



怀恩堂华语崇拜聚会时间

主日崇拜/青年级、少年级主日学
联合青少年崇拜
主日学(成年级、儿童级)
团契(青年、少年)
中国朋友小组
生命小组

主日早上 08:30
主日早上 10:00
主日早上 10:30
主日早上 11:45
周六傍晚 17:00
按各区活动时间

堂址: 14, Queen Street, Singapore 188536
电邮: gracescc@singnet.com.sg

电话: 6337 7144 传真: 6332 6838
网址: www.gsgccc.org.sg

青草地、溪水旁，上帝的牧养使我不至缺乏。

云彩的见证 黄华丰

最美的祝福

1984年8月，我自己一个人糊里糊涂地在家向上帝作了一个祷告，我以为这样祷告一下，就算信上帝了，生活从此就会顺顺利利、高枕无忧，但事实并非如此。接下去的日子，我的信仰反反复复，常常不去教会。甚至有一段时间3-4年都没有去过教会。没神的日子我过着自我的生活，日子浮浮沉沉、跌跌撞撞。期间发生了好几次危机，那个时候，我才会想到上帝，然后，临时地向他祷告，而上帝好像也不计较我的小信，一次又一次地帮我渡过难关。可是，难关一过我又把上帝他在了脑后。直到去年8月，我的人生终于走到了最底谷，甚至来到绝望的边缘。

我的工作是非召车司机，载客的收入就是我唯一的经济来源。去年8月我的租车合约到期，我就

换了一家租车公司。第一天拿了新车，恶梦就开始了。车子刚一上路，就发出刺耳的声音。这样连续驾了两个月，我开始出现耳鸣，而且严重到常常分神，精神不能集中，好几次差点出意外。这种奇怪的声音一直困扰我，换了好几部车子都没有用，租车公司也因为我常换车而调高了我的租金，这让我的困境雪上加霜。我与他们接洽解约，他们说如果要解约就得照合约上的规定赔四万多元。这进退两难的困境令我十分沮丧，甚至到了严重抑郁的程度。这时，有一把声音一直在我耳边重复着说：人生这么没意义，就了结了生命吧！有好几次我差一点走上不归路。不过，每次在千钧一发之际，总有另一把声音对我说：再坚持一下，事情一定会翻转。感谢上帝！人的尽头就是上帝的起头。上帝奇妙地安排了一位鲜少联络

我的姐妹联络我。她听了我说说的遭遇，于是迫切地为我祷告。然后，一步一步地带领着我向前走。上帝真的很奇妙！他大大地为我开路。原本非常强硬的租车公司竟然突然无条件地跟我解约。上帝不止让我摆脱了不合理的合约，更修复了我和妈妈的感情。之前严重的耳鸣让我深深体会到听觉不清的痛苦，变得能够体谅妈妈年老时的听觉问题，让我愿意也更有耐心地去与她沟通。令我更感恩的是我妈妈在2023年6月6日也信了主，哈利路亚！

这些事让我感受到上帝的爱。另外，透过洗礼课程也让我看到，上帝爱我，他不仅要赐我今生的福份，耶稣基督十字架上的牺牲，还把我从罪中拯救出来，让我能靠着祂得到永生的福份。为此，我决定受洗归入主的名下。感谢上帝！虽然我的人生遇到一些坎坷，但那是他给我的一个“化妆的祝福”。我要鼓励所有的朋友和弟兄姐妹，无论你们现在碰到什么困境或低谷，只要信靠上帝，他总不会撇下你、也不丢弃你、靠着“那加给我(你)力量的，凡事都能作”(腓4:13)。上帝是信实的、他的话永不落空。让我们为主做光做盐。跟从主是我这一生最美的祝福。愿上帝与你们同在！

稿约：我们欢迎你投稿；凡是符合圣经教导，富有内涵和探讨生命的作品，我们都欢迎。

下次投稿截止日期：2023年11月30日。有意者请向编辑查询投稿须知和详情。

编辑部 —— 顾问：苏振中传道 / 审稿：苏振中传道 / 编辑：吴金丁弟兄

校对：黄文治弟兄 黄妙云姐妹 / 排版及美术设计：郭耀光弟兄

事奉的 信心和喜乐

在教会里，每次不论是在筹备活动和节目找同工帮忙时，或是邀请弟兄姐妹担当委员时，所听到的答复大多数是：“我没有时间”或者“你去找别人吧，我无法胜任”虽然我们应该尊重他们的决定，但老实说，他们的这些答复有时令人费解。有谁不为家庭和工作忙碌呢？有谁是满有能力的？每次在主日崇拜进行了奉献之后，每个人不都是大声地唱短诗“一切全献上”吗？难道唱出来是一回事，而行出来是另当一回事？所谓的“一切”，应该包括我们的时间、恩赐和才能吧。所以，我每次都不敢唱出来，因为我知道我无法完全做到为主无保留！

到最后，那些愿意继续委身和事奉的弟兄姐妹们，就得承担不同的、甚至是更多的事奉岗位。他们就有多余的时间吗？他们就有量身定做的才能吗？我不以为然。那些委身于和不愿委身于教会事工的，和参与事奉和不参与事奉的，关键的差别是他们有没有真切爱主的心，还有他们信心的操练。但人毕竟是人，就算有些一直在事奉和委身的人，他们也会感到身心灵疲累，也会失去了事奉的喜乐。这些都是一个不健康教会的趋向和光景。

使徒彼得三次不认主，主耶稣在复活后三次问了彼得他爱不爱主，也吩咐彼得以行动来证明他对主耶稣的爱：牧养主的羊。如果我们真的爱主，那么我们应该以什么行动来表示？应该是愿意事奉主和委身于服侍众人，积极参与教会的各项事工（尤其是差传和传福音的），对吗？因此，以后当有人邀请你们参与事奉时，希望你们会欣然接受这唯有事奉主才能有的永恒福分。

使徒雅各劝告初期教会的基督徒：“人若说他有信心，却没有行为，有什么益处呢？这信心能救他吗？照样，如果只有信心，没有行为，这信心是死的。”（雅2:14, 17）我们必须实实在在地相信神的大能，他必赐能力给那些愿意遵行他旨意的，就如他曾赐莫大的能力给摩西一样。记得摩西也曾对神说他无法胜任，带领以色列人出埃及吗？我们都知道结果如何，对吗？因此，以后当有人邀请你们参与事奉时，希望你们真相信神的供应，踏出你们的安逸区，有信心他必赐你们时间和精力去成就他的事工。

除了鼓励弟兄姐妹参与事奉之外，我想我们（主要是教会的领袖）也

应该尽力消除那些被邀事奉的人的一种负面想法：“无事不登三宝殿，你在需要人帮忙时才来找我；平时，对我却不理又不睬！”的确，我们在教会里鼓吹“以人为本”，就应该以关心弟兄姐妹的属灵生命和成长为优先，也关心他们的个人身心灵、家庭和工作状况，为他们代祷，给予援助等。同时，我们也鼓励他们通过各尽其职的事奉，与同工团队一起有团契、有属灵成长和彼此建立，大家才能满有喜乐地为主复兴教会的事工。

四年来，我看到我的另一半接受了神的呼召，加入了华语崇拜的委员会，尽心尽力的事奉主和服侍弟兄姐妹，着实大大地激励了我。有时，我们必须一起策划和筹备某些活动和节目，从中感受到一起同工和事奉主的喜乐，也增进了我们之间属灵的亲密感。

希望大家都能够以积极和正确的事奉心态来爱神爱人，不分年幼老少，让我们建立一个蒙神喜悦的教会，同工喜乐，荣耀主的圣名！

我在印尼爪哇岛某小镇读完小学之后，就到邻近城市的中华中学读初中，正巧和她分派在同一班。就这样，和她做了三年的同学。适逢新中国刚刚成立，思想激进的我还曾在班上的黑板报上写过一篇“人生为了什么？”的文章，倾述了自己想为建设一个繁荣富强的祖国而奋斗终生的心愿。初中毕业后，我是班上第一位投奔祖国怀抱，在中国上海继续深造的学生。

上世纪五、六十年代，受到伟大祖国的感召，印尼各地的华侨学生掀起了回国的浪潮，成千上万的中学学生搭上邮轮回中国念书，我班也有大半同学回国，分派全国各地求学。偌大的一个中国，偏偏是她投亲到邻近上海的杭州落户。一年后我们又在上海相逢，同学又同乡，能在异地再次相逢，何其难能可贵。

从中学到大学毕业，我在中国度过了漫长的岁月，期间政治运动不断，到了文化大革命时期，我提交了一份申请出国信。要知道，那时正是火红的革命年代，正当全国上下朝向共产主义大道迈进时，我却申请去资本主义的香港，逆社会的大潮流而行，精神上受到压力之大，非经历过的人难以想象。然而，出人意外的是三个月后，我的申请获准了。领出国证的那天早上，我喜出望外，即刻打一份电报告知在杭州的她，岂知在杭州申请出国已有三年的她，也在同一天领取了出国证。说也奇妙，我和她分隔两地，却在同一天领取了出国证。与其说偶然巧合，我似乎感受到那是天作之合、神迹。

于是在1971年底，我们相约一起坐火车南下香港。一出香港车站，让我好奇和惊艳，东方之珠的繁华名不虚传，这是与我过往生活完全不同的花花世界。然而，人生地不熟，举目无亲，不谙粤语的我又很难与人沟通，真所谓举步艰难。所幸那年代是香港经济迅速起飞时刻，使得我找到一份工作糊口度日。在香港奋斗几年后，我和她同结连理，互

定终身。没多久，祖辈两代是基督徒的她，很快就找到了当地教会，融入了教会活动，还不断鼓励我上教会听福音。然而，对我来说这是个很难的抉择，多年来我受到无神论的教育，一下难以接受基督教理论，原本想让她信她的基督教，我做我的非信徒，井水不犯河水，大家相安无事，偏偏她三番四次要我信耶稣，令人心神不宁。说句心里话，若不念在多年同学之情，或许我们早就一拍两散了。

人生感悟

随着时间的推移，听得福音多了，我的思想也慢慢开通了，再加上教友们的热忱相助，还叫我上英文主日学，免费教我英文，让我感受到主内弟兄姐妹的温馨和爱心。日长月久，我很自然地受洗加入了教会。

在香港生活了几十年，一切慢慢习惯，似乎站稳了脚跟。想不到遇到了1997问题，英国租香港合约将届满，中国准备收回香港的消息，让香港人恐慌，掀起了移民潮，生活再次把我们推到了人生的十字路口，何去何从？一时难于抉择。经过了祷告，求告上帝的指引，一次偶然的机，我终于1992年举家移居新加坡。

之后，我在狮城生活至今，从事一份较稳定的工作至退休。与此同时，教会的活动让我的灵得到喂养，也增添了人生乐趣。

前两年疫情严峻，我们去香港探亲，来回都要受居家隔离。那段日子，我们足不出户，终日呆在家中，无所事事，相看两不厌的也只有自己的另一半。我有时打趣地问她：“当初，你为什么选中了口舌笨拙，一日讲不出几句话的我呢？”她却说当初年幼无知，看了我写的信，轻易“上当”心动了。顿时我沾沾自喜，想不到当年我写的信，既然可以“掠取”少女芳心，刹那间，我好怀念没有互联网，人们用书信互通讯息的年代。然而，想深一层，她的话只是哄我欢心而已，实际上，她之所以不离不弃，是神想借着她拯救我丧失的灵魂。

曾经以为耄耋之年是遥远的将来，殊不知眼前竟是一步之遥，而青春年华却已经是陈年往事。回头看来时路，不能不感慨万千，美丽的西子湖畔，曾留下我俩的足迹，虽然风吹雨淋早已把它洗刷掉，甜蜜的回亿却长留心中。迷人的东方之珠曾留下我们为人生打拼的印记，让我享尽自由世界的芬芳，领我接受了福音。在新加坡的怀恩堂，也有我们和儿子一起事奉神的喜乐。

《圣经》说：“人心筹算自己的道路，惟耶和華指引他的脚步。”（箴16：9）“人的脚步为耶和華所定；人岂能明白自己的路呢？”（箴20：24）人生的历程不尽是顺境坦途，前路不会永远是繁华似锦，有时还会是荆棘满途，我们还得学会坦然面对，奋勇向前。我从未想过，人生的路竟然如此迂回曲折，但我深信，我的人生无论处于何地，神必引领前路。

卓越人生 —— 在乎忠心于他

“富贵不能淫，贫贱不能移。威武不能屈，此之谓大丈夫。” ~孟子

我很喜欢孟子的大丈夫这段名言。按我个人的看法，这番话是建立於个人的修练、完全单靠自己行出来。但《圣经》很清楚告诉我们，人有罪的本性，容易犯罪跌倒，遇上环境的变化，人若靠自己，必然失败。例如，大卫在平静安稳的环境，有权有势，竟然跌倒，抢了别人的妻子。彼得也曾经靠自己，很自信地对主说：“众人虽然为你的缘故跌倒，我却永不跌倒。我就是必须和你同死，也总不能不认你。”但他最后三次不认主。亚伯拉罕因惧怕失去性命，连自己的妻子也不敢承认。

我在1974年至1999年从事餐饮业，2000年开始转行开计程车，因着工作的需要，每一天都会与很多人接触。让我举几个例子来说明原来很多人都不能达到“大丈夫”的标准：

(一) 曾有A先生与太太孩子一家人来吃晚餐，一家大小有谈有笑，非常融洽，让旁人羡慕。然而隔天A先生却单独的与另一位女性一起来用餐，还手牵手像是一对恩爱夫妻。

(二) 开计程车至今先后遇上几次被乘客搭霸王车，没有支付车资，而有一次更是连手机都被骗走。

我个人的领受，《圣经》有两处的经文是对孟子之“大丈夫”一个完美的回应。

“我并不是因缺乏说这话，我无论在什么景况，都可以知足，这是我已经学会了。我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富，或饱足，或饥饿，或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。我靠着那加给我力量的，凡事都能作。”（腓4: 11-13）

“谁能使我们与基督的爱隔绝呢。难道是患难麼，是困苦麼，是逼迫麼，是饥饿麼，是赤身露体麼，是危险麼，是刀剑麼。然而靠着爱我们的主，在这一切的事上，已经得胜有余了。”（罗8: 35, 37）

有一位弟兄在一间公司担任经理一职，全权负责分公司的一切业务。分公司的生意向来不错且也很稳定，其中有一位大客户所提供的生意占了全年的营业额百分之三十以上。但好景不常，情况有改变，大客户的公司进行人事大改组，平时提供生意的负责人更换了，来了位X先生，并且对该位弟兄提出一些要求，要索取一些没有印上银号的账单，若不配合，生意将受影响；因着生意的影响，工作可能不保。但最后这位弟兄仍坚持不妥协。因着他对于神的尊重和信

靠，他把“威武不能屈”的生命活出来，没有失去见证。谁能使我们与基督的爱隔绝呢？只要专心仰望神，倚靠他，无论在什么境况，顺境或逆境，神都会与我们同在。

很欣赏有些弟兄姐妹，出来社会工作多年并且已为人父母，仍有恒心毅力继续进修，真不简单，我要替他们打气加油。多年前，一位弟兄经历了一段艰辛的岁月，在兼顾家庭及工作的同时，还有在教会事奉的参与，最后他完成了所修读的课程，工商管理硕士。由于成绩优越，荣获中华总商会颁赠奖学金。在颁赠典礼后，他接受记者采访时被问及为什么要修读这个学位？他说：“我要给我的女儿立下一个榜样，告诉她人是需要不断的学习。”这句话让我留下深刻的印象。

我时常也用这个榜样来提醒自己：如果我希望我的孩子爱主，每主日不迟到参与崇拜，与弟兄姐妹一起参与主日学和小组，有祷告的生活、勤力工作、对人关爱、尊敬长者、孝顺父母，做一个诚实正直的基督徒。那么，我就要先立下一个好榜样，否则我怎样教他们呢？再者，论到我们自己的生活岗位，无论做什么工作，担任什么职位，应要尽力做到最出色，有好的见证。对自己的家人，朋友，身边与你接触的人立下一个好榜样，用我们的生命去影响他们。

那么有人会问：是不是在事业上要有某个程度的成就，才算是一个卓越的人生呢？

我相信每个人的恩赐都各有不同，生命的岗位也有分别。神不是要我们带着学位的文凭，跨国企业总裁的职位或总统的名衔去见他。神的心意是期望我们走在他已为我们人生计划好的旨意，忠心耿耿的行出来。在现实的生活里，或许我们会遇到以下的一些经历：

(一) 我很用功读书，成绩也有进步，但却未能分配到我所期望的班级。

(二) 我很勤劳，事前准备工夫也很充足，结果生意合同还是被对手抢去。

(三) 我努力工作，表现良好，但是升职却没有我的份。

我想我们都会遇到这些挫折，但千万不要因此而灰心，让我们彼此劝勉，努力不懈。因为我们没有做了不应该做的事，所以不必感到羞耻，而最为羞耻的就是犯罪。让“宝架清影”这首歌其中一段歌词提醒我们：

世界虚荣，不足贪图，得失非所计较，
但将罪恶看为羞耻，宝架看为荣耀

在这里特别选了冯郑珍妮医生和艾略特先生的两段话来彼此勉励。

“我常想，人一生的路只可以走一次。自从信耶稣之后，我晓得上帝对每一个人的生命，都有一个计划。若我行完这一生的路，发现自己远离了上帝的计划，那生命中的多少成就，都变得毫无意义了。”
~冯郑珍妮医生~

“一个懂得舍弃他不能永远拥有的，来换取那永远不失去的，是个智者。”~艾略特先生

过去教会每逢有弟兄姐妹举行火化礼仪都是安排在翡龙山进行。后来万礼火化场启用了。而我第一次去万礼火化场是参加陈方牧师的爸爸陈国时先生的火化礼仪。那天当棺木随着圣诗缓慢的进入火化炉时，我内心顿时有很大的感触，难道人的一ance就这样过去了？我想，究竟有什么东西是不会被烧毁而可以带到神的面前呢？我也问自己：“有一天当我也离开这个世界，有什么是我能带进永恒的呢？”愿以《爱是不保留》这首诗歌与你分享：

常听说世界爱没长久	哪里会有爱无尽头
尘俗的爱只在乎曾拥有	一刻灿烂便要走
而我却确信爱是恒久	碰到了祢已无别求
无从解释不可说明的爱	千秋过后仍长存不朽
谁人受痛苦被悬挂在木头	至高的爱尽见于刺穿的手
看血在流反映爱没保留	持续不死的爱到万世不休
惟求奉上生命全归主所有	要将一切尽献于我主的手
我已决定今生再没所求	惟望得主称赞已足够



唯愿有一天当我们见主面的时候，能听见

主说：“你用了很多时间在这小子身上，最后，不止他信了耶稣，连他的家人也一起信了。你做得很好。”

主说：“你被人误会，受到伤害，但仍坚持不放弃，忠心事奉我，你做得很好。”

主说：“你对我的忠心，对人真诚的关爱，你做得很好。”

编按：我们亲爱的浩鹏弟兄已于2023年7月6日安息主怀了。在得到他的妻子燕萍姐妹的允准后，重新刊登他在2008年五月号的《青溪》中写过的这篇文章，除了对他的一份缅怀，更多的是希望大家再一次被他的生命激励。

诗篇第23篇 的联想

诗篇第23篇是《圣经》里最叫人熟悉的诗篇之一，相信是大卫王在他逃避扫罗王的追杀时写的。很多音乐家以这诗篇为词，编写了很多不同曲调的歌曲。在众多歌曲中，我比较喜欢唱苏世民所编的曲调。记得在我两年前命危住院时，我不停地唱这首歌，来表达我对神怜悯我、保守我和施恩予我的那份感恩之情。出院后，我每天早晨起床后，就会在灵修前先唱这首歌，一方面纪念神在我身上的作为，另一方面以此歌立志为主而活，尊主为大。

我相信我们每个人都有自己喜爱唱的诗歌，通过歌曲唱出了每个人在经历神同在的真情。在最近的主日学团契，华语崇拜精心安排了一次的大唱会，让兄弟姐妹们献唱他们喜爱的诗歌。听到他们都唱得真情流露，不但让我们听出了耳油，也激励了与会者要和神建立亲密的关系。希望以后会继续有这样的大唱会，让兄弟姐妹们以诗歌彼此建立。

虽然我每天唱着那首苏世民编写的诗歌，我却并不很熟悉这位歌手

的背景，只知道他曾因嗜毒进出监狱二十年，后来在突破之家决志信主，成为突破之家的知名歌手，并且还结了婚，一切看似无比美好。最近，我从脸书的一段视频中知道他“重新回到”了突破之家，才想去追踪他的事。浏览了突破之家的网站，看到他分享他的见证。原来，名气使他产生骄傲，开始远离神，后来本要“帮”一个又染上毒瘾的朋友，自己却因罪的引诱和试探而妥协了，再次堕入吸毒的深渊，被捆绑而无法自拔，和神、和太太的关系也开始破裂。但是，仍是神不离不弃的大爱感动了他，他才重新回到突破之家，找回他那颗最初爱主的心，来修补他和神、还有和他太太的关系。

看了苏世民的分享后，我很感恩神带领他又回到他的家中。我想在他堕落时，突破之家的牧者和弟兄姐妹们，也许都在不断地关心他，一直为他祷告，不愿看到他迷失和沉沦在黑暗的罪渊中，所以他才被感动，重新回到突破之家，他属灵的大家庭。我们的教会，其实也有不少个已离开了华语崇拜的弟兄姐妹们，我们可能需要想一想，我

们有没有去关怀他们，或为他们祷告？他们已成为被我们遗忘了的一群迷失的羊吗？大家都很熟悉《圣经》中“浪子回头”的比喻，很多时候我们把焦点都放在小儿子身上，却忽略了大儿子在这个比喻中的重要性。大儿子应该知道父亲深爱着小儿子，他每天看到父亲失去爱子、思念爱子的痛苦悲伤，但他有为寻找他的弟弟做了些什么吗？他真的爱他的父亲、知道他父亲的心意吗？我们为主爱那群迷失的羊吗？这是值得我们思考的问题。

最后，我想我们很容易忘记我们一直处在属灵争战中，那恶者用尽各种诡计，诱惑人心，远离神，看不到神的心意，更别说在地上去行神的旨意了。因此，我们真的极须谨慎，谨记箴言书4章23节：“你要保守你心，胜过保守一切（或作“你要切切保守你心”），因为一生的果效，是由心发出。”愿我们都像大卫王一样，渴慕仰望和依靠着大牧者来保守我们身心灵的健康，并供应我们天天所需的活水灵粮，以免受到那恶者的侵害。求主让我们都存着谦

茁壮成长



其实我本身并不是出生在一个基督教家庭。反而在我出生后，我被送到了清真寺并接受了伊斯兰教式的祷告，还给了我个穆斯林的名字。小时候就遵循着家里不可以吃特定的肉类，吃饭只可以吃清真的食物，开斋节要去清真寺等等的规矩。甚至上学的时候我也需要带自己的中午饭。我仿佛自出生就被断定了我未来的信仰。

但不久，基督教慢慢进入了我的家庭。我第一次听到耶稣基督是因着我母亲。第一次看见她读《圣经》，第一次听她向神祷告，第一次被带到教会……那么多的“第一次”，我还是不知道什么是《圣经》，依旧觉得向一位看不见的神说话非常的滑稽，去教会只是因为美术课可以参加，课上依照《圣经》故事完成的作品也只是放假之余的插科打诨。圣诞节的话剧表演，参加儿童诗班，看起来我在教会的成长蒸蒸日上，到头来也只是背的一手熟练的主祷文和满脑子的云上太阳。虽然生活中处处有着基督，但耶稣认识我，我不认识耶稣。我呼吸着稀薄的空气，来自父亲的伊斯兰教家庭分支的缘故，我当了信仰的逃兵，离开了神的怀抱。无神论成了我出国入境信仰栏的统一回答。但两个宗教并没有从我的生活中彻底消失，我仿佛迷途的羔羊，面对有两条回家的路，但我深知，这里只有一个牧羊人，我只是需要去找到他罢了。

时间过的飞快，但我没有出发。我躲在原地吃草，草快吃完了，水也干涸了，我卧在沙土上，四周都是荆棘，好像有什么东西落在荆棘里，但我什么也看不见。有折返的其他羊群试图用火烧掉那荆棘，但露出来的是布满磐石的路。我不认识他们，我被几只羊挤进了队伍。借着力，我终于前进了，但巨石让我走的磕磕绊绊。我看到石缝中间有一粒粒的种子，都是干枯的。我需要找到那位牧羊人，因为好像队伍里只有我不知道该往哪里走。

如果用一个词来形容是什么把我再次带到耶稣的面前，那就是苦难。当然，是一个十八九岁满脑子俗事的孩子认为的苦难。面临着学业的压力，我本不是擅长自主学习的人，在疫情网课的压力下，我开始走下坡路。网课下线后四周的噪音让我进入自暴自弃的阶段，独处开始让我麻木，与父母的联系比跟老师谈论的时间还少。来自国内的担心也因为沉默而化为泡影。隔离差点变为割离。有些时候知道痛了才会停下来，失去了才知道珍惜，疫情里两年的黑暗仿佛是《圣经》历史里四百年的沉默。我脱离了羊群，但我远远看到有个人在等我，他旁边站着一位。地上出现两列印记，有一列不是羊的。

我很认同基督徒要活的像基督这一观点，听着好像是废话，可是我觉得可以用有其父必有其子来比喻。

我们的父是天父，他依照他的样子造了我们，既是外形又要是内核。但放眼望去都是空壳，空空如也的我看到凭着耶稣基督，圣灵的充满。是母亲的改变，他们的改变，你的改变。但当时对信仰的内涵还不是很清楚，对耶稣基督的迷茫让我我不敢轻举妄动。

来到教会不久我就参加了信仰探讨班，之后做了决志祷告就参加了洗礼班，就像是我为了弥补之前浪费的时间一样，一切突然进展的那么快。这也真正印证了现今传福音的难度。生病得医治或因为没带伞祷告后没淋到雨而感恩的电视剧桥段让我耳朵生茧。既然感性层面对我这榆木脑袋不起作用，出现的信仰探讨班才是真正让我做出信主决定的主要角色。在探讨班里面面对导师的深层交心和提问，给了我很多理性思考的空间。在那间小教室里产生的理念和问题也为我之后信仰上的造就开了个头。我信主的阶段在短时间内实现了中医里的“望闻问切”，从观望到主动相信，真的是无数的深层次的沟通才有的成就。

决定成为一名基督徒不难，但是成为之后的改变才是最重要的。我开始第一次经常来教会，第一次尝试事奉，第一次在教会里真正进入小组，也第一次对自己立下改变的约定。我逐渐更加成熟的与我父母进行沟通，学习《圣经》让我注重从一名基督徒的口要出智慧的话语，控制自己的言行，诸事要学会感恩，不可以用我以往的态度来继续对待信仰和身边的人。作为新门徒我还有很多东西要学习，要改变。在跟随主耶稣的道路上洗去我的坏土壤，让种子落在好土里，生长起来，结实百倍。

心

人的大小有如人的拳头，它是人体里一个非常重要和非常努力分秒必争工作的器官。根据医学报告心平均每分钟跳动60至100次，若以平均每分钟跳动75次来计算，它一年跳了约四千万次。若以一个75岁的人来计算，他的心总共跳动了约29亿次。一个心每分钟的跳动若少过或多过60至100次，显示身体健康可能出现了状况。更重要是，若心停止跳动，也就是一条生命的结束。

“心死”这个字眼也形容人的心理问题，诸如“哀莫大于心死”。因此，心除了是维持人的生命，它也能显示人的心理健康。孟子云：“恻隐之心，人皆有之；羞恶之心，人皆有之；恭敬之心，人皆有之；是非之心，人皆有之；若无此四心，非人也。”所谓“心强，人壮；心好，人好；心坏，人坏；心死，人死”。

由此可见心对我们的生命、健康、人品和心理是何等重要。它持守人的生命，坚持跳动到生命的最后一刻。然而，它在人的心理健康却表现得何等的脆弱，我们好多时是心狠手辣、心怀鬼胎、心术不正、心浮气躁、心怀叵测等等。这也许心在人体里的位置是偏左，并不是在正中，所以我们常常会向偏行。

人一生的果效是由心而发，因为心里想什么就得什么或成什么。当心想向坏，就作坏；当心想好，就作好。虽然运动可以促使心脏更加健硕，但它也有脆弱的一面，它会突然停止跳动，这就是所谓的“暴毙”。心的体积虽然小，但它的



欲望却很大，所谓“人心不足，蛇吞象”。我们好多时候心术不正，会作出许多让上帝痛心，让人失望的行为。我们的心很容易被邪恶所吸引；邪恶会温柔地、悄悄地、渐渐地引诱我们走向罪恶。

《耶利米书》第17章9节说道“人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢？”既然如此，我们该怎么办是好？唯一的办法，就是用主的道来管束我们的心，“耶和华啊，求你将你的道指教我，我要照你的真理行；求你使我专心敬畏你的名。”（诗86:11）；“人心多有计谋，惟有耶和华的筹算，才能立定。”（箴19:21）。

我们常常会依靠自己的智慧而偏

行己路，要克服这思想行为的错误，只有专心仰赖主才能得胜，“你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，在你一切所行的事上，都要认定他，他必指引你的路。”（箴3:5-6）

因此，“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4:23）；而我们向主的祷告是“耶和华啊，求你将你的道指教我，我要照你的真理行；求你使我专心敬畏你的名。”（诗86:11）；“求你不叫我的心偏向邪恶，以致我和作孽的人同行恶事；也不叫我吃他们的美食。”（诗141:4）这样我们就有一颗纯属于主的心，生命就能荣神益人了。