

喜讯

GTPJ CHINESE CHURCH NEWSLETTER

2020年8月 第37期

漫步人生路，
花香岂能常漫？





文/张秀芳

疫情

“送大礼”，
废物变黄金

铜废料，是废物(waste)还是资源(resource)?

最近读到一则有意思的新闻。在反污染政策下，中国曾打算在今年年底禁止所有铜废料进口，但因着工业需求，当局将高品质废铜进口从“废物”重新分类为“资源”。而美国过去运往中国的废料，现在是运来了马来西亚。大马是新的离岸工业中心，将低等级废料转换为中国进口规格。本地加工厂把这种材料提炼成符合中国新的“资源”门槛铜料之前，先将其分解并清洗干净。现在我国已成为中国最大的废铜供应国——原本的废物成了有价值的资源。

在新冠肺炎(Covid-19)肆虐下，我国从3月18日开始实施管制令阻断病毒传播链。此举彻底改变了人类的社交活动，让大部分经济活动停摆，各行各业大受冲击，许多人也因“手停口停”而陷入财务困境。出门不便，长期关在家，原本隐藏的负面情绪会逐渐浮现；这些情绪都是成长路上受过的伤害，经历过的挫败而留下的，就好比涨潮时看不到沙滩上的垃圾，一旦退潮，就会看到许多废弃的铝罐、塑料瓶等。

行管令期间，个人也曾经历“生命退潮，垃圾浮现”的浮躁情绪，然而，我与家人固定参加线上主日，祷告会与小组，有助稳定情绪。喜信堂教会从4月初开始线上晨祷直播，我设定5点半闹钟，参加晨祷并灵修，过后做运动，处理好心情才去办事情。规律化的生活，帮助我的心与天父相连，常在灵修中感受到天父与我同在，祂深爱着我。

感受天父的接纳，于是胆敢面对自己，明白成长路上所累积的“情绪垃圾”如何在我与人互动时扯后腿——灵光乍现，上帝动工，祂奇妙双手就犹如“加工厂”，将这些“垃圾”转为“资源”，这何尝不是疫情送来的“大礼”？重拾前进动力，转换心态，把忧伤变为“为主忧伤”，焦虑是“为罪焦虑”，而不是单为着自己的困难；因为天父必引领看顾我们，其它只需交托；神喜悦这样的心思情绪，祂与我们同工，加添力量，阻力就变成了动力。

疫情期间引发的负面情绪，可能暴露了原本隐藏的生命创伤，但有神的坚持不弃，用净火淬炼——过程也许很痛苦，淬火并不一烧到底，是火烧到一个程度，浸入水中或油里，或是在冷空气中，急速冷却，在惊异冒起的声音与白烟中，你增强了硬度。打造刀剑时要淬火，否则哪能削铁如泥？



封面设计/祝子咏

神未曾应许天色常蓝，人生的路途花香常漫，但神不变的应许是祂一直与我们同在。2020年充满挑战，然而，只要遇见神，有神陪伴，内心仍可平安稳妥。

03	牧者的话 2020年：遇见神 是时候醒过来了	03 05
08	主题文章 一切并非偶然 2020年神给我的选择题 漫步人生路，花香岂能常漫？	08 10 12
14	主题见证 从破碎到自由 听见……	14 15
16	信仰省思 末世预言 天国逆战	16
18	溪水旁 生命的价值观 / 如果你真的爱他 记忆中的那道光 峰回路转的剧情 耶稣，谢谢祢！	18 19 20 20
21	漫漫看 遇见神，三步曲	21
22	儿童天地 上帝的眼中，我是狮子王	22
24	Young Talk 你是失眠族吗？	24
26	Young世代 遇见耶稣，重新出发	26
27	黄金岁月 忆良母的信心旅程	27
29	培训事工 “疫”不可挡的决心	29
30	精明理财 你的钱包，经得起考验吗？	30
31	家有星儿 特别的孩子，有上帝特别的爱	31
32	辅导信箱 允许失落悲伤，重拾信心力量	32
33	经典悦读 好书推荐	33
34	幸福快讯 走向喜乐道路 疫情阻挡不了，传福音的热忱	34 35
36	封底 守得云开……	36

《喜讯》第37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: www.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：郭佩琪
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

刘坤明牧师

八打灵神召会
喜信堂教会
主任牧师

2020年：遇见神

▶▶ 以下是2019年12月31日跨年感恩夜证道摘要，由黄雅各牧师传译为中文，张秀芳记录整理



从2019年跨入2020年，并不只是数字的转换，而是迈入另一个十年，要准备好自己，去迎接上帝为你所预备的祝福。

回顾2010年到2019年，喜信堂教会的主题分别是：恩宠（2010年）、转化（2011年）、欢庆（2012年）、禧年（2013年）、撒种与收割（2014与2015年）、盼望（2016与2017年）、无可阻挡的爱（2018年）与得着年（2019年）。

虽然2019年即将结束，但是我们要继续去得着，满有信心地向上得着，满有盼望地向内得着，也要在爱心中向外得着。

在寻求2020年的主题时，我们查考圣经中每一个书卷，查看20章20节的经文，看看有没有适合2020年的主题。

约翰福音二十章20-22节：说了这话，就把手和肋旁，指给他们看。门徒看见

主，就喜乐了。耶稣又对他们说，愿你们平安。父怎样差遣了我，我也照样差遣你们。说了这话，就向他们吹一口气，说，你们受圣灵。

这是很有能力的经文，当时主耶稣复活后向门徒显现。在约翰福音二十章20节：“门徒看见主，十分欢喜。”从这一节经文，我们得到了2020年主题：遇见神（Encounter）。

当门徒遇见主耶稣，心里充满喜乐，同样的，在2020年，当我们遇见神，也会领受许多祝福。

检查视力（视敏度）时，如果您的视力是20/20，说明您的视力“正常”。视力20/20：看东西会更清楚。

看见那无形的

有些人有眼睛却看不见，有耳朵却听不见，就好像主耶稣复活后，在以马忤斯路上遇见两名门徒，他们却认不出耶稣。求主帮助我们在2020年，凡事



不再只看表面，而是能够看得更深一层，灵眼更敏锐。

看见神能做的

在2020年，要祷告主耶稣开我的眼睛，让我看见用肉眼所看不见的事物，灵性更加敏锐，有洞察力。

看见神对祂的教会/我的生命的异象

属灵眼睛有了20/20的视力，能够看见神在我们的教会、家庭与个人生命中所做的奇妙事情。

透过耶稣的眼光看人

有了20/20视力，我们会用耶稣的眼光来看人，而不是用自己的眼光，冷漠无情地看待别人。

在约翰福音二十章20-22节这段经文里，提到耶稣、天父与圣灵，我们遇见神Encounter God，是要遇见三位一体的真神，而真神的每一个位格都会有不同的祝福要赏赐给我们。

一. 经历神的同在

Experiencing the presence of God

当你每一天都经历神的同在时，你不再惧怕，在主日、工作、家庭与日常生活，你会因有神的同在，而可以很踏实地过每一天。

二. 遇见耶稣

Encountering Jesus

遇见耶稣会翻转你的生命，就像圣经人物尼哥底母、巴底买、患血漏病的妇人，都因为遇见耶稣，生命完全改变，不再一样。

除了要自己遇见耶稣，我们也要帮助别人遇见耶稣，让他们经历到耶稣的奇妙作为，生命不再一样。

三. 与圣灵有过充满能力的相遇

Power Encounter with the Holy Spirit

要领受圣灵，就像初期教会的信徒那样，因为圣灵是充满能力，可以成就奇妙的事情在我们的生命中。

2020年是遇见神的一年，求主帮助我们清晰的20/20视力，看见神在我们

身上的作为，每一天都经历神，与神相遇，那么2020年将是清新又经历滋润的一年。

在2020年，我们都要突破障碍、拦阻与局限，攀上更高峰。神要做新事在我们的生命，我们可以有新的梦想，因为遇见神，万事都有可能，请问你准备好了吗？

黄雅各牧师

八打灵神召会
喜信堂教会
中文堂牧师

是时候醒过来了！

▶▶ 以下是3月1日星期日早堂的证道摘要，
张秀芳记录整理



保持清醒很重要，如果驾车时打瞌睡，可能会酿成车祸，牺牲人命。同样的，灵人也要保持警醒，以便在面对看得见的，以及背后看不见的，都能争战得胜。

罗马书十三章11-14节：再者，你们晓得现今就是该趁早睡醒的时候，因为我们得救，现今比初信的时候更近了。黑夜已深，白昼将近。我们就当脱去暗味的行为，带上光明的兵器。行事为人端正，好像行在白昼。不可荒宴醉酒，不可好色邪荡，不可争竞嫉妒。总要披戴主耶稣基督，不要为肉体安排，去放纵私欲。

当代译本修订版（CCB）：还有，要知道现今是你们该醒过来的时候了！因为与初信的时候相比，我们得救的日子更近了。黑夜已深，天将破晓，我们要除掉黑暗的行为，穿上光明的盔甲。我们要为人端正，光明磊落，不可荒宴醉酒、好色邪荡、嫉妒纷争。你们要活出主耶稣基督的荣美，不要只顾放纵罪恶本性的私欲。

新普及译本：这事越发迫切了，因为你们知道有多晚了；时候不多了。醒来吧，因为现在我们的救赎比初信主时更

近了。黑夜快要过去，拯救的日子就快要来。

灵性上的冷淡和沉睡，是全世界教会和基督徒普遍令人担忧的状况，甚至已经是这个时代最大的危机之一。

一，灵性上的沉睡

台湾某基督教刊物指出，今天基督徒最普遍的问题不是犯罪，而是沉睡。

为何沉睡？因为过于安逸。在水深火热中的人是不会沉睡的。

以下10个迹象显示那些人也许过于安逸：

1. 你对每星期的主日敬拜，没有任何期待
2. 你不再关心家人和教会信徒的属灵状况
3. 你已好久没有与非信徒分享关于信仰
4. 圣经对你来说是一本沉闷无趣的书
5. 追求快乐对你来说比领人归主更重要
6. 你已不再关心贫穷者和有需要的人
7. 国际灾难的新闻报导不再触动你的心
8. 即使有钱，你也不想奉献更多
9. 即使有时间，你也不想要祷告
10. 你不再期待神在你身上作出显著的改变



尸体与沉睡者的差别就在于，尸体无法叫醒，陷入沉睡者是可以给醒着的人叫醒的，要用爱心说诚实话来彼此劝勉，不要停止聚会，以免灵性渐渐地昏睡，甚至沉睡。

重新在灵性上苏醒的关键是要悔改，打从内心责备自己。如果不觉得自己灵性沉睡有什么问题，就可能做着与世上的人一样不道德的事。

二，在沉睡中要醒过来的原因

1. 知道抓紧时间的重要

罗马书十三章11节带出的信息：时候不多了，现今就是该趁早睡醒的时候。

有人叫醒我们，我们可能不是很高兴，其实我们应该要谢谢他们，就好像隔壁房子失火了，有人来叫醒我们，我们不是很应该感谢那个人吗？

雅各书四章14-15节：“其实明天如何，你们还不知道。你们的生命是什么呢？你们原来是一片云雾，出现少时就不见了。你们只当说：‘主若愿意，我们就可以活着，也可以做这事，或做那事。’”

不要以为自己还年轻，还有大把时间，其实没有人知道下一分钟会发生什么事，所以无论老少都应该体力，清晰思维时，多些投资时间在永恒。

喜信堂教会正在跑第五期幸福小组，这一次的幸福同工还要同时上12个星期的门徒学校下课程，一面接受装备一面去争战。这些兄弟姐妹不是不会计算，而是晓得将最重要的事摆在第一位。

2. 知道得救的日子近了

罗马书十三章11节（CCB）：还有，要知道现今是你们该醒过来的时候了！因为与初信的时候相比，我们得救的日子更近了。圣经讲的得救，是一次过，但分三个阶段完成：

第一阶段是过去的得救，灵魂的得救；第二阶段是现在的得救，生命与思维的改变；第三阶段是将来的得救，身体的改变，得到荣耀不再会朽坏的身体。

帖撒罗尼迦前书五章1-7节：弟兄们，论到时候日期，不用写信给你们。因为你们自己明明晓得，主的日子来到，好像夜间的贼一样。人正说平安稳妥的时

候，灾祸忽然临到他们，如同产难临到怀胎的妇人一样，他们绝不能逃脱。弟兄们，你们却不在黑暗里，叫那日子临到你们像贼一样。你们都是光明之子，都是白昼之子，我们不是属黑夜的，也不是属幽暗的。所以我们不要睡觉，像别人一样，总要警醒谨守。因为睡了的人是在夜间睡；醉了的人是在夜间醉。

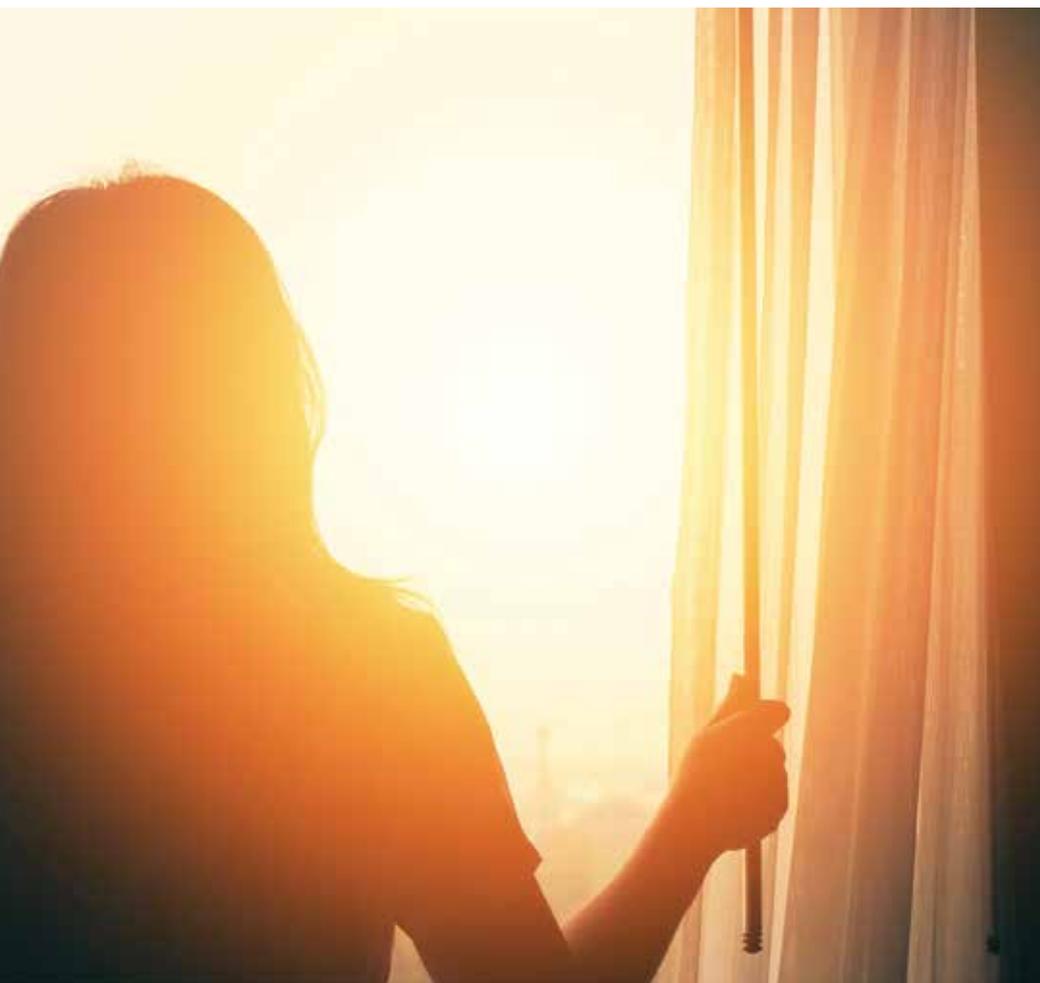
主再来的日子将是世界末日，而这一天可能会在两种情况降临：一是在很多灾难、瘟疫、地震等灾难时，二是在大家都觉得很平安、稳妥，照常吃喝嫁娶时，主耶稣可能就突然再来了。

3. 知道黑夜已深黎明近

罗马书十三章11-12节上（新汉语译本）：还有，你们要知道这是时候了，正是你们该从睡梦中醒来的时刻，因为我们的救恩，现在比我们初信的时候更近了。

世上的灾难来到顶点时，就像黑夜已到尽头，白昼已很靠近，越在艰难败坏的日子，更加要警醒，坚持做主耶稣要我们做的事。

罗马书八章18-19节：我认为现在所



受的痛苦与将来要显给我们的荣耀相比，简直微不足道。受造之物正热切等候上帝众子的显现。

三，灵魂苏醒当做的准备

1. 脱去暗昧的行为：不要再活在黑暗中，不要以为自己所做的没有人知，神一切都知道，终有一天，要赤身露体来到神的面前。

罗马书十三章12节：黑夜已深，白昼将近。我们就当脱去暗昧的行为，带上光明的兵器。……不可荒宴醉酒、好色邪荡、嫉妒纷争。

荒宴狂欢：醉酒、巫术、不道德的行为——包括通奸、淫乱、同性恋、变童癖和色情，这些都是基督徒永远不能做的事。

醉酒：神禁止我们用酒当麻醉剂，或人工兴奋剂，或是用来松懈自己，以便放肆，做不当做的事。醉酒反映出一个人缺乏自制，这是连异教徒都厌恶的罪。

“好色淫荡”指不道德的性行为。学者认为这是希腊文化中最肮脏的字眼之一，它指的是那种毫无羞耻，任情放纵的行为，指在情欲方面过分地放纵和随便的行动。

“争竞”是指不健康的竞争，那种不计代价，非赢不可的心态和作为。

“嫉妒”：因别人成功而生气，或是跟别人相比，看到自己的失败而发怒，心里不平衡。

罗马书十三章14节：总要披戴主耶稣基督，不要为肉体安排，去放纵私欲。

2. 披戴主耶稣基督

行事为人要光明磊落，就像你不太可能穿着睡衣去参加婚宴，也不要披上假冒为善的外袍，而是披戴耶稣基督的仁义道德。

基督徒要让人看见基督在我们的生命，这是渐进式的过程，也是我们灵人成长的目标，我们的生活与生命要有基督的性情、眼光、想法、圣洁、平安、智慧、荣耀、爱与宽恕。

是该醒来的时候了，你醒过来了没有？还是仍在沉睡中？

一切并

非

偶然



在走过的岁月，可曾数算过有多少的人、事、物曾经“偶然”地出现或发生在我们的生命当中？能否记得这些“偶然”是否曾搅动我们的生命？又或者像徐志摩的“偶然”所描述“在瞬间消灭了踪影？”可否记得在这偶然交会时互放的光亮？

阿帕奇事件

也许你还记得，也许你早已忘掉当年的阿帕奇事件，但对涉及此事的李倩蓉姐妹来说却是毕生难忘！

2015年3月底，李倩蓉和其他贵妇们在陆军友人劳乃成的带领下，进入台湾陆军航空601旅参观阿帕奇攻击直升机，她们不但坐进驾驶舱，还戴上交互式头盔拍照，并将照片上传至脸书“打卡”，结果引起轩然大波，更因涉嫌严重侵害国防安全而一度被起诉。

从这惨痛的经历中走过来，她深知这一切实非偶然！因这件事，她认识了耶稣基督，从圣经逐渐明白生命的必然，重投天父的怀抱，也回到神的家。

在她面对生活困境时，连续3年一对白头翁在她家露台外筑巢，下蛋孵出小生命然后飞走！这样的小事却让她感悟神的真实，神在她最需要指引的时候一而再地向她做出承诺：“你们看那天上的飞鸟，也不种、也不收、也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重得多吗？”（马太福音六章26节）

因着神的应许，她全然地信靠主，不但从困境中走出来，更靠着加添力量的神，勇敢面对阿帕奇事件后被千夫所指的壓力。放下过去，从经济断粮躲在衣柜里哭泣的日子，到四处为主作见证！

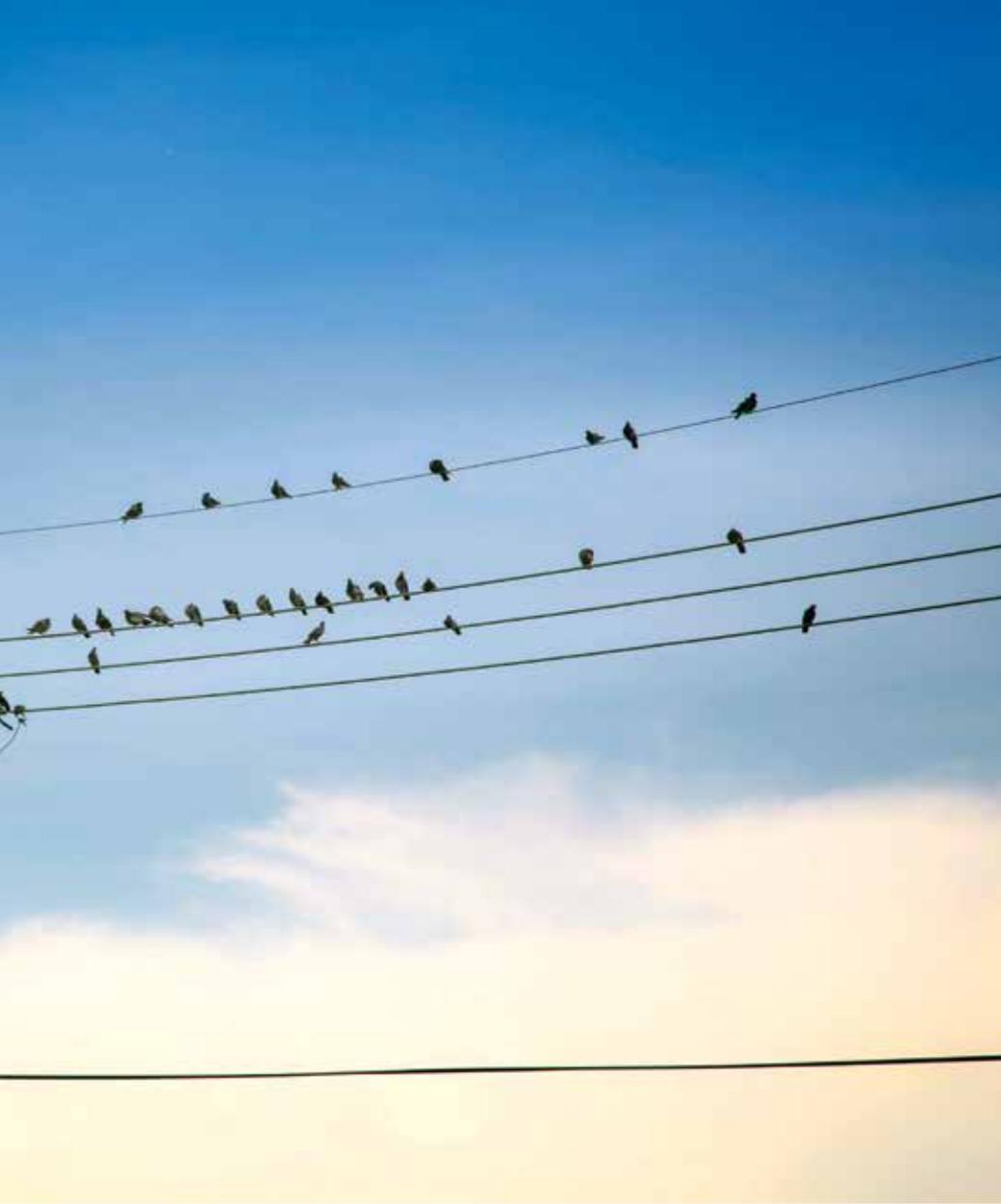
瞎眼的能看见

66

耶稣说：“我到这世上来是为了审判，使那看不见的能够看见，能看见的反而成了瞎眼的。”（约翰福音九章39节）

99

专栏作者
陈孝敬



当这位姐妹不再专注于问题，而是转眼仰望神，她的生命就不再一样了！她在那“偶然”的一刻见到交会的亮光，遇见生命的主宰——主耶稣基督，打开那遭蒙蔽的双眼如同得医治的瞎子，生命焕然一新，重新得到自由和平安！

调整焦点

我们肯定错失了很多“偶然”，失去了与神相会的良机！我们的焦点交错角度，为了应付生活中种种需求和自己的私欲，为将来积谷防饥，将心思意念专注在日用饮食；每天活在忙碌中，时刻与压力、忧虑交战。忙盲茫，思维很容易随着世俗的方式判断行事，容易妥协在“轻微”的过犯。渐渐习以为然而改变了信仰观念和道德标准，以致我们跌入罪的落网。

人莫强如吃喝在他劳碌所得，但能保障吗？新冠肺炎，蝗虫灾害谁人预料？一场意外或者东窗事发，我们就一无所有，如同在阿帕奇事件发生前曾风光一时的姐妹。

如果你的眼睛有毛病，全身就都黑暗。如果你里面的光变成黑暗，这是多么的黑暗！（马太福音六章23节）

拍照时，焦点模糊不清，光线不足，拍出来的照片肯定是黑暗模糊！心灵对焦错了角度，光线暗淡如同灵里亮光熄灭，失去了敏锐性，消灭圣灵的感动，错失了无数次的“偶然”因而和神擦身而过！

很多偶然的事情，表面看来似乎和我们扯不上关系，但只要我们能在那瞬间留意，从中可以得到很多可以献上颂赞和感谢神的凭据，可以让自己警醒领受神在我们心中的感动！在这“偶然”交会时互放的光亮将坚固我们对主耶稣的依靠，可帮助我们脱离一切的凶恶！

寻寻觅觅近在咫尺

我们渴望遇见神，呼求神与我们同在；神是信实的，不曾离弃我们，在接受耶稣基督为救主的那一刻，圣灵就和我们同在了！生活当中，种种的侥幸或者幸运并非偶然，乃是神的保守看顾。耶稣

在客西马尼园叮嘱我们要警醒，若能保持警醒，圣灵的感动将会引领我们的脚步凡事亨通！关键是我们是否与神同在？我们是否有遵行神的律法，昼夜思考圣经的话语？活出合乎神心意和荣耀神的生命？我们是否是睁眼瞎子，看不到那偶然交会的亮光？

注：
可上网或者打开Youtube收看李倩容姐妹在经历阿帕奇事件后的见证



专栏作者
陈美晔



2020年一月初，接到“猎头公司”朋友的电话，问我有没有兴趣更上一层楼，接受更高的挑战——行销和市场总监。于是，就抱着顾且试试的心态，更新自己的履历表。当时，我跟神说，如果对方给到我要求的薪资和职位，我就接受挑战。

没想到，对方很快就回复了，于是，我就展开第一次的面试，与对方的副总裁约在外面试。面试过程中，有许多的策略涌出来，第一次的面试结果，对方给予我极高的评价。接下来，农历新年后，做了第二次的面试。第二次的面试，对方总经理甚至跟猎头公司朋友说，他对我留下深刻的印象。可想而知，若无意外接下来就是谈薪资及职位。当时，猎头公司朋友帮我争取更高职位——高级市场和行销总监。我心里非常想要获得这份工作，因为这是我梦寐以求的，也是多年工作的极大肯定。

向来没有跟另一半讨论换工作与否的我，这次却跟先生提起，先生很不鼓励。第一次面试后，我大略提到自己要换工，以后会很忙，因为需要出外坡。当时，他说：“我不赞成你换工作！”我心里非常不爽，即刻变脸，大声说：“你都不明白我！！！”

他觉得我不应换工作，因为现在这份工作不是上帝赐给我的吗？既然是上帝赐给我的，为何做得好好的，要换工作？我却认为神赐我工作，难道我就不能换工作吗？

过程中，我其实也很怕自己做错决定，因此跟上帝祷告，要更多的验证：除非我的先生同意，否则我不换工。等到一切谈妥，薪资比现在薪资多25%，职位是高级总监，并且管理两个重大部门，对我的职场生涯来说，无疑是很好的晋升。对方要出聘书给我的时候，我还没有获得先生的首肯。

神给我的“选择题”

于是，我请先生吃情人节晚餐，我问他：“你让我换工吗？”他说：“如果你要去就去吧，但是，……”很明显的，他是“被同意”的。猎头公司的朋友一直催促我做出决定，但其实我心里很不踏实也不平安，虽然这一切都是我所求的。

先生觉得我已经“走偏离”了，当时，我一直都不愿意承认，自己近年来，越来越爱世界，爱名爱钱。神透过环境验证，让我自己选择。我心动得不得了，

2020年神给我的 选择题

我也知道过档，势必要付上极大的代价。这个代价，我是否付得起呢？

思前想后的结果，我拒绝了这个大好机会。对我来说，留在现有的公司，是一个顺服，也是我属灵生命的一个分水岭。

居然来了个“行管令”

没有人会想到新冠肺炎会成为全球大流行，马来西亚会在3月18日实行动管制令！

如果当初我接受了那份聘书，3月17日将会是我第一天上班的日子。想想看，上班第二天，来了个行管令，我的恐慌和压力会有多大？！

其实，我们往往不知道自己真正要的是什么，我也曾在不断“往上爬”及“向钱看齐”的泥淖中挣扎，即便是，我拿到更高的职位和更高的薪资，又如何？今天，我觉得这个职位及薪资是现在让我满足得不得了了，过些时候，这个职位及薪资可能也不过尔尔。我会有无休止的追逐。

什么才是我的满足？

在这段行动管制令期间，我没有任何缺乏，不需为业绩烦恼，因为与同期相比，公司业绩增长超过60%，我不需忧虑，因为我有很好的团队支持着我！更重要的是，我可以在这段期间，没有忧虑地经历神满满的爱。

的确，神在我心中行割礼，让我看到自己的生命要取舍；让我看到这些年间，我渐渐挪移帐篷。更多的时候，我是透过诗歌，被神盈满的爱浇灌，看到自己再次把心归给祂。唯有这样，心中才不再追逐！

66

我的肺腑是你所造的，我在母腹中，你已覆盖我，我要称谢你，因我的受造奇妙可畏，你的作为奇妙，这是我心深知道的。

（诗篇一三九篇13至14节）

66

主啊，求你鉴察我，知道我的心思，试炼我，知道我的意念，看我里面有什么恶行没有，引导我走永生的道路。

（诗篇一三九篇23至24节）

99

重点不在我去哪里上班或做些什么，而在于我的心到底在哪里？

66

人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。

（约翰一书二章15节）

99

感谢天父的爱，让我再次点燃对祂单纯的爱！

99



专栏作者
邬佩琪

漫步人生路，

最近趁着空闲，将电脑“文件夹”里的照片档案分门别类整理好了。一张张照片，勾起了旅程中遇到的难忘回忆，深有感触。

2017年我一个人去了釜山旅行，原本计划其中一天乘火车前往蔚山，听说那里有个大公园，挺适合像我这种热爱大自然的人去。然而，计划赶不上变化，就在要去蔚山大公园的前一天，寒流来袭，整个釜山市寒风凛冽、细雨绵绵。

计划被打乱时的烦躁

我是个“计划控”，凡事都会做好计划，一旦安排好的事突然出状况，就会感到特别烦躁。这次的旅程，当然也花了很长的时间做好每日行程“计划书”，因此被突如其来的变化打乱，心情郁闷不已。

当时，心中突然有一句话冒起：“放松心情，出去走走，或许你会发现更美好的景色”。当下，我就决定删除蔚山这趟一日游，心想这天就到酒店附近走走看看吧！

心境的改变

我先上网“谷歌”找酒店附近有什么好去处，最终圈定“40阶梯文化观光主题街”，打算从酒店步行过去，然后再走到“乐天百货光复店”逛街。

出发前我查过这个主题街的资料，发现那是一个很有“故事”的地方。漫步在“40阶梯”，对于不了解其历史背景的旅人来说，这里或许只是个很普通的街道。一条长长的阶梯，一座座艺术气息浓厚的铜像，一间间宁静的咖啡馆，如此而已。

但其实这里曾是很多韩国人与亲人重逢的“希望之处”，当年韩战爆发，数以万计的难民从他处逃到釜山，很多人在逃亡中与亲属走散。在那资讯传媒不如今日发达的时代，要找到一个失联的人何等困难。“40阶梯”这里，就成了他们打听亲人消息的地方，也见证了无数个家庭在此相逢。

发现旅途中的美好

走着走着，突然觉得幸好我没有错过这个景点。比起大自然，我其实还是比较喜欢这类见证一个时代交替、历史文化浓郁的地方，即便她只是一条街。

花香岂能常漫？

晚上回到酒店后，早上的烦躁消失了。尽管去不成蔚山大公园，只能随意走走停停，但却“读”到了一段历史，又在咖啡馆度过休闲的下午茶时光，之后还在“乐天百货”欣赏了世界最大室内音乐喷泉秀、发现可爱的巨型“熊大”、沉浸在顶楼花园的治愈氛围中……

整个釜山之旅，那天的旅程可说是最难忘的，因为放慢了脚步，反而有了不少感悟。

积极面对每个风浪

我们的人生不可能永远没有风浪，环境的突变，或多或少影响着我們，使我們不安、失望。可放下负面情緒，积极面对，走过不如意后，或许得到的会比失去的还要多。

今年过完农历新年不久，我国受新冠肺炎疫情影响，许多行业都深受冲击。朋友在通讯软件问我：“你有受影响吗？”

我知道这位朋友所从事的行业在行管令期间无法开工，于是关心起对方的经济问题。她先是抱怨了一下没收入的茫然，但接着又说：“其实换另一个角度想，这次虽然难熬，不过跟家人关系变更好了。现在每天在家照顾孩子，想着明天煮什么，多了很多时间陪孩子，以前我都不知道孩子喜欢吃什么。还有去年书展买的书，终于不用只是拿来闲置。”语毕还传了几个大笑的表情图。

患难中仍有盼望

看着这段话，我感触颇深的，脑海中突然浮现一首诗歌——《神未曾应许天色常蓝》。

“神未曾应许天色常蓝，人生的路途花香常漫；神未曾应许常晴无雨，常乐无痛苦，常安无虞。神却曾应许生活有力，行路有光亮，作工得息，试炼得恩助，危难有赖，无限的体谅，不死的爱……”

是啊！正如圣经彼得前书五章10节这段经文所言：“那赐诸般恩典的神，曾在基督里召你们，得享祂永远的荣耀，等你们暂受苦难之后，必要亲自成全你们，坚固你们，赐力量给你们。”

人生路难走，但仍在上帝的手中。苦闷的时候，不妨给自己安静一刻，向上帝祷告祈求，我们不知明日如何，但我相信即便环境没有好转，上帝的应许依然不变，我们仍可带着盼望心存平安。

口述/郑天赐与郑美恩
笔记/陈晓晖牧师

从破碎 到自由



“人生最幸福的，就是遇见耶稣！”走过人生大半岁月，郑天赐弟兄蓦然回首那些年，仍然心存感恩。

他年轻时，在一家加工板厂工作，受朋友影响染上赌博恶习，经常输光本该交给太太的家用。那时他在工厂负责发薪水给工人，却在一次赌博中，把要发给工人的工资，一共3000令吉都输光，逼不得已只好向姐姐借钱应付这个难关。就在借钱后不久，他买万字开头奖，赢了一万多元，还清了债务，然而也因此，他觉得赌博带来的回馈如此丰厚，更加浮沉在赌海无法自拔。

渐渐地，他发现有时手头紧没钱赌博，手就会不住发抖，这才意识到已经赌上瘾了。岳母带他到庙里问神、算命，希望 he 可以把赌瘾戒掉，岂料被告知活不过40岁。半年后，他到另一间庙，乩童同样是说他活不过40岁。他听后心里很害怕，想到如果他不在妻儿怎么办？于是他更加努力工作，想赚更多的钱，同时也赌得更凶，总想要搏一搏，帮助家庭。可也因此，夫妻俩经常吵架，妻子总担心他连家用也赌掉。当两人吵架时，孩子都抱在角落哭。

“为什么我的收入这么多，家里还是鸡犬不宁？”他反问自己。

没钱时，他就叫太太回芙蓉跟家人借钱，如果借不到或不愿意去借，他就会发脾气、乱砸东西。“我心里其实很痛苦，根本没办法摆脱赌博。”他说，有次太太气得回娘家，我才后悔自己毁了婚姻和家庭。而那段时间，除了赌，他甚至去嫖女人。

家庭支离破碎，郑太一度到朋友的庙里“通灵”并当“乩童”。当时，她也经常到一位朋友家作客。这位朋友是位基督徒，常与郑太分享圣经，邀请她去教会。起初郑太很想认识耶稣，但心中又有一种很抗拒的感觉，因此变得心神不宁。

最后，她决定跟这个朋友去教会，但一开始，她的行为突然变得反常，甚至有攻击性，郑天赐深感太太仿佛被一种势力控制。教会牧师鼓励他为太太祷告，他答应时虽心里怀疑，但依然照做。经过三天的祷告，郑太太终于恢复常态，也因此信了耶稣。看到太太的改变，他也决定信耶稣。

“更奇妙的是，在我信耶稣后，整个人顿时觉得像从梦中醒来一样。原来人生是有一个依靠，我不用再依靠自己！我也没有满脑子想要赌博了，直到今天我都没有再赌了。”

他认为，如果不是信了耶稣，做了祷告，如今可能还摆脱不了赌瘾。他也向经常酗酒的弟弟传福音，而弟弟之后亦成功戒掉酒瘾。

信耶稣后，他渐渐改变，一放工就回家，脾气变好，不再嫖赌，常到教会帮忙。曾经，他患上“大颈疮”，常常手抖无力，容易疲倦，后来女儿带他参加医治布道会，在那里牧师为他祷告。两个星期后他再复诊时，医生发现他的病痊愈了，血液报告正常。

夫妻关系改善后，他们迎来了第六个孩子。相隔14年再度怀孕，郑太太非常焦虑，担心又多一个孩子，经济没办法支撑。然而一天晚上，她梦到一双手将一个

白白胖胖的婴孩交给她，说：“这孩子是我给你的，她会带给你的家庭很多欢乐和喜乐！”郑太在睡梦中把孩子接过来，就醒了。这个梦境以后，她不再愁苦，反而期待孩子的诞生。

终于等到孩子出生之日，郑太在生产时一度流血不止，她大女儿当下致电牧师，牧师就在电话里为她女儿祈祷。最后母女平安，他们就为孩子取名“美恩”，意思是“美丽的恩典”。

美恩说，在她的成长过程中，无论是上学或生活需要，她都没有缺乏。两年前，她还拿到了 Sunway College 护士科的奖学金，除了学费，她也无需担心住宿和其他费用的问题。

郑天赐退休后，和太太顾孙之余，也在教会和小组服事，载送行动不便或没有交通的老人到教会，一同带小组，关心和帮助小组的弟兄姐妹。最近他们也参与幸福小组，把耶稣对他们的“恩情”分享给更多人听。

去年六月，郑太被诊断患乳癌。她坦言，如果换作以前，她早就崩溃了！但如今她坦然接受化疗和电疗，而这段期间，也有许多人为她祷告，鼓励她，给予她支持，令他们一家都很感动。郑太患病后，几个孩子也主动担当医药费，轮流陪妈妈去治疗，看医生。

“我相信是上帝的看顾，太太在化疗过程中，很少出现药物副作用，反而胃口很好！”郑天赐说，虽然现在生活还是有挑战，但他知道，耶稣仍与他们一家同在，他们能够活得丰盛与平安。

听 见.....



曾经，有个声音在我耳边说：“你真没用，你就是个失败者，你去死吧！”

如今，另一把声音对我说：“你是我的宝贝，我有美好计划等待你，要赐福你的生命，也要你成为别人的祝福！”

2019年，是我人生很重要的一年，因为上帝让我再一次遇见了祂，祂邀请我回了家！

在2017年的圣诞节，我在喜信堂做了决志祷告，可是一直都没有稳定下来，因为当时我的心态是先得着改变后才选择一间教会。

然而，我的问题和重担一直缠绕着我，而且越来越严重，我的情绪常陷入低谷，甚至在遇到困扰时，脑海里有个声音叫我去跳楼自杀结束生命。

感谢主，就在这个时候，上帝感动了我的小姨秀芳打电话来问候我。当时我就嚎啕大哭起来。

那通电话以后，我就开始参加小组聚会以及回到主日，也参加培训课程，学习天天做灵修祷告，出席祷告会学习祷告，参与教会圣诞庆典的布置与道具组服事，从中认识了热心爱主的弟兄姐妹。

因着上帝的恩典，我在2019年12月洗礼了，立定心志要跟随耶稣到底，做个真正的基督徒。

在短短的几个月，上帝通过Youtube视频、主日、祷告会、圣经、诗歌等等的方式让我真正明白到自己是罪人，而且祂是如此地爱我，不离不弃地陪伴在我的身边。

文/刘宏杰

以前，我以为自己很厉害很幸运，不管大事小事都是闯关难过关过，现在明白了这一切都是来自上帝的恩典。我也领悟基督徒的教会生活和其他信仰的最大不同之处就是“信仰可以生活化”，随时可以祷告，空闲可以听诗歌，手机上网可以看圣经。上帝时时刻刻都与我同在，永不改变，心里的平安无处不在。

改变的力量来自上帝的真理，智慧的根源也来自上帝。现在我和家人的关系开始好转，上帝也在事业上为我开路，遇见了伯乐，让我的事业在2020年有个新的转机，而我也开始在教会主日的音响系统服事岗位上学习，并操练聆听技巧：

第一部分：聆听播放的声音，分析哪个乐器或者领诗者出了状况。（操练聆听别人对我说的话，背后是否有其他含义，或者有什么其他没说的需要）

第二部分：发现问题了，需要在调音器上做出合适调整，好让会众享受悦耳歌声和音乐。（操练聆听别人的真正需要，再做适当的回应或者帮助）

第三部分：熟悉调音器，扩音器的功能，乐器的位置等等，很多技术层面的操控。（需要学习装备自己，提升技巧，才可事半功倍）

我相信耶稣是真实的，祂非常爱我们，只要有祂同在一定会有奇妙恩典降临到我和家人身上。

敬畏耶和华是智慧的开端；凡遵行祂命令的是聪明人。耶和华是永远当赞美的！

一切荣耀都归于主，阿们！



专栏作者
萧丹平



末世预言
系列十三

天国逆战

耶稣回答说：

66

我的国不属这世界，我的国若属这世界，我的臣仆必要争战……

99

（约翰福音十八章36节上）

耶稣被解到衙门，彼拉多问耶稣：“你是犹太人的王吗？”耶稣回答彼拉多：“我的国不属这世界，我的国若属这世界，我的臣仆必要争战！”

耶稣的国不属这世界，那谁才是这世界的王？

世界的王

耶稣在约翰福音三次提到撒但是“世界的王”（约十二31、约十四30、约十六11），今天我们要从圣经查考撒但是如何夺得“世界之王”的宝座！

约伯记是圣经中最古老的书卷，书中记载上帝创造宇宙的过程，那时晨星一同歌唱、神的众子也都欢呼（伯三十八7）“神的众子”即天上众天使，撒但起初名为路西弗，背叛上帝后被斥为“撒但”，牠也站在上帝众子中。

以赛亚称路西弗为“明亮之星、早晨之子”（赛十四12）、以西结也指牠是“受膏遮掩约柜的基路伯”（结二十八14），路西弗无所不备、智慧充足、全然美丽、有精美的鼓笛为牠预备，带领天上众天使敬拜上帝，后来却被强暴的事充满、以致犯罪，妄想升到高云之上，与至上者同等。因牠褻渎圣地，就从神的山被驱逐，坠落成为天空属灵气的恶魔（弗六12）。



空虚混沌

上帝因路西弗背叛大发烈怒，耶利米在异象中看到地空虚混沌、天也无光、大山尽都震动、小山也摇来摇去，一切城邑在耶和華面前因祂的震怒都被折毁（耶四23至26）！

经过一段渊远流长的亘古岁月，上帝再造天地，祂的灵运行在水面上（创世记一章2节）把光暗分开，称光为昼、称暗为夜，又用空气将诸水分开，说天下的水要聚在一处，“使旱地露出来”。上帝也造了青草菜蔬、日月星辰、海中的鱼、空中的鸟及地上牲畜走兽。

第六日，上帝照着自己形象用尘土造亚当，将生气吹在亚当鼻孔里，使他成为有灵的活人，赐福亚当生养众多、遍满地面、治理这地（创一28），上帝将伊甸园果子赐给亚当为食物，唯有园中一棵分别善恶树上的果子不可吃，因他吃的日子必定死。

窃夺权柄

亚当与上帝的对话被撒但（又称为“魔鬼”）窃听了，牠丝毫不为当初背叛上帝被逐而羞愧，反而心生恶念要将上帝交付亚当管理世界的权柄夺去！

魔鬼的灵依附在园中最狡猾的古蛇身上，以模棱两可的说词忽悠夏娃，说你若吃了分别善恶树上的果子不一定死，而且能眼睛明亮，如神知道善恶。

夏娃中了魔鬼激将法，不但摘下果子来吃，也递给亚当吃，结果双双因选择跟随魔鬼拒绝上帝而被赶出伊甸园，拱手将上帝交付他们管理世界的权柄让给撒但！

天国逆战

保罗称魔鬼为世界的神（林后四章4节）、约翰说全世界都卧在那恶者手下（约一五章19节）；所以魔鬼试探耶稣时大胆挑战耶稣：“你若俯伏拜我，

我便将万国与万国的荣华都赐给你”（太四9），魔鬼也是说谎者之父，牠常装扮成光明天使，诱骗世人离开上帝救赎，与牠一同灭亡于硫磺火湖！

可幸的是，魔鬼行恶的日子不多了，耶稣即将回来将牠捆绑于无底坑，千年后再扔入硫磺火湖，夺回管理世界的权柄，打赢这一场“逆战”，带领人类进入“将来的国”！

耶稣在受难前告诉门徒，你们要小心我再来前的预兆，那时国要攻打国，民要攻打民，多处必有饥荒、地震和瘟疫，这都是灾难的起头（太二十四7、路二十一11）。

二十一世纪是内战、外战最多的时代，地震频率越来越急促，除了蝗虫压境、人类史上最狡猾可怕的瘟疫——新冠肺炎更是如影随行。我们要时刻儆醒等候耶稣再来，作个预备灯油（圣灵充满）的童女、多赚五千两银子（灵魂）的仆人，才不致于空手见主面！



文/陈佩珺

生命的价值观



不久前，我出席了一位朋友爸爸的追思礼。追思礼后，我心里满满的感触。生命是在于长短吗？不是，生命的意义和价值在于我们如何把生命发挥出上帝给我们的命定。

生命就好比一根蜡烛，美丽又粗大，如果点燃不了无法发挥其果效。点燃的过

程中蜡烛会散发出光芒，同时也慢慢地被耗尽。如果只是被燃烧，那蜡烛的功用就没有完全地发挥出来了。如果一根蜡烛在燃烧着的时候，它散发出来的光能照亮黑暗和其他人的生命时；因着它的亮光，生命就能影响另一个生命，产生出一个又一个漂亮的生命曲子。

听着亲朋好友述说着她爸爸的生命故事，非常揪心。不禁让我想起，如果有一天当我回到天家的时候，我留下的生命故事是怎样的？是在事业上的功成名就吗？或是对社会上的贡献吗？还是称赞人品多么好吗？

但这一切并不重要，最重要的是把一切荣耀归于上帝。我盼望整个追思礼，充满救恩的神迹。上帝才是我生命里的大主角，是我的生命的源头，是我的帮助和喜乐。上帝是我追思礼里的主角，我愿成为福音流出的管道，把上帝的美好告诉身边的人，和帮助他们找到生命的意义。

耶稣说过：

66

两只麻雀不是卖一个小钱吗？可是，哪怕是一只掉在地上，你们的父亲也不会不知道。其实，就连你们的头发也全都数过了。所以不要害怕，你们比许多麻雀贵重得多呢！

（马太福音十章29-31节）

99

我们一生里的需要上帝都知道，祂爱我和使我有爱人的能力。我盼望让身边的人来认识这位美好的上帝。

如果你真的爱他

如何再见

台湾艺人高以翔35岁的离世是否让您觉得惋惜呢？看到艺人范范为他写了这句留言“天使走过人间……天上见”。我不知道高以翔是否信主了？要是他真的还没信主，怎样在天上见面呢？身为跟随基督的基督徒的我们是否看到救恩的紧迫性呢？我们是否活着的时候是真的为主而活呢？祂“将生命、气息、万物、赐给万人……我们生活、动作、存留，都在乎祂”（使徒行传十七章25-28节）。

爱是动词

我最近常对弟弟说：“如果你真爱她，就请你带她认识耶稣”。我们是否把对神的信赋予行动，迫切地祷告，关心深爱的家人，亲人和朋友的救恩？或许我们会认为还有时间，不必着急，等待好的机会。我们不勉强人来到神的面前但我们是否积极地传福音，与人连接，帮助有需要的人和为他们祷告？信主后，对于家人朋友的救恩，我没有一刻松懈下来。因为我知道基督教不是关乎宗教或是精神寄托而是关乎你我他永恒的生命。如果我们真爱她/他就请带她/他认识耶稣。**我们爱，因为神先爱我们**（约翰一书四章19节）神先爱我们，祂将祂的爱充满我们，让我们产生出爱来使我们有能力用这爱来爱神和身边的人。

现在还来得及

再看回高以翔离世的事件，这么年轻就离开了这个世界。我们没有办法掌控自己和身边爱的人的岁数但我们可以回应神对我们的爱，我们可以与神同工，靠着神的爱和能力转变我们的生命，活出见证的生命，多走一里路，不怕付出地去到我们爱的人当中带领他们认识神的美好并且得着祂的救恩和祝福。所以，你们要去，使万民作我的门徒，奉父、子、圣灵的名给他们施洗。凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守，我就常与你们同在，直到世界的末了。（马太福音二十八章19-20节）

文/林玉琴



图/罗子贤

挥别郁闷，拥抱踏实

还记得中学一段时期，家里出了状况，我总是把自己关在家里，因此患上了轻微忧郁症。那时候的我，经常无法开心起来，总是苦着脸。不但没有食欲，人也没有精神。后来，我还经常因为焦虑而哭泣，甚至失眠。

这样的情况持续了一阵子，后来哥哥劝我祷告，让上帝帮助我。可是，那时候我对上帝一无所知，只是知道祂创造了世界，祂说要有光，就有了光。我每天都有祷告，可是不知道上帝是否垂听，因为觉得自己太渺小。

一束光照进我生命

有一天，我又莫名其妙地陷入了失望的低谷，我看着窗外的阳光，心里十分纳闷，心想如果真有神，祂为什么不显现呢？我怎样感觉到祂呢？就在我看着窗外阳光的瞬间，有一道光比那阳光还亮，我感觉到心里充满了希望，心里感动不已。神似乎借这道光安慰我，向我回应说祂一直都在。

那以后，我总是想起那道光，那份平安和希望是如此踏实。后来，我才读到了这一段经文，明白了神向我显明祂自己的旨意，

“神就是光，在他毫无黑暗，这是我们从主所听见又报给你们的信息。我们若说是与神相交，却仍在黑暗里行，就是说谎话，不行真理了。我们若在光明中行，如同神在光明中，就彼此相交，他儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。”（约翰一书一章5-7）我才明白自己一直受到蒙骗，以为自己一直就是活在黑暗（负面）中，并且也适应了黑暗，认为黑暗（灰心沮丧）才是常态。我彻底明白，是耶稣付上的代价，洗净了我们的罪孽，使我们能行在光中。

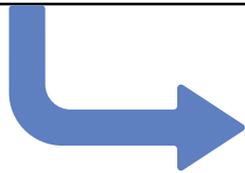
我感谢神的这道光，提醒了我祂是昔在今在永在的神，并不会藐视我的祷告，也不会任由我在黑暗中打转。每当我感到灰心失望，就会想起那道光，虽然有软弱也会变得刚强。愿这道光一直带领我们前方的道路。



文/陈秉清



峰回路转 的剧情



赌海迷徒

曾经有人问我为什么把大女儿取名为默耘! ? 回首过往我曾扮演一个赌徒, 把一个声名狼藉, 令人鄙视, 不知酒醒何处的浪荡儿角色发挥得淋漓尽致。当年妻子不知何来勇气, 可能是有情饮水饱, 当我俩拍拖时, 很多人都不看好, 也有人劝说嫁给一个赌徒是不会有好日子过的, 她却说就算睡天桥底都要跟着我。

万万没想到新角色

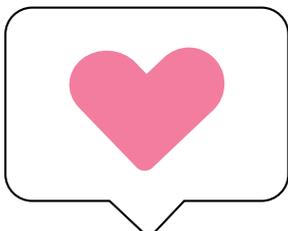
看戏的都是旁观者清, 剧中人总是当局者迷, 他们以为故事的发展必定是贫贱夫妻百事哀, 惨况连连。有时世事难料, 婚前赌是我的精神支柱, 婚后妻子和家庭是我的精神支柱, 当心态改变剧情开始峰回路转。我最自豪的角色是由一个浪荡儿变成一个爱护妻子家庭的好丈夫, 没让老婆睡天桥底, 感谢妻子的信任和扶持, 这一段小夫妻一起面对艰难, 同心同步走出低谷的日子是停留在记忆中最甘甜幸福的片段。为女儿取名默耘是警惕自己和希望她长大后做个脚踏实地的人。

丰富的人生

人性都是贪婪的, 初信主时听到弟兄姐妹的见证, 主是听祷告和祝福的神, 我曾愚昧地求告神可否把以前所输掉的一次过全部赢回来, 神真的垂听了我的祷告, 心中隐约听到一个声音, 你为何不知足呢? 你现在拥有的是你努力所得还是赢回来的呢? 我拿过去的落魄情形做一个对比, 感谢主耶稣的当头棒喝, 敲醒了我。我明白主的意思, 当有得吃和穿就应当知足感恩和珍惜。过去的那些不甘心, 怨恨, 错过, 无奈, 不知珍惜而后悔的情节有如负重, 唯有放下才能轻快前行。人生像演戏, 在不同阶段扮演着不同角色, 不在乎剧情的变幻, 际遇和结局如何, 只要在过程中学会知足, 珍惜, 感恩就是天父称赞的好角色。因着天父的爱, 使赌徒如我, 成为知足常乐的人!



文/王诗茗博士



耶稣, 谢谢祢!

有一个人,
看到我开心, 他也会开心,
看到我不开心, 他也会开始焦急起来,
全天候等待,
慢慢地听我细说, 倾心吐意,
还没开口就懂我的需要,
为我供应一切, 出入都看顾,
担心我的大小事情,
当我遇上麻烦, 绝不坐视不理,
他一出手, 再大的难题都可以摆平,
他一句话, 就使我的心欢欣,
牵引着我人生的道路,
高山低谷也常伴左右,
创世以前他就爱我,
我有多少根头发, 他都知道,
为了我, 他甘愿在十字架上牺牲自己的性命,
让我得着永生的盼望,
再也不用孤单害怕。

主耶稣, 谢谢祢,
用祢的方式, 爱着我。

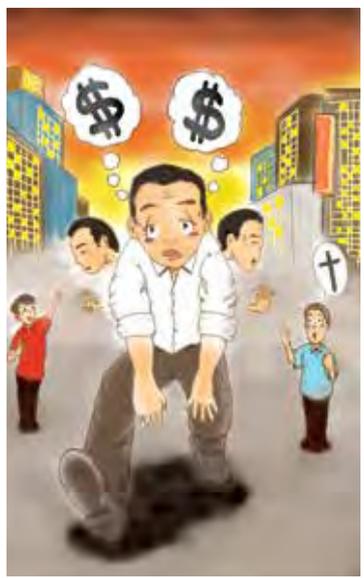
66

你们要将一切的忧虑卸给神, 因为他顾念你们。 99
(彼得前书五章7节)

遇见神，三步曲

信主前：

1. 口袋没钱，心中无胆，垂头丧气。



2. 求神拜佛，寻找出路，路在何方？



3. 午夜梦回，暗自哭泣，谁知我心？

5. 不妨一试，恳切祷告，谦卑交托。



转折点：

4. 遇见天使，来到教会，主是真神？



7. 抬头仰望，
十架带领，
主知我心。

信主后：

6. 突破难关，凡事亨通，耶稣真神！

图/钟江林
文/张秀芳



上帝的眼中,我是狮子王



文/谢淑美

66

就如神从创立世界以前，在基督里拣选了我们，使我们在他面前成为圣洁，无有瑕疵；又因爱我们，就按着自己的旨意所喜悦的，预定我们借着耶稣基督得儿子的名分，使他荣耀的恩典得着称赞；这恩典是他在爱子里所赐给我们的。

(以弗所书一章4-6节)



认识自己是宝贵的

2019年9月15-16日，儿童坚信营以“*I'm the Lion King*”为主题及目的是：带领儿童到耶稣基督里，就是认识和遵守神的旨意。当晚，林光辉传道带领每个孩子认识自己的身份，是重价买来的，并让孩子更加了解自己乃是神的女儿和儿子，有着尊贵身份。

生活中活出上帝的话语

光辉传道诉说他的生命经历，他读小学时，他很想当班长但被老师说了些话而受到伤害，从此以后就很自卑，长大后仍然缺乏自信至到经历了上帝的奇妙医治，明白上帝给每一个人尊贵的身份。他以提摩太前书四章12节的经文劝导孩童：“不可叫人小看你年轻，总要在言语、行为、爱

心、信心、清洁上，都作信徒的榜样。”这是提醒孩子们，通过活出上帝的善良、纯全、可喜悦的旨意归荣耀给神。上帝不要我们做糊涂人，不明白上帝给每一个人的生命意义。

当晚，圣灵如疾风一般地充满了会所，并且浇灌孩子和老师们，有些孩子被喜乐的灵充满，忧伤变成喜乐的孩子，有些孩子被圣灵责备，调皮变成乖巧；这颗坚定的信心，一时之间使他们变得更信靠神的孩子。

让孩子从小认识和渴慕上帝

老师们为每个孩子祷告，不断地让孩子渴望更多认识耶稣、渴慕耶稣的同在，渴慕花时间向上帝祷告、赞美和敬拜。每一个孩子都带着一颗渴望上帝话语的真理、及爱慕上帝并遵守律例与法则的心回家。



主啊，预备我，使我真
正敬拜祢。



天父，祢是伟大的神，
是配得颂赞与赞美的神！



天父，除祢以外，没有
人像祢那样爱地我……



我向我的上帝倾心吐意，
因为我倚靠祢。



我不惧怕，因为上帝
和我同行。



专注地祷告，
倾听祢的声音。



林光辉传道分享见证勉
励孩子。



无论我做了什么事，上
帝依然那么地爱我。



廖彩琼老师精彩表演，让小朋
友用上帝的视角看自我价值。



谁是耶稣的门徒？



老师，可以跟我玩一
个游戏吗？



穿戴上帝给我们的全副
属灵军装。



Yay.....享受美味宵夜!



很棒的宵夜时光!



三人行，必有我师焉。



来一个团队合照!



谢可芯 Bernice
(8岁)

可芯的爸爸回忆说：“有一天主日后，回家的路上，可芯问我两个问题。

1. 谁是全世界最厉害的医生?
2. 谁是全世界最强大的国王?

起初，我以为是IQ 题。

后来她说：当然是耶稣咯。

不久，我问她：如果我们说谎话，是不对的行为，耶稣就不会在我们心里面了，是吗?

她回答：只要我们跟耶稣 say sorry, 他还是会在我们心里的。”

由此看见，上帝的话语深深地烙印在可芯的心里，愿她的一生所作所为，不论在生活上或是信仰上，都不要偏左、偏右，要走在耶稣的真理上。



李廷
(10岁)

当我在三岁时，我跟随妈妈在茶餐厅工作，为了我能静静坐着和不吵闹，妈妈让我独自玩手机电戏。现在我长大了，仍旧对手机电戏非常着迷，沉醉于电玩游戏。妈妈说我“机”不可失，甚至偷偷摸摸拿妈妈的手机玩，因此常常与妈妈争吵。妈妈也为我祷告，建议我向耶稣求助。因为不想常常让妈妈生气，终于有一天我下定决心尝试祷告。我写下了祷告，将它贴在墙上，写着：“神啊！我决定了，我不要再玩电话和games，但是神啊，我不想戒电玩游戏。我求祢给我一个方式，就是直接拿掉不玩手机游戏的能力、记忆和瘾，并且直接从我身上拿走，我不要这个东西。求耶稣帮我，求祢给我不想做就不做的能力。”初时，我想偷玩，有两个声音出现，一个声音叫我去玩，另一个声音告诉我不要玩。我是不甘情愿，又想玩呀，又怕被骂。我又困难又不受控制自己的想法。这时，我就拿着祷告纸，向上帝祷告。非常的奇妙，上帝听了我的祷告，我心甘情愿地拒绝玩手机游戏的瘾。现在，我可以自由地选择玩或不玩手机游戏了。我相信祷告是真正有力量。

注：李廷的妈妈工作的地方附近有一间教堂，那里有几个哥哥姐姐邀请他去陪读，因此自小学习阅读圣经和抄经文。现在，因为母亲非常地渴慕上帝的爱和话语，时常带着李廷读经、灵修和敬拜。因此妈妈非常感恩上帝赐给李廷一颗坚定相信上帝的心。



陈凯旋 Fabian
(9岁)

凯旋的姐姐诉说关于凯旋 6岁儿时的事情。他在儿童教会的宣教主日里，听到了老师讲关于宣教士，知道他们需要，为神去其他的国家传扬神的福音，而有时候会面对很多困难。当时，Esther 牧师就让他们填写下所想要捐的宣教基金，当下他就决定以自己所拥有的红包钱来帮助他们。在新年的期间，他每天都计算着自己收到的钱，然后他把自己所收到的90%给了宣教基金，把10%当成他给上帝的红包。而且他很记得Esther牧师说过，不要在金钱上亏欠上帝而他一直记得，只可以给多过他所写下的金额，不可以给少于。他其实很清楚他拿到的钱可以买很多他想要的玩具，但是他还是愿意的把所收的金钱全部奉献给上帝，因他知道那笔钱可以被使用在更有意义的事情而他相信当他甘心给予上帝，上帝也必照顾他，使他没有缺乏。

他对于上帝的慷慨和信心，真的很单纯。每一次的数学比赛、班级测验，他都一定要祷告才愿意入场，他很相信祷告的力量，相信只要他祷告上帝就必与他同在，使他不害怕。



文/王芷晴

你是失眠族吗？

66 你们要休息，要知道我是神！ 99

这句经文出现在诗篇四十六篇，而在这整段经文当中，开头、中段、结尾都出现这么一句：“神是我们的避难所！”我们的生活难免遇到挑战和难题，甚至危险当中。在这喧嚣的世界，我们很需要暂停脚步，在上帝的避难所里休息，与神同在，从上帝那里支取力量，然后继续面对每个明天。

现今社会压力越来越大，人们睡眠质量变差，很多人都有失眠问题，且年龄层越来越小。失眠除了普遍上我们所说的翻来覆去睡不着，需要花很长的时间才能入眠、没办法进入到深沉睡眠里、闭上眼睛但迷糊间头脑还是在想事情又还是听到声音，有这些困扰的，也算是失眠族。

失眠会影响我们白天的工作效率、专注力。长期面对失眠，甚至会影响我们的健康。

测试一下，你是失眠族吗？

以下每个问题，请将最准确地描述您在过去两周中睡眠情况的选项数字圈起来。

1. 难以入眠

无	轻微	中等	严重	非常严重
0	1	2	3	4

2. 睡眠难以持续

无	轻微	中等	严重	非常严重
0	1	2	3	4

3. 有清晨太早醒来的困扰

无	轻微	中等	严重	非常严重
0	1	2	3	4

4. 你对目前睡眠情况满意/不满意的程度如何？

非常满意	满意	意见中立	不满意	非常不满意
0	1	2	3	4

5. 你认为你的睡眠问题影响你的日常生活运作（白天会疲惫、做工/上课的能力、专注力、记忆力、情绪）的程度如何？

完全没影响	有点影响	相当影响	很大影响	极其影响
0	1	2	3	4

6. 你的失眠问题使你的生活品质受到影响，你认为别人觉得你这个情况明显吗？

完全不明显	有点明显	相当明显	很明显	极其明显
0	1	2	3	4

7. 对于你目前的睡眠，你感到担心/苦恼的程度如何？

完全不担心	有点担心	相当担心	很担心	极其担心
0	1	2	3	4

把所有的分数加起来：_____（你的总分）

评分说明

0~7分

属于正常,目前没有临床上显着的失眠症/失眠的问题。

8~14分

属于轻度到中度之间程度的失眠,需要特别关注。如果失眠问题持续存在,需要考虑寻找专业的帮助以得到全面的评估。

15~21分

属于中度失眠,代表失眠已经对你的生活造成影响,建议寻找专业的帮助。

22~28分

属于严重失眠,失眠问题已经对你的生活和日间功能造成很多的干扰,建议立即寻找专业的帮助。

*备注:

评估表测验不能代替专业心理治疗师的评估和治疗。如有需要,记得向专业人士求助。



找出失眠的导因

无论你的分数如何,都不要惊慌,找出导因并对症下药,在有必要时也可以寻求专业帮助。

导致失眠可以分以下三大类型:

1. 提高风险:

- 性格(焦虑型,容易兴奋)
- 年纪大(身体疼痛,尿频)
- 遗传
- 社会经济地位(收入低,教育水平低)处于长期压力
- 女性比男性高(生理上的改变:更年期/怀孕)

2. 触发点:

- 生活大小的压力(人际关系,工作,经济,女性生理变化,生活的转变,孩子)
- 睡前摄取咖啡因或尼古丁
- 身体的疼痛
- 环境因素(隔壁太吵,灯光光,噪音)
- 轮班工(昼夜颠倒)
- 心理上的疾病(情绪有困扰)

3. 保持症状:

- 不定时的睡眠
- 睡前摄取咖啡因
- 有睡午觉的习惯(长时间的午觉)

以下好眠小贴士,或许可以帮助你:

- 午觉不要睡太久,让自己的作息正常
- 尽量让你休息的地方舒服
- 不要在床上做工,做功课或者一直接电话,要不然头脑会认为现在不是睡觉的时候
- 定期运动,消耗你多余的体能
- 避免在睡前和含有咖啡因的饮料
- 不要在睡前大吃大喝
- 无法解决的问题,你想再多也没有用,所以就先安心的去睡觉,明天才解决吧。

8. 到最后还是睡不着,也没关系。不要给自己压力,不要忧虑也不要焦虑更不要看闹钟。闭上眼睛,好好享受这宁静的夜晚吧。

9. 如上面分数给你的建议,假如真的很高分,记得要寻求帮助。

失眠造成的“后遗症”有多痛苦,没有失眠问题的人很难体会,但我们要相信,无论环境如何,上帝都与你同在,祂一定会帮助你,除了寻求专业帮助,在治疗失眠症的过程中,我们更要抓紧上帝的应许。

66

我必安然躺下睡觉,因为独有你耶和华使我安然居住。(诗篇四8)

99

在繁忙的生活中,也要坚持读经祷告,上帝总在我们面对焦虑时透过祂的话语安慰造就赐力量给我们。

66

所以,不要为明天忧虑,因为明天自有明天的忧虑;一天的难处一天当就够了。(太六34)

你所需要的一切,神已经为你所预备。要知道神的恩典是够你用的,因为**日子如何,力量也如何**(申三十三25)

99

资料来源:

<https://drive.google.com/file/d/1hc9BLQKp6T6wfx7frk4Y9b3tzrmpCox/view>

遇见耶稣， 重新出发



文/章俊恩

从小，我就跟父母去教会，当时年纪还小，我并不知道教会是一个什么样的地方，对我来说，教会只不过是个让我以及其他小孩等待父母来接送的地方，没有特别意义。但就在这一来一往之间，我渐渐喜欢上这个叫着教会的地方，它仿佛带着一种莫名的吸引力，新奇有趣好玩的等待着我一一去发掘。

我虽然在教会里长大，名义上看似是一名基督徒，可是这个信仰与我的生活没有任何关系。

还记得我在9-10岁时，我成为了老师口中令人头痛的孩子，我受到朋友影响，常做出让老师非常生气的举动。我没办法安静下来，也不跟着老师的指示做，总是喜欢跟老师唱反调，专做一些老师不喜欢的事情，目的就是惹老师生气。

我的爸爸妈妈也因为我的种种不良行为收到老师的投诉，我惹怒了爸爸妈妈，当然也遭到一顿痛骂。那个时候的我感觉迷茫，并不知道自己在追求什么？需要什么？为何要如此做？我以为只要不

跟着大人們的指示，就能吸引人們的注意。就在这样茫然的状态中，我升上了中学。

我个性胆小，不主动，无论做什么事都无法有信心，所以在教会没什么朋友。因为害羞，我只敢与主日学时期认识的朋友打招呼，也因为陌生，面对许多比我大的哥哥姐姐，我开始收敛不敢造次。

在我人生最迷茫的时候，我加入了小组，也认识了我的组长，他给我带来了极大的帮助。特别是认识新朋友这一方面，他帮助我踏出一大步，我也向其他组员伸出了友谊之手。

我在小组认识了很多与我年龄差不多的组员，他们对我亲切友好，我也开始参加教会的许多活动，加深了对信仰的认识。

我听过别人说：“在青少年期间，朋友带来的影响很大！”，这句话我非常认同。教会的组员常会鼓励自卑的我，在遇上困难时帮助我，耐心教导我直到问题解决为止。

主内的朋友脾气都很好，不会因为一点小

事就吵架，我们反而会随着事情的发展关系越来越好。从他们的身上，我学会了人与人相处所需持有的态度和度量。

2018年，我决定洗礼了，我愿意一生跟随耶稣并且委身于教会。我不再聚会时故意捣蛋，不再对自己的前途茫然失措，不再不明白为什么我要相信耶稣。教会对我来说不再是等待父母来接送，而是一个带给我归属感，让我的生命经历改变的地方。

我也从一个没有目标的人，到现在有了明确的方向；从一个给老师带来许多麻烦的孩子，到现在是一个自律自重的青少年；从自卑不敢与人交朋友，到现在我是一位有着一群好朋友的快乐人。

当我萌起坏念头时，耶稣就会透过身边的组员提醒我，今后的我不再是一个人走主的路，而是跟着大家一起走，不再感觉孤单。

现在的我，终于可以称得上是一名真正的基督徒了。因为我真正的认识了主耶稣基督，改变了我的生命。这一切都源自于我的阿爸天父。Amen!



忆良母的 信心旅程

作者/严曼丽
(原稿是英文, 由林美凤与林桂莲翻译并整理)



陈琼金姐妹在房里读圣经。

我敬爱的母亲陈琼金(Tan Heng Kim)女士是在父亲于2002年去世后, 在当年10月份第一次踏入教会, 当时已年届72岁的母亲不久就决志信主, 感谢神的恩典临到我们的家, 拣选了母亲成为祂的儿女, 让母亲在有生之年乐享主的安慰, 并在2020年3月27日安息主怀, 享年90岁。

在这18年时间里, 从初信到安息主怀, 她没有做过什么伟大的事, 她没有参与教会的任何服事, 但在她身上, 我却看到她对耶稣单纯的信心产生了极大功效。

母亲体弱多病, 身患糖尿病、心脏衰弱、肺部功能欠佳、肾结石、甲状腺增大, 而引起气管和食道阻碍, 她经常性头痛, 头晕和咳嗽, 也会因不定时进食而导致血糖降低身体不适。母亲身体遭受严重疾病的巨大痛苦, 心灵同时承受着困扰和软弱, 双重折磨却没有磨去她对主耶稣的信心。尤其是在她离世前的最后六年, 她因着信, 就算需要忍受着举起手更衣, 左臂经历刺骨般的痛楚, 还是不减弱她出席主日的决心, 她这份坚定不移的信念深深让我佩服和敬仰。

母亲膝盖骨磨损而需承受巨大疼痛, 她每一次去教会对她是如此艰难, 她从一步一拐撑着手杖上教会, 后来腿上神经受损虚弱无力, 从手杖换去拐杖框架,

再到后来需要坐上轮椅方能出席主日崇拜, 旁人都不忍心她出席一场主日敬拜要经历如此考验, 但对母亲来说, 没有比去教会亲近主更重要的事了。

母亲多次病情复发, 眼看第二天就无法出席主日崇拜了, 奇妙的是, 第二天的她会抖擞精神一早起床准备妥当, 风雨不改到教会去, 她仿佛忘了自己双耳重听, 一只眼睛失去视力, 看不懂、听不懂牧师的证道, 总之对她来说, 没有任何事比耶稣基督让她得到平安和喜乐。

有人问母亲为何坚持相信耶稣。她轻描淡写地说, 因为相信所以得着平安, 她就是如此单纯地牢牢抓紧耶稣的医治和拯救, 从而得到主耶稣的大能和平安!

我们相信在母亲去世前两三年, 是上帝施恩, 让她有机会出席乐龄小组, 弟兄姐妹们为方便她, 也开放家里进行小组团契。看见她在小组享受与珍惜团契时光, 常朗读约翰福音三章16节、诗篇二十三篇, 以及主祷文(马太福音六章9-13节)等经文; 母亲也不时向人分享见证, 让身为儿女的我们也为她得到主的眷顾和恩典而欣慰不已。

依稀记得, 母亲报名参加主日培训课程时从未缺席, 上课也不打盹, 培训老师还夸过她认真抄写经文并背诵经文, 准时完成家庭作业, 称赞她是班上最棒的学生, 我以她而荣! 母亲认真学习以外, 她也非常重视医院和家庭探访, 也尽其所能出席哀悼会; 在探访的过程中, 她无时无刻都在分享福音, 鼓励非信者包括信奉佛教徒的叔叔和姨妈们要相信耶稣基督才是救主, 因为母亲坚定地相信, 凡信耶稣的人都可以上天堂。

曾问母亲: “妈妈, 你知道日后你离开会去那里吗?” 而母亲右手向上指, 口里说: “天堂”; 我再问她为何如

此确定, 她的回答是: “因为我相信耶稣啊!” 是的, 我亲自见证母亲带着不适的身子向人传福音时, 头脑还是清晰地说“我相信耶稣”, 所以可以上“天堂”, 她如此坚定地回答真的令我感到泪盈满眶啊! 赞美主!

母亲在离世前一个晚上, 当我即将入睡时, 意念里两度出现天使降临, 第二天早上醒来时, 母亲已经安息主怀, 她在睡梦中被主接回天家了, 多么安详, 多么蒙福, 哈利路亚! 如今, 我深爱的母亲已经在天堂与父神同欢庆, 我们一家人在地上也同享此喜乐!



陈姐妹参加乐龄团契。



陈姐妹与家人合照, 右一为本文作者严姐妹。



报道/
洪凤娇博士



“疫”不可挡的决心

2020年绝对是个令人难忘的一年，全球受新冠肺炎疫情影响，马来西亚更实行了行动管制令（行管令）。在人的意念里，会觉得要继续完成培训课程绝对是不可能的任务。然而，在神的旨意里，没有任何事能够拦阻祂的计划成全。行管令不仅没有拦阻学员上课的决心，更发掘了学员的潜能。

有些学员原本对电脑操作一知半解，但是因为需要线上上课，学员们都纷纷用尽各种不同的管道，有的问孩子、孙子，有的去邻居家，有的询问小组领袖等等，最后都能克服“科技障碍”，顺利上课。正如幸福小组的金句——“没有付不起的代价，只有看不见的价值”。

以下是学员们在“门徒学校下”的学习、领受及盼望施行的行动：_____



刘志瀚

最喜欢

这个课程再次提醒我做幸福小组的重要性。

最大的收获

提醒我做幸福小组时可能忽略并要注意的细节，如尊荣和关心Best、用热情欢迎他们。

行动

更注意best的需要，不放弃邀请，不被借口影响！



王清龙&黄仪青

最喜欢

- 爱人如己和凡事都要互相效力。
- 学习谦卑顺服与上帝连接，遵行和遵守神的旨意做神喜悦的事情。
- 从不顺服到蒙福。

最大的收获

- 更明白如何讨神喜悦，更了解和认识耶稣，无论遇到任何困难，只要相信和依靠祂，就没有难成的事。
- 祂的承诺是永远的，必定成就在我们的生命里，活得更加丰盛。

行动

- 更加努力把福音传给更多需要的人。
- 为主结出更多的果子，让教会有更多best受洗。



吴玉瑛

最喜欢

- 属地的价值转为属天价值，让神的话深深烙印在我的心思意念！
- 以遵行主道克服挣扎，让张力越来越少，把属天价值落实在我们的生活中！

最大的收获

- 幸福小组所介绍的短片、学习从会前祷告至检讨。

行动

- 学习以基督为主的生活，在下一期的幸福小组服事去经历福音的大能！



刘泉发&陈丽群

最喜欢

很感恩，可以夫妻俩一起上课。

最大的收获

门徒被呼召，不只是为了个人得救、领受祝福，还要成为神的见证人；没有付不起的代价，只有看不见的价值。

行动

参加门下后准备好开跑幸福小组。



梁妙蓉

最喜欢

使我更认识自己和学习到把幸福小组做得更好。

最大的收获

同学在分组的分享，使我更加有信心、不惧怕，凡事祷告，跟随上帝的脚步。

行动

更加关心家人和朋友，邀请他们参加幸福小组，传福音给我的Best!



洪丽珊

最喜欢

听大家分享得救见证，个个都很特别，让我觉得，“哇！神不是同一套用在每个人的身上，祂对每个人都很特别！”

最大的收获

最大的收获：能读完两本书，了解到如何面对祭祖的问题、如何靠着耶稣征服人生。

行动

熟读圣经，装备自己，做个好门徒，传福音去！



专栏作者
周珮仙



你的钱包， 经得起考验吗？

在这非常讲究金钱和权力的现实生活里，谁掌握了最大的优势，最顶尖的资讯，就能够掌控局势，给自己带来最大的利益。这样的写照，就是圣经里提到的“危险的日子”——“你应该知道，末世必有危险的日子来到。因为那时人要专顾自己、贪爱钱财、自夸、狂傲、谤讟、违背父母、忘恩负义、心不圣洁、无亲情、不解怨、好说谎言、不能自约、性情凶暴、不爱良善、卖主卖友、任意妄为、自高自大、爱宴乐、不爱神，有敬虔的外貌，却背了敬虔的实意，这等人你要躲开。”（提后三1-5）

名利并非最重要

然而生命的重量，不一定要位高权重，但要活出最大价值。正如圣经里面提到的人物安得烈，虽不如彼得、约翰那么为人所熟知，提起他还要加一句“彼得的兄弟”，他却宛如幕后功臣的“造王者”般存在。是他带领彼得认识耶稣；是他带领那个孩童献出五个大麦饼、两条鱼给耶稣，进而有了五饼二鱼喂饱五千人的神迹（约六8）。也是安得烈，把几个想见耶稣的希利尼人带到耶稣面前，成全了这些人的生命（约十二20-22）。安得烈虽然不是领头人，但行为举止影响深远，因为他将主所赐于他的影响力发挥得淋漓尽致，这就是忠心，也唯有这样的付出，才能在事奉上忠心。

一场疫情，就像打桌球的白球一样，把原本井井有条，有策略，有计划的人生打散了。今天的你，有想过如何发挥主所赐你的管理能力，将自己的生命扩张，即使被打乱步伐，仍然能够靠主，有丰富经历，重建思维，重新调整出发？

今天，我们从安得烈的身上学到很重要的功课：就是要找对师傅。我们往往之所以棋差一着，是因为我们习惯用有限的智慧判断和自以为是，来企图应对超乎我们能掌控的事物。

疫情带来的省思

根据大马多方面财政调查研究报告显示：

- 每3个人中，就有1人自认缺乏理财知识
- 每10个人中，就有3人需要借贷以购买必需品
- 每5个人中，就有1人没有每月储蓄的习惯
- 84%的大马人，在月杪时就把当月的储蓄给花光了
- 只有10%的人，储备是足够应付6个月零收入生活

就是这些错误的理财思维，爱宴乐，今朝有酒今朝醉的态度，让我们对突发事件/危机缺乏应对能力。在自认不会失业，生意订单源源不绝的时候，突然间，一切的理所当然都好像停顿了，消失了。新冠疫情来袭，让人几乎窒息，是因为我们过去奢侈的生活态度，即便

收入不允许，依然借贷买房买车投资。为了最新的智能手机，硬着头皮签下每月200令吉，维持24个月的配套，岂不知，为了满足私欲，牺牲了储蓄，所以就在一个疫情波浪狠狠摧毁我们的生活时，我们完全无招架之力。

当个智慧理财人

从今以后，我们要学习谦卑地理财了。

- (1)若缺乏节约能力，找个人来督促你，帮助你做出改变，建立良好的习惯。
- (2)拒绝奢侈，从世界的虚浮宴乐中回转，将神所赐你的管理能力，用在天国的事上，让耶稣在你生命掌权，你才能从蒙蔽中醒悟，不再做糊涂人。
- (3)建立对的生命态度。一味追求物质，将会危害无穷，要建立能够发挥天国影响力的生命态度。
- (4)从小事做起。耶稣要改变你我的生命，也需要我们的参与。每个月坚持10%储蓄，十分之一奉献，消费行动前考量后果，分辨需要和想要。

不要等事情发生了，才来问耶稣怎么办。我们可以化被动为主动。用好习惯代替坏习惯，亲近主得智慧，把神所给你的恩赐，加以善用并造就弟兄姐妹。神应许我们说，祂是我们的牧者，我们必不致缺乏。找对师傅，用对方法，做对事情，你将会是像安得烈一样活出有价值的生命。



专栏作者

周志雄与曾凤仪夫妇



特别的孩子， 有上帝 特别的爱

他原本是个调皮孩子

2016年9月4日仁爱班来了个11岁男孩——邝伟杰，他属于仁爱班的第一批孩子。

这孩子还没来仁爱班之前，曾与其他孩子一起在儿童教会的大堂参与敬拜和赞美，因为每周诗歌都不一样，他无法适应，敬拜赞美时就会到处走动。敬拜结束后，孩子们需按照自己的年龄分班上课，这时他却没进教室上课，原因是他不感兴趣，所以继续在课室外溜达。

他爱玩和好奇心强，每回老师没注意他时，他都会跑到台上打鼓，当老师阻止他，他就跑到别处，还跟老师玩躲猫猫呢！然而，这却影响了老师们教课和孩子们上课的情况。

后来他来到了“避难所”

66

但我亲近神是与我有益；我以主耶和華為我的避难所，好叫我述说你一切的作为。

(诗篇 七十三篇28节)

99

或许在别人的眼中，伟杰是个调皮的孩

子，但在上帝眼中，他是个特别的孩子。上帝特别爱他，知道他的问题和需要，希望他成为祂所使用的器皿，于是儿童教会的牧师决定安排他去仁爱班学习。

感谢赞美主，他第一次在一间小教室里耐心地待了两个小时，表现良好，而且可以顺利完成老师所安排的课程，从此以后仁爱班就成了他的“避难所”。

年龄渐长面临离开抉择

转眼间已是2018年的一月份，伟杰十三岁了，原本十二岁以上的孩子应该去青少年聚会，但是青少年聚会不适合他。当时有提议让他跟着父母去成人聚会。然而，我们了解他的情况，觉得这样的安排是不合适的，所以不赞成此安排。

我列举两个案例，以便让牧师深入了解这类型孩子的需要和真正适合他们的地方。案例一，以前我在北京儿童教会服侍时，带了个18岁的脑瘫孩子去儿童教会聚会，这孩子在整个聚会也没有影响其他的孩子，他在儿童教会学习直到我们离开北京。案例二，我带10岁的阿斯伯格孩子到儿童教会聚会，还安排他帮忙服事，为敬拜赞美担任司琴，这孩子也在儿童教会里学习了四年。

上帝很爱伟杰，最终教会试着让他继续留在仁爱班，看看情况如何。他也很珍惜这样的机会。他就这样待在儿童教会的仁爱班，直到现在。

见证他的更新与改变

66

……穿上了新人。这新人在知识上渐渐更新，正如造他主的形像。

(歌罗西书 三章10节)

99

上帝是信实的，祂爱伟杰，非常在意祂属灵上的成长。为了能让他继续在仁爱班学习，经过祷告后，上帝为我们指引了一条新路给他。于是，我们安排他在仁爱班带领大家敬拜赞美、阅读圣经故事、背诵金句、为食物祷告和负责收奉献等的服事。

感谢赞美主，我们见证了他的更新与改变，如今他已经能够成为仁爱班的小老师，协助老师处理大小事务。



专栏作者
陈晓晖牧师



允许失落 重拾信心力量

悲伤是经历失落时的自然反应，而失落则是失去了原先所拥有的，是遭遇剥夺的一种状态。每个人或多或少都曾经历失落和悲伤，也许是失去亲人、跟要好的朋友失去联系、错过升迁机会、婚姻破裂等。

在新冠肺炎肆虐全球期间，人类正经历着史无前例的集体失落与悲伤。这是第一次，地球上的每个人在同一期间尝着失去的苦涩，以及悲伤的揪心。有的人在疫情中丧失生命、自由；痛失亲友、工作；社交距离让人失去了与人握手、拥抱的温暖，看不到口罩背后的笑容。因此，认识失落与悲伤是重要的，这能帮助我们在意识到自己的精神状态后，积极面对。

我们所面对的失落与悲伤大致可分成几类：关系的改变（如离婚、失去亲友、失联）、物质的失去（如变卖财产、失去家园）、心灵与情绪受创伤、丧失身体功能性（如生病、残疾）、角色改变（如失业、退休）、生活环境与方式的改变（如搬家、行动受限制）。失落与悲伤是人生命无法切割的一部分，因此重要的不是避免失落与悲伤的发生，而是学习接纳与面对这个必然会经历的过程。

悲伤的过程没有一定的秩序和规范。一般上，悲伤可分成五个阶段，但不一定依次发展，也许会重复经历，因为每个人在面对悲伤时的回应、用时长短也不尽然一样。

1. 否认：尝试合理化所经历的悲伤。这是因为无法接受突如其来的失去而产生逃避现实的反应。

2. 愤怒：当逃避无法再麻醉悲伤的痛，人开始寻找责怪与负责的对象，同时也会有自责、内疚及情绪爆发的状况。

3. 讨价还价：在这个阶段，因为失去而开始进行“协商”，发出各种“如果、早知道”等假设性提问。这是个重要的阶段，能让人暂时逃离痛苦，在假设提问中，感到一丝希望，最终能调节心情接受事实。

4. 低落与忧郁：这是面对失去时的合理情绪反应，不是忧郁症。你很可能经历撕心裂肺的悲哀、失眠、食欲不振、甚至感觉失去生活的动力。

5. 接受现实：接受无法改变的事实。失去的终究已失去，人开始适应失去后的“新常态”，投入新的生活中。

每个人都可以经历也必须允许负面情绪的存在，但更要提醒自己这些情绪只是“过渡”，不要把悲伤变成你的“家”，长久住在里面，因为家理应是充满生命力和希望的地方。因此，可以允许悲伤停留一下，但不能让之永久占据。

悲伤有两极的能力：可以让人积极地活着，或者把人推向沮丧与绝望中。因此，我们更要学会面对悲伤、克服挑战，以促成个人生命成熟与成长。记得，我们不需要把所有的悲伤都留给自己独自扛下，而是要去寻求帮助。

1. 表达悲伤：别拒绝或压抑悲伤，反要把心中的悲伤表达出来，借此梳理与疏导情绪，这样可以避免崩溃或掉入更深层的焦虑与忧郁里面。你可以祷告

唱诗，向上帝倾诉；把心情、想法和感受用文字、绘画等方式表达和记录；与他人分享自己的悲伤经历，借此找到支持与鼓励。如果发现自己仍沉溺在悲伤中，久久无法释怀，请尽早向身边可信任的人求助，透过教会牧者、医生或辅导员的帮助，与你一起面对。

2. 尽快投入日常生活：悲伤的人会因为生命中的失去、受创的心灵而很容易一蹶不振。在经历悲伤时，尽快投入过去规律的日常作息，将有助我们稳住生活的框架，并能理智作出必要的调整、执行计划等，逐步启动生活的动力，学习在日常作息中与所经历的失落与悲伤共处。

3. 停止自责与愧疚：失去与悲伤的发生并非一个人独自造成，其中包括很多的因素与人际关系的互动，因此停止责怪自己与他人，承认自己的彷徨与无助，更能帮助我们看清事实，并计划接下来的行动。

4. 倾听与陪伴：若你身边有正在经历失落与悲伤的家人朋友，请花一些时间聆听他们，不需要太多大道理与分析，往往一个点头、微笑和拥抱，或者纯粹坐在他们身边聆听，已足以让他们如释重负，重拾信心与力量。

悲伤并不可怕，也不是错误的情绪。悲伤是上帝允许我们在世上经历的过程，是化妆的祝福。上帝靠近伤心的人，拯救心灵痛悔的人，祂允许我们在苦难和挑战中有平安，能够安息。纵然经历悲伤和失落，但我们也能安然居住，重新得力，再次迈开步伐，迎向充满盼望的未来。



《经历丰盛》阅读心得

神应许赐下丰盛的人生和祝福，但我们要渴慕得着。丰盛的人生是在爱的路上，接受上帝在我们生命里修剪的过程。丰盛的人生是与神同行的生命，即使面对狂风巨浪，仍然依靠神得安稳。

丰盛的人生不是停留享受救恩，而是乐在服事。神托付给我们传福音的使命，我们能成为无愧的工人，得神的喜悦。丰盛的人生是过着得胜的生活，凡事上明白神的心意，以神的话语为生命的盾牌抵挡恶者的声音，并且不受辖制。丰盛的人生是能在地上彰显属天的荣耀，在成圣的路上，

必须不断让圣灵光照内心，让主兴旺，老我衰微，以至基督的荣美能更多在我们的生命中彰显。

这本书能够辅助你进入全新的灵修体验，透过故事分享和信息启发加祷告和经文默想与神面对面，经历祂同在的美好时刻，能使你更渴慕地沉浸在祂的爱里，因着耶稣，生命更加丰盛。

我来了，是要叫羊（人）得生命，并且得的更丰盛。约翰福音十章10节

文/颜依倩

好书推荐

文/黄佩贞 & 林爱菱

当女人真好

作者/普莉希拉·施瑞爾



本书以圣经真理和激励人心的话语立定目标转化内心，经营女人受造的目的和真正的样式。

迎接丰盛

作者/蒲公英编辑部



一本安慰人心的书。当你觉得伤心、挫折时，可以从中找到站起来的力量。这更是一本可以与神亲近的书，了解神的心意，活出荣耀的生命。

儿童绘画本系列

小象欧利找弟弟

作者/伯尼·鲍斯



小象离开自己的妈妈，到外面找其他动物的妈妈，要她们的孩子做自己的弟弟。可是妈妈们都不愿意，小象在路程中越来越想念自己的妈妈。最后，小象很开心回到自己妈妈的身边。

启示：
妈妈永远都爱自己的孩子，要珍惜与妈妈和家人在一起的美好时刻。

农夫去旅行

作者/克里斯迪安·提尔曼



贝克是一位辛劳的农夫，有一天他想要去度假，却担心农场里的动物们。他把动物们带着一起度假，但是件非常困难的事。

启示：
不要过于劳动，须要学会休息和放下重担。其实只要贝克学习安排，愿意委托工人来照顾农场的动物们，他就能轻轻松松去旅行了。



左为作者黄嘉艺，
右为小组领袖许莉娟。

2019年3月因着幸福小组而回到神的家。

走向喜乐 道路

我从小就跟着父母去教会，后来我毕业了开始工作，就没有去教会了。

我尝试了非常多行业的工作，直到有一天，我遇到了一家美妆品牌公司的老板，他给了我工作的机会，我也很珍惜这份工作。但是后来这家公司慢慢地发展至只有我一个人在处理内部事务，工作量越来越多，导致我的压力越来越大，看到老板的信息是无法入眠的，甚至每天还需要加班工作。我渐渐地失去方向，不知道如何是好。

在某一天的星期日，妈妈邀请我陪她去教会，在当天主日的祷告医治环节，我鼓起勇气走向前接受祷告，在一位姐妹为我祷告时，我感觉到主在向我说话，祂告诉我不要惧怕，祂一直与我同在。当时的我很感动，因我深知上帝明白我的感受和知道我内心的恐惧。之后，这位姐妹也邀请我参与幸福小组。

在幸福小组里，他们每次都会询问我的生活处境和为我的工作祷告，让我感受到他们的爱和关心。我也在当中更加了解这一位爱我的上帝，每次在工作里遇到沮丧的时候，祂都透过诗歌和小组组员来安慰我，慢慢地带领我走向喜乐盼望的道路。

文/黄嘉艺

即使生命会遇到许多的问题，但我可以靠着祷告不活在焦虑恐惧中。

我也成为了幸福同工，希望能把耶稣的好与更多朋友分享。在2020年3月开始行动管制令期间，我仍然参与ZOOM线上幸福小组，继续成为传福音的器皿，使人看见上帝在我身上的喜乐、盼望和真平安！



2020年3月 再次成为幸福小组同工



2019年9月加入成为幸福小组同工



行管令(MCO)期间参与Zoom线上幸福小组，继续走在喜乐道路。

疫情阻挡不了， 传福音的热忱

文/孙芷晴



当我收到通知学生区要用ZOOM开幸福小组时，脑海中马上浮现无数个“要怎样？”、“很难吧？”、“BEST会来吗？”等问题，也非常紧张！没想到，幸福小组一开始，竟然连续两周都有BEST赴约，而且还决志信主呢！原来线上传福音并没想象中困难。神所赐的，真的是超乎我们所求所想！

有一次，我熬了一个晚上都想不出吸引BEST的活动。祷告后，我决定按照原稿分享，接着分享见证，再为BEST祷告。奇妙的是，BEST竟然给当天的见证和祷告感动。原来依靠神，一切都变容易了！

挫折中学会仰望上帝

正当我信心满满时，挫折却随之而来：BEST不敢打开视讯镜头、没有人回应救恩，还觉得我们迷信，就连邀请BEST也变得不容易。我非常失落，更不明白怎么神不让我们每一周都顺顺利利。然而，感谢神，正因为这样，我学会了把眼目定睛于神，知道传福音才是我的目的。

神是信实的。接下来的每周幸福小组，我们都经历神不同的恩典！BEST从不愿意视讯到答应参加小组；同工从安静到主动跟BEST聊天，而BEST也经历祷

告的能力并要求继续为她祷告；同工就算邀约被拒绝也不放弃，真的非常令人感动！

单纯倚靠上帝的心

我们共有11位BEST参加幸福小组，其中7位信主，比原来设的目标还要多！

这期幸福小组最棒的收获，就是我们虽然什么都没有，只有单纯的信心倚靠耶稣，在行管令期间善用时间，做了最有意义的事！耶稣真好！



Cheras 2
大专生



BU
大专生



DP 1
大专生



Kepong
大专生



Cheras 1
中学生



Cheras 2B
中学生



Puchong 1A
中学生



Puchong 1B
中学生

守得云开.....

如果您面对不公平的事，是否会怒气冲冲？您的心里是否会出现正义侠迫不及待地伸张正义和讨回公道？曾经有一次，我在工作上受到不公平待遇，心里感觉不快，想要找上司理论，但又缺乏勇气和担心无法争取回应得的利益。当时，我的心对于这件事非常不满意，也很生气我的上司，心里觉得无法饶恕，甚至对于对方做的所有事都感觉很不满意。

我安静自己的心，来到神的面前向他祷告，恳求他给我智慧和为我伸张公义。就在那时刻，神引导我让我在圣经里读到约瑟的故事，他的哥哥们因为妒忌他，把他卖去了埃及，他就在那里生活超过十年，甚至坐过牢。后来，约瑟回到他家人的身边，哥哥们请求约瑟原谅他们过去对他做的事，约瑟竟然没有生气，还用话语安慰他们，因他知道神掌管一切，神成就的必有祂的美意。

当下，我的心得着很大的释放，约瑟的遭遇比我更不公平，但他仍能饶恕他的哥哥们并且能够明白神心意。我不再生气我的上司，也把这事继续在祷告中交给神。三个月后，我的上司知道了这件事，他详细检查后，竟然主动给我应得的利益。



文/颜依倩

凡事都有上帝奇妙的旨意。

感谢赞美主，我们的神是公义的，祂从不误时。当我们面对生活中任何的挑战，都是让我们更加靠近和认识祂的时候，祂的智慧比我们高，祂的方式永远是最好的。我们要学习全心依靠仰望，就能经历祂同在的美好祝福。

正如圣经中约瑟对哥哥们说：

66

不要害怕，我岂能代替神呢？从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。现在你们不要害怕，我必养活你们和你们的妇人孩子。”于是约瑟用亲爱的话安慰他们。

99

(创世记五十章19-21节)

如今我也经历到了约瑟的心境，明白神必为我伸冤，每件事都有祂奇妙旨意。

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，我要相信你，接受你进入我心中，作我个人的救主和生命的主。求你赦免我一切的罪过，帮助我，让我能认识你更多，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，您就是一名基督徒了。

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 : www.facebook.com/gtpjchinese
Website : www.chinese.gladtidings.my