

# 傳遞生命



遞生命



- 我們何必憂慮？
- 不能忽視教會裡的憂鬱者
- 精神病患與家庭治療

我們相愛，不要只在言語和舌頭上，總要在行為和誠實上。

中信出版

# 目錄

## 2 每日靈修 一至二月

劉耀光	黃天賜	瓦 器	陳明斌	錢志群
林祥源	姜武城	劉銳光	小牧器	蘇棣初
馮 海	徐道勵	文 文	龔明鵬	高 樣
馮文莊				



第34頁

## 34 我們何必憂慮？ / 錢志群

我們總是習慣於對不重要的事無限上綱，假設太多，用放大鏡把困難放大，滿腦子只剩下「如果這樣，怎麼辦？」的焦慮心態。



第40頁

## 40 不能忽視教會裡的憂鬱者 / 莫世淳

其實神在你身邊放了一副玫瑰色的悅人眼鏡，你戴上它就可以換個色調和思考角度，就會看到生活中很多正面的價值。



第44頁

## 44 精神病患與家庭治療 / 張陳綻莊

不少華人父母很忌諱說自己的孩子有精神問題，即便患病也不會「家醜外揚」，只會把兒子藏在家裡。

## 48 體貼人心的醫生們 / 羅妮麗

美國醫生和我說，在他以前的從醫中發現，80% 的病人都是因為心裡孤獨，而尋求醫生的安撫和傾聽。



出版 中國信徒佈道會  
Chinese Christian Mission  
地址 1269 N. McDowell Blvd.  
Petaluma, CA 94954 U.S.A.  
通訊地址 P.O. Box 750759, Petaluma,  
CA 94975-0759, U.S.A.  
電話 (707) 762-1314  
傳真 (707) 762-1713  
本刊  
傳真專線 (707) 762-7197  
電郵地址 lit@ccmusa.org  
網址 www.ccmusa.org

總幹事 劉耀光  
靈修版主編 馮文莊  
專題文章主編 錢志群  
編輯助理 韓宇芳 甘霖 蔡淑怡  
設計/插圖/印製 漾一設計坊

本刊不收訂費，歡迎索閱、轉介、投稿及奉獻支持印刷費。

作者文責自負，立論不代表本刊。本刊保留所有文章及圖片版權，如欲轉載，請來信申請。

加拿大發行 / 加拿大中國信徒佈道會  
4533 Kingsborough Street, Burnaby, B.C.,  
Canada, V5H 4V3  
電話 (604) 877-8606  
傳真 (604) 877-8676  
電郵 ccm@ccmcanada.org  
網址 www.ccmcanada.org

**PROCLAIM (ISSN 1041-2689)**  
Vol. 34 No. 1 Jan./Feb. 2021

Published bimonthly by Chinese Christian Mission, 1269 N. McDowell Blvd., Petaluma, CA 94954 U.S.A.  
Distributed by Chinese Christian Mission of Canada  
Tel : (604) 877-8606 / Fax : (604) 877-8676  
E-mail : ccm@ccmcanada.org  
Website: www.ccmcanada.org  
Postmasters: Send address changes to  
Proclaim, 4533 Kingsborough Street,  
Burnaby, B.C., Canada, V5H 4V3  
Printed in Hong Kong.

## 53 直面自己 / 武金貞

只有不斷捨己，活出愛心來，周邊人才不致討厭你，你反倒會如光如鹽吸引人。

## 54 基督徒「死機」，又如何重啟？ / 恩雅

我們在死機的狀況中，是否肯像大衛王那樣憂傷痛悔，不掩飾淚水呢？

## 61 讀者回應頁

## 封底 使萬民作主的門徒 / 爾好

附：海外差傳頁

## 57 跨文化宣教之迷思 / 子恩

每日靈脩

一月 · 二月



**1月1日**

**主若願意**

嗐！你們有話說：「今天明天我們要往某城裡去，在那裡住一年，做買賣得利。」其實明天如何，你們還不知道。你們的生命是甚麼呢？你們原來是一片雲霧，出現少時就不見了。你們只當說：「主若願意，我們就可以活著，也可以做這事，或做那事。」（雅 4:13-15）

我們真的不能對自己的人生有過分的自信和把握，以為計劃好後，就必能實踐。因為下一分鐘如何，有何遭遇，我們都不能百分之百掌握。我們應當把人生的重點放在「主若願意」，而不是自己的計劃上。一切都在主的手中，因此無論順逆，我們都信靠神。即使前景並不樂觀，也不必過於悲觀，因為主權在神手中，我們只管盡該盡的本分。即使面對艱鉅的時刻，我們仍是世上的光和鹽，神仍有我們要承擔的角色與特定的使命。我們不要恐懼。既然這是「主若願意」，主必掌權，如同聖經說，萬事都互相效力，為要愛神的人得著益處。

—劉耀光（作者是本會總幹事）

**1月2日**

**更認識神**

那日，大衛懼怕耶和華，說：「耶和華的約櫃怎可運到我這裡來？」（撒下 6:9）

大衛被膏為王後，因著對神的一番心意，就把耶和華神的約櫃從亞比拿達的家裡運到自己的城。然而在運送過程中，亞比拿達的兒子烏撒因牛失前蹄，伸手扶住約櫃，竟遭神當場擊殺。聖經記載，大衛為此「懼怕耶和華」。試想，大衛在逃難時不斷蒙神保守，多次躲過掃羅王的追殺，在這一天以前，他所經歷的神是滿有慈愛憐憫、聽禱告保護人的神。大衛可能從沒想過，神公義的屬性是如此令人畏懼。

這件事特別提醒我們活在新約時代的基督徒，千萬不要以為知道神有恩典和慈愛，就等於完全認識神。相反，我們應當更謙卑追求認識神。不要只知道神有慈愛，也要知道神是公義的，我們要存敬畏的心事奉祂——不要等到神管教臨到時，才恐懼戰兢，甚至覺得無法接受。但願我們有生的年日，不斷追求認識神。

—黃天賜（作者是教會主任牧師）

**1月3日**

**神的慈愛**

你們的父親欺哄我，十次改了我的工價；然而神不容他害我。（創 31:7）

神對我們的愛，常以兩種迥然不同的方式表達：

1. 管教的愛：我們以為，神若愛我們，就當時常保護賜福，讓我們萬事稱心如意。但是從雅各身上，我們看到，神的愛並不如我們所想像那樣。神愛雅各，但雅各為人詭詐，欺騙父親兄長，這不是神所喜悅的。所以，神要熬煉他，像煉金的人熬煉金子。雅各在舅舅拉班家中受欺受騙，十次被改工價，神沒有攔阻舅舅。但是雅各嘗盡被欺被騙的苦頭後，自己也就明白，他欺騙父兄的行為也是邪惡的，對人造成很大傷害。同樣，在我們生命中，也有很多雜質和邪惡，需要神管教煉淨，使我們更像基督。

2. 保護賜福的愛：以雅各為例，拉班雖然自私詭詐，一心利用雅各自肥，但是神要賜福雅各，拉班不能攔阻；神帶領雅各回迦南地，拉班亦無法阻攔。弟兄姊妹，一切都在神的手中，我們只要凡事信靠，不要懷疑神的慈愛。

—瓦器（作者是加拿大一位弟兄）

**1月4日**

**聽道的態度**

為此，我們也不住地感謝神，因你們聽見我們所傳神的道就領受了；不以為是人的道，乃以為是神的道。這道實在是神的，並且運行在你們信主的人心中。（帖前 2:13）

保羅常為帖撒羅尼迦教會感謝神，因為他們信、望、愛都兼而有之（參 1:3）。這裡，保羅繼續為他們「不住地感謝神」，因為他們有很好的聽道心態，「不以為是人的道，乃以為是神的道」。這很重要，決定我們有沒有信、望、愛，因為信心從聽道而來（參羅 10:14）。聽道的心態直接影響我們屬靈的生命。帖撒羅尼迦信徒之所以有信心、愛心和盼望，就是他們聽道的心態正確。這正是今天信徒所缺乏的。不少信徒做禮拜挑講員，有人甚至要求教會預告下週主日禮拜講員的名字，好讓他們考慮來不來，或去別的教會。

我們應該尊重神的話，只要講員按著正意分解真理的道（參提後 2:15），我們就當尊重。千萬不要把重點放在講員的口才和娛樂性上。教會不是娛樂場所，我們不是顧客。我們應該存謙卑的心領受神生命之道。

—陳明斌（作者是本會前總幹事）

1月5日

## 家鄉的病

我實在告訴你們，沒有先知在自己家鄉被人悅納的。(路 4:24)

有甚麼好事，自然先想到家鄉，但是家鄉人未必領你的情。甚至是救恩這樣的寶貝，也可能被排斥。耶穌舉以利亞和以利沙兩位先知為例，他們也是這樣被對待。耶穌是聖經中預言的彌賽亞，卻被自己的選民否認、誣蔑和迫害。為何有這種「家鄉病」？一是人習慣於以貌取人。這不是約瑟的兒子嗎？這不是拿撒勒人嗎？一個鄉下木匠的兒子，還出息到哪裡？想破腦袋也不會將祂與彌賽亞聯繫起來。二是人不願意被責備，只願意聽好話。耶穌在會堂裡唸過聖經後，對眾人說：「今天這經應驗在你們耳中了。」(21 節)他們就稱讚和希奇。但是緊接著指責他們時，他們就「都怒氣滿胸，就起來攆祂出城」(28-29 節)。這還不夠，竟然將祂當作假先知對待，要把祂推下山崖。以色列人作為神的選民竟然頑梗拒絕神。如今我們給家人和親朋好友傳福音，同樣會遇到各樣攔阻。但是不要灰心，要不住的禱告。

—錢志群（作者是本刊及《中信》月刊主編）

1月6日

## 態度決定果效

你們要脫去一切的污穢和盈餘的邪惡，存溫柔的心領受那所栽種的道。(雅 1:21)

基督徒靈命的成長，取決於對神話語的態度。在馬太福音第十三章的撒種比喻裡，種子只有一種，反應卻有四種：1. 剛硬的心：種子不能發芽，飛鳥一來，就吃掉種子。這種人雖曾近距離接觸神的道，但因心裡剛硬，不讓神的道觸摸他們。2. 膚淺的心：種子落在土淺石頭地，雖然發芽，但沒有根，太陽一曬，風一吹，就枯乾了。這種人聽道，起初覺得不錯，願意接受，但道理只停在頭腦或情緒中，沒進到心靈深處。一遇試煉，就不信了。3. 擰擠的心：種子能發芽，也能長一點點，可後來卻被世上的思慮、錢財迷惑，無法長大，無法結實。4. 良好的心：是良好土壤，聽道後，用歡喜誠實的心領受，並靠主結出30倍、60倍、100倍的果子。

所以，信徒靈命的成長，能否多結果子，分別不是種子（神的道），而是我們的心田如何，對神話語的態度是否正確。若想生命成長，就須除去窒息生命成長的東西，「脫去一切的污穢和盈餘的邪惡，存溫柔的心領受那所栽種的道」。

—林祥源（作者是教會主任牧師）

1月7日

## 熱切領受神的道

你們要脫去一切的污穢和盈餘的邪惡，存溫柔的心領受那所栽種的道，就是能救你們靈魂的道。(雅 1:21)

「領受」原文有殷切、興奮期盼的意思，我們對神的話要有殷切期待的心。因為：1. 聖經是父神寫給我們的家書，裡面有愛，有濃厚的親情，有父親對孩子們的期望。父神透過聖經和我們談話，將祂的意思告訴我們。我們要用心讀，用心思想。2. 天父愛我們：祂所說的話，所做的事，都為叫我們得益。主耶穌說：「你們雖然不好，尚且知道拿好東西給兒女，何況你們在天上的父，豈不更把好東西給求祂的人嗎？」(太 7:11) 神給的好東西都寫在聖經裡，要我們去看，去發掘。3. 神的話滿有能力：我們需要神的話語成為我們的力量，使我們能遵行祂的話，活出祂的旨意來。當你謙卑用心讀經，你就發現，神的話使你有力。4. 神的話語有潔淨功用，能洗去我們內心的污穢，除去邪情私慾，使我們生活聖潔，榮耀神。

弟兄姊妹，當你用殷切、興奮期待的心去讀聖經，你會發現，讀經的果效完全不同。

—林祥源

1月8日

## 專注地領受

你們各人要快快地聽，慢慢地說，慢慢地動怒。(雅 1:19)

這幾句話，適用於我們對讀經和聽道的態度。1. 快快地聽：我們對神的話，要有專注渴慕的心。要豎起耳朵，打開心門，渴慕知道神要對我們說甚麼話。2. 慢慢地說：無論讀經或聽道，都不要急著回應發言，甚或反駁。要安靜聆聽，做受教者。先知說：「主耶和華賜我受教者的舌頭，使我知道怎樣用言語扶助疲乏的人。」(賽 50:4)「受教者的舌頭」是甚麼意思？就是要做受教者，有求學的心，多聽，留心聽，不著急發言。3. 慢慢地動怒：讀聖經時，覺得扎心，覺得聖經說中了我們的軟弱，我們一般很少發脾氣把聖經扔掉；但是如果神藉著弟兄姊妹對我們講同樣的話，很可能我們為了面子，便立刻大動肝火，覺得別人傷害我們的自尊心。雅各提醒我們，要慢慢地動怒。無論神透過聖經或別人提醒我們，我們都該存溫柔的心領受。只要是神的話，對我們都是有益的。

—林祥源

**1月9日**

**不再愁苦**

哈拿回答說：「……我是心裡愁苦的婦人，清酒濃酒都沒有喝，但在耶和華面前傾心吐意。」……於是婦人走去吃飯，面上再不帶愁容了。  
*(撒上 1:15, 18)*

我們在世上，難免會受委屈和被人傷害。有時這些傷害甚至來自最親近的人。哈拿因不能生育，心中苦惱，還被丈夫的另一個妻子所欺負，以致哭泣不能吃飯。她怎麼面對？她沒有懷恨，沒有借酒消愁，她來到神的面前「傾心吐意」，原文含意是「把自己的靈魂傾倒出來」。她向神哭泣，沒怪罪神，沒有咒詛傷害她的人。她用很長時間向神默禱，把自己愁苦的靈魂倒出來。

我們的痛苦別人不容易了解，但神了解。祂要擦乾我們的眼淚，醫治我們的傷痛。大衛描述他逃難時從神所得到的安慰：「祢把我眼淚裝在祢的皮袋裡。這不都記在祢冊子上嗎？」*(詩 56:8)* 不管我們受到甚麼傷害，也不管是否全是別人錯，我們仍可以來到主的面前，向祂傾訴。神是醫治、安慰的神，哈拿禱告後，問題沒馬上解決，但她相信神已經聽了她的禱告，她的傷痛得了醫治，面上再不帶愁容了。

—黃天賜

**1月10日**

**聽命勝於獻祭**

掃羅對撒母耳說：「我有罪了，我因懼怕百姓，聽從他們的話，就違背了耶和華的命令和你的言語。現在求你赦免我的罪，同我回去，我好敬拜耶和華。」撒母耳對掃羅說：「我不同你回去；因為你厭棄耶和華的命令，耶和華也厭棄你作以色列的王。」*(撒上 15:24-26)*

神不聽禱告最重要的原因之一是人不聽從祂的話，不誠心悔改。掃羅就是例子。撒母耳清楚告訴祂要滅盡所有亞瑪力人並他們所有的一切，掃羅按己意卻留下亞瑪力王亞甲和上好的牛、羊、牛犢、羊羔，並一切他看為美的東西。神因此不再聽他的禱告。掃羅的一生是一個悲劇，他曾被神揀選作以色列的第一個王，且有彪炳戰績，但是功績不能代替聽從神的話。他剛愎自用，屢次不聽先知撒母耳的吩咐，最後被神棄絕，戰死沙場，叫人惋惜。撒母耳從掃羅的失敗，總結出一個重要的屬靈教訓：聽命勝於獻祭，順從勝於公羊的脂油。柔軟順從神的心比一切都重要。我們必須先順從神，按神的旨意祈求，如此禱告便有果效。求聖靈光照我們，讓我們自省有沒有順服神。

—黃天賜

1月11日

## 何不禱告？

那非利士人又說：「我今日向以色列人的軍隊罵陣。你們叫一個人出來，與我戰鬥。」掃羅和以色列眾人聽見非利士人的這些話，就驚惶，極其害怕。(撒上 17:10-11)

非利士巨人歌利亞向以色列軍隊罵陣，要他們派出一人與他單獨決戰，掃羅王和以色列軍隊都為此驚懼不已，不知所措。我們不能說掃羅王和以色列軍隊都是膽小鬼，畢竟面對一個九呎高的巨人，害怕是天然的事。但我們應當警惕的是，掃羅在這軍心動搖、人人惶惶之時，居然沒帶領以色列人禱告尋求神的幫助，連一個禱告都沒有。甚至沒有請求神的僕人撒母耳為他和國家禱告。甚麼屬靈的作為都沒有！只有無止境的害怕。

感謝神賜給我們禱告的權柄，即使陷於一籌莫展的困境，面對不可能勝過的敵人，我們還可以藉著禱告求神幫助。九呎的巨人歌利亞，在上帝面前算得甚麼呢？感謝神，我們的驚惶害怕可止息於禱告之中。

—黃天賜

1月12日

## 聽了我的話就可行的

我只吩咐他們這一件說：「你們當聽從我的話，我就作你們的神，你們也作我的子民。你們行我所吩咐的一切道，就可以得福。」(耶 7:23)

「我只吩咐他們這一件」，神說的這一件是甚麼？「你們當聽從我的話」。聽從神的話，遵行祂所吩咐的一切道，是神對舊約子民所作的唯一要求。到了新約，耶穌對眾人說：「所以，凡聽見我這話就去行的，好比一個聰明人，把房子蓋在磐石上。」(太 7:24) 我們若仔細讀新約聖經，不難發現幾乎每卷書都強調「行」的重要，並且有「行」的應許。主耶穌就在與門徒分別時對他們說：「你們既知道這事，若是去行就有福了。」(約 13:17)

今天，我們不缺少好信息，也不缺少查考聖經，閱讀屬靈書刊，但最缺少的是行，聽了神的話可行的，究竟有幾人？雅各提醒我們不要自欺，聽而不行等於自己在欺騙自己。我們當牢記使徒保羅所說：「這些事你們都要去行，賜平安的神就必與你們同在。」(腓 4:9)

—姜武城（作者是本會專員）

**1月13日**

**如何孝敬**

義人的父親必大得快樂；人生智慧的兒子，必因他歡喜。你要使父母歡喜，使生你的快樂。(箴 23:24-25)

早餐時，我和太太總是先吃完，然後給一邊吃飯的孩子讀箴言或詩篇。當讀到這一段經文時，我的分享主要是兩點：孝敬父母不僅是在父母需要時給吃給喝陪父母，還有一個重要點，就是不做不討父母，更不做不討神喜悅的事。

這節經文的前後經文都提醒我們不要貪吃懶惰，浪蕩淫亂。如果一個社會上的混混，雖給父母提供好吃好住好玩，他卻在外面欺行霸市，吸毒販毒，賺盡不義之財，他對父母的孝順還價值幾何？他的損人害己，是對父母的巨大虧損，是對父母臉面的嚴重污穢，是對父母教養的徹底否定。所以，我們作為基督徒在孝敬父母方面，更應該將心歸神，遠離邪事，以榮神益人的人生來表達孝心。

—錢志群

**1月14日**

**舌頭有如火焰**

看哪，最小的火能點著最大的樹林。舌頭就是火，在我們百體中，舌頭是個罪惡的世界，能污穢全身，也能把生命的輪子點起來，並且是從地獄裡點著的。(雅 3:5-6)

美國中信總部位於林木繁茂的北加州，夏秋之間，氣候炎熱乾燥，容易發生火災。一旦山火發生，就很難撲滅。這些大火，往往只起於一點點星火。以上經文指出舌頭有如火焰，會造成大禍。很多人沒留意，以為平常說說人家閒話，背後批評、論斷……，不是那麼嚴重。可是雅各在此特別要弟兄姊妹注意到這個罪惡的世界，小小火焰可能造成難以想像的大禍害。舌頭無人能制伏，是不止息的惡物，滿了害死人的毒素。雅各不但指出舌頭的頑強，難以控制，而且也指出舌頭是從一種泉源所發出與支配的。這猶如海上油井發生火災一樣，罪惡之火焰來自底層，舌頭不過是通路而已。因此，人若不從源頭著手，不論如何立志、努力，根本的問題依然仍舊存在。

—姜武城

1月15日

## 本分與福分

這稱為我名下的子民，若是自卑、禱告，尋求我的面，轉離他們的惡行，我必從天上垂聽，赦免他們的罪，醫治他們的地。(代下 7:14)

當所羅門王獻殿，並以悔改的心禱求獻祭時，神就臨到這殿，對他說，神願意接納這殿作為獻祭的地方。但神也特別警告，在人悖逆犯罪時，祂仍會降災降瘟懲戒。但是如果祂的子民悔改認罪，歸向祂，尋求祂的面，祂就必赦免，解決他們的難處。

神的叮囑裡涉及到本分和福分的關係，如果神的子民不本分地做祂兒女，又如何得祂預備的福分？如果我們平日把神放在旮旯角落，幾乎不讀經、不禱告、不敬拜、不愛人，卻只要神來滿足我們個人的要求，解決我們個人的難處，這合情合理嗎？我們要留心看神的應許，常是先有「若」，再有「必」。雖然祂的保證不會落空，但是總是有一個前提：「你們當敬畏祂，因敬畏祂的一無所缺。」(詩 34:9)

—錢志群

1月16日

## 把握時機

你們要愛惜光陰，用智慧與外人交往。你們的言語要常常帶著和氣，好像用鹽調和，就可知道該怎樣回答各人。(西 4:5-6)

愛惜光陰最好的方法之一，是把握時機與人分享福音。這裡還說，「用智慧和人來往」，而這智慧能產生鹽一般的果效，帶出美好的味道來。

甚麼能為人生帶來美好的味道，使人心靈得安慰得平安？是神的話語。神的話語使我們心裡有力。祂的應許能使我們得著安慰。當人落在恐慌的光景，他們更需要神的話語。所以每次有重大的災難發生，許多平時不願到教會的人都會跑到教會。而這個時候，豈不正是我們要運用智慧，把握時機，發揮光、鹽作用，使人生命得著調和，發出美好味道來的大好時機嗎？

求主賜我們智慧，藉著禱告，靠著祂的力量，好好把握每一個時機、危機，用神的話語回應這個時代的需要，而不是盲從地跟著大伙兒慌亂，弄得連自己的信心都丢失了。

—劉耀光

**1月17日**

## **你準備好嗎？**

約瑟聚斂埃及地七個豐年一切的糧食，把糧食積存在各城裡；各城周圍田地的糧食都積存在本城裡……埃及地的七個豐年一完，七個荒年就來了。正如約瑟所說的，各地都有饑荒；惟獨埃及全地有糧食。（創41:48, 53-54）

約瑟幫助法老王管理埃及，利用七個豐年為接踵而來的七個荒年預備糧食。這給我們很大提醒，我們需要在平順、豐盛之時，要為逆境與缺乏的來到作好準備。因為人生並非永遠一帆風順，而是隨時會有危難。尤其最近專家們紛紛發出警告，將來日子不會好過。如果情況真如專家所言，你打算怎樣應付？是否現在就當預備，靠著主的恩典，打好將來的戰役？是否現在就當抓緊機會，求神幫助我們在磨難的日子成為別人的祝福？

我不知道現在我們算不算處於豐年，但我曉得時間不多；或許我們沒有把握能做到多好，但我們可以好好禱告，靠主走前面的路。

—劉耀光

**1月18日**

## **屬靈的爭戰**

所以，要拿起神所賜的全副軍裝，好在磨難的日子抵擋仇敵，並且成就了一切，還能站立得住。（弗6:13）

保羅說我們要穿起屬靈全副軍裝，因為我們的戰場不是這看得見的世界，而是看不見的靈界。尤其在疫情蔓延之際，撒但更是百般的攻擊。以彼此間的矛盾來進行分化，趁著當前的危機散播恐慌，再趁著混亂散播謊言與謠言。目的無非要我們的信心崩潰，心被消化。然而，聖經的話再次提醒我們，我們要穿起屬靈的全副軍裝，現在是我們整裝待發的時候，不要懼怕，神已經給予我們權柄，我們可以坦然無懼放膽地在聖靈裡多方地禱告祈求，甚至做捆綁與釋放的宣告，如同主耶穌給予教會的權柄，靠著神勝過死亡權勢的能力，捆綁魔鬼和惡者的邪惡與破壞，並且釋放那些因著疫情而被恐懼捆綁的人，讓他們因著耶穌基督，信心堅定，重燃盼望。

各位屬靈的戰士們，讓我們一起回應神這神聖的呼召，拿起聖靈的寶劍，就是神的道，警醒不倦，為眾聖徒祈求。

—劉耀光

1月19日

母親的心

只在你們中間存心溫柔，如同母親乳養自己的孩子。(帖前 2:7)

在帖撒羅尼迦前書，保羅以父母來比喻他服事教會信徒的心態（參 7, 11 節）。為甚麼用母親？用父親不就夠了嗎？

這讓我想起參與教會聘牧委員會的好些經驗，我敢說，幾乎沒有人看重被選中的牧者是否有母親溫柔服事的心。是不是因為我們覺得，牧者像母親那樣溫柔？太女性化了吧！

可是，保羅說，他正像母親那樣溫柔地愛護信徒，忠心地用神的道餵養他們，與他們分享自己的生命。這正是一個母親的生命：平日用心撫養孩子，教育他們怎樣為人處事。每天大清早就爬起來服侍全家大小，給大家準備早餐，洗衣，打掃，收拾，睡前還給孩子講故事。孩子生病了，母親衣不解帶，眠乾睡濕。這是母親忘我的全然擺上付出。這也是保羅對教會信徒服事的心意和態度。信徒當然能體會到。讓我們這些在教會服事的人，不論牧者、主日學老師、團契導師、小組組長等，都以保羅為我們的榜樣。

—陳明斌

1月20日

心繫羊群

你們若靠主站立得穩，我們就活了。  
(帖前 3:8)

為甚麼帖撒羅尼迦信徒站穩，保羅和他的同工「就活了」呢？

早期教父 John Chrysostom 有以下領會：保羅為主的福音受苦，他並沒有因此而期望帖撒羅尼迦教會感謝他。相反，他看到帖撒羅尼迦教會因為他的試煉，信心反而得著堅固，他就稱讚他們，感激他們。提摩太給保羅帶來了好消息，說帖撒羅尼迦教會的信徒有信心和愛心，很想念保羅，保羅為此深感安慰，忘記自身所受的痛苦。作為良師，保羅把門徒的靈命看得比自己的生死還重要。他說：藉著你們，我們得安慰，得堅固。照理，他應該說，是門徒因他的堅固而站穩，保羅卻倒過來稱讚他們，而且說：「我們就活了！」這說明了保羅的心，他最大的痛苦和失望莫過於信徒們失去信仰。他們站穩，他就得了鼓舞，猶如有了生命的力量。

有誰像保羅，把神託付他的羊群看得如此重要？求神幫助我們愛護祂所託付的羊群！

—陳明斌

1月21日

絕不徒然

所以，我親愛的弟兄們，你們務要堅固，不可搖動，常常竭力多做主工；因為知道，你們的勞苦在主裡面不是徒然的。（林前 15:58）

人生最怕白費、落空、徒然，基督徒為主工作就沒有這害怕，因為事奉神並不徒然，會有收成，必不落空。主耶穌說：「無論何人，因為門徒的名，只把一杯涼水給這小子裡的一個喝，我實在告訴你們，這人不能不得賞賜。」（太 10:42）今生是短暫的，一切都會過去。要不虛度，就要把今生投進永恆，使必朽變成不朽。

那麼，怎樣才是做主的工呢？主耶穌說：「信神所差來的，這就是做神的工。」人相信接受耶穌基督後，就應當住在主裡面，讓主作他生命的主人，遵行主的吩咐。多做主工的意思就是順著主的旨意，做主要他去做的工。

勞苦是必然的，但這不像為世界勞苦，到頭來一切落空。相反的，在主裡的勞苦絕不是白費的。換言之，住在主裡面，做主裡的工作，必得主裡的回報。

—姜武城

1月22日

退的境界

耶穌既知道眾人要來強逼祂作王，就獨自又退到山上去了。（約 6:15）

當看到耶穌行了五餅二魚的神蹟後，眾人就似乎看到了以色列民族解放和復興的希望。換作常人，邀你作王，何樂而不為？但是主道成肉身，卻不是顧念世上的事，而是顧念人靈魂的事，顧念神的國度。每每遇到人勉強祂時，祂就退到山上，與父神親近，這已不只一次了。

基督徒在世上，也常有各樣的機會，或者是各樣的誘惑。我們是不是來者不拒，當仁不讓？不是，越是有機會，越要從世事上退下來，在主裡休息，與主親近，求主旨意，這樣才會在紛繁的世事中清醒自己，遠離試探誘惑，避免一些隨波逐流的事，從而才談得上作光作鹽，為主作美好的見證。我認識一位因公司被兼併而失業的電腦工程師，在對方公司的邀請下，認真到神面前禱告，得到神的感動後，毅然回絕高薪邀請，從此到福音機構一直作義工，直到如今。雖然少了世上的很多利益，但他在天國所存的定是豐富。

—錢志群

1月23日

## 治國之道

大衛無論往哪裡去，耶和華都使他得勝。(撒下 8:6, 14)

大衛一統全國後，致力國泰民安。1. 他平定四境，治服非利士人，打敗摩押，收服瑣巴王，連以東這個世仇也歸順大衛。固然，大衛有他過人之處，但若不是耶和華與他同在，「使他得勝」，他也不能這麼順利。當我們蒙恩，學業或事業有成、家庭幸福，我們也要記得，這是神的恩典，是神使我們得勝，千萬不要狂妄自大，以為是靠己之力取勝。2. 他顧及民生，沒有徵收重稅，勞役人民。許多人無權無位時愛指指點點，批評當權者，可一旦坐上高位，大權在握，就以權謀私，貪污枉法，任意妄為，罔顧老百姓的福利，把自己變成惡人。3. 設立體制，任用賢能，協助他治國。大衛再強，也不能一人治國，他需要有其他人幫助。這些人雖不是完人，各有缺點，但也各有所長。沒有人是完美的，作為領袖，我們要會任用賢能，但也要學習包容，不強求別人完美，因我們自己也不完美。

—劉銳光 (作者是前香港海外神學院院長)

1月24日

## 記念恩情

我要因約拿單的緣故向他施恩……我要照神的慈愛恩待他。(撒下 9:1-3)

大衛登基作王，統一全國，征服四圍列國後，聲名大噪，這時，他並沒有得意忘形，忘記故人的恩情，反而懷念故友約拿單的情誼，並遵守諾言，善待約拿單後人米非波設。我們不要做忘恩負義的人。千萬不要一朝得志，或以為時日久遠，就把故人的恩情忘記得一乾二淨。做人要有情有義，顧念舊情。

大衛記念故人的心，是神所喜悅的。因為神是慈愛的，連仇敵也愛。何況是曾經幫助我們的人？我們要記念人的恩情，更須記念神的大恩。

感念別人的恩情也須有所行動的，大衛的愛不光在內心，更有行為。當大衛知道約拿單的兒子米非波設還在，便立刻採取行動照顧他、善待他。有行為的愛才是真愛，才是神的愛。但願我們也是這樣，善待故人，有心，也有行動。

—劉銳光

**1月25日**

**討神喜悅**

弟兄們，我還有話說：我們靠著主耶穌求你們，勸你們，你們既然受了我們的教訓，知道該怎樣行可以討神的喜悅。(帖前 4:1)

美國獨立宣言：「人人生而平等……其中包括生命權、自由權和追求幸福的權利」。神固然喜悅我們幸福快樂，但是否以此成為人生追求的唯一目標呢？當然不是，因為基督徒所追求的不是自己的快樂，乃是神的快樂，即討神喜悅。

Steve Farrar 在其著作 *Point Man* 提到今日的信徒，怎樣誤把追求快樂作為人生目標：「我牧會時，有一位60多歲、結婚40年、有5個子女及眾多孫兒的男士坐在我辦公室內。他中學信主，委身基督；多年來，是福音派圈子內的中流砥柱，在教會和福音機構中當領袖。他熟悉聖經，影響了數以百計的年輕人歸主。為甚麼我們要見面？是要談論他過去五年與一位比他女兒還年輕的女子犯淫亂的罪。這位機智過人的思想家，早已作好自圓其說的準備，甚至引經據典。當我把這些都一一推翻時，30分鐘後，他衝口而出：『難道我沒有快樂的權利嗎？』」這句話完全把現代荒謬墮落的思想表露無遺！

—陳明斌

**1月26日**

**大衛犯罪**

大衛所行的這事，耶和華甚不喜悅。  
(撒下 11:27)

聖經直接公佈大衛的罪，不代隱瞞。拔示巴原是大衛手下將領烏利亞之妻，大衛竟因垂涎她的美色而與她行淫。當知道拔示巴懷了身孕，就想方設法隱瞞栽贓，但詭計並不得逞。怎麼辦呢？他居然借刀殺人，把烏利亞送往死地。一個忠貞愛國的戰士就這樣不明不白地冤枉死了！後來，大衛索性將拔示巴娶過來。從一個罪，引發一連串的罪，罪使人越陷越深，太可怕了！

大衛為甚麼犯罪？因為生活太安舒了，不必出戰，睡到太陽平西？其實最要命的是任意妄為，為滿足一己私慾，不求神的喜悅，只求自己的喜悅。「大衛所行的這事，耶和華甚不喜悅。」這是大衛慘痛失敗之因。如果凡事求神喜悅，就不會犯這大罪。聖經記下大衛的失敗，是要警告後世的人，不要以他為藉口，反當以他為鑑戒。神是輕慢不得的，即使神愛大衛，選召他，他若犯罪，神也不為他隱瞞，反將他的罪公諸於世，叫他蒙羞。這次犯罪以後，大衛在人們心目中的地位聲望急劇下墜，多麼可惜！

—劉銳光

1月27日

## 犯罪之後

大衛對拿單說：「我得罪耶和華了！」拿單說：「耶和華已經除掉你的罪，你必不至於死。只是你行這事，叫耶和華的仇敵大得褻瀆的機會。」(撒下 12:13-14)

大衛犯罪後，先知拿單去給他講一個比喻，大衛聽了別人的罪，就義憤填膺，說那人該死，要償還四倍。原來，人是有是非之心的，知道對錯，也知道犯罪者當受懲罰。可惜我們往往缺乏自省的心，只知責人，不知責己。這時，先知拿單就不客氣了，直斥其非，讓大衛知道自己就是這可惡的人，而且更甚，因他忘記神的恩典，犯了殺夫奪妻的大罪。大衛到底是個有靈性的人，沒有惱羞成怒，立刻真誠認罪，求神赦免。這是大衛可取之處。

認罪是好的，神赦免了他。可是，因他犯罪，神的仇敵得了褻瀆的機會。撒但和撒但陣營的人都藉這個機會攻擊神，褻瀆神。

屬神的人，不管牧師、長執或平信徒，一旦跌倒犯罪，受虧損的不單是他本人。因神的仇敵會趁機褻瀆神，攻擊教會，攻擊基督徒，攻擊我們的信仰。信心不堅固的人甚至失去信仰。犯罪不只是你我個人的事，是十分可怕的事！

—劉銳光

1月28日

## 戰勝情慾的誘惑

順著情慾撒種的，必從情慾收敗壞；順著聖靈撒種的，必從聖靈收永生。(加 6:8)

情慾，也稱為私慾，是我們犯罪的禍根。今天的世界是一個保護、鼓勵、激動人類放縱情慾的世界。經濟發達的地方，人們的情慾就會被調動起來。我們現實生活中的過度消費，就是其中一個放縱情慾的實際例子。

神藉聖經告訴我們，「順著情慾撒種的，必從情慾收敗壞。」就是大衛王也不能倖免！今天人們因著情慾的引誘，不斷追求名利、地位、財產、榮耀、娛樂、吃喝、享受，結果是犧牲了自己的健康和家庭。可悲的是，連好些基督徒也不都能戰勝引誘，順從情慾。不錯，有人似乎因此獲得成功，但這些都是短暫的，最後「必從情慾收敗壞」。

感謝神，祂也告訴我們：「順著聖靈撒種的，必從聖靈收永生。」只要我們順從聖靈引導，倚靠祂的大能，看重神的聖潔，便能戰勝私慾，收取永生。

—小牧器（作者是教會牧師）

**1月29日**

**尊祂為王**

洪水泛濫之時，耶和華坐著為王；耶和華坐著為王，直到永遠。（詩 29:10）

這句我們耳熟能詳的經文，讓我們在患難時，有一個信心的倚靠。因為神掌握一切。神會拯救。我們不必掛慮擔憂。「耶和華的膀臂豈是縮短了嗎？」（民 11:23）

但是祂既然掌管一切，為甚麼還允許患難發生？

神在任何時候都坐著為王，是不是我們沒有很好地尊祂為王？祂既然允許苦難發生在我們身上和周圍，一定有祂的原因和目的。而在祂那裡，歸根結底，根本的一條，就是我們在罪中冒犯了祂，不敬畏祂，「不當作神榮耀祂，也不感謝祂。」（羅 1:21）

所以，洪水泛濫時，我們求祂拯救前，當先省察自己的罪孽和虧欠，謙卑認罪，轉離惡行，這樣祂就「必從天上垂聽，赦免他們的罪，醫治他們的地。」（代下 7:14）

—錢志群

**1月30日**

**我在衰微？**

祂必興旺，我必衰微。（約 3:30）

施洗約翰的門徒因為到主那裡施洗的人越來越多而不爽，施洗約翰就開導門徒，再次強調自己不是基督；祂來了我們當喜樂滿足，更要放下自我，在祂興旺時，讓自我走向衰微。

但是生活中，我們基督徒往往缺少這樣的認識和態度，我們裡面的老我常常很強勢。有姊妹說，如果我們身上掛一個錄音機，錄下一天的話，睡前聽一遍，必發現一天裡，我們說的話絕大部分內容都是圍繞「我」字，甚至言行整日都是有關「我」的自私自利和驕傲。就像路加福音第十八章中的那位到聖殿裡禱告的法利賽人，滿口都是我怎麼樣怎麼樣？如果我們在神面前不謙卑自己，不處處高舉基督，強勢屬肉體的自我，又如何奢望有得勝的屬靈生命？

—錢志群

一個人不能事奉兩個主；不是惡這個、愛那個，就是重這個、輕那個。你們不能又事奉神，又事奉瑪門。  
(太 6:24)

人在不認識主耶穌前，不會遇到生命主權的挑戰，因為那時我們以自己為主人，或以錢財，以成功、名利或甚麼為主。但其實這是自欺，因那時我們是以魔鬼為主，不自覺地伏在空中掌權者的手下。所以，那時我們雖然也做抉擇，不過不是生命主權的抉擇。

可是，當我們來到主耶穌前，就要抉擇究竟我們以誰作我們生命的主人了。我們究竟要跟從誰？要聽從誰？事奉誰？討誰歡心？是自己呢？是錢財呢？還是耶穌基督？

罪人的難處往往在於奢望兩者兼得。但是，讓我告訴你，這不合符真理。因為主耶穌說：「你們不能事奉兩個主。」你只能二選其一。二者兼得的想法，只是自欺欺人。

—瓦器

他像一個人蓋房子，深深地挖地，把根基安在磐石上；到發大水的時候，水沖那房子，房子總不能搖動，因為根基立在磐石上。（路 6:48）

天突然刮起大風，妻子叫我出外將垃圾桶放好。出去時，看到三個大垃圾桶已經東倒西歪在地上。但是旁邊柔弱的花草，雖然在狂風中猛烈搖擺，卻沒倒下。這讓我想起主耶穌的話，有根和沒根的分別不在外表，而在於有根沒根。我家幾個垃圾桶可算體積龐大，但是因為沒有根，大風一吹，便像滾地葫蘆，毫無「尊嚴」可言；花草雖然看似柔弱，但經一夜狂風，仍然堅強屹立，分別只因為它們有根。

基督徒的生命何嘗不是如此？為甚麼有人一遇試探、困難，便失去信心，放棄信仰？因為他們的生命沒有根。

有根沒根，不是一眼看到。所以，我們習慣看外表，看某人很有表現，積極參與教會活動，就以為他靈命健壯；看某某表現不怎麼樣，又無學問，就判斷他 / 她靈性不好。親愛的弟兄姊妹，不要用這種方法判斷自己和別人。人生困境才是我們靈命最大的試金石。

—蘇棣初（作者是教會牧師）

2月2日

與神同行

以諾與神同行，神將他取去，他就不在世了。(創5:24)

創世記第五章記載了塞特的家譜，家譜的特點總是某人活了多少年，生了多少兒女，然後死了。人生的目的好像只是生兒育女，這真是我們活著的目的嗎？如果沒有結婚，或沒有兒女呢？豈不是人生沒有意義嗎？還有就是，人的歸宿都是死。真是沒有意義！

但是，感謝神，生兒育女並非人活在世上的唯一意義，死亡也不是唯一歸宿。人生還有一個選擇，就是像以諾那樣，與神同行。雖然以諾也生兒養女，和別人一樣，但是因為他與神同行，就為他帶來不同的人生意義和結局。聖經上沒說他死，而是「神將他取去」，這是一個很特別的結局。

親愛的讀者，不要以為只有他有這福分，我們也可以有這福分。因為主耶穌說：「復活在我，生命也在我。信我的人雖然死了，也必復活；凡活著信我的人必永遠不死。你信這話嗎？」(約11:25-26) 與神同行，你的人生必不一樣！

—蘇棣初

2月3日

神所看重

我知道你的行為，你略有一點力量，也曾遵守我的道，沒有棄絕我的名。(啟3:8)

疫情期間，新聞層出不窮。然而世界所看為重大事件，在神眼中卻不值一提。神在這地上唯一所看重的，就是祂的教會，在這末世如何靠主堅立，榮耀主名。

聖靈寫信給非拉鐵非教會說「我知道」，神所知道的，也是神所看重的，那就是：1. 你的行為：不是你的名氣，你的人數，你的資金，你的建築物。2. 你略有一點力量：不是強大的行政管理，令人咋舌的神蹟奇事，干預政局的活躍影響。3. 遵守我的道：不是引領學術風潮，獲得國際讚譽，創辦巨型事工。4. 沒有棄絕我的名：不棄絕主名難道不是最起步、最基礎的信仰嗎？值得神專門提及嗎？事實上，神所看重的都是最起步、最基礎的信仰，但要在黑暗、紛擾的末世持守信仰到底，就必須是從神而來的真信仰。今天成功神學的假福音遍滿全地，主耶穌並祂釘十字架的真信仰卻極為稀缺。那持定真信仰的教會為主忠心所做的小事，才是被神關注並知道的重大事件。

—馮海 (作者是師母)

2月4日

## 脫離仇恨情結

只是我告訴你們，要愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。這樣就可以作你們天父的兒子。(太 5:44-45)

經文提醒我們，要為迫害者禱告。因為我們與世人不同，我們是天父的兒女。天父賜恩典給所有人，包括好人與惡人。我們是天父的兒女，當然要像我們的天父。

神不是單要求我們，祂的愛子耶穌基督就為我們立了美好的榜樣。耶穌在十字架上第一個禱告不是訴苦，不是怨天尤人說自己多倒楣。祂更沒求天父降火燒死那些釘祂十字架的人。主耶穌第一個禱告，是求天父饒恕他們，因為他們在仇恨當中，不知自己做甚麼。

親愛的弟兄姊妹，面對人性的軟弱、欺凌和逼害，我們並不否認。關鍵是我們如何回應？我們當效法耶穌，愛我們的仇敵，為他們禱告。這不是認同罪惡，而是求神憐憫他們。這也是我們唯一能從仇恨與受害者的狀態出來的方法。若不如此，我們也會陷入自憐與仇恨中。

—劉耀光

2月5日

## 持守公義，以善勝惡

大衛對比錄人臨門的兒子利甲和他兄弟巴拿說：「我指著救我性命脫離一切苦難、永生的耶和華起誓：從前有人報告我說，掃羅死了，他自以為報好消息；我就拿住他，將他殺在洗革拉……何況惡人將義人殺在他的床上，我豈不向你們討流他的血的罪、從世上除滅你們呢？」(撒下 4:9-11)

大衛雖然是一位戰士，擔任君王時又處於複雜的政圈中，但他一直拒絕用暗黑的手段對待那些對他有威脅的人。

不論是掃羅、伊施波設，或那些看來是他的「政敵」的人，他都沒有乘人之危、落井下石。

即使在掃羅死後，每當有些人以為可以藉著聲稱曾殺害掃羅家族的人來向大衛邀功，意圖獲得好處，大衛都斷然拒絕，還會嚴責那些人背信棄義，加以重罰！

基督徒在生活和職場中，也面對各種複雜的挑戰和考驗。大衛讓我們看見，拒絕運用暗黑的手段來追求私利，並且堅定相信神的保護，至終仍能得勝。

求主幫助我們，不論身處甚麼境遇，仍持守正直、純全和公義之心，不致為惡所勝，反能以善勝惡！

—徐道勵 (作者是傳道人)

**2月6日**

**思念上面**

你們要思念上面的事，不要思念地上的事。因為你們已經死了，你們的生命與基督一同藏在神裡面。（西3:2-3）

新冠疫情爆發初期，人們囤積物資。有的囤廁所紙，有的囤米麵，美國還有人囤子彈。未雨綢繆是明智的，然而基督徒在危機中，關注的重點卻和外邦人不一樣。外邦人考慮的只是如何保命；基督徒思想如何預備好自己面對永生神。無論日常生活還是陷入危機，外邦人只思念地上的事：吃甚麼，喝甚麼，穿甚麼。基督徒無論處平順還是急難，也為生活做安排，但重點卻不是地上的事，而是上面的事。

人不僅有肉體，還有永恆的靈魂，所以人除了照顧肉體，還要為永恆做好預備。當世人囤積米麵、廁所紙、子彈，陷入恐慌的時候，基督徒卻是被囤在永生神懷中的珍寶，每一個聖徒都被神看為寶貴。被神所愛，藏在神裡面，這帶給我們極大的平安和喜樂。我們在地寄居，卻思念天國。地上不過是短暫旅途，很快將到達終點，那才是聖徒永恆安息、喜樂的家園。

—馮海

**2月7日**

**自討苦吃**

我要照哈嫩的父親拿轄厚待我的恩典厚待哈嫩……哈嫩便將大衛臣僕的鬍鬚剃去一半，又割斷他們下半截的衣服，使他們露出下體，打發他們回去。（撒下10:2-4）

有時，人的煩惱、痛苦是自己找的。拿轄甚麼時候恩待大衛，聖經沒有記載。但是大衛記得拿轄的厚恩，找機會回報。可是大衛的善意，卻換來哈嫩的誤解。人與人之間的磨擦往往是因為曲解並醜化別人的用意。亞捫人為甚麼有這誤解，聖經沒有交代，也許是因為過去的一些傷痕。人常糾纏在過去的傷痛中，用過去的仇怨來解釋別人的一切，因而造成許多不必要的誤會，使怨仇加深，戰爭就成了不能避免的結果。

兩軍交戰，以色列大獲全勝，哈嫩大敗。這豈不是自找苦吃嗎？因為過去的一些怨恨，覺得被對方傷害，引致內心的不平衡，藉醜化對方而想報仇雪恨，結果大敗。這不是受傷更重嗎？但是怨得人嗎？一切都是自取的。求神醫治我們，除去我們心裡的仇恨，以免我們變得心理不平衡而常自討苦吃。

—劉銳光

**2月8日**

**聲勢浩大**

押沙龍暗中得了以色列人的心……於是叛逆的勢派甚大；因為隨從押沙龍的人民，日漸增多。（撒下 15:6-12）

押沙龍不但長得俊美，而且為人深謀遠慮。他的謀朝篡位是經長年累月的精心部署，首先攏絡民心，常在城門口接見百姓，裝成關心百姓，為民主持公義的形象，並為自己預備車馬，叫50人在他面前奔走，營造王者的氣勢和威望。有野心的人經常這樣，處心積慮，叫人一時不察，陷入圈套，被其利用，助其達到目的。我們要明察秋毫，不要中計。

當押沙龍看到時機成熟，就發動政變。他先來到希伯崙，大衛初作王的地方。這個選擇，或許是想像他父親那樣，從此平步青雲，成為一國之君。他又從京都請來二百人幫助他，營造全國都擁護他的氣勢。一時之間，整個希伯崙成為叛變中心，震驚全國。

人人都喜歡聲勢浩大，以為人多一定正確、一定勝利。但是，人多、浩大聲勢並不一定正確，也不一定勝利。我們要有分辨力，不要隨波逐流，人云亦云，以致被人利用。

—劉銳光

**2月9日**

**以私利出發**

押尼珥打發人去見大衛，替他說：「這國歸誰呢？」又說：「你與我立約，我必幫助你，使以色列人都歸服你。」（撒下 3:12）

掃羅王死後，大衛在希伯崙作王。這時，掃羅的兒子伊施波設在掃羅的舊將領押尼珥擁護下，被立為王，管治猶大北部多個支派（參 2:8-10）。

然而，押尼珥並不忠於掃羅的家族與王朝。撒母耳記下第二至三章記述押尼珥的野心，他不過想藉擁護伊施波設這位末代皇帝而操掌王權，把掃羅家族玩弄於股掌之中，從中謀取私利。當伊施波設質問他何以與掃羅舊日的妃嬪親近時，他便生氣，決意向大衛「投誠」，出賣伊施波設。

在權力爭鬥中，不敬虔的人往往以私利為出發點，他們不會以神的國度和神的子民為念。今天，作為基督徒的我們應當以此為鑑，千萬不要效法世人追求個人的野心和權力，反當常以神的國和神的子民為念。

—徐道勵

**2月10日**

## **惡人終被惡人害**

押尼珥帶著二十個人來到希伯崙見大衛，大衛就為押尼珥和他帶來的人設擺筵席。押尼珥對大衛說：「我要起身去招聚以色列眾人來見我主我王，與你立約，你就可以照著心願作王。」(撒下3:20-21)

押尼珥帶著他的手下去見大衛，答應帶領以色列其餘支派投奔大衛。他大概以為出賣了伊施波設後，在新王手下仍有機會被重用。哪知大衛手下的將領約押，在得知押尼珥來過見大衛的消息後，急忙派人追他，誘他回頭並用殘忍的手段殺了他(參27節)。

約押殺死押尼珥，一方面是為報殺弟之仇，另一方面可能是出於疑懼，生怕押尼珥日後威脅自己在軍中的地位。

黑暗的手段在政治圈中常見，可悲的是當人存著叛逆和不敬畏神的心時，在以色列國，在神的子民中，也發生類似的事。然而不要忘記，神是公義的，行惡的人可能也被其他惡人所害。

—徐道勵

**2月11日**

## **傀儡的下場**

掃羅的兒子伊施波設聽見押尼珥死在希伯崙，手就發軟；以色列眾人也都驚惶……一日，比錄人臨門的兩個兒子利甲和巴拿出去，約在午熱的時候到了伊施波設的家；伊施波設正睡午覺。他們進了房子……就刺透伊施波設的肚腹，逃跑了。(撒下4:1, 5-6)

伊施波設是掃羅的第四個兒子(參代上9:39)，在王室中可能一直感到不受重視。當掃羅和他幾位哥哥都戰死沙場，押尼珥就擁立他作王。他大概感到這是一個出人頭地的時機，沒有理由拒絕，便欣然登位。後來押尼珥公然把掃羅的妃嬪當作自己的小妾(在當時是要取代前朝君王的象徵)，伊施波設知道對方的野心後也無可奈何，可見傀儡皇帝不易做。當押尼珥的死訊傳來，伊施波設有沒有警覺到在他身旁危機四伏呢？最後，他終被手下刺殺。

伊施波設的人生似乎很被動，但他是否真的沒有選擇？有時，我們也以為我們的人生很被動，沒有選擇。其實不然，我們是有選擇的。好比伊施波設，當初可以拒絕權力的試探，拒絕作王，選擇按著神的心意將王位讓給大衛，這樣他人生的結局便截然不同！

—徐道勵

2月12日

## 離棄真理

彼拉多說：「真理是甚麼呢？」……耶穌說：「我就是道路、真理、生命；若不藉著我，沒有人能到父那裡去。」（約 18:38、14:6）

人類歷史上最荒誕的事件之一，就是彼拉多代表人類，向真理的本體主耶穌基督發問：「真理是甚麼呢？」然後，他轉身離去，將真理釘死在十字架上。

自從始祖犯罪墮落以來，世人就被魔鬼弄瞎了心眼，落在黑暗中，不僅不認識真理的本體——獨一真神，也看不見真相。2020 年，小小的新冠病毒將全體人類逼入困境，人們發現自己不僅受困於瘟疫，還被淹沒在各樣的爭論中——謠言、闢謠、推諉、辯駁，不知道誰是真誰是假，何為善何為惡。

主耶穌明確地告訴我們，祂是真理。主耶穌宣告，人只有連於祂，才能曉得真理；只有跟隨祂，才能行在真理的光中。我們這群蒙恩得救的人，已經進入真理，得蒙光照，就不要再跟隨世界的各種觀念和思潮，反而要定睛仰望主！祂是真理，我們若定睛仰望、跟隨主，就能反照祂的榮光，照亮黑暗死蔭裡被謊言迷惑的世人。

—馮海

2月13日

## 萬王之王

彼拉多就對祂說：「這樣，祢是王嗎？」耶穌回答說：「你說我是王。我為此而生，也為此來到世間，特為給真理作見證。凡屬真理的人就聽我的話。」（約 18:37）

人類歷史上最荒誕的事件之一，就是彼拉多作為受造的人類，向造物主耶穌基督發難：「祢是王嗎？」萬王之王竟在罪人手下受審、獲刑，被釘死在十字架上。人類離棄真理，頑梗悖逆，不法和不服的罪性，在十字架事件中顯明到極致。

奧古斯丁在《懺悔錄》開篇寫道：「因為祢造我們是為了祢，我們的心如不安息在祢懷中，便不會安寧。」神不僅造了我們，也是我們慈悲公義的君王。我們若信靠順服祂，就活在真理的光中。人若離棄祂，祂依然坐著為王，人卻死在罪中，沉淪在黑暗裡。

人的痛苦並非都是外在困境造成的。人若不聽從主耶穌的話，只靠自己的聰明織出網羅，就必陷入其間，無法自拔。主耶穌是萬王之王，祂必作王直到永遠！人若悔改，順服主，照祂的話語而活，才能脫離罪的轄制，進入自由、喜樂和光明。

—馮海

2月14日

## 憑愛而做

你們務要警醒，在真道上站立得穩，要作大丈夫，要剛強。凡你們所做的都要憑愛心而做。(林前 16:13-14)

使徒勸勉弟兄們：要作大丈夫，凡事要憑愛心而做。無論是愛神還是愛人，愛從來不是軟弱的，而是剛強得勝。愛總能勝過一切難處，要叫神得榮耀，叫人得益處。

新冠疫情爆發期間，我們教會將口罩和福音單張做成「福音口罩包」，根據鄰舍提供的地址，送到需要口罩的人家門前。有些生性謹慎的弟兄姊妹，在疫情期間足不出戶。可是在分發「福音口罩包」時卻放膽前行，將對鄰舍的愛施行出來，要叫人得益處。從神而來的愛大有能力，病毒、性格、壓力、資源的匱乏、憤怒者的敵對……都不能攔阻他們施愛。

聖經所描繪的大丈夫，與世界所定義的大丈夫，有著天淵之別。世人推崇自私自利、冷漠專斷、驕傲任性的「霸道總裁」。聖經卻教導我們，那在愛裡沒有懼怕，凡事憑愛而做，要救人身體、靈魂的人，看起來常常是溫柔、謙卑、喜樂、忍耐，卻是被神所記念的真正的大丈夫。

—馮海

2月15日

## 改變命運

這城和其中所有的都要在耶和華面前毀滅；只有妓女喇合與她家中所有的可以存活，因為她隱藏了我們所打發的使者。(書 6:17)

一個全城將被屠殺的消息，對城裡居民來說，是禍從天降。但是有一個被人不恥的妓女，竟因為這件事帶來了命運的轉機。如果沒有以色列人來攻打耶利哥城市，也許這個妓女終將羞羞辱辱度過一生，結局悲慘。現在，她聽到了以色列人快攻城的消息，聽到神已將耶利哥交在以色列人手中，她相信，她向神投降，求探子保全她和她一家的性命。於是，就在一夜之間，當所有人被審判的時候，她和她的家中所有的一切被保護，因為她相信神，站在神那邊。

多年前，在洛杉磯有位華人女牧師，默默照顧流浪者，幾十年如一日，曾被評為洛杉磯榮譽市民。她12歲就開始成為賣春女，從台灣意外來到美國，後來認罪悔改，信靠基督。認識她的人都以和她和她的兒子成為朋友為榮。

出生由不得選擇，苦難與恥辱不是自己所願，人生似乎無奈。但投靠神，命運就可以改變，哀樂、禍福、榮辱、生死，在乎你是否真心跟隨耶穌基督到底。

—文文 (作者是宣教士)

**2月16日**

## **神看到未來的你**

摩西對耶和華說：「主啊，我素日不是能言的人，就是從祢對僕人說話以後，也是這樣。我本是拙口笨舌的。」(出 4:10)

摩西從小在皇宮裡成長，學了埃及一切學問。當神呼召時，竟三番推辭，實在讓人難以想像他年輕時的光景。

摩西推卻的理由很多：我是甚麼人，竟能去見法老？我要對百姓怎麼講呢？怎能詳述神呼召了我？實在推不掉了，就說：「我本是拙口笨舌的。」你講再多，教我再好，也沒有用。我們應該承認摩西講得都對，40年被人遺忘的摩西完全失去了自信，明白自己一無所誇。摩西認識真實的自己嗎？不！他看到的是眼前充滿缺欠的自己，而神卻要領他進深。一個新的摩西在未來等著，摩西看不到，神看到了。

在埃及與法老爭鬥，在曠野與以色列人同甘共苦，沒有一次用得到口才。摩西和以色列人的得勝完全是神為他們爭戰。摩西能夠勝任領以色列出埃及的大任，也不是靠他的才能，而是「摩西為人極其謙和，勝過世上的眾人。」(民 12:3)

一文文

**2月17日**

## **最有價值的信息**

約書亞吩咐窺探地的兩個人說：「你們進那妓女的家，照著你們向她所起的誓，將那女人和她所有的都從那裡帶出來。」(書 6:22)

就算是笑貧不笑娼的社會，也沒有一個父母為自己的女兒是妓女而驕傲的，一個妓女也許永遠是家庭的恥辱。然而，聖經讓我驚奇地發現，一個妓女竟然蒙神喜悅而拯救了全家。這個妓女就是喇合。神為甚麼喜悅喇合？因為，喇合完全相信了神的名字和神的作為。以色列人出埃及的新聞，震驚了全世界：紅海斷流、戰勝了兩個大王，聞者無不膽戰心驚，唯喇合喜出望外，她知道這是她得救恩的時候。她信，她得著。

常言道，信息價值萬金。在社會混亂的時代，謠言、傳聞、新聞太多太多了。到底怎麼樣的「信息」才是真正有價值的呢？是關乎神與祂在歷史中的作為。那個天使數千年前報告給以色列曠野牧羊人的信息，依然是今日人們最需要聽到、最有價值的信息。

一文文

2月18日

這才是信

耶利哥王打發人去見喇合說：「那來到你這裡、進了你家的人要交出來，因為他們來窺探全地。」女人將二人隱藏，就回答說：「那人果然到我這裡來；他們是哪裡來的我卻不知道。」  
**(書2:3-4)**

幾乎所有的耶利哥城百姓都聽說了神帶領以色列人出埃及的故事，他們也信了，不然不會緊張。那為甚麼全城只有喇合一家得救呢？因喇合配合了神的計劃。

常聽基督徒說：不信神就下地獄。可是魔鬼也信神（參雅2:19），信了怎麼還下地獄呢？因為是假信，生命和神沒有關係。真信一定帶來行動和生命改變，使人對世界所發生的事有不同反應，有時甚至冒天下之大不韙。

所有的智慧、勇氣和力量都來自對神話語的信靠。在這個朝夕萬變的時代，神的話永不改變，真信的人一定遵行神的旨意，不與世人同流。

一文文

2月19日

抓住重點

因為凡有血氣的，盡都如草；他的美榮都像草上的花。草必枯乾，花必凋謝；惟有主的道是永存的。所傳給你們的福音就是這道。（彼前1:24-25）

疫情期间，LV 生產線停工，轉而縫製普通棉布口罩，直接供應政府或捐給醫院。有媒體感嘆，落魄鳳凰不如雞，不管奢侈品往日多麼精緻、尊貴，沒有訂單也只好去做口罩。

重大危機中，人類被迫學習抓住重點，從前混亂的優先次序被迅速改變、釐清：價格上漲甚至成為稀缺的，都是必需品；奢侈品被打折甩賣甚至無人問津。當人命在旦夕時，加增虛浮美榮的奢侈品失去了價值，活下去成為唯一的重點。

必需品讓人暫時活下去，而主的道讓人永活！一切轉瞬即逝的都微不足道，唯有主的道是永存的！人信福音就得蒙永生，這福音對於人來說，本當是最珍貴的必需品，然而人類抓住重點了嗎？基督徒作為已經蒙恩的人，抓住重點了嗎？我們看重主的道嗎？還是像世人一樣主次不分，貪戀世俗，隨從肉體的情慾，眼目的情慾，今生的驕傲而活呢？

一馮海

2月20日

## 創始成終的耶穌

仰望為我們信心創始成終的耶穌。  
(來 12:2)

信心最要緊的，不是你怎麼信，而是你信誰。如果信錯人，任你信心多大，都終歸徒然。

我們相信耶穌基督，因為：

1. 祂是真神，是太初原有的道。萬物都是藉著祂造的，生命在祂裡頭。祂是世上的光，是父懷裡的獨生子。祂愛我們，為我們降世成人，被釘死在十字架上，救我們脫離罪。祂死後第三日復活，戰勝死權。我們信祂，就得永生，作神的兒女(參約 1:1-12、3:16)。

2. 祂是為我們信心創始成終的神。祂是首先的，是末後的，又是那永遠存活的，直活到永永遠遠的(參啟 1:17-18)。祂是昔在今在，以後永在的神，是審判死人活人的主。祂能救我們到底。祂是誠信真實的，凡投靠祂的，必不至於羞愧。信靠耶穌基督，我們必不失望。

親愛的弟兄姊妹，這世界和其上的一切都要過去。你信人嗎？人會死。你信錢財嗎？離世後，一切都歸徒然，我們將要面對面遇見永生的主。

—龔明鵬(作者是牧師)

2月21日

## 無所懼怕

大衛對非利士人說：「你來攻擊我，是靠著刀槍和銅戟；我來攻擊你，是靠著萬軍之耶和華的名，就是你所怒罵帶領以色列軍隊的神。今日耶和華必將你交在我手裡。」(撒上 17:45-46)

按人的看法，大衛無法與歌利亞匹敵。歌利亞身高九呎，鎧甲重一百多磅，槍桿粗如織布機軸，鐵槍頭重15磅，是個戰士，作戰經驗豐富；大衛從未打過仗，連鎧甲都不合身，為何他毫不懼怕，還有信心殺死歌利亞呢？因為他知道他是為誰爭戰，也知道所倚靠的是誰！

人的信心，如果只建立在自己的能力上，不一定得勝。歌利亞不敵大衛就是最好的例證。但如果我們行在神的旨意中，把我們的生命獻給神，為神的榮耀而活，靠神的大能爭戰，神就必將我們的難處或敵人交在我們手裡。因為我們的難處就是神的難處，我們面對的敵人就是神的敵人。

—黃天賜

2月22日

## 不要放棄

大衛求問耶和華說：「我追趕敵軍，追得上追不上呢？」耶和華說：「你可以追，必追得上，都救得回來。」（撒上 30:8）

大衛作以色列王之前，為躲避掃羅王追殺而投靠迦特王，定居在洗革拉。一日，亞瑪力人趁大衛和跟隨他的人不在，燒了洗革拉，擄掠以色列人所有婦女、孩子。大衛的跟隨者悲憤至極，幾乎要殺大衛洩恨。因他們以為大勢已去，無法挽回既成事實。對不認識神的人來說，面對這樣的困境，只好無奈認命，怨天尤人。但是大衛相信神，無論客觀環境多麼惡劣，也不灰心絕望。他仍舊把難處帶到神的面前，求問神說：「我追趕敵軍，追得上追不上呢？」神的回答出乎意料之外，竟是：「你可以追，必追得上，都救得回來。」我們不能因為人的判斷，人都以為沒有希望、無力改變事實時，就放棄向神禱告。相反，在人人看來沒有希望，以為應該放棄的時刻，我們更需要禱告神。因為人的盡頭，往往就是神的起頭。

—黃天賜

2月23日

## 有平安在我心

我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安。在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。（約 16:33）

耶穌臨別對門徒說，在祂裡面有平安。安妮•墨菲 (Anne S. Murphy) 1908 年寫《有平安在我心》，第一段是：「有平安在我心，非世界所能賜，無人能夠奪這平安；雖試煉與艱難，有如愁雲環繞，這平安卻永在我心間。」

利未記五祭之一是平安祭，這「平安」的字根，涵義有：與神快樂、和諧地在一起。大衛在詩篇第廿三篇寫：「在我敵人面前，祢為我擺設筵席。」他經歷了許多危難，只因為有神同在，心中乃有平安。

在新型冠肺炎肆虐期間，人人自危，整個世界沒有一處平安。讓我們向神悔改，求神收回怒氣。因祂曾應允，我們若自卑，轉離惡行，祂必從天垂聽，赦免我們的罪，醫治我們的地（參代下 7:14）。神是守約施慈愛的神，我們若誠心悔改，神必把平安再賜給我們。

—高棠（作者是師母）

**2月24日**

**主再來**

弟兄們，你們卻不在黑暗裡，叫那日子臨到你們像賊一樣。（帖前 5:4）

根據保羅的看法，主來的日子像賊一樣，是對那些活「在黑暗裡」的人說的，不是對活在主真光中的基督徒說的。基督徒應該早有準備。對嗎？

我年輕時對主的再來不懂渴求，常為世事煩惱，以為自己尚有大好前途，事業可以蒸蒸日上，世界還有許多事我躍躍欲試。現在年事已長，身旁親友一個個被主接回天家，令我對人生匆逝感觸良深。但是，感觸人生匆逝與渴慕主再來是兩回事。如果我今天被主接回天家，身旁還未信主的人尚有機會認識神，因為神會差派別人來接替我向他們傳福音。可是如果主最後的審判忽然來到，這些未信主的人就會永遠滅亡，再沒機會信耶穌。所以對他們來說，主再來的日子真像賊一樣，「災禍忽然臨到他們，如同產難臨到懷胎的婦人一樣，他們絕不能逃脫。」（帖前 5:3）求神幫助我們努力傳福音，領親友們歸主。千萬不要只顧自己快快樂樂上天堂，不管他們悲悲慘慘下地獄！

—陳明斌

**2月25日**

**突破自我中心**

你們禱告要這樣說：我們在天上的父：願人都尊祢的名為聖。願祢的國降臨；願祢的旨意行在地上，如同行在天上。（太 6:9-10）

我們對自己的事，感受最深；對別人的事，難以代入；對神的事，更不必說了，總覺得遙不可及。這是我們的限制，近似井蛙之見。

主耶穌說：「真理必叫你們得以自由。」（約 8:32）換句話說，祂認為我們有好多限制是可以突破的。自我中心就是其一。

怎樣突破？

主耶穌教我們禱告時，先求神的事。這本身就是一種突破：突破我們所思所想、所關心的範圍，以及對人對事先後輕重的次序。

其次，是突破感覺的牽制。以往我們把自己的事看如天大，輕看神的事，因為我們確是如此感覺。我們不自覺地受感覺操控。倘能遵主教誨，以神的事為重，掙脫感覺的轄制，便能享受真理的自由。

第三，藉著每天禱告，常常禱告，不斷操練以神為首，拒絕自我中心，神必開我們的眼睛，我們便不再作井底之蛙。

—馮文莊（作者是本刊靈修版主編）

2月26日

## 不是草民

你們這小信的人哪！野地裡的草今天還在，明天就丟在爐裡，神還給它這樣的妝飾，何況你們呢！（太6:30）

草給人的聯想是多而且賤。中國老百姓自稱草民。濫殺人者，我們說他草菅人命。在以色列文化中，草的聯想是朝生暮死，被人輕賤：「早晨，他們如生長的草，早晨發芽生長，晚上割下枯乾。」（詩90:5-6）「野地裡的草今天還在，明天就丟在爐裡」，多麼可憐卑賤！

感謝主耶穌指出我們並不是草，而是比草、比飛鳥「貴重得多……何況你們呢！」（參太6:26, 30）我們是天父的兒女（參太7:11），受造尊貴，比天使微小一點。蒙神賜榮耀尊貴為冠冕，又派我們人類管理祂手所造的，使萬物……都服在我們腳下（參詩8:5-8）。

所以，不要自卑。不要覺得自己沒有價值。縱然在疫情，在災難、亂世、戰爭中，我們看見死人無數，生命看似賤如草芥。我們仍須堅信，神沒有把我們看作草芥。我們也不要視人命如草芥。人生雖然如草，我們卻不是草。我們是主用寶血重價買來的（參林前6:20）。

—馮文莊

2月27日

## 知道與不知道

司提反被聖靈充滿，定睛望天，看見神的榮耀，又看見耶穌站在神的右邊。（徒7:55）

我們不明白，為甚麼像司提反那樣「有好名聲、被聖靈充滿、智慧充足」，「大有信心」，博古通今，如此有才華的人，並且不久前才被眾人選立作執事，竟然如此短命。神為甚麼不保護他？

我們也不明白，約翰的哥哥雅各為何如此早逝（參12:2）。他是最接近耶穌的三個門徒之一。還年輕，才神學畢業。主耶穌離去，教會需要人。12個門徒，猶大背叛主，已少去一個。餘下的每一個，神豈不更當珍貴嗎？

是的，我們不明白神。常覺得神理當如此這般，否則就是做錯，叫人生氣、失望、不服，甚至不信。

我們把角色弄錯了，以為可以指教神。可是世事如此複雜，世界如此千瘡百孔，我們又如此渺小，能了解多少？我們連下一秒要發生甚麼事也不知道。

但是我們知道神「看聖民之死極為寶貴」（詩116:15）。我們知道司提反殉道前，看見耶穌站在神的右邊，等候迎接祂忠心的僕人。

—馮文莊

我們在天上的父：願人都尊祢的名為聖。願祢的國降臨；願祢的旨意行在地上，如同行在天上。(太6:9-10)

大家都看到社會混亂，有某些地方，某個時候，陷進無政府狀態，人民性命財產都得不著保障。

其實這種違反法紀的火焰，早在1960年代，就在嬉皮士中間燃點，並且得著政府和社會默許。更準確地說，是無法撲滅，無奈與之共存。於是，星火燎原，幾十年後，已不再是當年的反社會、反權威、反傳統、反真理、反道德，而是演變成今天的反上帝、反基督、反天命、反事實、反性別、反秩序、反法律。

主耶穌教門徒的禱告，是醫治重病社會的良藥。強權法治只能治標，不能治本。根治的良藥，在於：

1. 人人尊神的名為聖：都敬畏神。不是天不怕地不怕。更不是妄自尊大，以己為神。
2. 諸神的國降臨：諸神執掌王權，我們臣服在祂的王權和國法下，不反權威。
3. 諸神的旨意行在地上：如今社會的病源於人人自以為是，各行其是。我們必須放下己見，遵行神的旨意，社會和國家才得醫治，才得安寧！

—馮文莊



# 我們何必 憂慮？

錢志群

不管是哪國哪代人，不管是非基督徒還是基督徒，不管是窮人還是富人，人都很善於憂慮。我們信主前以為信了主就沒憂慮了，其實不是那麼簡單。馬太福音第五至七章講的山上教訓中，主耶穌勸慰人們：「不要為生命憂慮吃甚麼，喝甚麼；為身體憂慮穿甚麼。生命不勝於飲食嗎？身體不勝於衣裳嗎？」（太6:25）如何減少憂慮，放下憂慮，需要我們在主耶穌的勸慰中好好靈修學習。

## 一、不要在不重要的事上憂慮——「生命不勝於飲食嗎？身體不勝於衣裳嗎？」

主耶穌把生命與生活作了比較。生命是涉及靈魂需要和歸宿的範疇；生活涉及的是身體需要的範疇，包括吃喝穿住與享受。

生命與生活哪個更重要？用古人的話說：「皮之不存，毛將焉附？」（《左傳》）用聖經的話說：「人活著，不是單靠食物，乃是靠神口裡所出的一切話。」（太4:4；參申8:3）

「人若賺得全世界，賠上自己的生命，有甚麼益處呢？人還能拿甚麼換生命呢？」（太 16:26）我認識一位美國市長夫人。她是個護士，特別喜歡鞋子，家裡衣櫥裡排滿她的鞋子，各種牌子的。但沒想到，她後來得了一種叫野獸病（BEAST MS）。她的視力突然變得很模糊了，四肢變得非常軟弱麻木，一走路就摔跤，腿上要穿戴特別的環狀物和特製的鞋子。她不得不放棄了護士工作，那麼多鞋子也都躺在衣櫥裡。但感恩的是，她是一位基督徒，她深信有一天在天堂裡，神會擦乾她的眼淚，將一切都更新，她會有一個不病不老不死的身體。

我們常常把生活看得比生命還重要，把解決吃喝問題總是看得比永生還重要，總是看得比親近神還重要。我們從小就在思考生命的意義，最後把生活的意義都當成生命的意義了，求官，求財，求名。主耶穌對我們說，世上的井水喝了又渴，渴了又喝。只有生命的活水，喝了就永遠不渴（參約 4:1-42）。很多功成名就的人，最後還是覺得空虛，甚至憂慮到憂鬱，自殺者不乏其例。

既然生命比生活更重要，我們需要憂慮的就不是生活，而應該是生命上的事。保羅提到兩種憂愁（參林後 7:8-11），一種是基督徒不該有的，稱為「世俗的憂愁」，另一種是基督徒應該有的，稱為「依著神的意思憂愁」，為罪為義為審判，自己責備自己。世俗的憂愁會使人產生悲觀、灰心、絕望、自暴自棄。而依著神的意思憂愁會使人產生殷勤、想念、熱心、自責。大衛在詩篇第五十一篇 17 節裡禱告說：「神所要的祭就是憂傷的靈；神啊，憂傷痛悔的心，祢必不輕看。」主耶穌登山論八福時，其中「哀慟的人有福了！因為他們必得安慰。」哀慟就是悲傷、憂愁的意思，就是依著神的意思憂愁。

所以，人生一定要分清輕重，把心思放在最重要的事上。聖經教導我們「你要囑咐那些今世富足的人，不要自高，也不要倚靠無定的錢財；只要倚靠那厚賜百物給我們享受的神。」（提前 6:17）「為自己積成美好的根基，預備將來，叫他們持定那真正的生命。」（提前 6:19）

## 二、不要在辦不到的事上憂慮——「你們不比飛鳥貴重得多嗎？你們哪一個能用思慮使壽數多加一刻呢？」

說生命比生活重要，不是說生活不重要。人的吃喝是需要辛苦勞動去掙。這個難處從亞當和夏娃犯罪時就開始了。人必終身勞苦，必汗流滿面才得糊口，直到歸了土。獲得吃喝是一件重要的事，也是艱難的事。

但我們還是不用擔心，因為神創造萬有和我們，祂不是不管我們，而是供應我們，祂是叫「萬物生活的神」(提前 6:13)。主耶穌對門徒們說：「你們看那天上的飛鳥，也不種，也不收，也不積蓄在倉裡，你們的天父尚且養活牠。你們不比飛鳥貴重得多嗎？你們哪一個能用思慮使壽數多加一刻呢（或譯：使身量多加一肘呢）？何必為衣裳憂慮呢？你想野地裡的百合花怎麼長起來；它也不勞苦，也不紡線。然而我告訴你們，就是所羅門極榮華的時候，他所穿戴的，還不如這花一朵呢！你們這小信的人哪！野地裡的草今天還在，明天就丟在爐裡，神還給它這樣的妝飾，何況你

們呢！」（太 6:26-30）我們家後院有一個藍鳥的窩，雪天牠也活得好好的，還「生兒育女」。現代的印染技術比所羅門王時代不知先進多少倍，人穿得再美，到植物園瀏覽時，讚賞的還是那些色彩和形態各異的花朵。

鳥與花在神眼裡，能和人比嗎？神明確說我們比飛鳥貴重。神造萬物無數，但哪樣有神的形像在裡面？只有人是按神的形像造的。雖然動物也是土造的，但卻不是有靈的活物。神有大能大愛供應我們，祂不光用特別的神蹟來解決特殊時候人們的生活需要，祂曾經40年如一日降嗎哪給出埃及走曠野的二百萬左右的以色列民吃，祂曾讓五餅二魚餵飽成千上萬的聽道者，祂更是提供我們日用的陽光雨水及糧食果蔬的自然生長規律。

但是我們常缺乏信心，總是憂慮吃喝世事，總是習慣於對不重要的事無限上綱，假設太多，用放大鏡把困難放大，滿腦子只剩下「如果這樣，怎麼辦？」的焦慮心態：如果我失業怎麼辦？如果我出車禍怎麼辦？如果趕不上班機怎麼辦？如果我的胃痛是癌症怎麼辦？甚至

杞人憂天，天塌下來怎麼辦？終於如願移民到美國卻不知道住哪裡是好，住西部怕地震，住南部怕颶風，住北部怕黃石公園火山爆發，住東部怕暴風雪，住中部怕龍捲風。

有一個寓言，描述有位財主酒後突然哭了，太太問他：「日子過得好好的，為甚麼突然哭起來？」財主答道：「我剛才算了一下，我們的錢只能用到第三代子孫，第四代就沒得吃了，我怎能不哭呢？」

人之所以容易憂慮，有兩個原因：一是人有想像力；二是明日不確定。「因為一日要生何事，你尚且不能知道。」（箴 27:1）「其實明天如何，你們還不知道。你們的生命是甚麼呢？你們原來是一片雲霧，出現少時就不見了。」（雅 4:14）在能力達不到的地方，人的想像力能達到，於是就胡思亂想，作許多憑空負面的假設。

憂慮有甚麼好處呢？得不償失。主耶穌說：「你們哪一個能用思慮使壽數多加一刻呢？」（太 6:27）憂慮的後果，一是影響壽命。憂慮是對人體健康的慢性消耗，常把自己搞得焦頭爛額，夜不能寐，精疲力竭。現代醫學證明，憂慮與心臟

病、高血壓、潰瘍，甲狀腺機能紊亂、偏頭痛、胃腸道功能紊亂等密切相關。據統計，美國有2,500萬因為壓力和焦慮而導致的高血壓病人，而且每年新增八百萬人；有一億多人需要長期服用與壓力相關的抗焦慮藥物。可見憂慮以及它所導致的一系列精神、心理和身體的機能障礙已經成為一個很大的醫學和社會問題。所以詩人呼救：「耶和華啊，求你憐恤我，因為我在急難之中；我的眼睛因憂愁而乾癟，連我的身心也不安舒。」（詩 31:9）智慧人勸誡：「人心憂慮，屈而不伸。」（箴 12:25）「心裡憂愁，靈被損傷。」（箴 15:13）意思是憂慮帶來意志消沉。二是影響生命。憂慮是神不喜歡的，某種意義上說，憂慮是對神的不信任。路加福音中，一個財主因田產豐盛無倉可儲而愁，神對財主說：「今夜必要你的靈魂。」（路 12:20）

### **三、不要在有依靠的事上憂慮——「你們要先求他的國和他的義，這些東西都要加給你們了。」**

聖經上說：「應當仰望神，因

祂笑臉幫助我。」(詩42:5)「所以，不要憂慮說，吃甚麼？喝甚麼？穿甚麼？這都是外邦人所求的。你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。你們要先求祂的國和祂的義，這些東西都要加給你們了。所以，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。」(太6:31-34)

## 1、增長信心

既然神能幫助解決問題，我們抓住神就行了，先求祂的國和義。一位有錢人到孤兒院看望孤兒們，帶去許多吃的穿的和玩的，孩子們都特別高興，但有一個女孩子不言不語不高興，有錢人問她要甚麼，她說：「我甚麼都不要，只要你願意當我的爸爸。」多聰明的孩子，如果成了富翁的女兒，又何愁吃喝？我們為甚麼沒有信心真心依靠那位造天造地，托住萬有、死裡復活的

那一位？「你們要嘗嘗主恩的滋味，便知道祂是美善；投靠祂的人有福了！耶和華的聖民哪，你們當敬畏祂，因敬畏祂的一無所缺。少壯獅子還缺食忍餓，但尋求耶和華的甚麼好處都不缺。」(詩34:8-10)

有一首詩歌《我不知明天的道路》中唱道：「有許多未來的事情，我現在不能識透，但我知道著明天，我也知誰牽我手。」所以，「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜、出人意外的平安必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。」(腓4:6-7)「你們要將一切的憂慮卸給神，因為祂顧念你們。」(彼前5:7)「因為我的轭是容易的，我的擔子是輕省的。」(太11:30)我們若與主同負一轭，主就自己承當了轭的重負，並且祂還要賜給我們夠用的恩典，不叫我們覺得負主轭是艱難的。

## 2、減少貪心

「只要有衣有食，就當知足。」(提前6:8)用保羅的原話就是：「敬虔加上知足的心便是大利了。」(提前6:6)這是一道特別智慧的人生加法：敬虔 + 知足 = 大利。如果神供應了，你還嫌少，一個勁自己去抓。貪心會將人的心刺透。

## 3、活好今天

活好今天更要有健康的生活方式。不要去培育擔憂這種情緒，要把注意力轉移到健康的事上，除了敬拜、讀經和禱告，還要交友傳福音、鍛煉多流汗。

當然，活好今天不等於不考慮明天。不憂慮，不是不考慮。「你們哪一個要蓋一座樓，不先坐下算計花費，能蓋成不能呢？恐怕安了地基，不能成功，看見的人都笑話他，說：『這個人開了工，卻不能完工。』或是一個王出去和別的王打仗，豈

不先坐下酌量，能用一萬兵去敵那領二萬兵來攻打他的嗎？若是不能，就趁敵人還遠的時候，派使者去求和息的條款。」(路14:28-32)

活好今天，就是對明天的最好準備。多年前美國有一位醫學生，常被一生到底要做甚麼、去哪裡行醫、如何建立將來的事業等等事所困擾。有一天他唸了托馬斯·卡萊爾(Thomas Carlyle 1795-1881，蘇格蘭哲學家，大作家)所寫的：「Our main business is not to see what lies clearly at a distance, but to do what lies clearly at hand.」(我們最重要的不是去看清那些擺在遙遠而矇矓的一些事，而是去做那些很清楚擺在手邊的事。)茅塞頓開，從此著眼眼前，做好手邊的事。這位醫生後來就是創立約翰·霍普金斯(Johns Hopkins)醫學院的奧斯勒(William Osler)博士。



# 不能忽視 教會裡的憂鬱者

莫世淳

## 基督徒中的憂鬱現象

信了主，是不是就不會憂鬱？不是，教會中也有一部分人程度不等地存在憂鬱症情況。不光是會友，甚至是教牧和同工。我自己也曾患過嚴重的憂鬱症，接受過幾年的輔導與藥物治療。

嚴重的精神病包括憂鬱症、躁鬱症，甚至精神分裂症。這三種病症最容易導致自殺。根據美國疾病

防控中心 (USCDC) 的調查顯示，在過去20年左右，美國人的自殺率上升了25%；躁鬱症、憂鬱症、創傷後壓力症 (PTSD)、精神分裂症，或有其他精神病的人群中，約有10% 的自殺危險。

教會中自殺的個案也時有發生，甚至這種不幸也會發生在牧者身上。2019年9月初，Jarrid Wilson 是加州一家大教會的副牧師，只有

30歲。他開始了一個名為「希望之歌」的事工，旨在幫助有憂鬱症和有自殺念頭的人。沒想到他自己在主持一個因自殺而死的會友喪禮後的當天，留下妻子和兩個年幼的孩子，結束了自己的生命。

不要忘記「精神病」的「病」字很重要。就像其他疾病一樣，他們需要治療。但是2013年Lifeway研究中心調查發現，差不多半數的福音派信徒認為這些嚴重的精神疾病是「個性的缺陷」，而不是一個需要治療的病症。當然我們在不能忽視正確用藥的同時，還是需要藉著禱告，求聖靈幫助我們用聖經中的話語及其應用道理來開導他們。很多時候人心裡的某個疙瘩還是能藉著聖靈的做工解開的。

### 一位牧者的很好建議

Dr. Roger Barrier 是亞利桑那州一位資深的退休牧師，他非常關注基督徒的憂鬱現象，特別是對憂鬱中有自殺傾向的人有很多好的建議，現節錄若干如下：

#### 1、不要在主給你定的在世日子未滿之前，先行去主面前報到

你可以想像主會這樣問你：「某

某人，你來幹甚麼？我給你在地上尚有20年的時間去完成我給你的託付。」我們不能隨意放棄在世上的職責。

### 2、憂鬱時很容易作錯誤的決定

灰色的眼鏡使人看甚麼都是黑暗的。自殺的念頭會擾亂你的生活，把最壞的打算看成是最好的決定。其實神在你身邊放了一副玫瑰色的悅人眼鏡，你戴上它就可以換個色調和思考角度，就會看到生活中很多正面的價值。

### 3、聖經，神愛我們，祂為我們的生命安排了奇妙的計劃

詩篇第一三九篇16節說：「我未成形的體質，祢的眼早已看見了；祢所定的日子，我尚未度一日，



作者

祢都寫在祢的冊上了。」我們一生的年日主早已知道，有時我們會走離正路，迷失了。但主會幫助我們歸回正路。神的計劃比我們自己的計劃好多了。神應許我們，祂會幫助我們渡過難關。

#### 4、不管你的生命多陰沉，沒有一處你能躲離神

詩篇第一三九篇7到10節中，大衛很清楚神知道我們的何在何從，他說：「我往哪裡去躲避祢的靈？我往哪裡逃、躲避祢的面？我若升到天上，祢在那裡；我若在陰間下榻，祢也在那裡。我若展開清晨的翅膀，飛到海極居住，就是在那裡，祢的手必引導我；祢的右手也必扶持我。」多好的安慰語！聖經說，主把我們放在祂的右手中。又說，主像母鷄把小雞蓋在牠的翅

膀下。主要遮蓋你，保護你。讓我們安息在祂的手中吧！

#### 5、主說我們極為寶貴

馬太福音第十九章14節，耶穌說：「讓小孩子到我這裡來，不要禁止他們；因為在天國的，正是這樣的人。」試試想像你就像一個小孩子依偎在主懷抱裡，受祂的寵愛。

#### 6、放眼四望，你會發現有人願意在你受痛傷的時候安慰你

神總會安排人包括教會的好友和身邊的家人，在你最軟弱的時候扶持你，花時間陪你禱告和鼓勵你。教會就是最好的地方，你去找同情、了解和安慰你的人。

#### 7、禱告能改變現況

馬太福音第七章7節，耶穌說：「你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。」現在就到主面前求解脫和慰藉吧，禱告有時不會立即見效，但相信祂會聽你的禱告，會拯救你。

#### 8、聖經從沒有說神應許解決我們所有的難處

使徒保羅寫了13封聖經書信。



作者（左二）與團契小組成員

他知道受苦的滋味。他在服事主的路上，被鞭打五次，被棍打三次，被石頭打傷和等待死亡來臨，又至少坐牢四年。但藉著主的力量他勝過這一切。哥林多後書第十二章9節中主對他說：「我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。」所以，保羅更喜歡誇自己的軟弱，因為基督的能力覆庇他。同樣地，主會對你說：若我能幫助保羅克服所有的困難，我一樣會幫助你。保羅在腓立比書第四章13節告訴我們他重新站起來的秘訣：「我靠著那加給我力量的，凡事都能做。」主知道你在困境中，但你要學會向主支取生活的力量。

## 9、至終的目標是使你往好的方面想，使你能享受生命、工作和人際關係

憂鬱的經歷也是價值。憂鬱曾使我對自己感到失望，毫無價值，但當我發覺我的經歷能幫助別人重新站起時，我便先振作起來了。原來神能使「萬事（好事和壞事）都互相效力，叫愛神的人得益處。」（羅8:28）難怪保羅在腓立比書第二章4節勸勉腓立比的信徒說：「各人不要單顧自己的事，也要顧別人的

事。」助人就是自助！

憂鬱症可以成為一個人生命成長的轉捩點，使人了解到別人的痛苦而能感同身受地用神的愛和憐憫的心去安慰別人。這樣，憂鬱的經歷反使你的信心增加和更懂得幫助憂鬱症的患者。保羅在哥林多後書第一章3到5節說：「願頌讚歸與我們的主耶穌基督的父神，就是發慈悲的父，賜各樣安慰的神。我們在一切患難中，祂就安慰我們，叫我們能用神所賜的安慰去安慰那遭各樣患難的人。我們既多受基督的苦楚，就靠基督多得安慰。」他的意思是神在我們的患難中安慰了我們，就是要我們存感恩的心去安慰那些遭各樣患難的人。所以憂鬱的痛苦可以成為我們屬靈生命成長的途徑。所以我很同意保羅以上所說的話，我最樂意輔導憂鬱症的病人。

真的，幫助別人可以使自己忘記自己的煩惱，改變以自我為中心的人生觀，不再自怨自艾，而以助人為樂，效法主的榜樣。主耶穌說：「人子來，不是要受人的服事，乃是要服事人。」（太20:28）跟隨主的腳蹤去幫助服事別人，能如此行，生活便變得越來越充實，越來越有意義了。**傳**



# 精神病患與家庭治療

張陳縵莊

## 進修的良機

華人的「飲湯文化」源遠流長，總愛建議別人吃些甚麼補品、打太極、拔罐、刮痧和針灸等，全都關乎身體方面。但不少家庭對精神方面的保健沒有良好的觀念，不去正視精神病的成因和醫治療程，尤其是一般亞洲人。

28歲那年，神帶領我丈夫和我從西雅圖移居聖地牙哥，賜我機會入伯特利神學院聖地牙哥分校修讀「婚姻與家庭治療」(Marriage & Family Therapy)。課程將心理學與神學結合在一起。

我的教授都是執業的治療師，經驗豐富，有機會跟隨他們學習，實在使我獲益良多！透過這課程，我學到如何把真理帶入心理和精神方面的治療。實習的五年，我都是在摸索，從中真可以找出路徑看到病人的問題和需要，進而幫助他們、陪伴他們走一段路，使他們的問題和需要得以抒解。

## 代溝的問題

我處理很多個案，通常不會只見病者，而是會盡量接見所有相關家人，問清楚他們平日的生活情況。

得到資料後，再仔細分析並作評估，然後「對症下藥」做心理教育。

精神方面有問題，不止由於遺傳，也可能因上、下兩代有代溝而產生。生活在外國的華人，很多家庭父母一代在其他地方出生、長大，後來才移居外國，很多人都會有「文化恐懼」(culture fear)，往往把他們原居地的文化和習慣帶了過來；而他們在外國生育的兒女，一出生就在外國文化的熏陶下成長，跟外國人沒有甚麼分別。孩子們華語能力不會太高，甚至完全不懂。言語的障礙，加之文化和生活習慣又不同，兩代無法或很難溝通，很自然會產生不少問題，甚至引起或加重有些孩子的精神健康，包括抑鬱或焦慮分裂等症狀。

## 父母的盲目

不少華人父母很忌諱說自己的孩子有精神問題，即便患病也不會「家醜外揚」，只會把兒子藏在家裡。亞洲人如果家裡有個精神病患者，一定會對他的起居飲食照顧周到，而不去正視病者的問題，更不會積極處理。有些精神分裂者嚴重到一個地步，會控制全家，甚麼事都要順著他；而家人又不切切實實

去了解、研究原因，弄清楚他到底是甚麼一回事。如果其他人建議家人帶他去見精神專科醫生，家人就會很憤怒，覺得自己的孩子或親人怎會有精神問題。我實在見到不少類似的情況，家人因此容易錯過孩子治療的最佳時機。通常男孩子患精神分裂症，大致會在15至18歲開始發病。如果不正視他們的情況，到了20幾歲時，父母就很不容易應付，就會去求神拜佛，或者會替兒子回自己成長的家鄉娶個媳婦，希望他成家立室之後會有所改變。其實，以上的做法對精神病患者毫無幫助！

## 家庭的治療

當一個家庭有精神問題的成員，一定要盡快找專業人員幫助。當然找到好的專業人員也不易，但切莫找一些唯利是圖的，否則一直



作者（正面）進行個人輔導

耽延下去，久久不能解決問題。處理的程序應該先見家庭醫生，由他轉介去見腦科醫生或精神科醫生；如非單靠藥物可醫治，心結始終不得抒解，則需轉介見心理醫生或專業輔導員。越早正視，問題就可能越早得以拆解。我建議最理想是找個既有扎實真理根基，又有治療專業訓練的治療師，他的評估才會正確和全面，病者才會得到有效的治療。

醫治中，一定要評估病者整個家庭系統 (Family System)。一個家庭若有精神病患者，或心理很困擾的人，治療師應該盡快透過接見、傾談，甚至接見其家人，將所得的情況聯繫起來，綜合分析。每個個案都很不一樣，是基於不同因素令一個人陷入抑鬱或困擾中。感謝神，我可以在診所接見病人的整

個家庭，甚至單獨見每個家人。雖然診所沒有家訪的環節，但若有嚴重的情況，如病者說話不那麼清楚，或問不出一個所以然，或有些秘密不便告訴病者，我會因應需要作家訪。

接著是「家庭心理教育」，就是幫助病者的家人知道在家裡怎樣與病人相處，使其患病癥狀減少、發病機率減低，令家人不會太心煩氣躁。對待病人，即使是精神分裂的病人，家人要有多一點理性去分析，看清楚病者的處境。當家人有了知識，掌握了一些幫助病者的方法後，就可以用比較正確的態度面對病者，而且也比較容易控制自己的情緒；這樣，病者也比較容易學習如何控制自己的情緒。藉著一些專業人士如心理醫生和精神科醫生給與病者輔導和處方藥物，並與治療師、社工或學校輔導員等合作，令患者在眾多支援下，勇敢地正視並處理那些負面情緒，使精神和心理日漸健康起來。

當然，有幾種病實在需要藥物去調節，例如：精神分裂、兩極抑鬱等，不用藥物幫助，單靠傾談 (Talk Therapy) 不大奏效。奈何很多家人對藥物治療有不少錯誤想



作者（中）全家福

法，例如：食藥會上癮、藥物會致肥。我要設法幫助他們排除類似的錯誤思想。

## 禱告的意義

須知道身、心、靈三者息息相關，靈會影響心，心會影響行。人有病，不單在於身，心和靈都很需要關注。以下是一個我做了大約三個月的個案：

有位50幾歲的菲律賓女士，自殺被送醫院，之後院方轉介她來見我。多年來，她曾多次企圖自殺，跟她一起住的女兒受過高等教育，曾帶她去見一些輔導員，但都沒有見效。

那女士第一次來我診所，言談舉止很斯文，但臉上仿似被烏雲籠罩著，一看就是個很不開心的人。第一、二次見面時，我祈求聖靈與我同在，帶領我用一些合宜的問題引導她。她似乎都很坦白地告訴我一些事情，可是沒有揭露她最關鍵的經歷。

她說自己是個天主教徒，但沒有每星期去聖堂望彌撒，只是偶爾去，因她不知怎樣面對神。她不是不想認識神，也不是不想與神有良好的關係；只是總覺得她與神之間

有厚牆阻隔著，關係不那麼密切。

聖靈感動我問她想不想主耶穌進入我們的環節。她說自己認識耶穌基督。我問她：「如果今天耶穌在我們中間，祂會與妳講些甚麼呢？」她開始哭，哭了很久。我讓她盡量地哭，一直在心中為她懇切禱告。

## 卸去的重擔

感謝神！讓我感受到她對我的信任，願意慢慢將內心深藏20多年的不幸經歷訴說出來。她說，年幼在菲律賓長大，十幾歲時被一個很親的叔叔強姦了。這件事之後就覺得自己是全世界最污穢的人，沒有甚麼人或事可以幫到她，被逼墮到一個險峻的深淵。她想，這件事的發生是否由於自己所穿的衣服？抑或是由於她這個人？她完全歸咎自己，指責自己，覺得自己骯髒之至！這個重擔一直壓在她心頭廿多年，於是變得抑鬱，後來變成焦慮分裂，繼而出現幻聽幻覺，聽到有聲音叫她乾脆死掉，留在世上根本沒有價值！她的身、心、靈完全崩潰！這情況直接影響其家人！

她是個好母親，對兩個女兒呵護備至！因自己過去有那可怕的經歷，很擔心女兒們會有同樣的遭

遇，所以在帶大她們的過程中格外留神，過分保護，每十分鐘就要測看兩個女兒是否安全，這樣，令女兒們也有焦慮，沒法放下媽媽！

我聽了她的經歷，懇切祈禱求神賜給我智慧，幫助她走出那暗影。那段日子，我除了安排不少時間單獨見那位女士，還加上一些時間單獨見其女兒，甚至女婿和其他家人，盡量全家人都接見。須知道家庭是一個整體、一個系統，家人之間彼此牽繫；況且，我深知道神醫治人是全面性的！

感謝神，祂賜我一些感動向她分享，她變得開心，後來竟然說：「我的經歷可以成為其他人的祝福。」如果我在治療她的過程中，沒有把她帶到主耶穌的面前，深信她不會把那難堪的經歷告訴我。很感恩！她有天主教的背景，知道耶穌基督是誰，這使她在兩個月內就有那麼大的改變！現在，那女士可以自己祈禱，向神傾心吐意。她廿多年來的心結得以抒解，不再憂鬱傷痛，不再有幻聽、幻覺了，後來更不用服藥了，家庭也得以重整！

(余黃國凱採訪、整理)



## 體貼

### 我的退休媽媽聽「故事」

疫情期間，我每天都抽時間跟母親談話。

80 歲的她做醫生已經有 50 多年了，退休後返聘在醫院做專家門診，是為了和人接觸，也可以為人治病幫助人，兩全其美的事情。

今年終於從醫院全退下來，為能接觸人，上個月開始又受聘到大藥店工作。她不拿工資，只拿開藥的一點利潤分成。但是她看病不亂開藥，能不開的就不開，能開便宜的就開便宜的。有單獨來問診的，



# 人心的醫生們

羅妮麗

她就傳福音，已經有三個人信主了，有些人聽到福音也問她要聖經。她一月下來，因開出的藥很少，藥的利潤分成才20多元人民幣，別的醫生得了幾百上千。

媽媽說工資不重要，主要是可以和人接觸，幫人解決身體的疾病和心理的痛苦。

她說，只要有一個人來看病，她都會坐診。每次看病以後再問他們一下，還有其他需要幫忙的嗎。之後，有些病人會講家裡的問題，或是抱怨等，媽媽每逢這時就會找

機會和他們講一講聖經的道理。

最近她和我講了兩個很有意思的故事。

## 故事一：

上個月，一位女士來看病，因為長期睡不著覺，身體不舒服，精神狀態也不太好。

媽媽看完病，對她說，如果她想了解神的話語，下次送她一本聖經。

沒過幾天，這位病人又來了，這次她穿得很漂亮，並且拿了一包

蘋果來看媽媽。媽媽當時心裡想，這看起來哪像甚麼病人，怎麼看都很漂亮，又覺得眼熟。這位女士坐下來以後，看看周圍沒有人，就笑著問媽媽，那個東西給我帶過來了嗎？就是上次說的聖經。

媽媽沒想到她會再次來，於是把早就準備好的聖經送給她，又和她聊了很長時間，生命的意義和福音的基本道理。

她一直在說自己的家事，很糾結，不停地數落兒女的不孝。因為第一次聽完媽媽的話，她思考了很多，尤其遇到難處的時候，都會想到有一個天上的爸爸，也想更多了解神的話語，所以今天有時間過來拿聖經。

臨走時，媽媽從抽屜裡又拿出一本讚美詩送給她。她一看是歌譜，還有歌詞，就很感動，說自己最喜歡唱歌，高高興興地拿著這個禮物走了。

不長時間，這位女士就決志信了主。

## 故事二：

前幾天，一位親戚帶著朋友來媽媽家裡吃飯。

這位朋友是個年輕人，很聰明，在村子裡當幹部，巧的是，他是我妹妹的大學同學。

他年紀輕輕的就病了，肚子痛，訪遍全國名醫，各大醫院跑個遍，都治不了，痛得無法正常休息。這次專程來請我爸爸看病，爸爸也是有50多年醫齡的老大夫。

我媽媽很好奇到底是甚麼怪病呢？

爸爸開了神經官能症的藥來調理他的神經，但是從他的氣色、言談和行為看，覺得他有些憂鬱跟焦慮。

飯後，媽媽把他帶到樓上單獨聊天。他把家裡的一些難處，以及和妻子之間的關係都跟媽媽說了，媽媽就從長者的角度給他做了一些勸導，同時也問他，願不願意做神的兒女，而這個人也高高興興地答應了。

其實，他沒甚麼病，只不過有些憂鬱和焦慮。媽媽特意告訴他，喜樂的心是一個良藥，又和他講了神的話語。他聽到我媽媽講的這些話，眼淚竟然掉下來。

聊完以後，他的精神狀態好了一些，並表示星期天和媽媽一起去

教會。

後來，媽媽和我分享，在她50多年的從醫過程中發現，其實人的很多病都是因為情緒造成的，比如想不開，沒有傾訴對象，心裡就會產生憂鬱、憤怒等，而致病最多的負面情緒就是孤獨。

現在媽媽年紀大了又有時間，所以她在醫院診室裡常常都是聽病人和她說家長裡短、柴米油鹽的事，以及抱怨和煩惱。

舉例說，前天來看病的一個80多歲的老人，房子要拆遷。他有兩個選擇，一是要現金，二是要房。他很糾結，如果要房，自己有地方住，但是他已經80多歲高壽了。如果要現金，有一筆錢，但就得和兒女們在一起住，而且他跟兒媳婦的關係不是很融洽。他很擔心孩子們把錢拿走以後，自己沒房又沒錢，孩子們萬一對他不好，怎麼辦。

媽媽一邊聽他說這些苦楚，一邊為他感到難過，他說了快兩個小時，最後決定要房子。媽媽說，你的孩子們有沒有你滿意的地方呢？他想了想，想到孩子們的一些長處，又想到兒媳婦身體那麼差，還給他生了個孫子。

聽過病人不同的生活故事，媽媽最大的感受就是，人們心中的孤獨需要有人傾聽和幫助。

## 我的家庭醫生開「茶坊」

媽媽很感恩，來美國能認識神，這改變了她的工作態度。原來她覺得工作就是一個應該做的事情，工作就是治病，從來也沒有耐心去聽病人講述生活中的點點滴滴。信主以後，她花了很多時間了解病人們的生活狀況，跟她的朋友傳福音。她說自己所做的一切是從一個美國醫生那裡得到的啟發。

美國醫生是我以前的家庭醫生，全家都是基督徒，他們給病人看完病以後會問一下，身體好了以後，精神狀況怎麼樣？然後就打開話匣傳福音。不少病人，都因為他們的愛心行為和聖經真理而信了主。在他的診所裡，所有的工作人員都成了基督徒。

幾年前，他們家搬到丹佛，在一所大學裡的門診工作，比較難的是不容易接觸到更多的人。但他和太太仍然希望有機會多傳福音，於是想出一個辦法，在家門口走廊上擺放一張藍色的桌子和幾把椅子。

桌子上放一些茶具和小點心，門口還掛了一面旗子，歡迎陌生人們隨時來喝茶聊天。他家裡備有十幾種茶葉和各種各樣的點心。

有一年春假，兒子隨我們市樂隊去丹佛演出。我也去了那裡，並到他家做客。他們對我說，用走廊喝茶的方式，他們很快就認識了很多社區裡的人，和大家建立了良好的個人關係，也有機會帶他們到教會去。

醫生還對我說，多年的從醫經歷中他發現，80% 的病人並不是因為身體上真的有甚麼不得了的病，而是因為心裡孤獨來就醫，尋求他的安撫、傾聽以及親友們對他的問

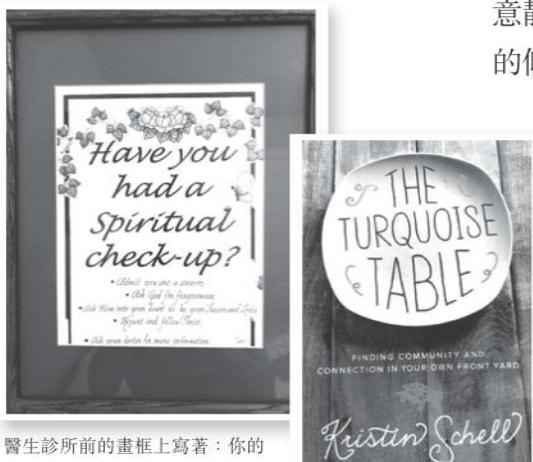
候關心。在美國看病都是一對一，家庭醫生一般會留半個小時給一位病人，有時候會長達一個小時，醫生的溫暖態度多少會緩解他們心靈上的孤獨。所以，他在機會恰當時，也能向人們傳講福音。

## 我們的時代更需要「傾聽者」

從上面兩位中美醫生幾十年的從業經驗中，讓我想到，其實，我們人的生活，都需要一個群體，需要朋友，需要一個傾聽者。人不僅需要吃喝滿足身體的健康，更需要的是關懷，促進心理的健康，尤其是當今快節奏的社會，這種關懷更是重要。

在這個世界上，又有多少人願意靜下來傾聽別人呢？要找一個好的傾聽者，一個好的朋友，是一件

很不容易的事。這讓我想到了一首歌《耶穌恩友》。我們基督徒若要有心傳福音，就得學習傾聽，關心人心。如此就能幫助人認識那位永遠愛我們的恩友主耶穌，就能藉著禱告，凡事都可向祂傾訴。**傳**



醫生診所前的畫框上寫著：你精神檢查了嗎？你是個罪人，求神原諒你。請神進入你的心裡，成為你生命的救主。

醫生家走廊上的茶桌茶具



# 直面自己

武金貞

《梟逢鳩》是一個動物寓言故事，出自西漢劉向《說苑·談叢》。貓頭鷹碰見了斑鳩。

斑鳩問：「你到哪裡去啊？」

貓頭鷹說：「我打算搬到東邊去住。」

斑鳩又問：「為甚麼要搬走呢？」

貓頭鷹說：「西邊的人們都討厭我的叫聲，所以我想搬走。」

斑鳩說：「如果你能改變自己的叫聲，搬走是可以的。不然的話，遷到東邊，那裡的人一樣會不喜歡你的叫聲啊。」

這個寓言故事告訴我們，對自己的缺點和錯誤，不能像貓頭鷹搬家那樣，迴避矛盾，而是要認真解

決。雖然我們因信主成為新人，但仍要承認自己不過是一個被主赦免的罪人，身上仍有罪的習慣，需要靠著主的恩典、聖靈的幫助，勇於直面自己，不斷戰勝老我。願我們能存敬畏的心，謹守彼得所提醒的話：「所以要約束你們的心，謹慎自守，專心盼望耶穌基督顯現的時候所帶來給你們的恩。你們既作順命的兒女，就不要效法從前蒙昧無知的時候，那放縱私慾的樣子。那召你們的既是聖潔，你們在一切所行的事上也要聖潔。」（彼前 1:13-15）

只有不斷捨己，活出愛心來，周邊人才不致討厭你，你反倒會如光如鹽吸引人。**傳**



# 基督徒「死機」， 又如何重啟？

恩雅

電腦死機了怎麼處理？重啟是最常用的辦法。我們的人生會不會進入困惑迷惘，整個人僵持在那裡，不知何去何從，彷彿電腦死機一樣？那麼我們又如何重啟呢？

## 產後抑鬱

在我生完孩子後的兩年內，我一直都有相當嚴重的產後抑鬱。夜裡餵奶後很難入睡，天馬行空地胡思亂想。導致白天沒有精神，勉強自己去讀聖經，但是精神無法

集中，看著字卻不能把句子連在一起，無奈只能讀短小的詩篇。在讀到詩篇第六十三篇5節中「我在床上記念祢，在夜更的時候思想祢」時，那一刻我明白了對付失眠的辦法了。在翻來覆去睡不著的時候，就只想神，不想別的。我試著做了，但發現控制自己單想神，比胡思亂想困難多了。而且想一會，就沒得想了，還睡不著，於是開始為自己已有的讚美神。越讚美越感恩，越感恩心情越舒暢。而且感恩的心

態從夜裡延續到白天，感恩讓我知道常樂，慢慢走出了抑鬱。

## 大衛逃難

我不知道你在甚麼事情、在甚麼時候感到人生「死機」了。聖經中記載的一個人，在一段時間裡，真是不能更加「死機」了。這個人是大衛，撒母耳記下第十五至十六章記載了大衛逃難。他的兒子押沙龍自立為王，造反了，大衛怎麼辦？

他當機立斷，立即帶著臣民逃出耶路撒冷。然後，他分別安排了兩批人回到耶路撒冷潛伏，為他通風報信。

我不知道你在「死機」的時候，會不會承認自己的困境。當我產後抑鬱的時候，好長時間我認識不到自己正在抑鬱，不肯承認自己的脆弱。大衛在聽人說以色列人的心都歸向押沙龍了，他沒有置若罔聞，沒有自負自大去否認事實。而是立即吩咐臣僕，我們要起來逃走，而且是要速速地去。出城的時候，作為國王他並沒有講排場，端架子，要面子。他蒙頭赤腳，一面走一面哭。一個國王，在自己的臣僕面前竟能如此，我們在死機的狀況中，

是否肯像大衛王那樣憂傷痛悔，不掩飾淚水呢？不僅如此，當大衛王面對示每咒罵他，拿石頭砍他，拿土揚他，大衛王的臣僕們都看不下去，為他打抱不平，要殺掉示每的時候，大衛如何應對呢？大衛說：「我親生的兒子尚且尋索我的性命，何況這便雅憫人呢？由他咒罵吧！」（撒下 16:11）大衛願意忍受痛苦，勇於承擔。我不知道當你發現自己「死機」時，作何想法。當我發現自己抑鬱後，我只想逃離，只想盡早回歸正常，一味埋怨孩子夜裡不好好睡，卻不能去忍受痛苦，勇於承擔。這一段聖經記載大衛的反應，讓我看到承認困境包括：逃避危難，憂傷痛悔，忍受痛苦，勇於承擔。

我不知道你在死機的時候，會不會盡自己的努力。我在產後抑鬱的時候，雖然精神不濟，仍然堅持



作者

讀經，神也透過我所讀的經文來幫助我戰勝抑鬱。那麼大衛如何盡自己的努力呢？他積極謀劃，分別派了祭司和謀士回到耶路撒冷。接下來發生的事，讓我們看到這兩撥潛伏的人發揮了巨大的作用。因為祭司報信，他們全部安全撤離。因為謀士的一番言辭，押沙龍沒有連夜追趕大衛，而錯過了唯一的機會。在任何時候，即便死機了，都不要放棄努力，才有重啟的機會。

## 祂是電源

我不知道你在死機的時候，會不會仰望神。我走出產後抑鬱，夜裡不再失眠的辦法就是禱告，在床上記念神，在夜更想念神。大衛聽說押沙龍那邊有一個謀士叫亞希多弗。換了我，我會慌亂，會覺得自己完了。大衛呢，他拿出最有效的武器：禱告。大衛求神使亞希多弗的計謀變為愚拙！然後在後面記載了亞希多弗讓押沙龍與大衛妃嬪親近的愚拙計謀。

大衛不僅在禱告中仰望神。而且他跟祭司的一番話裡也可以看到大衛對神的信心和順服。大衛說：「你將神的約櫃抬回城去。我若在

耶和華眼前蒙恩，祂必使我回來，再見約櫃和祂的居所。倘若祂說：『我不喜悅你』，看哪，我在這裡，願祂憑自己的意旨待我！」（撒下 15:25-26）倉皇出逃的國王，沒有拿自己困境去質疑神，沒有懷疑神的能力。大衛說，若蒙恩，耶和華必使他再回來。你在「死機」的時候，有這樣的信心嗎？若蒙恩，必重啟！大衛說，看哪，我在這裡，願神憑自己的意旨待我。你在「死機」的時候，能如此順服嗎？

「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。」（詩 127:1）讓我們看看大衛逃難這件事的結局。押沙龍，無比俊美，得人稱讚，空有一頭美麗的頭髮，最終頭髮被樹枝繞住，懸掛起來，因而被殺。這明顯是神的作為，並不是靠大衛手下戰士們的奮勇。在我們死機的時候，還看不到結局，但是在一些過往的經歷中，我們可以經歷神的信實，經歷祂的大能。祂是我們的電源，讓我們一起承認困境，盡自己的努力，仰望神，按下重啟鍵，靜候神重啟我們，由內而外地更新我們。**傳**



# 跨文化宣教之迷思

子恩

作為一個跨文化的福音工人，面對文化差異的衝擊是不可避免的。過去幾年的服事給了我很多體會，在這裡分享一些自己特別的感受和心得。

一般而言，文化衝擊大致可以分為四個階段：

第一個階段是遊客階段，也可以稱為蜜月期。面對新的文化和環境都有很大的新鮮感，覺得甚麼都很好。這個階段大概歷時三個星期到半年不等。

第二個階段是敵視、幻想破滅階段。蜜月期過後，漸漸發現新文

化中越來越多問題，開始看到甚麼都不順眼、不舒服，產生很多負面情緒。懷念自己原來的文化，甚至有想回家的念頭。這個階段一般持續半年到一年左右。

第三個階段是決心解決問題階段。從低谷中開始往上爬，重新開始笑了，開始有幽默感，是開始適應的標誌。

第四個階段是適應階段。一般而言，文化差別帶來的壓力要到第十年才會消失，這不是一件能一蹴而就的事情，是需要相當漫長的時間才能達到。若能真正適應並渡過

這個階段，就是成功轉化成一個雙文化人，能在兩種文化中都感到非常舒服、自在，並且能夠在兩種文化之間自由地切換。

## 遊客階段

說起來很慚愧，開始的時候，我是有點抱著一種「我是來解決問題」的心態。以為能找到文化裡面阻礙福音擴展的部分，並對症下藥。雖然積極地學習當地的語言，觀察他們的文化和整個社會的生活形態，但我沒有真正謙卑地向他們學習，並認同他們。

由於我是一個目標性很強的人，語言學習能力又高。心想能夠盡快用當地人的母語來溝通，會讓我更快地與當地人建立關係；對方也會從我努力學習的態度，感受到我是真的願意來認識了解他們和他們的文化。但我只把語言學習當成一件首要達成的任務，忽略了他們的文化是比較享受建立人與人之間的關係，多於注重因努力而達成目標的成果。我也不太能接受當地人緩慢的生活節奏，以致幾位語言老師感覺到給我上課時比較有壓力。現在回想起來，我真的錯過了能

藉著學習的機會與他們建立良好的關係。

## 幻想破滅階段

我服事的地方，除了節奏慢、時間觀念淡漠、委身度低之外，讓我最受不了的是他們的階級觀念非常嚴謹。這個跟我認為「人是平等自由」的觀念是南轅北轍。其次，他們可能會因為一些小事就不高興，而且翻臉的時候就直接給臉色，這又跟我自身「喜怒不形於色」的文化很不一樣。因此，當我與人相處時要小心翼翼，察言觀色，怕一不小心就得罪了他們，有種如履薄冰的感覺。

有段時間我感覺到自己好像穿越回到幾百年前的古代生活，心裡實在有抵觸，情緒變得負面起來。那些影響我情緒的因素包括：我是否被當地人接納、是否能與他們溝通得好、自己情感的安全度，以及屬靈資源的多寡。當我感覺到被當地人接納和與他們的溝通順暢時，我就會更有安全和歸屬感，加上有屬靈上的支持，情緒壓力就會減少。相反，壓力便會增加。我曾經歷過挫敗和沮喪的階段，幻想破

滅，也懷疑自己的決定。但我當時並沒有意識到，這都是因文化衝突所引發的負面情緒。

## 決心解決問題階段

當意識到那些只是文化的差異，並重新調整視角，從他們的文化當中發掘優良的部分，便能平復內心的衝突，不致被負面情緒困擾。若沒有及時去處理這些負面情緒的話，便會容易產生偏見，形成對異文化的一種固有印象。這樣我們和當地人之間便會形成一道心理上的阻隔，也為我們逃避去融入他們找到了藉口。

我曾一度努力嘗試越過這道文化的鴻溝，想要成為像當地人一樣。無論是在語言、行為，和想法上都盡量與他們靠近。但發現無論我怎樣努力，始終不是當地人；儘管我可以理解他們的感受，但始終不能自然而然地跟他們對一件事情產生一樣的文化心理反應。有時候我甚至分辨不出我對某件事情的感受和反應是基於我是屬哪一種文化背景？著實困惑了一段時間。我也嘗試去解構自己身上不同文化的因素，但卻不清晰這個問題的出路

到底在哪兒？我便一直徘徊於幻想破滅和決心解決問題的階段，直到我接觸到「宣教文化人類學」的學習後，這個問題才迎刃而解。

## 適應階段

文化和世界觀是我們從小習得的，在學習母語的時候就潛移默化了。雖然我們不可能完全摒棄原有的文化，也不可能完全變成另一個文化裡的人。但每當接觸並融入一種新的文化時，就會被改變成為一個能承載多元文化的人。那麼，當我努力尋求與當地人認同的同時，也不否定原生文化，在兩種文化中能自處，便不再需要去糾結我的文化身份，我想這就是個最好的答案。

如果我們懂得怎樣去跨越文化衝擊的低谷，接下來就是要找到適合當地文化的福音傳遞方法。首先，頭腦上要有一個認知，就是文化是有差異，但沒有優劣之分。進入到一個新的文化，最好的方式就是以一個學習者的心態，謙卑地去向當地人學習，了解認識他們的生活方式，文化習俗，理解他們為什麼會這樣做。而不是把自己當成一個老師，一個能夠教導他們聖經，

拯救他們的人。

由於很多未得地區的人群普遍存在著民間信仰，關心的事情有別於我要傳講的福音。因他們沒有永生的概念，只活在當下。日常生活例如健康、工作、飲食等是他們所關注的問題。他們不覺得需要專職的宗教人員協助，因為自小就從家中的祖母和母親那裡習傳下來。雖然沒有接受專門的信仰培訓，也沒有從書本和文獻中學習，但他們卻被民間信仰控制得很厲害，例如他們院子裡的神龕，和各類家傳戶曉的鬼片和異術。當我理解到那些是他們的文化，便不會對他們的行為和喜好帶有偏見，才會更進一步去了解他們，並發現其實他們都很懼怕這些東西。這樣我可以理解他們畏懼神靈的心，與我們敬畏上帝的心有著異曲同工之妙，然後利用這個連接點去切入福音，可能會更有果效。

## 結語

其實在每一個文化裡面，都留下了神自己的啟示和線索，我們不難發現當地人已經有一些關於「神」的認識。這意味著在任何一個文化

裡都存在著福音的某個切入點，而這個點正是能契合他們的文化心理。我們的任務就是要找到這個合適的切入點。就像保羅在雅典時對人宣講一樣，他們有一位「未識之神」，雖不認識，但知道祂的存在。在中國的傳統文化裡，也有對神的一種認識，敬稱為「天」。並且有大量的俗語和成語跟這個「天」是有關的。這意味著我們所信仰的，和所傳講的並不是一位遙遠陌生的神，而是讓人能夠在自己原有的文化當中，發現那位早已經存在，並愛著他們的神。

現在重新反思的時候，我盼望福音能融入各民族的文化中而傳開，使萬族能夠在自己的文化中跟隨耶穌，而不是把傳道者的文化，連同福音一起強加給當地人。相信在聖靈的帶領下，信徒會自己去完成屬於他們和主耶穌的福音。我所要做的就是更多地信靠聖靈，信靠祂的工作，盼望福音會藉著信徒穿上他們文化的外衣，完成本土化的進程。**傳**

歡迎瀏覽本會網站

[www.ccmcana.org](http://www.ccmcana.org)

有意參與差傳事工的肢體請與本會聯絡





# 傳 讀者回應表

姓名（中文）：\_\_\_\_\_（英文）：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

郵號：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 傳真或電郵：\_\_\_\_\_

## I. 本期讀後感或心聲分享（1-2/2021）

---

---

- 我願意追求生命的成長。
- 我在神面前立志，將生命奉獻，願主在我身上顯大。
- 我願意用生命更多侍奉主。
- 我有興趣做短期 / 長期宣教士，請賜寄資料。

## II. 請為我以下的事代禱 \_\_\_\_\_

---

---

## III. 我願支持貴刊

- 我願意在教會 / 團契 / 查經班推動貴刊，請每期寄我 \_\_\_\_\_ 本 **傳**。
- 我願更了解貴會，請賜寄貴會事工簡介。
- 我願為貴會事工代禱。（參照本刊宣教士動向及中信消息）
- 我願分擔《傳》的印製費，茲附上 \$ \_\_\_\_\_ 元。



## 加拿大中國信徒佈道會

Chinese Christian Mission of Canada  
4533 Kingsborough Street  
Burnaby, B.C., V5H 4V3

電話：(604) 877-8606

傳真：(604) 877-8676

電郵：ccm@ccmcanada.org

請看本會  
網頁

www.ccmcanada.org



# 免費訂閱 「傳」

## I. 我希望訂閱：

姓名(英)：\_\_\_\_\_

地址(英)：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 郵號：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_

## II. 我介紹以下朋友收閱：(請先獲對方同意)

姓名(英)：\_\_\_\_\_

地址(英)：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 郵號：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_

## III. 我已是訂戶，現有如下的更改：

- 已搬遷，請更改地址；
- 郵寄標籤上名字或地址有錯誤，請更改；
- 請取消重複寄來的「傳」；
- 為節省資源，請停寄。

舊址或附上信封上的標籤，方便更改：

姓名(英)：\_\_\_\_\_

地址(英)：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 郵號：\_\_\_\_\_

新或正確姓名地址：

姓名(英)：\_\_\_\_\_

地址(英)：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 郵號：\_\_\_\_\_

電郵：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_

## 靈修心得

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 靈修心得

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 靈修心得

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## 使萬民作主的門徒

爾好

教會當前最大的危機之一是老齡化，後繼無人。現在年輕人信主的不多。就連已信主的，上大學後，也大量流失。長此下去，教會恐怕要步歐洲教會後塵，關門大吉。

Grant Skelton 是年輕傳道人，他從自身經驗指出，教會青少年事工失敗的原因，在於不看重門徒培訓。因缺少培訓，青少年的信仰沒有根基，遇風一吹，就隨流失去。

他說，年輕人有理想，願意獻身，希望活得有意義；但因為教會不挑戰他們跟隨主耶穌，不挑戰他們事奉神，他們沒有方向，就被謊言迷惑，以為世界能給他們人生意義。

他又指出，教會之所以不看重門徒培訓，原因是教會領袖都很忙，沒有像主耶穌那樣願意花時間與門徒一起生活。好多領袖更本末倒置，以為做青少年工作是要與他們認同，敬拜時改用吉他和擊打樂器——可是為甚麼仍然失敗呢？青少年信徒仍那麼少，信仰根基仍不穩固呢？因為關鍵原因不是這些！年輕人需要的，是有一個像主耶穌那樣的師傅，肯在他們身上用工夫，花時間，和他們一起生活，一起事奉。挑戰他們愛神，獻身宣教，為主改變社會，看重教會生活，培訓門徒。**傳**

*PROCLAIM, 4533 Kingsborough Street, Burnaby, BC, V5H 4V3, Canada*



歡迎手機閱讀或下載  
[www.ccmcanada.org/proclaim](http://www.ccmcanada.org/proclaim)