

喜讯

GTPJ CHINESE CHURCH NEWSLETTER

2021年 5月 第38期

十字路口
何去何从



神召会喜信堂
GLAD TIDINGS
ASSEMBLY OF GOD



GTPJ 喜信堂



chinese.gladtidings.my



文/张秀芳

化了装的祝福

“神为爱他的人所预备的，是眼睛未曾看见，耳朵未曾听见，人心也未曾想到的。”（哥林多前书二章9节）

新冠病毒（Covid-19）疫情期间，脑海里常浮现这节经文，初时真不明白让全世界几乎停顿下来的瘟疫，怎么会是神所预备的祝福呢？

然而，再深入思考，逐渐有了更深的领悟：我们把“祝福”的定义，限制在一定的框架；要跳出思维框框来看待疫情，真的不是件容易的事。

我在教会原本带着两个小组——沙登一和沙登二，隔周带一个，所以每个小组每个月有两次聚会。政府在2020年3月18日实施行动管制令（MCO）时，我们就决定每个星期五都有两个线上小组，沙二从傍晚7点开始，沙一从晚上8点半开始。

开始以为只是权宜之计，很快就可恢复实体。没想到疫情反复，线上小组持续到2021年。但过程中我们看到了神奇妙的带领，不断打破我的思维框架，又在牧养路上不断突破更新，确实是《哥林多前书》里所说的“眼未曾见，耳未曾听，心未曾想过的”。

我做事比较墨守成规，一板一眼，觉得沙登小组就应该只限于沙登地区的基督徒或慕道友聚集。两年前做了幸福小组传福音，有了一些邻近地区的弟兄姐妹落户小组，我都觉得还可以接受；这一次新冠病毒疫情冲击，小组用线上方式，突破了疆界限制，开始有了离沙登一个小时车程的，甚至来自霹雳与檳城的外州弟兄姐妹。

以赛亚书五十四章2-3节：“要扩张你帐幕之地，张大你居所的幔子，不要限止；要放长你的绳子，坚固你的橛子。因为你要向左向右开展；你的后裔必得多国为业，又使荒凉的城邑有人居住。”

疫情肆虐，冲击经济，许多人都处在十字路口不知该何去何从，人心确实需要福音与神的话语喂养。领受牧养职份的教会领袖，若能放下自己的想法，顺服圣灵感动与神的带领，会看到神在开拓我们的生命境界——进入更宽广之地。

走过必留下痕迹，别让疫情只留给我们恐惧、烦躁、不安的负面记忆，相信神的每一句应许，就能迎向更美好的祝福，而这份祝福可能是化了装，不是我们一向所以为的那个样子。



封面设计/罗子贤

十字路口，何去何从？要靠着主耶稣挑灯指路，就会找到前路的方向。

- | | |
|----|---|
| 03 | 牧者的话
心里有眼光，前路有方向 |
| 06 | 主题文章
十字路口，何去何从
没有翻过的饼
什么能装满你的心房？ |
| 12 | 主题见证
找到人生答案
迷途小羊返回幸福港湾
我活过来了！ |
| 15 | 漫漫看
要有眼光，看到曙光 |
| 16 | 信仰省思
黑夜已深 |
| 18 | 溪水旁
超越洗马桶的快乐
信祂，就要去经历祂
那张征聘启事
人生的三道茶
跟蜗牛一起去散步 |
| 22 | 儿童天地
趣味线上课程 |
| 24 | Young Talk
活出上帝的形象，你最美！ |
| 26 | Young世代
十字路口，遇见恩典 |
| 27 | 黄金岁月
一切总有神美意 |
| 28 | 培训事工
跨越障碍迈向神的心意 |
| 30 | 精明理财
一生蒙福的习惯 |
| 31 | 家有星儿
因为爱，所以爱 |
| 32 | 辅导信箱
你有脆弱，神有恩典 |
| 33 | 经典悦读
好书推荐 |
| 34 | 幸福快讯
先求神的国
唯有去传，才能听见 |
| 36 | 封底
我不好胜！ |

《喜讯》第38期

出版：八打灵神召会喜信堂

Glad Tidings Assembly of God

No. 6, Jalan Bersatu 13/4, Section 13
46200 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia

Tel : 03-7958 2777

Fax : 03-7958 5300

Email : gtchinese@gladtidings.my

Website : chinese.gladtidings.my

顾问：黄雅各牧师

主编：陈孝敬

执行编辑：张秀芳

审稿编辑：邹佩琪

撰稿：陈美晔

萧丹平

颜依倩

审稿：陆宇莲

林美凤

林玉琴

美编：卓均美

排版：周四隆

黎玉玲

印刷：洪德成

印刷赞助：United Mission Press Sdn Bhd

黄雅各牧师

八打灵神召会
喜信堂教会
中文堂牧师

心里有眼光, 前路有方向

▶▶ 以下是2020年8月16日, 8月30日, 9月6日主日证道摘要, 由颜依倩与张秀芳记录整理



人生在世, 无论做什么事, 包括选科系、配偶、工作、买房子、做生意、投资等, 都需要有眼光, 而决定我们眼光是否精准的, 不只是靠着表面的那双肉眼, 更需要擦亮心中的那双眼睛。

你心中的眼睛是否明亮, 有没有清晰的属灵视力呢?

以弗所书一章17-19节: **求我们主耶稣基督的神, 荣耀的父, 将那赐人智慧和启示的灵, 赏给你们, 使你们真知道他, 并且照明 (照亮) 你们心中的眼睛, 使你们知道他的恩召有何等指望, 他在圣徒中得的基业有何等丰盛的荣耀; 并知道他向我们这信的人所显的能力, 是何等浩大。**

马可福音八章18节: 你们有眼睛, 看不见吗? 有耳朵, 听不见吗? 也不记得吗? 俗语说: “有眼无珠”, 指的是看到却

没有看见。肉眼的视力会随着年龄衰退和老花, 灵眼也会老花和近视, 所以我们要依靠圣灵不断地照亮心中的眼睛, 能看见人的内心而不是只看外表。

在危机中, 会看到商机和转机; 在风浪中, 看见神仍然掌权; 在黑暗中, 看见荣耀和盼望。眼光影响着我们的信仰是否坚定或摇摆, 也影响着我们服事的态度。

(一) 眼光对我们一生的重要性

眼光指的是对人, 事物, 环境的看法和观点。

我们需要有眼光去管理和使用财富。投资大师华伦巴菲特 (Warren Edward Buffett) 并没有把自己的财富留给儿女, 反而将大部分财富捐献出去。他的儿子彼得巴菲特认同父亲的做法, 并说他从父亲身上学到的价值观是他最大的财富。他觉得留下太多钱给儿女, 会像含在嘴里的金汤匙, 有一天却变成插在背上的金匕首。

华伦巴菲特处理财务的做法关乎他的眼光。不只是做生意需要眼光，日常生活中的每个决定，都需要属神的眼光，才不会因眼光短浅而犯错。属神的眼光，使我们看见现在和将来的事。在困难中，看见盼望；在人的无能中，看见神的全能。

(二) 属神的眼光带来无限祝福

1. 帮助我们的生命越来越丰盛

丰盛的生命从眼光开始。信了主，不只是思想和价值观开始转化，眼光也会改变，学习用神眼光看关系、看自己、看别人和看苦难。从自我中心变为以神为中心，面对苦难的看法不再一样。不求困难离开，反而要看见神的心意，能看见别人所看不见的。

腓立比书三章6-8节：就热心说，我是逼迫教会的；就律法上的义说，我是无可指摘的。只是我先前以为与我有损的，我现在因基督都当作有损的。不但如此，我也将万事都当作有损的，因我以认识我主基督耶稣为至宝。我为他已经丢弃万事，看作粪土，为要得着基督。保罗认识基督后，看万事为有损的，以认识基督为至宝，让神得着一切荣耀，这就是丰盛的生命。

2. 帮助我们避免魔鬼蒙蔽心眼

要好好照顾自己的心眼，因为有属灵的盗眼贼，要偷走你我的心中的眼睛。哥林多后书四章4节：此等不信之人被这世界的神弄瞎了你我心中的眼睛，不叫基督荣耀福音的光照着他们。基督原是神的像。

“属灵盗眼贼”是上述经文所说的“世界的神”，也就是魔鬼，牠的工作是要弄瞎世人的心眼，叫人不认识真理，得不到真正的自由，也看不到耶稣基督是救主，得不着救恩。

即使信了主，牠也会想尽办法模糊基督徒的属灵视力，叫我们失去判断力与分辨力，得了属灵近视眼、老花眼，甚至

得了“白内障”，信耶稣信得一知半解，半懂不懂。

在新冠病毒肆虐期间，更加要祷告自己持续保持清晰的属灵视力，以免看不清主耶稣的作为。

属灵失明者只看到地上的吃喝玩乐，给情欲所捆绑，陷在罪中，看不到神的国度，以及天上最宝贵的财宝。

十九世纪美国聋盲教育家海伦凯勒（Helen Keller, 1880 - 1968），曾形容：“有眼却看不见，是比瞎了眼更糟的悲剧。”

“有眼看不见”就是只用天然的眼睛，没有用灵里的眼睛看世上的事，会看走眼，判断错误，做错决定，吃尽苦头。

- 让主进入你的生命，开你的心眼
如果你还没认识主耶稣，可真心诚意祷告，邀请主耶稣住进心里，心眼就得以打开，看人看事会有不同的眼光与想法。

- 让圣经的话语，常进入你的内心
心里眼睛打开，并不只是在决志信主的那一刻，因为心眼也需要保养，要祷告，也要读经，给心眼滴属灵眼药水。诗篇十九篇8节：耶和华的训词正直，能快活人心。耶和华的命令清洁，能明亮人的眼目。

心中存记神的话语，会帮助心眼越来越明亮，不再那么心胸狭窄，凡事较看得开，也放得下，因为会看得较透彻与清楚。

我们要常祈求圣灵使我们心眼能看见神所预备的丰盛和将来的赏赐。大卫也曾为自己的属灵眼睛祷告，使眼目光明。

诗篇十三章3-4节：耶和華——我的上帝啊，求你看顾我，应允我！使我眼目光明，免得我沉睡至死；免得我的仇敌说：我胜了他；免得我的敌人在我摇动的时候喜乐。



我们也要每天祷告，求神医治我们灵里的眼睛，有新的看见，始终看得清楚。

(三) 要用心中的眼睛看大马

步入2020年，马来西亚的政治局势风起云涌，有许多出乎意料之外的演变。看政治新闻，如果只是从肉眼来看，可能会让人很消极负面，对国家前途感到沮丧与失望。

然而，若用属灵的眼睛来看这个国家，会看到有神的旨意在当中，仍有许多值得感恩赞美之处。

1. 继续用心爱护我们的国家

国家政权会变动，领导人也可来可去，然而我们有位永不改变的上帝仍然在掌权。爱护马来西亚，例如奉公守法，遵守SOP，保持社交距离，不乱丢垃圾，都是我们可以做的爱国表现。

2. 继续带着盼望为国家祷告

提摩太前书二章1节：我劝你，第一要为万人恳求、祷告、代求、祝谢；为君王和一切在位的，也该如此，使我们可以敬虔、端正、平安无事地度日。

“劝”是指安慰，不要灰心失望，是建立有盼望的眼光。



但以理书四章17节：这是守望者所发的命，圣者所出的令，好叫世人知道至高者在人的国中掌权，要将国赐与谁就赐与谁，或立极卑微的人执掌国权。

国家政治，无论是谁掌管政权，仍然是主在掌权，要相信上帝更好的计划在马来西亚，因为至高者在国中掌权。

(四) 借着传福音叫人心眼得开

我们信主后，属灵心眼得以打开，这样才能明白各样属灵的事。传福音最首要的目的就是要叫人的心眼得以打开。

1. 所有人类一生下来，在属灵上都是瞎眼的

属灵瞎眼的人看不见真理和魔鬼的诡计。向他们讲述永恒的事，他们无法明白也无法接受。

2. 信了耶稣，属灵眼睛就得以打开

主耶稣在世上传福音最主要的目的是使心灵瞎眼的人得看见，认识神和真理。

路加福音四章18节：主的灵在我身上，因为他用膏膏我，叫我传福音给贫穷的人；差遣我报告：被掳的得释放，瞎眼的得看见，叫那受压制的得自由。

心眼得开不只是非基督徒的需要，更是门徒要一生都当注意的事。在我们信主后，魔鬼仍借着不同方式要使我们的心灵瞎眼，远离神。

当今时代最严重的属灵疾病是属灵瞎眼，不懂得用心眼去看各样的事。属灵瞎眼了，不但没发现，反而习以为常，只用肉眼去看这个世界。

结语：

眼睛很重要，如身上的光，眼睛亮了指的是双目健康，就能发挥功能。当眼睛不健康时，视觉就会变得模糊。所以，要自我省察：自己的心眼是否时常保持明亮？

你的属灵眼光的视野，像蚂蚁还是老鹰呢？蚂蚁只能看见十公分的范围，无法看远和高处；老鹰的眼睛却能清楚看见距离2000多米的猎物。愿我们的心眼都能拥有如老鹰般清晰的视力。

你患了属灵近视眼吗？

若人的心眼患上属灵近视眼，视线模糊了，就会出现以下状况：

1) 会给“自以为是”的想法误导

启示录三章17节：你说：我是富足，已经发了财，一样都不缺；却不知道你是那困苦、可怜、贫穷、瞎眼、赤身的。心眼瞎了就会以世界和自我的标准而行，却不看重神的心意。我们应该在乎神如何看我们，不要只在乎人的眼光。神要使我们的生命富足，不是满足于物质富足，而是在乎神的心意和丰盛的属灵生命。

启示录三章18-19节：我劝你向我买火炼的金子，叫你富足；又买白衣穿上，叫你赤身的羞耻不露出来；又买眼药擦你的眼睛，使你能看见。凡我所疼爱的，我就责备管教他；所以你要发热心，也要悔改。

2) 会缺乏灵性上的积极追求

彼得后书一章8-9节：你们若充足足足地有这几样，就必使你们在认识我们的主耶稣基督上不至于闲懒不结果子了。人若没有这几样，就是瞎眼，只看见近处的，忘了他旧日的罪已经得了洁净。

我们要格外殷勤，不断地追求属灵的成长，闲懒不结果子的原因之一，就是心眼瞎了或是模糊了，没有属灵的眼光和方向，无法看见灵性上的需要，看不见属灵成长带来的价值。

66

路加福音十一章34-35节：**你眼睛就是身上的灯。你的眼睛若亮了，全身就光明；眼睛若昏花，全身就黑暗。所以，你要省察，恐怕你里面的光或者黑暗了。**



十字路口, 何去何从

转瞬间的变化

夕阳西下, 夜幕低垂, 倦鸟归巢。树上乌鸦的叫声此起彼伏, 此情此景依旧, 但车道上那往日拥挤的车龙却不见踪影, 灯光和烦杂的车声也都稀疏, 昔日车如流水马如龙的“盛景”不再! 原本人头攒动的商场、旅游景点, 如今却是门前冷落鞍马稀, 谁会料到这新冠病毒的疫情所带来的杀伤力如此大? 如今病毒肆虐全球, 一波接一波, 截至2020年7月尾确诊人数1700万人, 且还有7百多万的病患者还在医治中, 接近7万人死亡!

随着疫情恶化, 世界各国都采取防范措施, 封锁国界、采取隔离、限制活动空间, 所有以往的生活方式都受到约束, 商业活动、娱乐场

所、工厂企业都被逼停止运作, 经济深受冲击, 造成市场萎缩犹如雪上加霜引起裁员风波。

好不容易, 费尽了很多努力苦心建立的事业, 在这场疫情中突然化为乌有, 随之而来的还要面对生计压力, 生活中的种种挑战。失去或将要失去经济来源的担忧, 难免引起内心的恐慌, 情绪的低落。对未来的路该何去何从? 不管目前的处境如何, 都需要审慎和选择如何继续往前。

66

人一切的劳碌, 就是他在日光之下的劳碌, 有什么益处呢?

(传道书一章3节)

活在当下, 总以为人定胜天, 依靠自己和外在其他事物过于倚靠那厚赐百般恩惠的神!

但在一场疫情当中, 看到人的有限, 即便在科技昌盛的时代, 对新冠病毒也束手无策, 只能用防范的措施来控制。

或许这是个转机, 祸兮福所依, 是我们对生命看法的分水岭! 新冠病毒, 让我们有必要花时间来省思, 真的需要问问在一生的忙碌当中可以保障什么? 可以躲过不测之风云, 跳过旦夕的祸福? 保证往后也可以避过更厉害的病毒来袭吗? 可曾想到不幸被感染了, 在日光之下所劳碌得来的却留给以后的人? 我们保证不了什么, 我们忙碌中劳碌得来的一切也需要靠着

99



那掌管万有的神，才能享有，
“人莫强如吃喝，且在劳碌中享福。我看这也是出于神的手。”
(传道书二章24节)

行新事的神

66

看哪，我要做一件新事；如今要发现，你们岂不知道么？我必在旷野开道路，在沙漠开江河。

(以赛亚书四十三章19节)

不管我们现在面对什么处境，是好是坏，总要知道都有神美好的旨意在当中，神是行新事的神，祂的承诺永不落空，祂要在我们的生命中行新事，在我们的绝望中开道路，在困境中开江河，让我们安稳走出绝境，要将福气倾倒在我们的生命当中，引领我们到应许之地！就好像透过疫情改变以往的生活方式，学习珍惜，接受和顺服自我隔离，懂得远离疫情严重的灾区。

99

疫情将我们引领到人生的一个十字路口，要做出明智的选择和决定，选择一个新的开始，重新出发，让我们得以喘气，放下重担，不要忧虑往后的日子，将身上背负的重担交托给神，轻省地过日子，神将会赐下百般的智慧给我们，更会陪伴我们共同笑看风云。

人在江湖

常常听到的一句话——“人在江湖，身不由己”，这是随波逐流或者是个借口？江湖是指世界？我们之所以身不由己，是表示愿意被世界的情欲牵着鼻子走？

有人比喻江湖是人的内心世界。在永无止境的欲望引发的贪婪、狂傲，不满的情绪驾驭我们，使我们得不到片刻的安宁，逐渐远离真理，失去了方向感。

但愿我们都单单来仰望倚靠这位神，不要随波逐流，像无根的浮萍。圣经说：

专栏作者
陈孝敬



66

不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良，纯全、可喜悦的旨意。

(罗马书十二章2节)

99

十字路口三部曲

来到十字路口，总会做的3个动作：停·看·走·

停，是明智之举，不致于贸然地往前冲或随意转左或右，而是左顾右盼谨慎做出决定朝向自己去的方向，这是确保安全避开不必要的危险。

生命终极的选择也是如此，当思考我们对生命终极的追求，选择跟随真理，朝向生命之道，不偏离左右，仰望倚靠十字架的大能领受今生的福分和应许，得到永生的盼望！

选择在我们，成就在神，神应允我们一生一世必有恩惠慈爱随着我们，而且我们要住在祂的殿中，直到永永远远！



没有翻过的饼

试想，粗心的厨师忘了将煎好的印度煎饼翻到另一面，就让服务生端出去给顾客，乍看上去，煎饼黄金酥脆，煎得极为完美，飘着特有的焦香，咬下去，却发觉另一面是生面团味道！

我们是否对自己的认知也仅是那悦人眼目的一面，而不熟的另一面却是未识的自己？这段期间，透过疫情所萌生的不确定及恐慌，你对未识的自己及天父的爱是否有所加添？

精神绷紧的居家作业

未曾意料的疫情，未曾意料的行管令，无论这个疫情带来的是业绩飚升或零业绩，都在考验人心。我所处的行业，是少数在疫情中业绩节节上升的。别以为有了业绩就没问题没压力，我们面对的是履行订单，库存问题，及客户收不到订单的种种投诉。

为了居家作业仍沟通无障碍，主管每天都得与下属开会，作报告；管理层也常常需要召开紧急

会议，以回应不同的课题，使得大伙的精神绷得紧紧的。

将近三个月的居家工作，考验的是人与人之前的信任，还有在危机处理过程中的张力。这段期间，有主管离职。而在与我部门有间接关系的新任部门经理未到之前，公司决定要搬迁第三方货仓，我就这样在不得说“不”的情况下，做一些我认为不在我职权范围的事务。

当被委派时，我觉得莫名其妙，

专栏作者
陈美晔



66

心里感受非常不好，进而对在上的权柄生出苦毒、批评、论断的情绪。有次跟我的属灵同伴提起在上权柄的事，她对我说：“你要处理一下你对上司的苦毒论断！”当时，我“哦”了一声。于是，我来到神的面前，诉说自己种种的委屈和情绪，然后求神饶恕我对上司的批评论断。做了这样的祷告之后，感觉的确好了点，但几天后，当召开管理层会议时，我觉得自己又被不公平对待。倏地，内心翻腾不已，感觉快要火山爆发了，只好请属灵同伴为我紧急代祷，使我能够冷静下来。

我以为已经处理了的情绪，原本还深深干扰着我，使我和上司在灵里“打架”。属灵同伴告诉我：神非常重视次序，而不是谁对谁错。这句话给了我很好的提醒。

首先，我是谁？竟然可以审判我的上司呢？况且，我是自己的主观来批判他。我认为自己是对的。

于是，再次地，我来到天父面前，告诉祂我无法饶恕对方，求神帮助我，让我看到天父如何地看待我的上司，更恳求天父让我知道，我受伤的根源在哪里。为何这么不公平？！

你们又为何不自己审量什么是合理的呢？你同告你的对头去见官，还在路上，务要尽力地和他了结；恐怕他拉你到官面前，官交付差役，差役把你下在监里。我告诉你，若有半文钱没有还清，你断不能从那里出来。

（路加福音十二章57-59节）

99

就在某个清晨里，我的脑海闪过早已淡忘的一幕。那是在昏暗灯光的房间，某个凌晨，当时四五岁的我被叫醒，原来是外公泡好美禄（MILO）给姐姐，姐姐不喝，就叫弟弟喝，弟弟不喝，外公就强迫我喝，我不喝就挨打。

小小年纪的我，常听大人说，不知道为何外公这么恨我，姐姐吃鸡腿，我吃鸡屁股。听在耳中，铭刻心中，内心呐喊：“为什么这么不公平！”

这句话，在这样的清晨中把我震撼醒来，原来，今天我所面对事情的情绪，不只是一个单一的情绪反应，而是神透过这件事让我追根溯源，因着这样的不被公平对待而做出的内在誓言，使得我对不公平的事件会有很大的情绪反应。打从心里，我求神赦免我的罪——不饶恕、批评论断、埋怨神，并且求上帝破除我心中的内在誓言，释放我当时的情绪，

然后我也为对方作祝福祷告。很奇妙地，之后，我居然看到神如何得以爱的眼光看待我的上司：“我造他就是这样的！”

从那时开始，我能够用爱的心情为对方祷告，并且可以看到对方对我们的爱。

轻舟已过万重山

未识的自己，往往在危机冲突的时候彰显出来。就像我在这期间所面对的一样，神让我看到自己未翻过的一面。

“若有半文钱没有还清，你断不能从那里出来！”究竟是谁把我们囚住了，是渊远的过去？还是鸡鸣不已的晨昏间？

若然，就让我们从一个一个的“囚心”的过程中，透过天父的爱把我们释放出来！



什么能装满你的心房？

这一两年朋友间最常聊到的话题之一，肯定少不了关于疫情的冲击。我的工作受影响不大，但丈夫的工作却大受影响，必须减薪好几个月。很多弟兄姐妹彼此鼓励，“不要担心，凡事交托”、“要信靠上帝”，当然他们说的都没错，但有时人在困境当中，难免还是会忧虑。

我记得当丈夫告诉我“公司要减薪”这个消息时，我表面上很平静，口里说着“别担心”，内心却还是有点担忧。

有一天，我独处时突然又觉得很沉重，很想祷告，却说不出一句话。于是我开诗歌来听，跟着唱，然后赞美上帝，担忧渐渐没了，心中有的是满满的平安。

离开上帝的日子

十几年前，我从台湾毕业回国后，曾几个月时间是完全离开了自己的基督信仰。当年刚回来没多久，就跟以前的老朋友联络上，我经常赴他们的约，一起去

喝酒聊天，想法逐渐受他们影响，觉得人生就是什么都要趁年轻敢去试一下，有次还跟他们去迪斯科（Disco）“见识”一下。

回想当时其实挺孤单的，就像一首流行歌的歌词里所写的：“孤单，是一个人的狂欢；狂欢，是一群人的孤单”，那时候的我，就算是在一群朋友吵吵闹闹的派对，也会觉得内心很空虚，狂欢后回到家，莫名的忧郁感又会忽然充斥整个内心，好像怎么也快

专栏作者
邬佩琪



一堂华文课的领悟

今年行管令期间，我几乎每天必须陪孩子完成老师发来的课业。其中有一篇课文我印象非常深刻，内容大概是说：中国唐代著名文学家韩愈小时候在家乡上学，一天老师给每个学生一个铜钱，让他们各自去买一样东西，看谁买的东西能把一所房子装满。放学后，同学们都到市场上去买东西，有人买了树苗、有人买了竹子……可谁买的东西都不能把一所房子装满。这时，韩愈从袖子里取出一支蜡烛，然后把蜡烛点亮。老师见了，很高兴地说：“好！好！韩愈真聪明！”

很普通的一段课文，我陪着孩子听老师对课文的教学，心中却别有一番感悟。

所罗门在箴言书里说：

66

**你要保守你心，
胜过保守一切，
因为一生的果效
是由心发出。**

（箴言四章23节）

99

我们常用“心房”来比喻内心世界，如果你的内心就像一栋房子，你会用什么来装满你的心房？

让上帝的爱充满

我们在人生路上，或许会不断寻找很多人事物来填满自己的心房，可能是家庭、工作或是娱乐、消遣，但往往很多东西都无法使我们觉得满足，偶而夜深人静时总觉得心里莫名空虚。

我曾经也用很多东西想要塞满空虚的内心世界，但还是觉得心里空空的，直至回到教会，被上帝的爱充满，心中那股莫名的忧郁感消失了，取而代之的是那无法形容的平安，还有能够走下去的力量。

66

**我们从基督所听到，
现在又传讲给你们的信息是这样的：神就是光，在他里面毫无黑暗。**

（约翰一书一章5节）

99

上帝的爱，就像那蜡烛的光，唯有那道光，才能完全填满我们的心，使我们内心饱足，进而有力量去面对明天。尽管环境变化多端，未来充满未知数，但倚靠上帝，我们内心仍有盼望、有平安。

乐不起来，有时甚至觉得日子越过越没意义。

一天中午，我如常跟同事在公司食堂用餐，听着两个基督徒同事说着她们小组的事，脑海中不断浮现自己曾经在台湾信主时的快乐片断。那次的午餐过后，我主动问了她们：“我可以去你们的小组吗？”

就这样，我重新参加小组，然后固定聚会，又回到了神的家。

找到人生答案

珊珊（中）在基督里找到了生命的答案



姓名/吕珊珊
小组/Tropicana

信主前的我，性格独立刚强、不轻易流泪，15岁便清楚知道拥有金钱和事业有成是生存之道，所以我的座右铭是“有钱凡事都能，没钱万物不能”，并认为我的人生由自己主宰，我要致力追求自己的梦想和目标。

婚后，我认识了一对夫妻，他们常邀我们夫妇聚餐，向我们传福音。他们分享上帝多有能力、上帝是谁，还分享他们在生活中经历上帝的见证，内容非常吸引，虽然也很有说服力，但我对福音不感兴趣。

无法掌控生命

就在我怀孕8个月的时候，我的婚姻破裂，我得独自面对单亲家庭和经济沉重的压力。与此同时，我所疼爱的姐姐放弃了自己的生命！过去我不断鼓励和安慰她，没想到最后竟是如此的悲剧。在一年内，我面对了人生的海啸，体会人无法掌控生命，也无法预知未来。

一波又一波的打击，将我推向死亡边缘。我活在压抑、忧郁和绝望中，每天的生活像个活死人。有句话说：“人的尽头，就是神的起头”，我开始思考人的一生究竟何去何从，会想起之前那对夫妇朋友曾和我分享的上帝。我再次答应他们的邀约，参加教会小组的圣诞晚宴。

当晚，有位姐妹分享的见证让我感同身受，非常感动！有泪不轻弹的我当下竟然哭成泪人，不能自己。当天晚上我接受耶稣成为我个人生命的救主。之后，

我开始参加喜信堂的主日聚会。

还记得第一次到喜信堂，心中充满无数的问号！其实我是来寻找人生的答案，即使信了耶稣，我还有很多无法明白的事情。我开始学习读圣经、祷告、敬拜赞美、参加主日聚会等。每每安静下来时，我的眼泪总是流不停，我的心灵从颠簸中渐渐恢复安稳。

夫妻破镜重圆

当我向上帝祷告时，祂借着圣经和阅读属灵书籍来回应我，为我解开了生命中的疑问，使我不再活在绝望中、不再依靠药物。借着圣经的教导，修复了我的婚姻，我和丈夫破镜重圆，圣经指引夫妻相处之道，我们的关系更甜蜜。

如今，我摆脱单亲家庭的压力，抚平失去姐姐的伤痛。上帝解开我生命中的结，使我放下过去，让我释怀、把怨恨变为宽恕，经历真正的喜乐。

现在的我学会倚靠上帝，因为知道自己是多么地渺小。感谢上帝的爱，祂看见我、怜恤我、救了我！

66

我受苦是与我有益，为要使我学习你的律例。

（诗篇——九篇71节）

99

迷途小羊 返回幸福港湾

在人生低谷中遇见神，晓洋的生命不再一样。



姓名/陈晓洋
小组/Tmn Tun Perak

我 在比较严肃的家庭长大，家人各自都很独立生活，彼此之间鲜少互动、分享与关怀。由于我皮肤黝黑长相又有别于家人，因此常被孤立，还被嘲笑我是丑小鸭、从垃圾场捡回来的小孩。这造成我极度缺乏自信，非常渴望从他人得到爱、赞赏和肯定。

我第一次接触基督教是在小学，一位女同学的爸爸跟我分享福音，还送了一本蓝色外皮的圣经给我。我不以为然，这本圣经就随意摆在一旁。踏入社会工作，我再次透过学院认识的好朋友重新接触基督教，偶尔也会应邀参加教会的聚会，只是我心不在焉，没有真正尝试认识他们的“神”。

饱受煎熬，精神崩溃

这段期间我经历了人生重重打击：家人的误会、伴侣的背叛、钱财的损失，身心灵同时受到伤害。我以为可以靠自己改变人生，对别人有求必应就能保持美好关系，并能得到我渴望的爱与肯定，然而这一切并不如我所愿，反之将我推入谷底。从小没有与人倾谈心事的习惯，也不善于表达内心的需要和感受，使我精神崩溃，加上当时动了一个手术，饱受身心灵的煎熬，人生一片漆黑。就在这个时候，好朋友来电，她说不知为何很想念我，我也不知就里将自己的状况全向她倾诉。她聆听后，再次鼓励我继续到教会，将所面对的问题交给上帝。

于是，我半信半疑地跟随好友到教会，可这一次的感觉完全不一样。唱诗歌

时，我感觉一直揪住的心、里面的不安、惧怕、悲伤和不甘，终被了解并得安慰，我因此泪流满脸。牧师的话也感动了我，上帝好像知道我所遭遇的一切，特别安排好友引导我遇见祂。那天晚上，是我这么久以来睡得最甜的。

从那天起，我开始固定参加教会的聚会、学习祷告，我封闭的心逐渐敞开，学习放下过去与负面的思想、把我的未来交给神。投入教会的生活后，我得到小组姐妹们的关怀与帮助，重新建立信心，并勇于面对与处理过去所受的伤害。

得到上帝丰盛祝福

上帝真的有听我的祷告，我学会去爱与被爱、接纳与付出。我主动与家人道歉，并请求他们的原谅，以行动证明我关爱他们。渐渐地我们的关系变得更亲密。我也选择原谅曾背叛我的伴侣，并为他祷告，我们不再彼此憎恨而且恢复了朋友关系。上帝也祝福我，现在有一份更加好的工作，解决了经济上的问题。耶稣医治了我的心灵，使我逐渐恢复健康的身心灵，心中有真平安与喜乐，不再依靠自己过活，而是靠神的话语活出健康生命。

66

所以我告诉你们，凡你们祷告祈求的，无论是什么，只要信是得着的，就必得着。

(马可福音十一章24节)

99

我活过来了！

从绝望到盼望，明诚在基督里成了新造的人。



姓名/林明诚
小组/Tmn Tun Perak

从小到大，我都是过着无忧无虑的生活，是个非常单纯的人，毕业后踏入社会工作，却开始需要应付许多人事物而感到压力。我把所有的重担都自己扛，身边的朋友也比较消极，每每遇到情绪困扰时都会找我倾诉。在不断聆听朋友的问题中，我不知不觉把他人的问题也投射在自己的身上，导致自己失眠、呼吸困难、甚至头昏脑胀！最后，我更变得消极，因为无法承受而开始封闭自己。

有一年，临近我的生日时，爸爸突然病倒。那段时间，我每天都要陪妈妈进出医院。由于哥哥姐姐们忙于自己的家庭和工作，所以陪伴妈妈及照顾爸爸的责任就自然而然地落在我这个老幺身上。爸爸生病的这段期间常常把我和妈妈当出气筒，一直用言语暴力来对待我们。这样的情况维持了三年，后来爸爸因一次意外，在家中离世，而我竟被家人怪罪没有好好照顾爸爸，间接害死了他，他们责骂我是个没有用的人！这件事情加剧了我原本的压力和消极、更让我内心极其苦毒。我恐惧庆生，也不敢庆祝别人的生日，因为这会让我想起爸爸的病和他的离世。

爸爸离世后，我的心情非常低落，却找不到可以倾诉的人。我也对身边的人感到非常失望灰心，因为在他们有困难时，我总是陪伴和照顾他们，然而当我如此痛苦时，竟然没有一个人来关心我！我想过飙车把自己给撞死，但是在那一瞬间，我想起妈妈，如果我真的死了，谁来照顾她？我很挣扎，我不想再让妈妈伤心难过。于是我开始隐藏自己的痛苦、封闭自己不去接触别人，也不再去感受心中的痛，当个透明的人，日子过一天算一天。

小的时候，哥哥姐姐已经工作也有自己的生活，因此我很孤单，加上爸爸的离

世而缺乏父爱。我想用爱情来填补心中的空虚，却屡屡碰钉子。曾经也有道士说我天生容易受到“邪灵”附身，还帮我去除，说是要把我身上的负面力量吸走。道士吩咐我不可以接触他人，因为担心别人身上的“邪灵”会沾染到我的身上，就会让我生病。他还吩咐我不可以出门、不可以见光！我几乎崩溃，埋怨着为什么是我，不如死了算！这样的情况维持了五年之久。

有一天，我的邻居邀请我到喜信堂参加BEST DAY。当时我极想要开始新的生活，也渴望结识一些朋友，于是便赴约。来到教会，我万万没有想到竟然有人主动问候我、认识我、了解我！坦白说，当时的我一心只想有人关心我，并没有真正想要认识上帝。所以在BEST DAY当天，我很快选择相信耶稣，更在很短的时间内决定要洗礼。我希望借着洗礼能洗掉我身上的一切“脏东西”，变成一个新造的人！

虽然信耶稣后，我还是面对很多挑战，也曾想过要放弃跟随耶稣、远离他人、封闭自己。然而，我扪心自问不想再回到过去那种负面、没有盼望的生活！

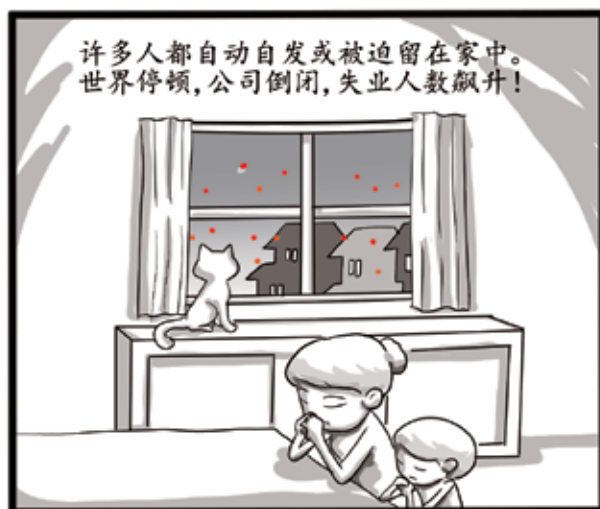
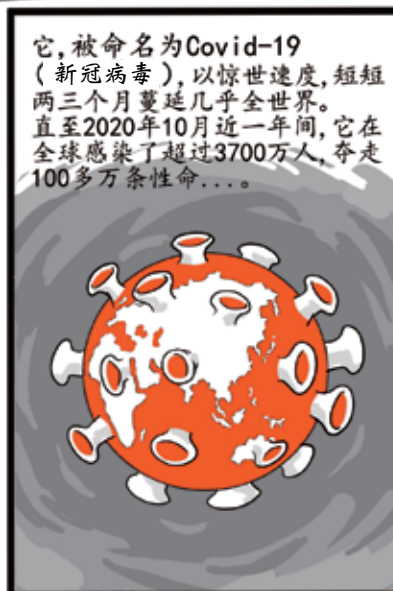
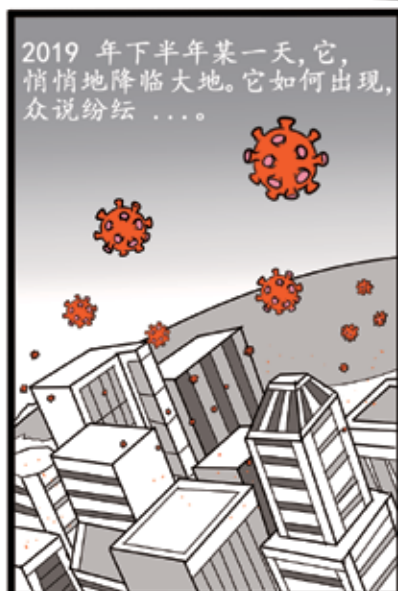
有多少次，我呼求上帝、把我的心情和问题告诉祂，交托给祂。渐渐地，我变得更加坚定信靠耶稣，虽然偶尔还是会有负面的想法，然而我学会从自己的问题焦点转移到上帝的身上，向祂祷告，让祂来帮助我。

在教会和小组成长的过程中，我慢慢变得开朗，整个人像“活过来”一样！我非常喜欢我的小组，也参与教会的服事，更愿意敞开心与他人接触。我知道成长和改变是一个过程，我决心要继续跟随耶稣，成为更好的自己。我现在相信我可以成为别人的祝福，让他们透过我认识耶稣！

要有眼光,看到曙光!



图文/祝子咏



末世预言系列十四

黑夜已深

黑夜已深、白昼将近，黑夜的尽头是黎明的开始……

踏入2020年，世界充满许多灾难，除了新冠病毒尚无解药，暴雨、山火、蝗灾、干旱、地震无处不在。

适逢四年一度美国总统选举，原本一手好牌的特朗普因疫情处理不当、经济重挫、种族暴动、民调落后民主党拜登好几个百分比，也因此兵行险着、剑走偏锋，想要搅动一场“战争”内凝民心、险中求胜！

只不过特朗普的“阳谋”早被中共“老习”看在眼里，彼此心照

不宣，心想只要对方不要玩过火，又何妨山南山北陪你走一回，只是炮弹不长眼睛，两军在南海、台海实弹演习、分分钟擦枪走火，中、美又俱是核武大国，一旦爆发灭顶之战，赔上的是全球人命与经济！

2016年特朗普沐猴而冠，“美国优先”下的退出主义，不仅断送二战后超然形象，也促成山头林立、各国屯兵自保，深怕那朝落得像库尔德民兵般被美国利用攻打IS后弃之如履、落入任由土耳其大军宰割的命运。

先是德国为首的欧盟，自特朗普入主白宫便不断恶言相向，谴

责“北大西洋军事联盟”占美国便宜，近期“北溪二号”事件更突显美、德之间嫌隙。北溪二号是自俄罗斯经波罗的海通往德国天然气管道，价格比入口美国页岩油便宜很多，但德、俄协议激怒了特朗普、要挟停建否则经济制裁！美国的警告令德国总理默克尔不悦，拒绝出席特朗普为选前造势策划的七大工业国高峰会议，被打脸的特朗普心有不甘，随即下令遣走9500名驻德美军，刻意将柏林暴露於俄罗斯侵略下！

特朗普的无信惊醒了德国总理默克尔，法国总统马克龙赫然顿悟再也不能盲目仰赖美国保护欧洲，反之必须尽速成立欧洲盟军

专栏作者
萧丹平



自保。

“欧洲军事联盟”是末世预言一环，神重用的先知但以理晚年见异象：四只大兽从海中上来，头一兽是有鹰翅膀的狮子——巴比伦、第二兽是旁跨而坐的熊——玛代波斯、第三兽是有鸟翅膀的豹——希腊、第四兽则是形状极其可怕、头有十角、其后又长出一个角的小角的罗马帝国，罗马帝国虽已崩溃，但第四兽的远期应验是未来将要出现之“敌基督的国”。

在北方，美国忌讳的俄罗斯经历苏联解体后普汀登场，他以高压专制手段治理俄罗斯，最

近更修改宪法合理化统治俄罗斯至2036年。

绰号俄罗斯大帝的普汀与圣经预言有什么关系呢？以西结书三十八章如此写道：在末后的日子，玛各地的歌革、罗施、米设、土巴的王，将率领大军攻打以色列，玛各地在黑海，罗施是俄罗斯、米设是莫斯科、土巴是西伯利亚，“歌革”则意王子、当世界走到末了、以色列最北方的歌革将成为军队元帅带领波斯（伊朗）、古实（埃塞俄比亚）、弗（利比亚）、歌蔑（东欧国家）、陀迦玛族（土耳其）入侵耶路撒冷！

这几年，俄罗斯在中东扩张势力，先是扶持小阿萨德总统保住摇摇欲坠的叙利亚政权，二是美国开采了页岩油，不再依赖波斯湾油供，为了节省军费逐步撤离中东，特朗普的决定就像上天掉下来送给普汀一份大礼，今天在中东举凡反美、反以等伊斯兰政权都是俄罗斯盟友。

在东方，中国军事崛起有目共睹，启示录十六章12节预言：当第六位天使把碗倒在伯拉大河、河水就乾了，要给日出之地所来的众王预备道路。

启示录是人类历史终结篇，使徒约翰在拔摩岛记载了耶稣向他启示末后七印、七号、七碗灾难、第六碗灾揭开真基督与敌基督的大战。那为何“东方大军”凑上一脚呢？根据我的推测，一旦敌基督控制波斯湾油田，以中国为首的东方列国惟恐石油断供不得不千里迢迢赶到哈密吉多顿与敌基督决一死战，就在此刻耶稣从天而降拯救以色列人，用祂口中的利剑击杀敌基督与地上一切抵挡神国度的军队（参启示录十九章15节）！

圣经中充满许多预言，但最重要的预言莫过于耶稣再来。今天我们灵魂得赎，耶稣再来时，我们身体也要得赎，不但“被提”躲过地上灾难，还要领受基督台前的赏赐。

亲爱的弟兄姊妹们，黑夜已深，白昼将近（罗马书十三章12节），不要定睛无定的钱财，也不要对沦丧世代有盼望，当趁早预备作基督的新妇，穿上细麻衣等待新郎的迎娶！



文/陈佩珏

超越洗马桶的快乐



图/祝子咏

洗刷马桶的原因

香港影坛曾经有部电影《孤男寡女》，男女主角是红透半边天的艺人刘德华和郑秀文。其中一幕是郑秀文抓住马桶拼命洗刷的镜头，这画面烙印在我脑海里挥之不去。

最近，因着新冠病毒(Covid-19)，我发现自己在家进行会议时，一发现地面肮脏时会忍不住去扫地；看到马桶肮脏又忍不住过去刷洗，不禁让我想起《孤男寡女》的郑秀文。我才知道自己做家事的动机，其实是自己处理生活压力的方法。当人面对生命中的“罪”时，又该如何处理呢？

罪的原意

圣经中提到的“罪”指的是人无法完全达到神的道德标准。**“人若知道行善，却不去行，这就是他的**

罪了。”（雅各书四章17节）应该做的不去做就是罪了。**“他们既然故意不认识神……，行那些不合理的事；装满了各样不义、邪恶、贪婪、恶毒，满心是嫉妒、凶杀、争竞、诡诈、毒恨……。”**（罗马书一章28节）就包括在思想上，如不是神的道德标准，就是罪了。圣经里提到如何除掉罪，就是借着主耶稣。

因信得自由

曾有人形容耶稣对我们的爱就像黑板擦，使用黑板擦，字迹就消失了。黑板上的“字”代表“罪”。圣经约翰福音八章11节说到耶稣对那个犯罪被抓到的妇人说：“我也不定你的罪。去吧！从此不要再犯罪了。”耶稣早已预备了祂的黑板擦给我们，凡愿意敞开心扉来认识祂，相信祂的爱，所有的罪就一笔

勾销。这真是天底下的大好消息！

66

神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不致灭亡，反得永生。因为神差他的儿子降世，不是要定世人的罪，乃是要叫世人因他得救。

99

（约翰福音三章16-17节）独生子指的就是耶稣，祂就是爱的代表。

24岁那年，我认识了耶稣，领受了祂的爱；生命从此经历了无比的平安和喜乐，远远超越了刷洗马桶的幸福！

文/李秀玲



信祂，就要去经历祂



旷野里的作业

上个月收到的半个月家用，早已用完了。孩子们所读的私立学校需要交学费了，银行的存款还了学费之后，不够再撑多一个月了。丈夫说公司周转出了问题，我只能把问题交托给神。每次送女儿去芭蕾舞课时，我就想是否要暂停孩子们一切的才艺课。我也在想是否要找临时工，或怎样可以减少开支。每天都有很多想法冒出来，活得好像喘不过气来了。虽然想乐观地去面对问题，事实却是口袋和银行真没钱了，所以喜乐只能停留在“想像”里。

祂会心疼我吗？

有一天，我又在想，如果我妈妈见到我现在这个样子，应该会很心痛。那我天上的父，看到我这样活着，祂怎么就不心疼我、不开路、不供应我呢？“你们中间作父亲的，谁有儿子求饼，反给他石头呢？求鱼，反

拿蛇当鱼给他呢？”（路加福音十一章11节）。这是天父给我的话，我知道祂已经垂听我的祷告。

注目看天父

每天我都在祷告、敬拜和读经的日子里度过，我对神的信心一天胜过一天，虽然还是没有家用，可是生活一无所缺。虽然环境不怎么样，然而里面有着以前所没有的刚强。每次各种负面念头出现时，我可以有能力去抵挡，我宣告神的应许和相信神的供应。虽然口袋还是空空，至少心里很笃定，爱我的天父，一定会供应，不会让我们一家人挨饿。

进入迦南美地

又到了月头，迎来了丈夫的好消息，财务问题解决了，这个月家用恢复了。“你也要记念耶和华你的神这四十年在旷野引导你的一切

路程，为要使你受苦，要试炼你，要知道你心里怎样，看看你肯守他的诫命不肯。”（申命记八章2节）。多么实在的一堂课，原来神喜欢我去经历祂的信实和供应。祂要的不是我吃饱喝足，而是要我长出信心。我的眼目只有信靠神，供应和富足是从祂而来。

66

如今你们若实在听从我的话，遵守我的约，就要在万民中作属我的子民，因为全地都是我的。

99

（出埃及记十九章5节）祂的本意就是供应一切的丰盛给我，因为全地都是祂的，而我要做的，就是遵守与神的约定而已。



文/林玉琴



早已预备

“你看，这是某某中学的招聘老师启事！”还记得以前念大学的时候，我的朋友拿了一张报纸给我看。那时候我才大二，不知道为什么我就把它剪了下来，还贴在书桌前面那道墙上，仿佛那是一张幸运的支票。后来，我大三了，经过长时间与论文的搏斗，终于要迎来毕业了。看着那张招聘启事，上网找了一下资料，抱着尝试的心态电邮了履历过去。时隔多年，我也不明白当初自己为什么留了那张启事，仿佛是来自神的一种内在默示。

等候中有盼望

我默默地等着回复，期间也有电邮或致电到其他学校应征老师，但是给我的答复是不缺华文老师。然后，我也有应征编辑的工作，但是经过考虑还是觉得不适合。有一天，我终于收到了来自那间学校的来电，要求我去面试。我喜悦极了，收拾了所有的履历资料，带着雀跃又忐忑的心情去面试。至今，犹记得校长带着笑脸问了我几个简单的问题，然后让我回去等消息。

时光一天天过去，我等了大概有一个礼拜，心想难道没有机会了？于是我抱着尝试的心态又电邮了另一间学校，就是在我家乡的一间独立中学。很快地，我就收到了电邮回复要求我安排时间去面试。当下我却开心不起来。因为，回去的话，意味着我必须放下这里（吉隆坡）的一切，回去家乡，一切仿佛又回到原点。

仰望信实的神

于是，我向神祷告，期待祂给我答复。如果回去，我也顺服，可以的话，我希望可以留下来。做了这个祷告之后，我就把结果交托给祂。结果，奇妙的事情发生了，我在决定回家乡面试的前一天，该学校就致电告诉我已经被录取。当下我就放下了心头大石，感谢神及时回应我的祷告。“神啊，我曾求告你，因为你必应允我。”（诗篇十七篇6节上句）至今，我学会了一件事，那就是祷告交托，在神绝对没有迟了，而是在对的时机应允我们的祷告。我在该校任职至今已有数年，虽然有低谷总会想起主的应许，是祂把我放在这里，一路上有祂满满的恩典。



在中国云南白族有一种流传了几百年的待客礼俗，称为三道茶。当有节日喜庆或亲友拜访会用三道茶来待客。

第一道茶

是把茶叶烘烤到微焦才注入沸水冲泡，茶味焦香苦涩，称为苦茶。寓意人生的苦境，人是要吃苦的，尤其趁年轻时多吃点苦是好事，是让你日后变得更有力量面对人生风雨的一种磨练，成长之路总有辛苦，像小毛虫蜕变为彩蝶的历程。况且年少吃苦总比过年老吃苦，如果正处在此光景，要知道苦境中当自强从来都是人生的必修课。

第二道茶

为客人奉上的是加入少许红糖，乳靡(当地特产)和桂皮的茶，这杯茶的味道香甜可口，被称为甜茶，取其先苦后甜，苦尽甘来之意，寓意人生的甘境。当苦读有成，学艺满师或经过一番拼搏已事业有成，可以过上安逸的日子。像诗篇一二六篇5-6节所说的：“**那些流泪撒种的，必欢呼收割。那带着种子流着泪出去撒种的，必带着禾束欢呼快乐地回来。**”逆境时不自怨，顺境时不骄傲，懂得感恩和不忘初心，因为最容易迷失跌倒是在顺境



文/陈秉清



的时候。我一直努力学着保罗的秘诀：不论丰裕或缺乏都处之泰然，全心倚靠上帝。

第三道茶

是放入少许花椒，姜汁，炒米花，核桃仁和蜂蜜，饮时轻摇茶杯趁热饮下，这杯茶苦辣酸甜有之，回味无穷，名为回味茶。寓意人生的淡境。当已经历了很多人和事也明白了很多道理。感恩的是信主之后有永恒的盼望，可以淡然和宽容的心态来面对人生悲与喜。是非对错不计较了，恩怨得失放下了。一路走来，人生的点点滴滴，箇中不对外人道的甜酸苦辣，已化作一杯香茶细细的品尝回味啦！

浮生若茶分三道，一苦二甜三回味，品过了云南白族包含人生哲理的三道茶，滋味如何，此刻的你是不是已咀嚼含笑的回想起一些开心的事呢？诗篇九十篇10-12节：**“我们一生的年日是七十岁，如果强壮可到八十岁，但其中可夸耀的，不过是劳苦愁烦，我们的年日转眼即逝，我们也如飞而去，求你教导我们怎样数算自己的日子，好使我们得着智慧的心。”**

愿我们一生因为认识上帝，能够在这短暂的人生中得着永恒的盼望。

跟蜗牛一起去散步



图/钟江林

文/王诗茗



看着新冠病毒的新闻，发烧生病的我，没力没气又没有胃口，庆幸只是呼吸系统敏感发炎，不是感染了病毒，深深体会平时有精神和体力，可以做这事或那事，都是极大的恩典。这时不禁想起了几年前看到的一篇文章《牵一只蜗牛去散步》。

《牵一只蜗牛去散步》是一篇幼儿教育文章，写给需要耐性教育孩子的父母。文章里，上帝叫故事的主人翁牵一只蜗牛去散步。一心急着要完成任务却被慢条斯理的蜗牛拖延，他开始生气，责骂蜗牛，甚至松开手牵的牵绳，跟在蜗牛后面，想要放弃。他慢下了脚步，才体会到身边细腻的美好。

有时候，我带着我的“蜗牛”，它想要悠闲安宁，但我想着要迎合世界的步伐而不断地追求；我想要走得快一点，好得到更多肯定，但“蜗牛”还没走两步就累了。我心里着急，害怕它会让我看起来跟其他人不一样，开始讨厌它，甚至有时不想理会它的感受。它累了，我也累了；它伤心着，我的眼泪也掉了下来。这只“蜗牛”，是我的心，一个很简单却又复杂的地方；一个你可以忽略它的存在，却赖以生存的部分。

信主后来到教会，除了学习真理，在神的爱和教会家人的接纳中成长，也学会了如何了解自己的内心，坦诚面对自己的情绪。伤心失望时，不强颜欢笑；胆怯害怕时，不故作冷傲坚强；生气时，学习去面对而不是逃避。更宝贵的是，在教会里学会了简单的“灵修笔记”，在安静等候主的时间，慢下脚步，重新与心对焦，聆听内心的声音和圣灵温柔的呼唤。一次又一次在神的话语和祂的爱中，找到自己的价值和被造的目的，是上帝的杰作，是有用的。

在安静等候的时刻，细细观察内心感受，让心也与神对焦，深呼吸那份安恬，让上帝的话语调整自己的心思意念，学习分辨什么对我的生命有益处，才会有智慧，不让五花八门的世界扰乱内心，让我也带着蜗牛好好地散步，体会生命的美好。箴言二十三章26节：**“我儿，要将你的心归我；你的眼目也要喜悦我的道路。”**



文/谢淑美



趣味线上课程

让孩子在家也能学圣经认识神！

应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里，保守你们的心怀意念。

(腓立比书四章6-7节)



新冠病毒疫情在我国爆发后，喜信堂停止了一切实体聚会，包括儿童主日学。为了让孩子们在疫情中仍有学习圣经，认识耶稣的机会，主日学老师们竭尽所能、绞尽脑汁寻找一些既创意又有趣的线上儿童敬拜和主日学——“儿童航空探险”（Kids Space Adventure）网上活动。

开创线上灵修小组

行动管制期间，同学们都在家上网课的那段时间，儿童教会牧师Esther抽出宝贵时间，为小一至小六的孩子们开了网上儿童灵修QT小组，为了配合孩子的网课时间而设了每天早中晚三段时间，让孩子在线上一边灵修祷告和牧师交流。

这段时间，Esther牧师默默地守护着孩子们，在网上与孩子交流与联系，了解孩子们的身心灵状况和需要。当孩子回校上课后，牧师与小朋友则每周二至五，在不同地区进行一次的小组活动（IGC），如破冰游戏、敬拜、朗读圣经、祷告和关怀交流时间。

制作儿童主日视频

每周日，一群不辞辛劳且默默奉献时间的主日学老师，在赖雯欣老师和谢淑华老师的带领下，尽心尽力尽意地为孩子作主题构思、制作、拍摄、录影、剪接儿童主日节目和活动，让孩子们在线上活动“儿童航空探险”见面。

老师们根据孩子天生爱玩的特性，开了趣味游戏板块，写下他们的经历、想法和感受，不仅提高了参与兴趣，也能快速集中孩子的注意力。在网络平台进行IQ问答游戏、朗读经文、发布微讨论，同学间彼此互相欣赏，相互评议，分享交流，甚至可以和老师在线请教疑难问题，真正地将主日学融入生活。

虽然这场疫情改变了我们的生活方式，但不能阻止我们对上帝和人与人之间的关系及爱。上帝是那位昔在、今在、永在的神，祂在这场疫情中仍然掌权。

小朋友，如果你想参与喜信堂中文儿童教会的活动，欢迎你联络 Esther Tee 牧师。想参加线上儿童主日，则可订阅“GTPJ 喜信堂儿童教会”YouTube 频道。





大班同学zoom上乐融融



大班同学zoom上乐融融



大班同学zoom上乐融融



小班同学zoom上乐融融



小班同学zoom上乐融融



方予佳老师

感谢神透过这个行动管制期间，让我有机会和一班的主日学小朋友一起进行“太空课程”。在这个课程当中，我不仅学会如何跟小朋友透过网络来交流，还学到以科学知识来分享关于神的话语，从而也有机会让自己增加对太空课程的一些知识。我们都很享受当时的过程。



陈昀好 9岁

去年2019年12月中旬，我的妈妈一直咳嗽，甚至难以入睡，医生嘱咐妈妈要到医院检查治疗，结果显示她的喉咙发炎，多痰导致咳嗽不止，必须做手术。不幸的是，我当时食物中毒，不停呕吐腹泻，必须入院治疗。就这样，我和妈妈一起住院治疗。我想起耶稣，就一直为妈妈祷告，求上帝医治她，让她和我害怕。接着我也唱起主日学教我们唱的诗歌。很奇妙地，我也我不害怕了，妈妈心情也不紧张了，耶稣给我和妈妈平安。凡事祷告祈求，耶稣会帮助我。当我遇到困难时，我会祷告，例如，我参加现代舞蹈培训，因为生病而缺席，没跟上进度，我开始慌，忘了舞步。过后，我祷告求耶稣帮助我。真的耶，我不慌了也能专心跳，还可以镇定地问朋友新的舞步。耶稣真好！因为祂让我不害怕和慌张。我非常高兴，因为表姐 Casandra 愿意认识和相信耶稣，她也与我一同去主日学。



王建文老师

很感谢神！在我十五岁那年，我参加儿童教会服事团队。我服事孩子的原因很简单，因为我喜欢单纯的孩子。曾经一度，我觉得孩子顽皮得让人懊恼，但在我多年的服事里，我领悟到服事孩子最重要的就是跟基督信仰提到的一样——关系的建立。我很开心能跟孩子们建立起美好关系，甚至关系维持到了他们是青少年的时候。在行动管制期间，感谢神我可以透过教会线上活动与孩子们互动，保持联系。



黄勇俊 12岁

行动管制期间，我感觉生命仿佛失去了意义，虽然上课时觉得沉闷，但还是一直惦记回学校的日子，真的很想上学。不知不觉，过了两个月，我的心情渐渐变得越来越烦躁又郁闷，脑子不停地转动和思考，甚至失眠。深夜辗转难眠，我决定起床，跪下向耶稣祷告，求祂帮助我有个好的睡眠。我只说：“亲爱的耶稣，我真的很想睡，求祢帮我。阿门。”过了片刻，我就呼呼大睡直到天亮，真的很神奇！那次之后，每当我睡不着，一定向耶稣祷告，而每次都能睡得很香，还发美梦呢。第二天早上，我带着感恩的心感谢耶稣，我们的上帝好厉害哦！

活出上帝的形象,你最美!



“我很丑”、“我很肥”、“我很矮”、“我不可以”、“我做不到”，是我们经常听到的话，也有可能是我们很常说的话。现今社会，人们对于外表的要求越来越高，许多手机的照相功能都有自带美颜和美瞳的效果，即便没有，人们还是可以下载具美颜效果的应用程式，甚至现在许多电视台的摄影机都有美颜功能。人们，好像已经渐渐无法接受没有经过美颜的照片。

你爱你自己吗？

在这个所谓“照骗”的时代，越来越多人对自己的自我形象逐渐下滑，尽管在社交媒体上看起来充满自信，但也可能私底下是个没办法接受自己的人。

科技的发达，让我们看到别人美好的一面，却也因此，不少人会拿自己与别人做出比较。比较中，我们的自我形象就会受到影响，导致我们不是过于自卑就是过于自信，以这过度的自信来掩饰自己的自卑。

在还没有谈下去，让我们先来做简单的测试，看看你的自我形象是否健康？

◆指示：

请凭着第一感觉来完成题目，不要深入去思考。

尽可能在最短的时间内完成。

为每一道题打分：

肯定或经常有这样的想法：3；大多数有这样的想法：2；偶尔有这样的想法：1；完全没有这样的想法：0

◆测试题目：

1. 我很满意自己的样貌和身材。
2. 我欣赏自己的长处，也接受自己的弱点。
3. 我受到自己认识的人的欢迎和尊重。
4. 我能够和其他人合作和融洽的相处。
5. 当我遇到困难时，我会知道可以依靠谁或向谁寻求帮助。
6. 我不会因为突发状况而变得焦虑。
7. 我会很乐意接受任务和新挑战。
8. 我相信我自己的意见和能力是可以帮助其他人解决困难的。

◆总分解答：

20-24：你有很高的自我形象。你很少会怀疑自己日常处事的能力和在人群中的表现。其他人会觉得你是个很镇定，甚至有点自负的人。

13-19：你的自我想象是中等。一般来说，你接受自己的表现，相信自己的能力也有足够的安全感，而其他人也会觉得你很乐观，以致他们会想和你合作。

文/王芷晴



7-12: 你的自我形象比较低。有时你会怀疑自己的表现和管理, 也会担心别人会不会接受你。你会经常询问别人的意见, 因为你怕做错决定, 怕得罪别人。别人会觉得你是个谦虚的人但同时也会觉得缺乏自信。

0-6: 你的自我形象偏低。你经常怀疑自己的能力, 也不喜欢表现, 因为你害怕与人相处, 所以你会逃避人群。你也会放弃去承担一些任务。这样的你, 让别人觉得你不好相处, 甚至是个不愿意履行自己责任的人。

按着上帝的形象造的

无论你的分数是在最高或是最低都不需要太过开心或是伤心, 想想整个过程中有没有高估或者低估自己。当然, 这分数并不代表你百分百就是这样的人, 而只是帮助我们意识到自己对于自己的自我形象高低; 若是很低, 我们尝试提高它, 若是分数很高, 我们就去评估哪方面可以学习谦虚的。

圣经创世记告诉我们: 我们是按着神的形象和样式来创造的(创世记二章26节), 为的就是要我们管理在这地上上帝所创造的一切。

言行举止更像神

形象和样式说的不单单只是外貌, 我们更应在我们的内涵、个性、创意性等方面更像神。我们是神放在这个世界上的“代表”, 别人看到我们, 就能“看到”神的作为和伟大。

没错! 我们是人, 并不完美, 但这个不完美不是让你看到自己到底有多差, 而是让你看到神在你生命中到底有多么的伟大。因为在你不完美里面, 你会看到神奇妙的作为。

66

你叫他比天使(原文作上帝)微小一点, 并赐他荣耀尊贵为冠冕。你派他管你手所造的, 使万物……都服在他的脚下。

(诗篇八篇5-8节)

99

或许你觉得自己不比别人好, 表现差强人意, 外貌不特出, 身材一般般, 没有显赫的背景, 雄厚的经济, 但圣经却告诉我们, 上帝赐我们荣耀和尊贵为冠冕。我们与地上的生物都是用尘土所创造的, 但什么使我们与牠们不一样呢?

就是上帝在造人的时候, 向我们吹了一口气, 就是这口气使我们与其他生物不一样。

不与他人比较

上帝创造你, 是要你做“管理者”, 而不是拿自己与别人比较, 越比就越自卑。这个自卑感除非你愿意, 否则一辈子都会有的。因为人外有人, 天外有天, 不管你变得再好, 再美, 再有实力, 再有钱, 总会有比你更加优秀的人。

所以要记得, 神创造我们, 是“甚好”的, “甚好”英文是 Very good 的意思。祂看你为 very good, 为什么你看自己为bad呢?

多欣赏自己一点

粤语有一句谚语“烂船都有三分钉”, 再糟糕的人也有其优点和长处。多欣赏自己的优点和长处, 在自己的缺点中慢慢改进, 不要老是拿自己和别人做比较, 假如社交媒体是其中让你自卑的原因, 那还是少看为妙。总要记得, 你是按着神的形象所创造的, 是甚好的。多欣赏自己, 少批评自己, 你就会发现, 你真的没有你想象中那般差劲和糟糕。



十字路口 遇见恩典

文/郑美恩
图/孙明轩

回头看这短短二十一年，才发现我生命中的每个脚印都是神的恩典，祂一直带领和陪伴着我，让我在面对抉择时不迷茫也不惊慌。

无心插柳却发掘自己长处

相信每个人都有过站在人生十字路口却不知该往哪走的经历，我也曾经如此。升form 4那年，我在选择理科还是文科的路口中犹豫不决。以我对自己的认知，我绝对是个读文科的人，因为科学这门科目是我很讨厌的，想到要面对三个不一样的科学科目，我就无法想象要怎样熬到毕业。但此时，我的朋友鼓励我先去理科试一试，假如真的适应不了，才写信申请转回文科。一开始我只是抱着跟朋友一起，暂且一试的心态而进了理科，后来又觉得写信很麻烦，就这样待在理科班直到中学毕业。

这两年，日子其实并没有我想象中难过，甚至发现自己越来越喜欢生物这门科目。我是个怕麻烦的人，总是把事情做得越简单越好，但我却会自动自发地画出生物科的flowchart，这个举动是我在其他任何一个科目都不会做的事。

我还记得form 4时，考试中有一道题回答得特别好，老师甚至叫其他同学参考我的答案；Form 5时也曾在小考中考得100分。这都是在其他科目不会发生的事。

大学选科的迷茫

很快的，中学生涯结束了，我来到人生中第二次做选择的时候——大学要选什么专业。

比起只有“文科”和“理科”两种选择，面对众多的大学科系，我就更加难以做决定。虽然当下犹豫不决，但对于未来的方向，我心中其实有设下一些不大但却很难被满足的要求。

第一，我无法忍受每天只坐在电脑前敲键盘的工作，因此希望未来的出路可以跟别人有交流；第二，虽然喜欢交流但我不喜欢那些需要有好口才方能胜任的工作，因为我很难在短时间内把想要表达的句子组织好；第三，虽然不想一整天坐在电脑前，但我还是希望偶尔有些文件需要处理。

当然最重要的，还是学费不能太贵，最好是可以拿到奖学金就读。每次看着自己所设的条件，我都觉得很矛盾，左思右想应该只有大众传媒或活动策划（Event Planning）适合我读。

寻求牧师意见

迷茫之际，我决定寻求牧师 Pr Joyce 的意见。我把自己的困扰告诉她，交谈间，她问我有没有想过要修读护士的这个专业。她这么一问，马上点醒了我。这个职业，也很符合我所设下的条件。于是我往这方面找学校，更蒙福的是，

我不仅通过了面试，还拿到全额奖学金，缴付学费后还有额外的零用钱，减轻了家人的负担，偶尔还可以请家人吃东西。

享受学习也热衷服事

升上大学后，因为对生物的喜爱，在学习方面尚算轻松，就算感觉有压力或挫折时，我也知道上帝会帮助我。

还记得有一段时间，我参与很多教会的活动与服事，同时又接近考试阶段，理应会被压得喘不过气，但上帝却让我更珍惜和享受读书。越亲近神，就越有兴趣读书，考试越有信心，成绩也越来越好！

这种祝福就是你从考场出来，会对自己的答案很有信心，知道成绩也会不错的满足感，因为努力过程中也有耶稣的参与。

与祂走过每个十字路口

蓦然回首，从中学开始，上帝就一步一脚印的带领我。在我看来我是站在十字路口，但原来上帝一早就已经为我的未来有了全盘的加护。现在我很享受我的学业，在医院实习时也很享受当下的工作。

接下来的年岁，肯定还会有更多的十字路口等着我，但我深知不必担心也不必忧虑，因为耶稣的平安和恩典与我同行！

一切总有神美意

口述/俞丽芬
采访/张秀芳、林美凤



2019年1月21日，就像一个平常的星期一，不料却成了我毕生难忘的日子。

当天晚上我的丈夫叶伟国和朋友出去，凌晨接到消息说伟国不舒服，去诊所时还可以自己下车，到了诊所却陷入昏迷。诊所医生叫救护车把他送去了医院急救。我们赶到医院时，他已经心脏病发作，离开世界，永远离开了我！

当下，我的脑袋一片空白，仅存圣经的一句话：“不用为离世的人忧伤。”在脑海里来回荡漾。

帖撒罗尼迦前书四章13-14节：**“论到睡了的人，我们不愿意弟兄们不知道，恐怕你们忧伤，像那些没有指望的人一样。我们若信耶稣死而复活了，那已经在耶稣里睡了的人，神也必将他们与耶稣一同带来。”**

在丈夫的追思礼上，我木无表情，不会流泪，更不知道要说什么，就让孩子上台致词缅怀父亲。超过一个多月的时间，我表面上如常地过日子，心里总会有种说不出的沉重，仿佛行尸走肉般漫无目的地活着。

结婚四十年的枕边人突然离世，让我无所适从，比如说，我每天煮饭后，丈夫都会帮忙丢垃圾、抹地。有时会忘记他已经不在了，我还会像以前一样叫他丢垃圾，叫了后才觉醒他都已经不在人世了，不再会有人回应我了，一阵阵失落感侵袭心灵，让我一次次陷入凄苦无依的状态之中。

到了农历新年过后的领袖小组，金梅牧师叫我们分享一整年有哪些经历需要感谢神。我原本也没想到要分享这件事，不知怎么地，一讲到：“我丈夫突然间就离世了……”眼泪情不自禁地流下来。奇妙的是，当我哭了之后，整个人轻松了许多，压在心头的大石终于卸下了。

回想起来，神的慈爱是那么地真实，一切都在祂巧合安排当中。

早在丈夫离世前几个月，就有位邻居怀孕了要找保姆。在丈夫离世后不久，那孩子出世送来给我照顾，刚好让我的生活忙碌充实起来，而没有太多空闲的时间悲伤。

更奇妙的是，那位邻居来接孩子时，经常会与我聊天，我有机会向她传福音，甚至邀请她来幸福小组成为我的BEST。

回首一看，神确实转化了我的生命。信耶稣之前我有很多坏习惯，比如说脾气暴躁，会说“三字经”，也爱拿别人来开玩笑，喜欢说冷笑话来嘲笑人，那时也不觉得这是不好的行为。

信主后，有天读经有句话一直在警醒我：“你要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒”（雅各书一章19节）。之后才知道原来是神在向我说话，因为我之前没耐心听别人把话说完，只要一听到不合我心意的，就会阻止打断而且大发脾气，这节经文帮助我慢慢地学会管理情绪，不再讲“三字经”，也不再说冷笑话取笑人了。

我最大的欣慰是丈夫伟国在世时也看见我生命的转变，加上孩子和孙儿都有去教会，他也开始跟着我们去教会，甚至会在家里抱着孙儿来读圣经给他们听。我和丈夫在2017年11月12日参加喜信堂教会的“夫妻祝福礼”，在主耶稣的爱里，找到新的亲密。

感谢主，即使经历老年丧偶的打击，在主耶稣的恩惠慈爱，以及教会牧师与弟兄姐妹的扶持下，我依然可以刚强站立，继续照顾儿孙，也在教会服事，参加培训课程，学习更多真理，让自己的生命以神的恩典为年岁的冠冕，所走过的路径都有神美好的印记，阿们！



报道/
洪凤娇博士

跨越障碍 迈向神的心意

上帝没有应许天色常蓝，然而祂应许我们，祂必不撇弃祂所爱的儿女们。虽然我们在各自的生命道路上会经历不同的挑战。然而上帝的恩手牵引着我们跨越障碍，迈向神的心意。在过去的行管令期间，教会一班弟兄姐妹仍靠着上帝的恩典，完成线上成长班，经历神信实的带领。以下为学员们的见证：



庄祁山

少年时期就信主的我一直认为自己认识真理，但直至参加E1生命更新营及成长班，才发现自己没有真正跟随耶稣的脚步，更没有敞开心去领受神的真理。透过课程，我才感受到自己是真正重生的基督徒，并被圣灵充满，积极参与祷告会操练方言祷告。我决定靠着主的恩典及带领，继续过全方位基督徒的生活，透过读经、祷告、参加主日聚会及祷告会，愿神的旨意成全在我的生命中。（英译中见证）

张欣

在还未上成长班之前，我是个蛮难去顺服的人。若是要走出舒适圈，我会觉得很麻烦而选择不顺服。透过课程，我了解到顺服的意思——即便那件事使你很不舒服，但你仍愿意改变自己而去实行。心里少了埋怨，多了包容。透过课程，上帝改变了我的处事态度，并且学到了许多，也更了解圣经真理。最重要的是，与上帝的关系更亲密。



钟宁昕

感谢神让我在忙碌的生活中，甚至是在行管令期间仍然可以上课。在每天的祷告中，我会更注意世界和环境的需要，不再只为自己祷告，而是先为神的国和义祈求。在这段期间当中，我发现自己跟神的关系也越靠近，很享受与祂独处的时间，敬拜赞美祂，与祂述说我所面对的困难和挑战，就像朋友那样交谈。感谢神回应我的祷告，在我失落迷茫时祂给我及时的安慰，也指引我方向，让我真实感受到祂时刻与我同在。

巫启强

刚开始上课时，我很不情愿祷告、灵修及参加主日聚会。然而，当我持续上课，上帝改变我的思想和行为。我开始每天积极参与晨祷、读经、祷告、灵修、参与小组和主日聚会。上帝透过这一切，使我明白宽恕别人等同宽恕自己，并且不再被情欲和仇恨所捆绑。过程中所经历的，也帮助我看见神所做奇妙的作为和应许，让我能够用行为来证明我的信心。



►► (仅刊登部分
学员的见证)

蔡纾雯

信主后，我只是偶尔参与小组、主日崇拜，完全感受不到耶稣的存在。遇到问题，也不会祷告。然而上帝没有撇弃我，更呼唤我回家，激励我要更认识祂。所以我开始参加培训课程。我认为成长班并不只是一个课程，而是与神相聚的地方，是与神相遇的开始。透过成长班，我在生活上最大的改变是操练属灵生活的功课，包括抄经文、背经文、灵修等。



陈银花

过去，我靠自己的方法去摸索属灵方面的知识，尤其是如何灵修，什么是圣灵等。结果，灵命没有成长，与上帝的关系也没有进展，参与崇拜无法投入，也没有归属感。读圣经却无法体会当中的真理，更不要说得到上帝的启发，或感觉上帝的同在。上帝透过课程向我解答这些问题，也使我更明白什么是救恩，并更多地依靠上帝，也操练方言祷告。我发现自己渐渐可以比较自然地与上帝讲话，每天晚上都会向祂说话才休息，内心也有了更多的平安与喜乐。



林建达

因为行管令的缘故及小组组长、组员的鼓励，我终于报名参加成长班课程。透过课程，我不再是“有事找上帝，没事没上帝”的挂名基督徒。在上课过程中，我领受到从神而来奇妙的恩典、喜乐及属灵的力量。以前的我没有自己读经祷告的力量，而如今我开始养成这个属灵习惯。感谢主，让我能靠着神的恩典能力，胜过不舒服的挑战。



胡秀琼

我在行管令期间失业，刚开始时我有点颓废，不明白为什么天父允许这样的事发生在我身上。我也非常失望、失落。但透过课程，我明白到为什么阿爸天父一直没有回应我的祷告。当我转换想法，并以不同的方式祷告后，阿爸天父真的回应我了，而且给我的是超乎我所期待的。



黄楚茵

原本担心无法安排时间上课，但出乎意料的能在行管令期间上课。上课期间，我与神有更多的连接，会常常来到上帝面前祷告、灵修等。上帝透过灵修对我说话，让我的灵命成长。过程中最深刻的学习是要对上帝有信心。即使环境不好，但是上帝是掌权的主，依靠祂凡事都有可能。我也领受到在面对事情时要有正面积极的想法，更学习从这些事情当中来感恩。我知道神是保护我，是不会撇弃我的。





专栏作者
周珮仙

2020年对每个人来说，都是颠倒次序的一个经历。困顿的现状，看不清的前方，令许多人身心灵都极受煎熬。你是否还记得在去年跨年倒数中，许下了一个怎样的愿望？脱下旧人，穿上新人，换个发型，换个look？有没有给自己的心志也换个feel？换个方向，穿上专注点呢？

神使祂的百姓得胜

以赛亚书二十六章，神向以赛亚先知启示了未来，以信心和赞美夸胜混乱动荡的时代。

66

坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。你们当倚靠耶和华直到永远，因为耶和华是永久的磐石。

99

(以赛亚书二十六章3-4节)这“永久的磐石”，是我们今天的磐石，也是我们未来的支柱。成功的人生是必须有神的带领。到底是：

“你成就了梦想，还是梦想成全了你？”

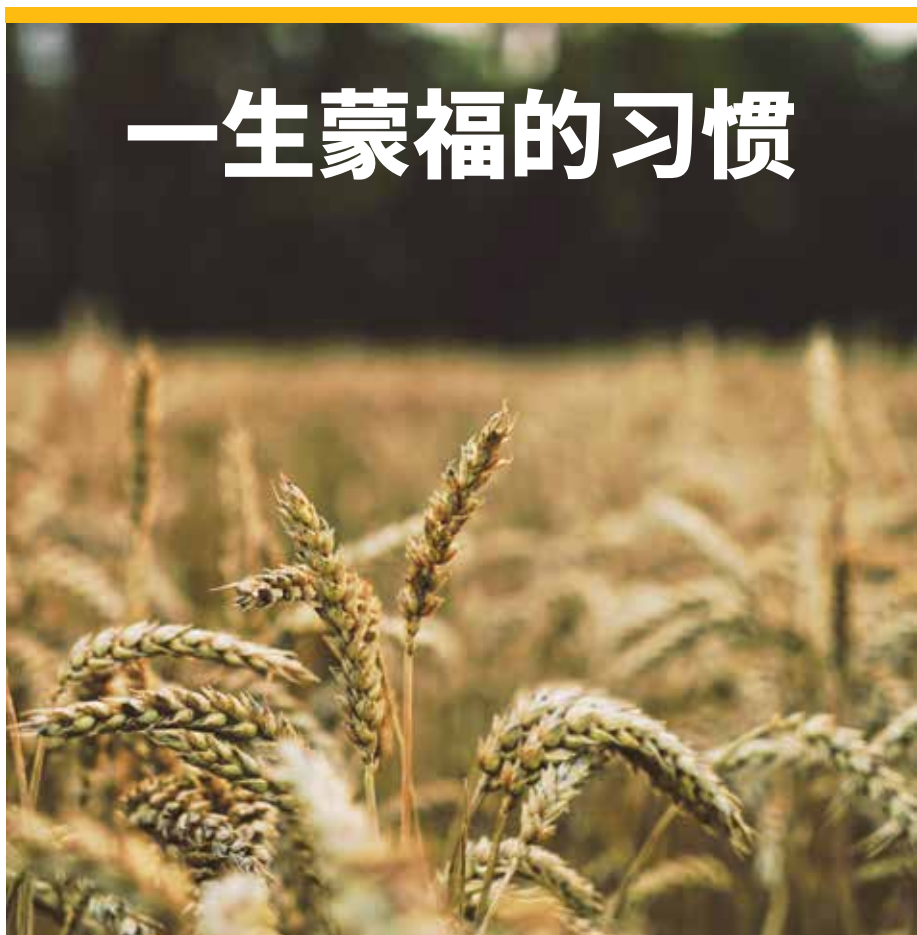
Does the person make the dream or does the dream make the person?

这是值得思考的一点。当我们专心倚赖神的话语、教导、督斥，神要给我们十分平安 (Perfect peace)。一个对神的话感兴趣的人，和一个愿意委身于神话语的人，生命的结果也会不一样，因为神都给了我们选择的自由意识。

建立一生蒙福的好习惯

一个双薪收入还可以的家庭，总是搞不懂，每个月钱花在哪儿，只知道月杪付账时入不敷出。尤其现在都用电子钱包

一生蒙福的习惯



转账付费，花费更是在不知不觉中。渐渐地，只知道家庭开销越来越大，债务越来越多，却搞不懂问题出在哪里？

我们可以探讨一下几方面：

1. 不明确的处理钱财

当我们冲动花费，不知道什么该买，什么该节制，就会把有限的收入当作满足欲望的工具，而失去了掌控消费的能力。

方法：记录每日开销，实行每月记录表

2. 延迟满足私欲 Delayed Gratification

“我的生活我自己管。享受生活让我觉得幸福。”是人之常情的观念。但神的意念高过我们的意念。一个人若在不义的钱财上一味顺从自己的私欲，神又如何把真实且具永恒价值的钱财托付我们呢？就如前提所说的，对神的话感兴趣，与对神的话委身是有分别的。

方法：沉住冲动，慎重考虑7天。厘清需要和想要。

3. 行动缺乏计划

我们往往在安逸环境中，都以为只要我继续工作，生意继续扩展，未来的日子不必愁。对于国人随性消费及借贷，也是让我们对疫情冲击措手不及的原因。缺乏危机感，导致我们过度投资，忘了神教导我们要学会知足。

方法：咨询顾问，作全面理财规划。祷告寻求神掌管我们的每一天，认识神在我们生命完全的主权。

神没有说财富成功是坏事，神只叫我们要分清优先次序，不能一心侍奉两个主——马太福音六章24节：一个人不能事奉两个主；不是恶这个、爱那个，就是重这个、轻那个。你们不能又事奉上帝，又事奉玛门（即财富的意思）。

学习为自己的生命负责，不是一朝一日的的事情，也正因如此，我们要不断从神领受启示，克制己心，祷告神赐下谦卑学习的心志。

因为爱; 所以爱



多年前妈妈在老家后院种下一棵红毛丹树。印象中，每回打电话回家，当爸爸接听时，我们聊起的总离不开红毛丹的话题。如果我回老家，刚好又赶上果子成熟，爸妈都会为我留一些红毛丹放在冰箱，而我也期待着吃上那又大又红又甜又脱核的果肉。这一幕幕，都蕴藏着父母的爱，多少年后我仍铭记于心。

说到果树，总让我想起一节经文：
少种的少收，多种的多收。
(哥林多后书九章6节)

不一样的服事

在仁爱班服事的老师每月都会出席两次以上，出席率是保持与孩子们建立关系的最佳方法。

仁爱班有一位“元老级”老师——美恩，她是个既有爱心又有耐心的老师，且每周都来仁爱班服事。她挺享受与孩子们在一起的时刻，而她的坚持也打动了孩子们的心，孩子们都非常爱她和喜欢亲近她。

不过作为一位初学者，这群特别需要爱的孩子给了她很大的考验，面对这群有些是缺乏学习能力、行为问题、多动、专注力不足或沟通能力弱的孩子，她又是如何去面对呢？

美恩老师的话：

还记得第一次踏进仁爱班教室的时候，

我心里就非常确定，在仁爱班服事是上帝给我的呼召。在这里，志雄老师常会表扬我是位有耐心和坚持的人，而我对自己的了解，却是相反的。

因为爱所以坚持

仁爱班的孩子都特别活泼可爱，所以教室会比较热闹，老师不足时还会有失控的情况，大家都不知所措，我能包容他们和坚持的服事，都是因为我很爱他们，这份爱让我坚持到底。

66

神就是爱；住在爱里面的，就是住在神里面，神也住在他里面。 (约翰一书四章16节)

99

或许在别人眼中，仁爱班的孩子都很捣蛋，有尖叫的、哭闹的、不听话的、到处跑的，也有滚来滚去的，但在我眼中，他们是值得被爱的一群小天使。当我们尝试去理解和明白他们这些举动背后的原因，就能接纳他们所做的一切。

走进他们的世界

记得有次一位小朋友特意去作弄其他孩子，不听老师的指示，做出一些让人生气的举动，但当我理解后，才发现原来是他刚刚做错事被父母骂了，只是他不知道如何表达他伤心的情绪，才会如

专栏作者
周志雄与曾凤仪夫妇



此；还有一位小朋友会在上厕所时玩水，喷到老师全身都湿透了，她爱玩，却用错了方法。如果你陪她上厕所时，透过聊天分散她的注意力，就不会出现这样的状况，老师也会比较“安全”。

一天天的相处，让我更了解他们，他们也更明白我，我能明白什么事情会刺激到他们的情绪，也知道他们的下一个举动是什么；同样的，他们也知道该如何表现才能得到我的表扬。

服事中领受祝福

在服事过程中，与其说是我在祝福他们，不如说是他们在祝福我。在日常生活当中，我们都会面对各样的人事，我也常会感到迷茫，或不懂得如何去爱，会对生活失去了热情，但每一次当我面对这班孩子，神就会透过他们的单纯和接纳来安慰和鼓励我。服事并不是一直在给予，一直在祝福别人，因为最后得到更多祝福的反而是自己。

66

早晨要撒你的种，晚上也不要歇你的手，因为你不知道哪一样发旺；或是早撒的，或是晚撒的，或是两样都好。”

(传道书十一章6节)

99

每个孩子，都值得疼爱。写这篇文章时刚好是父亲节，回忆了很多父亲的点点滴滴，颇有感触，突然也想念着他，很想在这对他说声：“我爱你，你是我生命中的骄傲！”



专栏作者
陈晓晖牧师



你有脆弱, 神有恩典

一眨眼, 2020年似乎过得特别快, 然而, 令人沮丧的是, 这一年让人值得骄傲和庆贺的事寥寥无几, 反而因疫情的缘故, 全球笼罩在一片愁云惨雾中。新冠病毒除了直接威胁人类的健康, 还带来了许多连环效应, 包括经济萧条衰退、政局动荡不安、人们情绪与精神超负荷引发社会问题, 如: 酗酒、暴力、偷盗、自杀等。人们需要面对无法想象的残酷连环打击, 措手不及。更讽刺的是, 在人类历史中最进步、文明与科技发达的年代, 却也是我们显得最脆弱的一次。

脆弱 (vulnerability), 意即身心暴露在容易被攻击或受伤的状态, 形容人不够坚强或经不住困难与挫折, 比如: 承认自己做错了决定、向他人分享自己内心真正的感受等。对大部分人来说, 脆弱是负面且可怕的, 因此我们往往会因羞耻感、害怕别人的眼光, 而避免, 甚至抗拒暴露、承认与分享自己的挣扎、软弱和缺点。

社会主流价值观, 似乎塑造了一种包装文化, 无论是现实生活中的衣食住行, 还是网络世界的社交媒体, 人们倾向于将最光鲜、美好、优秀的一面展现出来。我们沉浸在虚假的完美中, 努力经营着海市蜃楼, 却把内心的脆弱、求救的呐喊与有缺陷的自己给隐藏地好好的。

这使得我们对于自己的脆弱与不足更加难以启齿、羞于寻求帮助, 特别在疫情中面对经济压力、失去工作、婚姻触礁、亲子关系疏离等问题。无法坦诚与人分享, 影响了我们的人际关系, 没办法进一步与他人建立真诚、有意义的关系。独自面对自己的脆弱, 让人在精神与情绪上面对极大的压力——不安、焦虑、恐慌、无助、失去自我的价值与对生活的期盼, 因而延伸出许多行为的偏差, 伤害了自己和身边的人。这样的恶性循环如果没有停止, 随时将我们推向

毁灭。

其实, 没有一个人是完美的, 人有脆弱是再正常不过的事。坦承并接纳自己脆弱的人, 往往是相信自己值得被爱, 并拥有归属感的人。他们不伪装成别人眼中的自己、或努力成为完美的人, 而是选择真诚地活出正在“改造过程”中的自己。当我们拥抱自己的脆弱, 我们可以主动开口道歉、先说我爱你、帮助那些没有能力回馈自己的人等。接纳自己的软弱和不足, 其实是个发现恩典、喜乐与爱的机会, 是个让人真实活着, 并且生命经历成长和蜕变的契机。

1. 承认脆弱不完美, 遇见成长的机会

人人都有其不足之处, 无论是先天 (如: 性格、体力、家庭背景等) 或是后天的 (如: 行事为人、人生历练、资源等), 都会形成个人生命中的限制与不完全, 因此我们需要意识到自己的不足, 方能从不同的人、事、物身上得到帮助、获得资源、找到出路, 这样的态度使人生充满成长的机会、让自己不至于困在挑战中苦苦挣扎, 让心灵饱受折腾。

2. 接纳自己的情绪, 学习抒发不压抑

当我们一味否定自己的软弱和不足时, 个中情绪包括焦虑、气馁、失望、恐惧、羞愧等也一并被否定与掩盖。这长期的情绪压抑也将其他正面情绪包括开心、兴奋、感激等一并压抑下来, 久而久之变得麻木不仁。有者甚至会情绪失控, 无法有效处理生活中的人与事。经历负面的情绪, 其实并不代表我们是个比较差、比较坏的人, 而是在反应我们内心世界正经历一些不舒服的事。我们需要的就是寻找对的出口抒发心中情绪, 包括找人倾诉、运动、祷告等。当我们处理好心情后, 就能处理好事情了。

3. 花时间经营关系, 经历关爱得力量

通讯的进步与发达带来人类在社交上的方便, 然而这似乎减少了面对面真实交流的频率, 言语与情感间的表达与流露, 也省略了。我们快速地穿梭在不同对话中, 一不小心就会变成机械性地回应。面对人性的脆弱, 需要人性地帮助和陪伴。因此刻意用心经营生命中的重要关系, 包括与神的关系、婚姻、亲情、友谊等, 能让我们在面对压力、挑战、脆弱时, 成为你我最好的支援、安慰和倚靠。在关怀和陪伴过程中, 我能因着别人对我们付出的爱, 得到重来的力量, 重新出发、面对现实。

4. 寻求与接受帮助, 开阔心胸和眼光

当我们面对人生风浪时, 也是最容易变得脆弱、最需要帮助的时候。史上最有智慧的人——所罗门王曾说: “独断专行, 计划失败; 集思广益, 事无不成。” 因此, 在这过程中, 我们需要寻求与接受可信任的他人所给予的帮助, 这些可信任的人可以是我们的家人、朋友、教会领袖等, 让我们获得不同的资源与咨询, 从不同角度了解和处理事情, 让思维更宽广。有他人陪伴, 使我们在面对难题时不孤单、不迷茫, 并减低我们的无助感。

圣经中, 保罗告诉我们, 上帝的恩典够我们用, 因为祂的能力是在人的软弱上显得完全。在人性的脆弱与不足中, 上帝所给予的盼望、帮助、接纳、爱和鼓励使我们足以面对风浪与挑战。脆弱其实并不可怕, 可怕的是我们一直沉溺在脆弱中, 无法自拔、动弹不得。让我们学习拥抱脆弱, 接纳自己的不完美, 并在过程中重新得力, 刚强站立! 祝福你我, 展翅高飞, 活出自由、美好的风采。

好书推荐

文/黄佩贞

中文堂
图书馆



使徒中心-新世代的新皮袋

作者/荣撒卡

本书提供开创性又符合圣经真理的思维，了解建立“使徒中心”在新世代的装备不只在理性上的知识，乃是在圣灵恩赐里操作，训练门徒以信心启动恩赐，成为充满创意，大有能力的勇士，在生活和职场上每个层面都能够为主发光，转化世界。



给FB按个赞

- Father's Blessings

作者/张茂松

本书记载张茂松牧师在脸书发表的八十篇有趣、真实和感动的生活化分享，跟圣经中的教导相互辉映。每一篇短文都非常正面，激励人心，开阔眼界，有助增加知识和智慧，非常值得一读再读。



幸福婚姻圣经

作者/诺曼.莱特

作者以宽广的沟通境界分析男女双方在沟通方式的差异，要如何在此基础上实践有效沟通，有助即将步入婚姻或结婚多年的夫妻更深入认识彼此，以建立幸福美满的婚姻生活。



合神心意的母亲

作者/伊莉莎白.乔治

在这本书里提供十个简单实用的法则，振奋人心的鼓励信息，以及神的话帮助母亲教养出敬虔爱神的孩子。



(左起) 陈杰仁弟兄和同工们合照

先求神的国

文/陈杰仁



疫情当前，仍要相信

66

先求神的国和神的义，这些东西都要加给你们了。

(马太福音六章33节)

99

很多基督徒对这段经文并不陌生。于我而言，这一段的经文特别有感动，也激励我坚持做幸福小组。

2020年2月下旬，是喜信堂再次启动幸福小组的季节，可三月中旬，我国爆发新冠病毒疫情。这段期间，几乎每个人都在担忧财务经济、粮食供应、公司业务，甚至一些人还害怕面对被解雇等的烦恼。我是美食拍摄工作者，事业也陷入困境。

我求问上帝，“我还能为你做什么呢？”“当时，我唯一的服事就是幸福小组。虽然心中有怀疑，但还是决定开始线上幸福小组。同时，非常感恩教会，安排了Zoom的课程让我去学习。上帝的恩典，就从我决定相信时开始发生了。

信实神，与我们同工

起初我和同工们有很多的顾虑，担心网路问题、是否有Best出席和同工们的情绪等等，因此我们学习用更多的时间来祷告。

从Best入场的那一期开始，上帝就为我们预备了两位Best。每一周的线上幸福小组，我们都很兴奋和投入地完成我们的使命，即使偶尔面对网路问题，但Best都很愿意配合直到结束。

艰辛地来到第七周，终于结出果子了。最奇妙的事是，这两位Best，在第八周告诉我们，无论是敬拜或是分享的时候，因为网路很卡，他们其实无法真正听清楚信息和诗歌的内容，但他们仍决志信主，因为他们“看见”神的爱——同工们的相信和合一感动了他们。

恩典超过我所想

透过Zoom，我开始了幸福小组，更从中掌握Zoom多方面的操作技巧。不久，我非常荣幸地受新加坡Nikon公司邀请成为线上导师，得到教学收入。

这一切都是上帝奇妙的恩典！当我们先求神的国和神的义，我们所需的一切，上帝必赏赐超乎我们所求所想。

Selayang Emerald Avenue
线上幸福小组



唯有去传,才能听见

文/张咏健



迈开步伐去传

步入第五期的幸福小组, 我又再一次担任了幸福小组福长。这一期的幸福小组对我而言, 困难重重, 因有新的幸福同工加入, 需要有耐心地教导和彼此配合。

完成三个星期的封闭周后, 因着疫情, 无法有实体聚会, 幸福小组也因此暂停了一段时间。终于, 经过多番讨论后, 教会决定开跑线上幸福小组, 我们也凭着信心去做。

虽然第一个开放周没有BEST参与, 因为大家都还在适应新常态, 但感谢神, 同工之间也因此花更多时间来讨论, 彼此代祷和扶持。透过我们的祷告及检讨, 接下来的几周幸福小组都有BEST参与。

撒下福音的种子

虽然这一期的幸福小组没有BEST信主和落户, 但深信我们已经做了撒种的工作。

当BEST在家防疫的时候, 还可以参与幸福小组, 除了帮助解闷, 也让他们听见了福音。我们也在幸福小组之外, 一起继续与BEST联络交流和建立关系。在线上幸福小组期间, 最大的收获就是经历神的平安, 使我们与神建立更稳固的关系。

即将开跑幸福小组的战士们, 无论接下来的挑战多么大, 都不要放弃, 因背后的奖赏是大的! 当看见BEST信主的那一刻, 一切的付出都是值得的! 没有传道的, 怎能听见呢? (罗马书十章14节下)



唯有去传, 才能听见。



文/颜依倩 (Victoria)

我 不 好 胜 ！

某天，有位小学生在课堂里举手发问：“老师，为什么妳的名字是Victoria？”另一位学生接着回应：“Victoria 不是胜利的意思吗？老师，妳是不是任何事都想要赢？”另一位学生也来凑热闹：“任何事都想要赢，一点也不好，太好胜了！”

课后，我静静地想了想这名字的由来，是在18岁洗礼的时候牧师祷告领受后取的，当时并不明白这名字的意义。现在回想过去这十年的经历，真的很感谢上帝，因在每次生命的挑战里，这名字都提醒我要靠主得胜。

得胜的生命，并不是一直过得风平浪静。得胜前，是要通过艰难的试炼，再经历挣扎和困难，突破种种挑战，才能得着得胜的结果。得胜前，也会经历一段降服的过程，来到上帝的面前承认自己的无能为力，再经历从神而来的力量，而反败为胜。

曾有一次，同事联系我通知说我车子的四粒轮胎和钢圈都被偷走了，当时我既紧张又恐惧，而后就常常提心吊胆，担心出去给坏人盯上，会有危险。后来，有位牧师为我祷告，恳求上帝医治我的心，使我可以原谅小偷的所作所为。

祷告后，奇妙的事情就发生了！我心里不但有真平安，而且感到很喜乐，还为小偷祷告，祝福他不再做坏事和生活不缺乏。同事看到我情绪上的转变，都觉得很奇妙。原本重新安装新的轮胎和钢圈需要花费四位数的费用，我也向上帝祷告，希望能减少所要承担的费用。最后，车厂只收取了三位数的数额，真的非常感谢神听了我的祷告。

我真实地经历到以弗所书六章10节所提到的，**你们要靠着主，倚靠他的大能大力，作刚强的人。**依靠自己的能力真的有限，但依靠神就能反败为胜。

面对艰难的人生挑战时，借着祷告全心依靠神的帮助和力量，就会得胜有余。正如罗马书八章37节：然而，靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。

若您心中有感动.....

亲爱的读者，若您读了本刊物后，心中有感动，愿意让耶稣带领您一生的道路，您可以如此祷告：

“亲爱的主耶稣，我要相信祢，接受祢进入我心中，作我个人的救主和生命的主。求祢赦免我一切的罪过，帮助我，让我能认识祢更多，成为一个蒙福的人。奉主耶稣的名祷告，阿们！”

恭喜您，如果您做了以上的祷告，您就是基督徒了。

若您想了解更多关于基督教，欢迎您与我们联系：

八打灵神召会喜信堂 No. 6, Jalan Bersatu 13/4
Section 13, 46200 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia
Tel: 03-7958 2777 Fax: 03-7958 5300
Email : gtchinese@gladtidings.org.my
Facebook : facebook.com/gtpjchinese
Website : chinese.gladtidings.my