了一天不上想得慌的事情。如果是住哥大的宿舍楼，你可以通过 **Networking for Columbia Apartment Housing** (www.columbia.edu/acis/access/oncampus/aptnet.html) 来查看楼里是否提供 internet。

提供网络服务的公司主要有：

- Verizon DSL — www.verizon.com （每月 29.99 刀）
- Time Warner Cable—<http://www.timewarnercable.com/> （每月 34.99 刀）
- Earthlink DSL— www.earthlink.com
- AT&T DSL — www.att.com
- RCN Cable — www.rcn.com 等等。

7. 申请信用卡 — Credit Cards

作为一名国际学生，由于你缺乏信用历史、收入与常住地，将比其他首次申请信用卡的人面临更多的困难。为了最大可能地获得成功，你也需要做一些力所能及的工作。下面的这些策略将节省你不少时间与精力，只要你按照这些方法去做，有可能在几周内就能取得你的第一张信用卡。

策略 1：申请学生信用卡

有一些信用卡发行商会发行专门针对学生的信用卡。这些信用卡不要求持卡人拥有收入或工作，但允许的初始信用额度一般相对较低。大多数学生信用卡不包含年费，其 **APR**（年利率百分比，**Annual Percentage Rate** 的缩写，指信用卡上贷款的年利率。如果你每月都按时偿付了所欠的余额，一般就不用再交钱了，即为无息贷款；否则 **APR** 适用于每个月未付清的余额款项。）与由同一发行商发行的标准信用卡相当。除了初始信用额度较低之外，学生信用卡与标准信用卡一样能给你带来方便，是你建立信用历史的良好起点。最好附上学生证复印件以证明你的学生身份。

一些最受欢迎的学生信用卡发行商有：

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

- . Citi bank
- . American Express
- . AT&T Universal
- . Bank of America
- . Capital One
- . Discover
- . Chase

策略 2：申请担保信用卡（Secured Credit Card）

如果上面的几种方法都不奏效，你可以申请担保信用卡。担保信用卡要求你在信用卡发行机构的银行帐户上存储一笔初始保证金，以保证信用额度。担保信用卡与一般信用卡的用途相同，同它们一样方便，支付方式也同样灵活。这种卡是很好的"起点卡"，有利于你建立信用历史。Bank of America 有这种卡。

策略 3：以商场信用卡或其他具有单一用途的信用卡如煤气卡为开端许多零售商店如 Sears, Macy, Circuit City 和其他商店都发行自己的信用卡。申请零售商店的信用卡的一个好办法是买一件大宗商品并选择用信用卡支付的方式，这样你的申请就有可能在几分钟之内得到认可，保证足以支付货款，并且在你使用刚生效的信用卡进行第一笔交易的时候通常可以得到一些额外的折扣。负责任地使用这种信用卡也能够帮助你建立信用卡历史。

8. 提高英语水平 — How to Improve English

除了学校提供的 ALP 课程（American Language Program），纽约有许多免费（或只有 membership fee）的英语教育资源。座落在 West 120th and Riverside Drive 上的 Riverside Church 为学生及其家属提供一个增进语言交流能力的 Program, 每年的花费是 25 美元。教会中的长者会为你安排一位美国基督徒每周教你 1 小时英语。这样的语言交流对新来美国的朋友帮助很大。哥大也有一个类似的 program 会为你安排一位美国人与你练习对话。

在 West 100th 街 Broadway 和 Amsterdam 之间的教会也提供免费的英文课。这门课注重在读和写的方面。学生学者的家属也可以参加这样的 Program。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。(新约.提摩太前书 1: 15)

位于 51 W. 75th St. 的 Hephzibah House (www.hhouse.org) 提供免费的英文对话机会 ChatLive。New York Public Library 也提供免费的英文课程，需要的同学可以查阅他们的网站。

总体说来，语言能力的提高在于多听，多表达。而教会和查经班不失为最好的去处。如果你对去美国教会，结交一些心地善良的美国朋友，或对参加哥大的英文团契感兴趣的话，我们都愿意给你提供有关信息。如果你对一下子投入这个英文环境感到不适，你也可以来到我们哥大中文查经班，相信这些走过和你类似人生旅途的朋友们会给你一些中肯的建议及帮助。若你有兴趣，也可以听一些英文的有声圣经，讲道和诗歌。

<http://www.tscnyc.org/>

<http://www.audiotreasure.com/>

<http://www.sermonaudio.com/>

9. 儿童教育 — Where do I send my kids to school

美国国内的公立学校一般都是免费的。在哥伦比亚地区附近最好的学校要算 Manhattan School for Children. 这所学校座落在 West 109th Street (在 Broadway 和 Amsterdam 之间)。Manhattan School for Children 在这幢楼的第三层。楼内的第二层是 PS165 小学，其名气大不如 Manhattan School for Children。除此以外，其他较好的公立学校有 PS9, PS87, and PS163。

如果你对送孩子去私立学校感兴趣，那么在哥大附近也有几家非常好的私立学校，如在 114 街的 Bank Street 小学，在 90 街的 Trinity 小学。需要你考虑的是其昂贵的学费--每月超过 1000 美元。

在这些学校中也有一些为天才儿童设立的 Program. 比如说 Anderson Program 招收那些智商超过平均智商 97% 的儿童。Gift and Talent (GNT) 所招收的儿童智商要照一般孩子高出 90%，另外一个非常好的 program 叫做 Edison，但是除了智商要求外，还要通过面试以及测验。这些 program 对中国父母来说都是非常有吸引力的。有一点要记住的是一定要在入学的一年以前将申请的材料递上。(具体的学校地址以及入学方法请参考 ISSO 为国际学生学者所编撰的手册)。

四. 纽约，纽约—New York, New York!

1. 主要景点 — Major Scenes

欢迎到大苹果来! 纽约可以说是世界上最充满现代或者说后现代气息的大都市。无论你是喜欢现代艺术, 古典音乐, 建筑风情, 自然风光, 购物美食, 还是喜欢地铁里的自由音乐人, 时代广场的沿街画家, 纽约都能满足你的兴趣。世界各地的语言, 音乐, 文化, 艺术参杂在混乱的街道上, 对于新来的你来说, 一定有很多新奇的事物等你去发掘。New York is New York!

Here is a list of some places of interest

(不完整, 仅供参考):

在纽约, 你总是会有新的发现, 无论你住了多久. *Have fun!*

Central Park (Free)

Extends from 59th Street to 110th Street,
and from Fifth Avenue to Central Park West
Manhattan (212) 360-3456 for events information
<http://www.centralpark.org>

Empire State Building

350 Fifth Avenue (at 34th Street)
Manhattan (212) 736-3100
<http://www.esbnyc.com/index2.cfm>

General Grant National Memorial

Riverside Drive at West 122nd Street
Manhattan (212) 666-1640
Hours: Daily, 9 a.m. - 5 p.m.
Admission: Free
<http://www.nps.gov/gegr/>
<http://generalgrant.areaparks.com/>

Grand Central Terminal

42nd Street between Lexington and Vanderbilt Avenues
One of the world's most famous and busiest train stations
<http://www.grandcentralterminal.com/>

Lincoln Center for the Performing Arts

Columbus Avenue between West 62nd and 66th Streets
Manhattan (212) 875-5350
<http://www.lincolncenter.org/>

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

New York Public Library

Fifth Avenue at 42nd Street
Manhattan (212) 930-0800
<http://www.nypl.org>

New York Stock Exchange

20 Broad Street (at Wall Street)
Manhattan (212) 656-5168
<http://www.nyse.com/>

Rockefeller Center

47th - 51st Streets between Fifth and Sixth Avenues
Manhattan (212) 632-3975
圣诞节那儿有世界最大的一棵圣诞树。
<http://www.rockefellercenter.com/>

St. Patrick's Cathedral (Catholic)

Fifth Avenue at East 50th Street
Manhattan
<http://www.nyctourism.com/st-patricks.htm>

Staten Island Ferry

Terminal at the foot of Whitehall Street (next to Battery Park)
Ferry runs from Manhattan to Staten Island (212) 806-6940
The ride takes about an hour and provides unbeatable views of the Statue of Liberty and the Manhattan skyline. (FREE)
<http://www.siferry.com/>

Statue of Liberty

Accessed by ferry from Battery Park in lower Manhattan
(212) 363-3200
<http://www.nps.gov/stli/>

United Nations

First Avenue between East 42nd and 48th Streets
Manhattan (212) 963-1234 or (212) 963-7713
<http://www.un.org/>

Metropolitan Museum of Art

1000 Fifth Avenue (at 82nd Street)
Manhattan (212) 535-7710
Hours: Tuesday - Sunday, 9:30 am - 5:30 pm (extended to 9:00 pm on Fridays and Saturdays). Closed Mondays.
Free to Columbia University Students (with ID).
<http://www.metmuseum.org>

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。(新约.提摩太前书 1: 15)

American Museum of Natural History

Central Park West at 79th Street

Manhattan (212) 769-5100

Hours: 10am-5:45pm

Suggested general admission:

Adults \$16.00; Students and Seniors \$12.00; Children (ages 12 and under) - \$9.00.

<http://www.amnh.org/>

The Museum of Modern Art

11 West 53 Street (between Fifth and Sixth Avenues)

(212) 708-9400.

<http://moma.org/index.html> for opening hours.

Free to Columbia University Students (with ID)

此外，喜爱艺术的同学可以参考 CU Arts 的网 (<http://www.cuarts.com/>)。里面提供相当丰富的艺术活动信息，而且很多都是免费的！

2. 公共交通 — Mass Transportations

纽约的公共交通据说是美国便捷的。你几乎可以乘公车或地铁方便地到达曼哈顿及近郊的任何地方。曼哈顿的汽车以 M 开头, 如 M60; BX12 则代表该车主要经过 Bronx 的某些地方, Q44 呢? (Yes, it is for Queens!) 地铁用数字或英文字母命名, 一张票只要不出地铁站就可以在各线路间免费转车。



公共交通的票价为\$2.25/次。Metrocard 是纽约人最常用的车票卡, 可以在地铁站或邻近标有“出售 Metrocard”的小商店买到。Metrocard 分为两种: Unlimited Ride 和 Pay-Per-Ride。Unlimited Ride 又分为 7 天(\$29), 30 天 (\$104) unlimited, 7-Day Express Bus Plus (\$50)。所谓 unlimited, 也就是从使用当天(注意不是购买当天)到此卡失效之前,你乘坐公交的次数不受限制。值得注意的是: 为了避免多人同时使用同一张卡的情况发生, 在同一车站使用 unlimited Metrocard 两次间隔时间须大于 18 分钟。购买 Pay-Per-Ride 卡时, 你可以选择金额. 每花\$10 或以上, 你会得到 7%的 bonus 优惠。无论是上车买票或使用 Pay-Per-Ride 卡, 从付车费开始的两小时内, 第一次换车 (subway to bus, bus to bus, bus to subway) 的费用是免去的。详细 Metrocard 的情况, 在以下网址: <http://mta.info/metrocard/>

此外,黄色的出租车（cab）在曼哈顿岛也随处可见,虽然价格较贵,但必要时仍是不错的选择。

在公共汽车上或地铁站，你还可以拿到一些免费的线路地图，纽约的公交看起来又多又乱，但经常乘坐，你会发现“条条大路通罗马”，曼哈顿的路名尤其规律易懂。尽快熟悉交通的诀窍是首先要学会看路标（包括地下的）。在纽约拥挤的街道上，闷热的地铁里，我们都曾经迷路，坐错车。这样的事情在做新生的时候更是难免。在这种时候，不要着急慌张，可以向地铁的工作人员，商店里面店员问路。

3. 中国城 — Chinatown

怀念国内那熙熙攘攘的人群，川流不息的街道，或是各种风味小吃吗？不要担心，在纽约的中国城里，你可以找到便宜的理发店，中文书店，中国特色的蔬菜，水果等等……，还有各种便宜的服务，从购买机票到搬家服务。纽约其实有两个中国城，一个在 Manhattan，另外一个在 Queens 的 Flushing。以下是坐地铁前往那里的路线。

- 去 Manhattan 中国城: 坐 1 号地铁到 Times Square (42nd St.), 转 N/R/Q 地铁 Downtown 方向到 Canal St; 另外一种走法是，坐 1 号线到 59 街（Columbus Circle），然后转 B/D 线 downtown 方向到 Grand St.
- 去 Flushing 中国城: 坐 1 号线到 Times Square (42nd St.), 再转 7 线, 到最后一站: Flushing Main St.

Manhattan 中国城的香港超市和德昌食品市场，Flushing 中国城的香港超市是哥大中国学生经常光顾的两个买菜和日用品的地方。

每周日，哥大查经班都会有一些同学到 Manhattan 和 Flushing 的中国城参加那里的主日聚会。如果您需要向导，或是愿意和我们一道出发，欢迎与我们联系 ccbsg@columbia.edu。

五. 纽约以外 — Beyond New York

1. 学车和开车 — Driving

住在哥大附近的学生大部分是不买车的。这里很难找到私人停车位，而且纽约的学生要支付约\$1000/年的汽车保险。加上这里的公共交通很方便，私车并不是那么必要。尽管不必买车，你最好学会开车并拿到驾驶执照，因为驾照会成为你用的最多的官方 ID。许多中国学生在中国城或法拉盛的驾校学车。学车和考车的车辆均由驾校提供。在上驾校之前，你需自学交通规则并通过笔试，一旦通过笔试，交通局会发给你一张临时驾驶许可证 (Learner Permit)。有了它，你可以在有正式驾照的司机陪同下学车并驾驶。它同样可作为你的官方 ID，但有效期为一年。你学会了开车，逢周末或假期可以租车到远处游玩，会感到自由许多。驾校选择可以向身边有经验的老生咨询。

如果你已经会驾驶，在纽约市内停车前，你一定要仔细看清停车规则，因为有时这些规则相当复杂，千万不要“吃” ticket 噢！另外一点就是在纽约开车遇上红灯，车辆是不能右拐弯的，这和外州的规则不同。

2. 长途车 — Coach

如果你要去离纽约不远的地方，可以考虑坐长途客车。Port Authority Bus Terminal 总部在 41st Street 和 8th Avenue，另一个分部是 Washington Bridge Bus Terminal，位于 178th Street 和 Broadway。Greyhound 是长途车的主要公司之一，乘 Greyhound 你可以到达许多城市 (镇)。Port Authority 服务电话：212-564-8484。Greyhound 公司电话：212-971-6329。Chinatown 有去附近大城市(例如 Boston, DC)的长途巴士，价格便宜，可以参见世界日报或者和周围同学打听，或查看以下网站，<http://www.chinatown-bus.org/>。

3. 火车 — Train

纽约有两个火车客站。Grand Central Terminal 位于 42nd Street 和 Park Avenue。在这里你可以乘坐 Metro-North 到北部郊区(Westchester)和位于康州的耶鲁大学。Metro-North 的电话是 212-532-4900。Penn Station 位于 33rd Street 和 8th Avenue。你可以乘坐 NJ Transit 去新泽西；LIRR 去长岛的海滩；AMTRAK 去波士顿,华盛顿等地。他们的电话分别是：NJ Transit 800-772-2222; LIRR 718-217-5477; AMTRAK 800-USA-RAIL

4. 乘坐飞机和来往机场 — Airline & Airport

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。(新约.提摩太前书 1: 15)

纽约附近有 3 个机场，分别叫做 LaGuardia (LGA), J.F. Kennedy (JFK) 和 Newark (EWR)。LGA 和 JFK 机场位于皇后区，EWR 在新泽西州。其中 LGA 是离哥大最近的机场。为了能订到便宜的机票，你最好提前 2-3 星期预定。在 <http://www.priceline.com/>，你可以通过“讨价还价”的方式找到很便宜的机票，但你不能选择航空公司，航线或一天内出发的具体时间。在 <http://travel.yahoo.com/> 或 <http://www.expedia.com/>，你有更多的选择，票价会贵一些，但仍低于直接从航空公司预定的票价。许多中国旅行舍都有往返中国的折价机票，<http://www.iflychina.net/airfare/travelagents> 上可以找到旅行社的详细信息，具体信息也可以在世界日报上找到。在哥大 Morningside 校园正门口(116th Street 和 Broadway)有 M60 车站，它直接载你去 LGA 机场。如果是坐出租车，你大概要花\$25 (包括 Tips)。

为了顺利通过严格的机场安全检查，你要注意以下两点：1. 美国国内航班提前 1.5-2 小时到达机场，国际航班再额外提前 1 小时；2. 务必带上证明身份的证件，即护照或驾驶执照 (哥大的学生证无效!!)。由于机票多数为电子票 (E-Ticket)，只需你定票网站或者旅行舍给你认证的确认 email，传真，或者信件)，所以你不必担心去机场的路上没票，在机场你会拿到它。如果你随身携带的物品或你本人在任何时候被安全人员检查到，大可不必担心或惊慌，你只是 lucky 被他们选中了。

六. 生命的真谛 — The Truth of Life

生命 — “生命在他里头，这生命就是人的光。” — 约翰福音 1: 4

光 — “那光是真光，照亮一切生在世上的人。” — 约翰福音 1: 9

“人若喝我所赐的水，就永远不渴；我所赐的水，要在他里头成为泉源，直涌到永生。” — 约翰福音 4: 14



1. 我们的家 — Our Family in Christ

家，是一个人成长，休息，得到安慰的地方。
家，是爱的所在，是心灵找到安息的一处。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

身在异乡求学的我们，往往对家又有一份特别的渴望 …

人生是一条旅途；
人生是一直不断的寻找；
寻找着自己的梦想；追寻那可以持久的永恒…

朋友，你知道自己需要一个家吗？

在同样的一条道路上，我们很多人在哥大查经班里，找到了自己的家。在这个家里，我们不仅有很多的欢聚、知心的朋友，也有一同流泪走过的艰难路途。可能你还不了解，什么叫做查经班？其实就名字说，是在一起查考圣经（如果你对圣经这本书有兴趣，可以阅读第六章 6 节：圣经简介），但就实际来说，我们是在一起查考，学习生命这本大教科书。我们当中有不同背景，不同年龄的朋友；有的从大陆来，有的来自台湾；有在读的学生，也有在纽约地区工作的弟兄姐妹。我们因着一个属天的家聚在一起。每周五晚上，我们会聚在一起唱诗歌，查考圣经。在平时的生活中；有着各种层次的交流。其中，在我们周二晚的祷告会中，许多人经历的神的真实。在那里，你会真正的知道，什么叫做不凭人的言辞，而是靠着神大能的明证 …… 因着认识了神，知道了自己属天的家，我们弟兄姊妹们开始过上了一种新的生活，在每天中，生命充满了平安、喜乐；知道了自己的真正价值。

朋友，欢迎你来到我们当中，得到这无比的祝福！我们愿用真诚的心和爱，来接纳你！

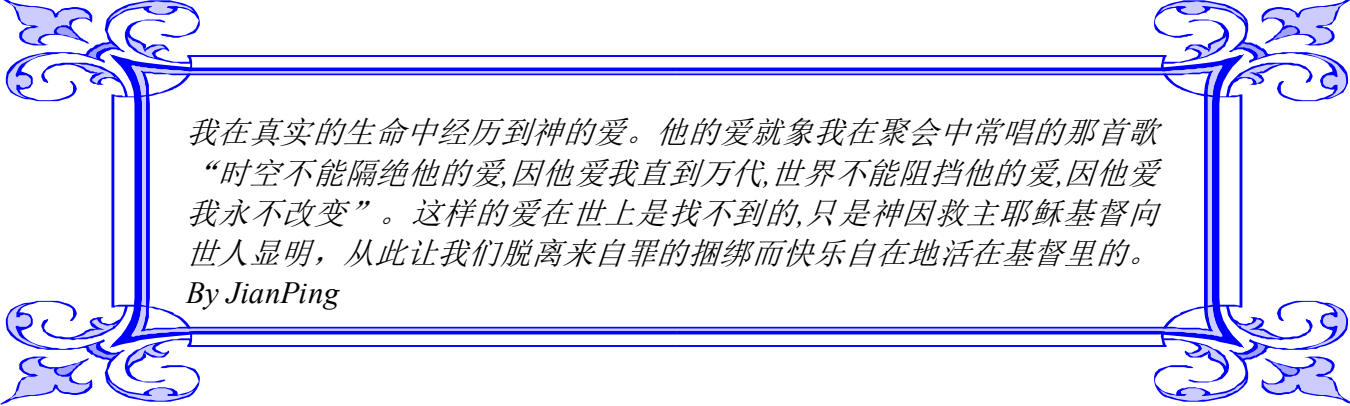
2. 爱的团契 — Fellowship of Love

很多哥大查经班的弟兄姐妹都是来到美国以后才接触基督信仰，开始重新思考生命的意义。当我们接受这位神，我们的救主以后，我们的生命发生了很大的改变。每一个人都经历着从主那里而来的平安和喜乐。在生活中我们也时时经历着神的恩典和奇迹。在这个忙碌而喧嚣的城市，我们却能感受到一种爱的氛围，家的气氛。以下是我们查经班的弟兄姐妹想和你说的话，希望你也能够来到我们中间，一起分享神的爱和喜乐。

- ♥ 因着耶稣，我们成为一家人。
- ♥ 希望跟你做朋友。

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

- ♥ 来查经班会给你带来新的喜悦。
- ♥ 寻找，就必得见；叩门，就给我们开门。
- ♥ 愿我们能一同享有神那无条件的大爱！
- ♥ 让我们分享你的烦恼，与我们分享属神的平安。
- ♥ 当你感到心灵孤寂的时候，请到这里寻找安慰，这里是你的精神的家园。
- ♥ 给予真，深，爱的关怀。
- ♥ Don't be afraid, we don't bite - We hug, kiss and love.
- ♥ “真诚是我们的特征，相爱是我们的使命。异国他乡的风浪有多大，神家里的接纳就有多深！”



我在真实的生命中经历到神的爱。他的爱就象我在聚会中常唱的那首歌
“时空不能隔绝他的爱,因他爱我直到万代,世界不能阻挡他的爱,因他爱我永不改变”。这样的爱在世上是找不到的,只是神因救主耶稣基督向世人显明，从此让我们脱离来自罪的捆绑而快乐自在地活在基督里的。

By JianPing

3. 新的生命 — New Life

朋友，你听说过人有第二次生命吗？当人从母胎里出来的时候，那是肉体的生命。而当人愿意接受耶稣基督作为个人救主的时候，将获得第二次的生命。而且这第二次的生命将是永不衰老，永远长存的生命。我们查经班的弟兄姐妹都经历过这次生命的改变，想知道我们接受主以后，生活和生命中有什么样的改变吗？请听我们的分享……

- ☺ 不再害怕。
- ☺ 生命的改变。
- ☺ 学习忍耐。

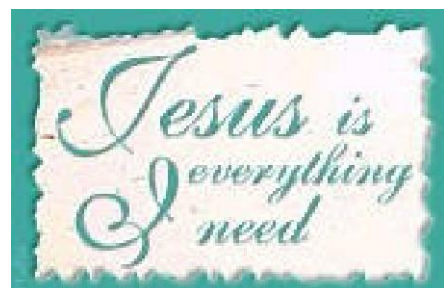
基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

- ☺ 将生命的重担交托给神；在神的爱中得享平安喜乐。
- ☺ 真实的活着，好像从死亡中苏醒。
- ☺ 由多愁善感变为喜乐平和，心胸宽阔。
- ☺ 喜悦，没有烦恼和重担，会变得轻松起来。
- ☺ 知道为谁、为什么活着。
- ☺ 平安喜乐，荣神益人。
- ☺ 信心，勇气，价值观的改变。
- ☺ 心境平和。
- ☺ 世界观的转变，对将来的事充满盼望。

4. 智慧的话语 — Words of Wisdom

圣经是我们基督徒最宝贵的一本书，书中充满着智慧和慈爱的话语。它不仅让我们认识到创造天地宇宙万物的上帝，更教导我们如何在这个充满罪恶的时代保守一颗真诚的心灵。以下是我们查经班的弟兄姐妹最喜欢的一些圣经经文：

- 📖 你的慈爱比生命更好（诗篇 63：3）
- 📖 最要紧的是彼此切实相爱，因为爱能遮掩许多的罪。（彼得前书 4：8）
- 📖 我的肉体和我的心肠衰残；但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。（诗篇 73：26）
- 📖 神是一个灵，所以拜他的要用心灵和诚实拜他。（约翰福音 4：24）
- 📖 依赖神的大能大力，作刚强的人。（以弗所书 6：10）
- 📖 神就是爱...（约翰一书 4：16）
- 📖 我必在旷野开道路，在沙漠开江河。（以赛亚书 43：19）
- 📖 天天背负我们重担的主，就是拯救我们的神，是应当称颂的！（诗篇 68：19）
- 📖 你的话是我脚前的灯，是我路上的光。（诗篇 119：105）
- 📖 自从造天地以来，神的永能和神性是明明可知的，虽是眼不能见，但借着所造之物，就可以晓得，叫人无可推委。（罗马书 1：20）
- 📖 并且尽心、尽智、尽力爱他，又爱人如己...（马可福音 12：33）



基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

- ☞ 凡事我都可行，但不都有益处。凡事我都可行，但无论哪一件，我总不受他的辖制。（哥林多前书 6：12）
- ☞ 生命在他里头，这生命就是人的光。（约翰福音 1：4）
- ☞ 那光是真光，照亮一切生在世上的人。（约翰福音 1：9）
- ☞ 人若喝我所赐的水，就永远不渴；我所赐的水，要在他里头成为泉源，直涌到永生。（约翰福音 4：14）
- ☞ 逾越节以前，耶稣知道自己离世归父的时候到了。他既然爱世间属自己的人，就爱他们到底。（约翰福音 13：1）
- ☞ 虚心的人有福了！因为天国是他们的。
哀恸的人有福了！因为他们必得安慰。
温柔的人有福了！因为他们必承受地土。
饥渴慕义的人有福了！因为他们必得饱足。
怜恤人的人有福了！因为他们必蒙怜恤。
清心的人有福了！因为他们必得见神。
使人和睦的人有福了！因为他们必称为神的儿子。
为义受逼迫的人有福了！因为天国是他们的。
（马太福音 5：3-10）

5. 当你需要帮助的时候 — When You Need Help

当你在生活中遇到难处和问题，不知道怎么解决，又一时找不到人帮助的话，我们查经班的弟兄姊妹愿意和你一起分享从神那里来的爱和关怀。我们中间，有刚到哥大一年多的，也有在这里生活学习了好多年的，还有已经毕业开始工作的。我们不仅仅希望能够给你我们力所能及的帮助，更希望能够在哥大的学习生涯中，和你结为最知心的朋友，留下一段美好的回忆。下面是一些查经班弟兄姊妹的联系信息，如果你需要任何帮助，可以直接和他们联系。

Daisy Dai（戴超） — 5th year PhD student in the Department of Biological Sciences

我来自浙江杭州。我在 8 岁的时候跟妈妈一起接受了救主耶稣，但是真正认真地思考了信仰的问题并决定一生跟随主是去香港读大学之后。从前我很看重他人对我的评价，希望自己能取悦所有的人，但后来发现这不仅是不可能的，更让自己觉得疲惫。现在我明白无论我的特质是怎样，神看我都是独一无二的珍宝，并无条件的爱我。盼望你也能认识这位慈爱的真神，一起作神的儿女！

Email: cd2337@columbia.edu

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。(新约.提摩太前书 1: 15)

Charlene Chou (周小玲) — Cataloging Librarian at East Asian Library, Columbia University

我来自台湾，毕业于哥大 TC 的管理心理学系，现在哥大东亚图书馆工作。来美前，从未读过圣经，因此，愿意接受同学的邀请来到哥大查经班，在小组查经中，我渐渐地被耶稣基督的生命与言行所吸引，而后，接受他为我生命的主！人的生命是非常的短暂与脆弱，唯有耶稣基督使我们的生命与生活进入永恒的意义！欢迎你与我们一起来探索与了解生命的真义！

Email: cc179@columbia.edu

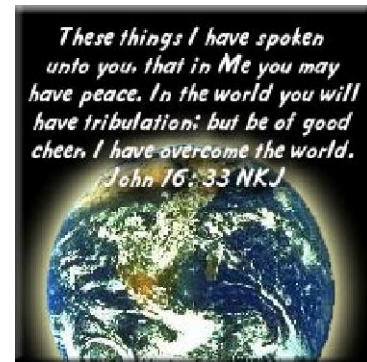
Vida Zeng (曾慧敏) — 2nd year Master student from School of International Public Affairs

我来自广西南宁。我妈妈在 8 年前成为了基督徒，开始向家里人传福音，她觉得她爱我们，所以要把最好的东西给我们，而耶稣基督就是她觉得最好的祝福。以前我觉得只有生活发生很大的变故的人才比较容易接受信仰，因此生活平顺的我对信仰很不以为然，仍然我行我素。可是当我在北京真正接触到基督信仰时，我深受感动和吸引，很快就接受了主，开始承认我的不足和我的软弱，开始同享作为神的儿女的喜乐和经历神的奇妙。真心希望你也可以得到这份珍贵的祝福和礼物。

Email: hz2238@columbia.edu

6. 《圣经》简介 — Holy Bible

《圣经》是世界上发行量最大的书，包括旧约 39 卷和新约 27 卷，共 66 卷，由 40 多位不同的作者写成(有君王, 宰相, 医生, 也有渔夫, 牧羊人) 有的写于皇宫之中，有的则在牢狱或流放岛上；有的写于戎马战时，有的却完成于太平盛世；有的写于喜乐的高潮，有的则写于悲恸、失望的低谷之中。奇妙的是，当人们把这 66 卷书编在一起时，这些跨越六十代人写成的、风格迥异的作品却是那样的和谐，前后呼应，浑然一体！不用说一千多年所造成的时、空差异，就是同一时代的人独立写成的作品，也很难彼此和谐。即便是同一人的作品，随着时间的推移，其观点也会自相矛盾呢！试想，我们会怎样看待自己在十年前写成的作品呢？《圣经》的奇特的连贯性，只能解释为是神的灵贯穿始终，神是《圣经》的真正作者。



很多人认为《圣经》是一部优秀的文学作品，是一部伟大的伦理著作，而非真实的历史事实。十九世纪中叶达尔文提出进化学说后，《圣经》的权威受到严重的挑战，被不少人认为是虚构的、不科学的。二十世纪以来的

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

圣经考古学许多重大发现，帮助人们建造起《圣经》的历史架构，并验证了一些过去被怀疑和被嘲笑的圣经故事，充分肯定了《圣经》的历史性。人们重新认识《圣经》乃是查考人类历史的一部最好资料。

《圣经》的无与伦比之处，还在于其预言的多样性、准确性和独特性。有人统计过，《圣经》每四节经文中就有一句是预言性质的，此外还有一千多个独立的预言。《圣经》中神借众先知预言个人、民族、城市乃至列国几百年、千年后的事，在历史中应验不爽。通过这些预言，彰显神的无所不能、无所不知，让人们知道他才是《圣经》的真正作者。

在基督徒心中，《圣经》有至高无上的权威，是其信仰和生活的唯一准则。《圣经》也象一封父亲写给儿子的信。里面包括了作为天上的父亲的神对他的儿子的训导，谈心，既有母亲的慈爱，又有严父的威严。基督徒按照《圣经》的教导过每一天，生命就变得丰盛，也才真正的有意义。《圣经》这种能够改变生命的力量也证实了它不是众多伦理宗教书中的一本，而是有神的绝对权威的话语。二千年来，多少人或政权想推翻或销毁它，然而就象《圣经》所说“耶和华啊，你的话安定在天，直到永远。”（诗篇 119:89）

如果你对圣经有兴趣，你可以联系我们 ccbsg@columbia.edu，我们有一些免费的圣经可以送给你，和你一同分享神宝贵的话语。

网络圣经资源：

读经：<http://www.biblegateway.com/>

<http://www.gnpceb.org/esv/browse/>

有声圣经下载：<http://www.audiotreasure.com/>

和合本中文圣经：<http://bible.ccim.org/hgb.html>

圣经软件：<http://www.e-sword.net/>

7. 纽约华人教会 — Chinese Churches around NYC

这里是一些我们哥大查经班的弟兄姐妹经常参加聚会的纽约华人教会。如果你是基督徒，刚到纽约还没有固定的教会做主日崇拜，请与哥大查经班的弟兄姐妹或教会联系。我们也欢迎还不是基督徒的朋友们参加，和我们一起感受神的慈爱和伟大。

1. 中华海外宣道会（位于中国城的香港超市对面）

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约.提摩太前书 1：15）

英文名称：Oversea Chinese Mission

地址：154 Hester Street, New York, New York 10013

网址：<http://www.ocmchurch.org/>

电话：212.219.1472

传真：212.226.4030

2. 纽约华人教会

地址：96th street and Central Park West

3. 纽约华人浸信会

地址：72nd street

4. 中国基督徒团契（Chinese Christian Fellowship, CCF）

地址：The Chapel of the Cross, the Riverside Church, 91 Claremont Avenue, 电话：212-666-3230

8. 基督徒团契 — Christian Fellowship

基督徒团契是教会的延展。她一般由年龄文化相近的一群基督徒和对基督教信仰感兴趣的朋友组成，一起读圣经，或参加各种有意义的活动。一般人数不多，有较亲切的气氛。朋友之间能更好的互动，有信仰与人生方面的问题与困难时，能够及时解答或帮助。也因此能建立真诚的基督徒之间的友谊。



哥大中文查经班就是一个由华人学生/学人和专业人士组成的基督徒团契，我们每周五晚上都在哥大的 St. Paul Chapel Basement 有查经聚会。更新内容请参考：<http://www.columbia.edu/cu/ccbsg/>

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。(新约.提摩太前书 1: 15)

欢迎光临!

迎新晚餐

New Student Orientation Dinner



哥大中文查经班主办



Friday 09/09/2011, 6:30 PM

Room 327, Uris Hall (Business School Building)

Contact: 戴超 daisy.dai.c@gmail.com



圣经节选:

Mat 5:1 耶稣看见这许多的人，就上了山，既已坐下，门徒到他跟前来，

Mat 5:2 他就开口教训他们，说：

Mat 5:3 虚心的人有福了！因为天国是他们的。

Mat 5:4 哀恸的人有福了！因为他们必得安慰。

Mat 5:5 温柔的人有福了！因为他们必承受地土。

Mat 5:6 饥渴慕义的人有福了！因为他们必得饱足。

Mat 5:7 怜恤人的人有福了！因为他们必蒙怜恤。

Mat 5:8 清心的人有福了！因为他们必得见神。

Mat 5:9 使人和睦的人有福了！因为他们必称为神的儿子。

Mat 5:10 为义受逼迫的人有福了！因为天国是他们的。

Mat 5:11 「人若因我辱骂你们，逼迫你们，捏造各样坏话毁谤你们，你们就有福了！

Mat 5:12 应当欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。在你们以前的先知，人也是这样逼迫他们。」

Mat 5:13 「你们是世上的盐。盐若失了味，怎能叫他再咸呢？以后无用，不过丢在外面，被人践踏了。」

Mat 5:14 你们是世上的光。城造在山上是不能隐藏的。

Mat 5:15 人点灯，不放在斗底下，是放在灯台上，就照亮一家的人。

Mat 5:16 你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。」

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。（新约·提摩太前书 1：15）

