

Millions Missing?

millionsmissingguide.org/zh-cn/

一位关心你、不具名的圣经向导

应急准备与求生

如果发生了大规模的人口失踪或大范围的危机，请先处理眼前的危险——然后放慢脚步，弄清楚发生了什么，再转向耶稣。

[下载 / 打印应急指南认识耶稣](#)

如果你现在很害怕

你不必一次读完所有内容。如果恐惧或焦虑让你无法思考，可以先读几节简短的经文，说一个简单的祷告。

[给恐惧与焦虑者的圣经经文 →](#)

不要根据谣言做出关乎生死的决定。

有可靠的应急指示时，请遵照执行。本页只是一般性的准备信息，不能代替紧急救援服务或医疗护理。

现在就把这一页存为离线版本。

请留一份纸质版，一本印刷的圣经，以及一份本指南的离线版。不要只依赖一个网站或一台设备。

最初的10分钟，我该做什么？

1. 远离眼前的危险：火灾、受损的建筑、暴力、洪水、断落的电线、燃气泄漏或交通危险。
2. 检查自己和身边的人有没有严重的伤。如果紧急救援服务还在运作，而且有需要，请拨打求助。
3. 让孩子和需要照顾的人留在可信赖的成年人身边。
4. 不要为了找答案，就冲向人群或危险的地方。
5. 多看几个可靠的消息来源，了解究竟发生了什么。危机中会有谣言和假消息，要有心理准备。

先从耶稣开始

危机会让圣经的预言显得很紧迫，但得救比弄清时间表更重要。福音就是好消息：耶稣基督为我们的罪死了，被埋葬，又复活了（哥林多前书 15:3-4）。得救是神的恩赐，不是靠好行为赚来的（以弗所书 2:8-9）。罗马书 10:13 说：“因为‘凡求告主名的，就必得救。’”

如果你不知道该怎么祷告：就诚实地对神说话。承认你的罪，承认你需要一位救主。把你的信靠放在耶稣基督身上——祂的死与从死里复活——而不是放在自己的好上。然后开始读约翰福音。

求生的优先次序与应急准备

1. 安全与栖身之处

先离开眼前的危险。选择一个结构安全、适合应对当前危险的地方。有官方的撤离或避难指示时，请遵照执行。

2. 安全的饮水

尽量用瓶装水。如果水里可能有细菌，最好的处理办法是煮沸：把清水烧到滚开，持续1分钟；在海拔约2,000米以上则要3分钟。放凉后，存放在干净、有盖的容器里。

警告：煮沸或一般的消毒，不能使被燃料、有毒化学品或放射性物质污染的水变得安全。

3. 药品与急救

把必需的药品、医疗器材用品、写好的用药清单、过敏信息和紧急联络人放在一起。严重出血、呼吸困难、胸痛、严重烧伤、中毒、重大创伤或意识不清，需要专业的紧急医疗，有条件时请尽快求助。

4. 环境卫生

饮水和食物要用安全的水。常常洗手。让排泄物远离水源和食物。如果正常的垃圾处理系统失灵，请用垃圾袋和扎带，有当地公共卫生指示时按指示办理。

5. 食物

不确定能不能冷藏时，先吃不易变质的食物。停电时，尽量不要开冰箱和冷冻柜的门。如果对食物是否安全有疑问，宁可丢掉，也不要冒着严重生病的风险去吃。

6. 用电与防火安全

使用手电筒或电池灯。绝对不要在住宅、车库或其他封闭的地方使用发电机、烧烤炉或燃烧燃料的露营设备。一氧化碳可以在毫无征兆之下致命。

7. 通讯

如果可以，请准备一台电池或手摇式收音机。把重要的电话号码和集合地点写在纸上。节省手机电量，网络拥堵时改用短信。

8. 需要特别照顾的人

为婴儿、孩子、老人、残障者、行动不便者、医疗设备、感官特殊需要和宠物，做出具体的安排。不要以为别人已经去看过他们了。

怎样找到并储存安全的饮水？

细菌和化学物质是两个不同的问题。煮沸能很好地杀死致病的细菌，但除不掉有害的化学物质或放射性污染。如果怀疑有化学或放射性污染，请改用其他安全的水源，并遵照公共卫生的指示。

提前储水的话，美国疾病控制中心（CDC）建议每人每天至少3.8升水，至少储备3天，有条件的话多一些，生病、怀孕、天热和有宠物时还需要更多。

这些事不要做

- 不要只因为水看起来清澈，就喝来历不明的水。
- 不要在室内使用发电机、炭烤炉或燃料炉。
- 不要吃因为没有冷藏而变得不安全的食物。
- 除非产品说明明确要求，否则不要混合使用清洁用的化学品。
- 不要在网上公开你的确切位置、密码、贵重物资，或需要特别照顾之人的信息。
- 有合格的医护或权威指引可用时，不要根据不知名的社交媒体帖子做出医疗决定。

- 不要因为害怕，就跟从任何自称是基督的人。要用圣经来检验各种属灵的说法。

圣经对大灾难时期的警告

按本站所采用的、认为这些事尚在将来的基督徒理解方式，启示录警告我们要提防兽、假先知、欺骗、敬拜和印记（启示录 13-14 章）。圣经的警告是关于属灵上效忠于谁——并不是说，不看周围的圣经预兆，就把每一种新技术、支付系统、身份证件、疫苗或政治领袖都称为那个印记。

要对耶稣忠心。请亲自读启示录 13:7-18 和启示录 14:9-12。不要拜兽和兽像，也不要接受那里所说的印记。

建立离线资料库

把这些东西放在没有网络也拿得到的地方：

- 一本印刷的圣经。
- Millions Missing? 的主要指南。
- 这份应急指南。
- 用药清单、紧急联络人、重要地址和家人集合计划的纸质副本。
- 存在不止一个U盘或设备里的离线副本。

[应急指南PDF](#)[圣经主指南PDF](#)

本指南能告诉你什么，不能告诉你什么

本站采用的是基督徒认为被提（Rapture）发生在大灾难之前的理解方式，但本站不推算被提的日期，也不声称每一场危机都是启示录的应验。请谨慎查证各种事件。圣经的主张，以圣经为权威；技术性的安全和医疗决定，有条件时应由应急机构和合格的专业人员指导。

应急指引摘要自美国CDC与FEMA/Ready.gov的准备指南。技术性的建议可能会改变；有当地官方指示时，请以最新的为准。

[回到 Millions Missing? 首页](#)

免费复制 • 免费打印 • 免费分享 • 无需注明出处

MillionsMissingGuide.org

English · Español · Português · Français · العربية · हिन्दी · Русский · Deutsch · বাংলা · Bahasa
Indonesia · Kiswahili · Filipino · فارسی · Українська · اردو · 한국어 · Tiếng Việt · Türkçe