



怀恩堂华语崇拜聚会时间

主日崇拜、儿童崇拜/主日学
联合青少年崇拜
成年级主日学, 儿童级团契
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 09:30
主日早上 10:15
主日早上 11:00
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.gscsc.org.sg

青草地、溪水旁, 上帝的牧养使我不至缺乏。

心灵沐浴室 —— 陈益

灵修小笺

你眼中有什么?

“为什么看见你弟兄眼中有刺, 却不想自己眼中有梁木呢? 你自己眼中有梁木, 怎能对你弟兄说‘容我去掉你眼中的刺’呢? 你这假冒为善的人! 先去掉自己眼中的梁木, 然后才能看得清楚, 去掉你弟兄眼中的刺。”
(7:3-5)

眼中的梁木和刺是耶稣在登山宝训结束时所讲的比喻。耶稣没有讲明梁木和刺是指什么。相信不同的人, 眼中有不同的梁木。有些人认为梁木可能代表自己的偏见, 成见或恶习。我认为梁木可能是指被我们偶像化的东西。这些东西可能是我们所拥有的金钱名誉或我们所爱恋的人或自己。我自省后, 要坦白的承认自己眼中的梁木是今生的骄傲, 别人的称赞和我所思念二岁半大的孙女。这些梁木使我看不清我周围的人事物, 也不能分辨神的心意和指引。

主啊! 求祢除去我眼中的梁木,
求祢来居我心中, 使我眼中只有你。

求让我用祢

永恒的眼光看世物

怜悯的眼光看别人

圣洁的眼光看自己

耶和華我的 神啊, 求你看顾我,

应允我, 使我眼目光明, 免得我沉睡至死。(诗13:3)

人生态度

“要常常喜乐, 不住地祷告, 凡事谢恩, 因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。”(帖前5:16-18)

“Rejoice always, pray without ceasing, in everything give thanks; for this is the will of God for you in Christ Jesus.”(1 Th 5:16)

一个基督徒的人生态度决定他属灵的高度。

以上三节经文指出合神心意的三种的人生态度:

• 常常喜乐: 正确内向态度

Rejoice always:

Right inward attitude

• 不住祷告: 正确上向态度

Pray unceasingly:

Right upward attitude

• 凡事感恩: 正确外向态度

Give thanks in all circumstances:

Right outward attitude

这三个向度是息息相关的。我们必先有正确的上向态度——不住祷告, 才会生发出正确的内向态度和外向态度。

主啊! 我愿不住祷告, 把祷告融入我生活的方方面面, 又让我生活的方方面面见证你, 以最好的回应自己的祷告。

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: 2026年11月29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: 徐新荣姐妹

信心、希望和爱

“如今长存的有信，
有望，有爱这三样，
其中最大的是爱。”
(林前13: 13)

我常常想，上帝的指引非常奇妙：能让我们做我们从未想过能成之事；能在黑暗永夜中点亮希望的火炬；能让我们紧绷的神经变得舒展，抚平我们的忧虑和不安……这些，或许真是我们这个时代所稀缺的。我们拥有着发达的科技以及免于死于饥渴的风险；但是我们的内心在光鲜的社会假面背后总是跳动着隐隐不安。我作为社会浪潮中的一滴水小花，被环境影响和沾染上并不属于我的色彩；但所幸能凭着基督得以净化。我想，我的见证经历包含信心的试炼、希望的重燃播撒……这是爱的旅程。

信心

“我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在。”(诗23: 4)

从小到大，我都是一个很要强的人。妈妈总对我说，女孩子要坚强、独立。于是我总是紧绷着神经，生怕自己输掉每一场战役。可是越长大，我发现我自己能够掌控的东西越少。于是我谴责自己不够强大，想要依凭自己的力量去开拓些什么。在本科的时候，我跟着哲学老师读了一年的尼采。我试着用“权力意志”、“自我超越”拯救自己；但是我的精神反而跌落到了低谷。我在我成功的时候吹捧自己；但是失败的时候我又变本加厉地责怪自己。我变得越来越软弱，我非常迷茫，不知道自己是誰。渐渐地，我对我自己失去了信心。我无法在公众场合上演讲，我不知道自己配不配得他人的喜爱。我在情绪的漩涡当中挣扎沉浮，而尼采告诉我

Campus Up的社团进行深入的《圣经》学习之后，我渐渐明白，神一直与我们同在。尽管我们在现在的生活当中遭遇过一些不公，但将来都会在末日被审判。在人离世之后，能够 and 神永远地在一起，得到“永生”。我起初很震惊这些概念，这些和我在家乡受到的教育非常不一样。我有过质疑，但在我阅读更多经文，有了更多对《圣经》的认识之后，慢慢变成了确信。我非常感激拥有第二层“生活”的机会，也有了对永生的盼望。

爱

我们爱，因为 神先爱我们。(约一 4:19)

我过往的经验告诉我，爱是稀缺。父母的爱是有条件的，当你达到他们的期待的时候，他们爱你；恋人的爱是索取，只能不断地委屈自己的需求，满足对方的需要；朋友的爱是脆弱的，争吵、和其他朋友的关系很容易就反目为仇……我渴望爱，但又觉得爱太过沉重。在学习《圣经》之后，我的观念慢慢地发生了转变。因为耶稣是爱本身，靠近祂，如同靠近爱的源泉。我不用达到某个“标准”而被爱着；即使我软弱和失败，我依然能够被爱。

上帝的爱是无条件的。也正是在这样的过程当中，我开始重新理解“爱”的意义。爱不再是一种沉重的期待，也不是需要不断证明自己的关系，而是一份先临到我的恩典。使我可以安心地被接纳，并且有力量重新去面对自己和世界。

正因为如此，我愿意回应这份爱，把自己的生命交托给祂，学习在不确定中信靠祂，在软弱中依靠祂，也学习用祂的爱去看待身边的人。我相信，这正是 神在我生命中的带领，也是我决定接受洗礼的重要原因。我愿意带着信心、盼望和爱，进入 神为我预备的新生命。

在

学生时代常听到长辈如此说，“命运掌握在自己手里”，如今终于了解这句话的意义。因为在疫情时期，这说法是一针见血，因为它是预防感染病毒的其中一道重要防线就是勤洗手“手”，不然，一不小心这双“手”真会改变我们的命运。

其实，天父也常常对我们说，人生掌握在祂的手里，“两个麻雀不是卖一分银子吗？若是你们的父不许，一个也不能掉在地上。就是你们的头发，也都被数过了。所以，不要惧怕，你们比许多麻雀还贵重。”(太 10:29-31) 连不值钱的麻雀和头发主都看顾，何况我们是祂的宝血所救赎的儿女。

当2019冠状病毒疾病平静后，经济衰退的海啸也慢慢退下。但一波刚停，一波又来，美伊之战对世界经济的冲击力可不小。它会影响一个国家的政治、社会和家庭。许多人会因为公司倒闭或裁员而失去工作，家庭或个人的经济就会陷入困境。面对这些严峻的挑裁，我们要预备心，未雨绸缪，开始调整生活习惯，学习过一个简朴的生活。使徒保罗为我们树立了好榜样，“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，凡事都能做。”(腓4:11-13) 过去口袋有闲钱喜欢往外跑，现在要把闲钱留着急需之用。

环境的变迁对我们的信仰是一种考验，一帆风顺时，我们要信靠 神很容易，但遇到艰难时，很多时候忍不住就会责问 神：“为什么会这样!” 是否能在逆境中仍然信靠神，正是考验和锻炼我们信心的时



命运掌握在自己手里？

刻。从《圣经》的《约伯记》中我们看到，当约伯的财产和儿女在一瞬间被夺走时，他没有埋怨 神，相反地，他俯伏在地上，向 神下拜说：“我赤身出于母胎，也必赤身归回；赏赐的是耶和華，收取的也是耶和華。耶和華的名是应当称颂的！”(伯1:21) 约伯知道主权在 神，祂掌管天地，世上一切万物都掌握在祂的手里。在苦难中约伯经历了 神的信实，让约伯更有信心面对一切的苦难，所以他对 神说：“我从前风闻有你，现在亲眼看见你。”(伯42:5a)

然而，我们必须诚实地面对一个问题：信靠 神，是否就意味着人生从此一帆风顺？《圣经》的答案是否定的。使徒保罗身上有一根“刺”，他三次求主挪去，主没有照他所求挪去，却以恩典托住他，说：“我的恩典够你用的。”(林后12:9) 保罗一生忠心事奉，却屡遭患难、饥饿、鞭打和监禁。他并没有因为信主而免于苦难，相反，他为主的名承受了更多。

今天的我们也是如此。疫情后，有些人可能找回了工作，有些人可能仍然失业；有些家庭恢复了

平静，有些家庭却仍在破碎中。信靠神，不保证我们在今生凡事顺利，却使我们在任何处境中仍有盼望，不被绝望吞没。因为我们的盼望不在这个世界的稳定，而在那永恒不变的应许：“我总不撇下你，也不丢弃你。”(来13:5) 因此，无论当下处境是顺是逆，我们都可以学习继续信靠主。

无论我们面对怎样的艰难挑战，都不可以放弃生命的焦点，要坚定相信 神是我们的帮助，是我们的保护者，“因他要为你吩咐他的使者，在你行的一切道路上保护你。”(诗91:11) 我们要感恩因为我们是属于 神的人，有属 神的生命，有 神与我们同在，“你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你，我必用我公义的右手扶持你。”(赛41:10)

无论环境如何，都让我们活出荣耀主的生命，坚定的信靠主。让我们昂首以信心宣告“以便以谢”，说：“到如今耶和華都帮助我们。”(撒上7:12)

信仰的剖析

著名的作家拉尔夫·奥尔多·埃莫森书中写过这么一段话：“倘若星星一千年才出现一次，那么星星的出现是一件多么激动人心的事，可正因为星星每天夜里都挂在天上，人们才很少去看上一眼。”

正是因为我们每天都呼吸着空气，沐浴着阳光，才会觉得这是理所应当的。静下心来想想，生命里的每一步呼吸、日常里的每一份微小拥有，都不是平白无故存在的，它们更像是上天悄悄送给我们的礼物。可惜很多时候，我们只是沉浸在这些美好里，却忘了这些是上帝的恩典。而我们却肆意的享受着他的恩惠，却不认识祂。

我的朋友啊！若你现在还没有接受福音，我真的很不配做你的朋友，因为我没有将我最好的东西给你。当我看到你伤心落泪

绝望时，我知道，只有上帝能安抚你那伤悲的心情。若我没有让你看到一个基督徒的形象，是我的错，请你忘掉我的模样。若我不厌其烦地跟你讲述我的信仰见证的时候，请你耐心，请你明白，因为我爱你，所以想给你这最美好的礼物。我愿意在你们心中播下那一粒福音的种子，待到人的尽头，你们必定会像雨后春笋般爆发福音的光芒。

试想一下，倘若你们家盖了一栋很大的别墅，结构复杂，而我说这是爆炸，“砰！”你家别墅就出来了！你肯定得骂我，“说什么呢？吃错药了吧？”

朋友们，你们想一下：地球、宇宙，这个庞大的体系，可是比你家别墅要复杂的多，这个宇宙中的银河系有多么浩大，而地球也就只是其中一个星体而已，八大恒星，各自按照各自的轨道运行，

井然有序，地球离太阳的距离不远不近的照耀大地，月亮挂在天上，刚好让我们欣赏到玉盘的大小。月亮绕着地球转，地球绕着太阳转。怎么可能一爆炸就能爆炸出这么一个美妙的地球。

有很多科学家，（包括，爱因斯坦、牛顿、焦耳和安培等等）都信这位上帝，因为他们对这个世界研究的越深，就越觉得世界有一个造物主！不会凭空而有。

有一回，牛顿一个朋友去他家做客，看到一个操作十分精细的模型，就问：“怎么做的，这么复杂而精美！”牛顿回答说：“不是谁造的，本来就有的！”那个朋友笑了，说，怎么可能，牛顿说：“这么小的模型都有一个制造者，那么偌大的宇宙，怎么可能本来就有，而没有一个制造者呢？”

尽管在生物学的分类上，人

与猿猴共享着极高比例的基因编码；但人有24根肋骨，大猩猩和黑猩猩等类人猿拥有26根。几乎所有人都能直觉到——人，绝不仅仅是动物演化的产物。

最有力的证据，莫过于我们内心的“灵魂”。很多人对此不以为然，可每当我们做错事、受到良心的谴责时，那种痛苦和挣扎，明明让我们清晰地感受到了身体里仿佛有“另一个自己”在审视着我们。现代神经学和心理学会将这称为自我意识，但在基督徒的眼中，那是造物主放在人心里的良知，并时常藉着它向人发出提醒。

关于灵魂，医学界从未停止过探索。那些经历过心脏骤停、在死亡边缘又被抢救回来的“濒死体验者”，无数次向医生描述过他们灵魂出窍、看到璀璨光芒的真实经历。部分世界顶尖的脑外科医生和医学专家在研究了数千例这样的极限案例后，也不禁提出一种严肃的科学猜想：意识或灵魂，或许在肉体呼吸停止后，依然以某种我们尚未完全理解的方式存在着。

信耶稣上天堂，不信耶稣下地狱？很多人直呼这样不公平，很多做了一辈子好事的人只因为不信耶稣就不能进天堂。而那些在社会上危害人类的坏蛋只因为后来信了耶稣就上天堂。我想问这位朋友，什么是好人？什么是坏人？假如，做100件好事是个好人上天堂的界限，你一生做了100件好事，就是好人上天堂，而如果有一人做了99件好事就不是好人，就不能上天堂！你自己说这样公平吗？

再看什么是坏蛋？给大家讲个故事吧，有一个小男孩，从小就被父母卖了，后来经人贩子之手到了很多不好的地方，喝酒抽烟，肉体和精神上都受到极大的创伤。他后来就经常打架，背上一条一条的伤疤！他那样痛苦，后来因为听说了耶稣，找到了希望。在很多人们看来他是个多么坏的坏蛋。可这样的环境他如何选择？！难道他就应该被世人唾骂，就该下地狱？难道他就这样被人们抛弃，没有了上天堂的权利！请问，你认为这样公平吗？由此看来，信耶稣上天堂，不信耶稣下地狱是最公平的了！

也许你会说，世界上有许多不同的宗教和信仰，为什么基督徒相信救恩是在耶稣基督里，而不是在其他宗教的教导或敬拜对象中？

假如，我们20年没见了，我们约好在北京天安门广场见面，按着时间、地点、电话说得清清楚楚，我穿什么颜色的衣服、鞋子、带个黑色眼镜、长头发、直的。你到了以后，看到了一个人，和以上说的一样，你上去问，你是盐粒儿吗？她说，不是，你就非拉着人家走，说“怎么不是呢？”她只不过是穿着打扮一样，人家没说人家是盐粒儿，你就非说人家是盐粒儿！人家会怎样？人家可能会说：神经病啊！

跟据考察，像释迦牟尼，他一生的定位是‘觉悟者’、是导师，他确实从未自称是创造宇宙的独一无二神，佛教徒尊敬他是因为他的智慧，而非因为他是造物主。

《圣经》有一个极其独特的

逻辑：这位独一的真神不仅多次主动向人类宣告“我是”，并且在人类历史中放下了清晰的“历史路标”——比如祂在数千年前通过预言、律法和耶稣基督的降生，白纸黑字地把自己的“时间、地点、身份特征”说得清清楚楚。

如果我們去寻找那位宇宙的源头，就应该顺着这些历史记载和预言的应验去核对。那些不符合造物主定义的，或者缺乏历史自启示证据的，我们不能硬把“独一无二神”的帽子扣在他们头上。我们需要寻找的，是那位真正留下清晰历史凭据、并主动对人类说话的独一无二主宰。《圣经》中的这位 神，从头到尾、不厌其烦地宣告祂是那独一的、圣洁的、创造宇宙万物的主。

这位 神是有感情的，祂爱我们。祂不要我们一分一毫，不用我们烧香拜佛。祂要的就是你认识祂，承认祂，信靠祂的那一颗真心而已。

假如我的朋友，你的心灵有触动，你愿意做祂的儿女，一生让祂来爱你、医治你，除去你的困苦、愁烦、逼迫、患难。你就在心里做这样的祷告：

“亲爱的主耶稣，我承认我是一个罪人，我愿意让你来做我生命的救主！我信上帝全能的父，创造天地的主，我信我主耶稣基督，上帝的独生子，为我的罪死在十字架上，我愿意成为您的儿女，求您时刻与我同在。哈利路亚，感谢主。以上祷告奉主耶稣基督的名求。阿们。”



为了探望儿孙，每次都选在南半球夏日（12-2月）飞去墨尔本。年岁大了，不堪寂寞，一年能有几个月含饴弄孙的日子已心满意足。

去年12月初夜晚飞抵墨市，半夜气温降至摄氏7度，盖上棉被入眠都嫌冷。来了几次墨尔本，原以为这个温差极大的城市会让我们像往年一样，夏日都要披上薄外套过日子，谁知这次才领教了这地的酷暑。今年有几日气温高达摄氏43度，我有心想感受一下，特地在住家楼下的花园逛了一圈，阳光照射是烫的，阵风吹来是赤热的，连我这个赤道来客都受不了，为免被赤热的阳光所灼伤，我即刻返回遮阳的家中避暑，才算松了一口气。就在我们躲在冷气房都感到热气逼人时，世界网球顶级高手们正云集在墨尔本体育场，澳洲网球公开赛正如火如荼地举行，在电视直播节目中看到各国网球选手们的精彩表

演，成败已是兵家常事，在如此高温天气能顺利完成赛事已令人赞叹不已，绝非常人所能办到的。在骄阳如火，暑气逼人下能以顽强的斗志，坚持到最后的才是实至名归的世界冠军！人生就是如此，成功没有捷径，唯有努力拼搏，坚持不懈，胜利就在眼前！

儿子的家在市郊山坡上，周围是树林环绕，邻居相距较远，有时走出家门路过邻居家，只听到狗吠声，没见到半个人影。

清晨起床，在阳台上做操是我的爱好。一边做操，一边遥望周围茂密的树林布满在起伏的山坡上，看到各种飞鸟在上空自由飞翔，发出叽喳尖叫声，地上家禽走兽也忙着觅食，自得其乐。人们和自然界和睦相处的美好景象展现眼前。远望前方，山丘树林绿意盎然；仰望上空，蔚蓝色景横挂天际，不由得深深地吸一口气，让人心旷神怡。

这次重访墨尔本，儿子告知邻居换了新主人，这户人家很热情，见个面不时会打招呼问安，好一个睦邻关系。有一回我在家门口清理花园树枝时，看到邻居家的车驶出他家门，没一会，路经我家，只见驾车者摇开车窗，露出笑脸的洋女士摇手打个招呼：“你好！”，好一个标准华语招呼声，一脸惊奇的我即刻回复她，刹那间一股暖流涌上心房。

初来乍到墨尔本，最大的感触是，这片大地是讲英语的世界，一切都很陌生，好不容易有洋人用华语和我打招呼，内心激动不已。说实话，在异乡能够有人与我用熟悉的华语沟通，心情会感到特别地舒畅。正因为这样，每逢周日，儿媳驾了45分钟车程载了我们一家去中央华人浸信会参加崇拜，在那里遇到不少

华人会友，大家可以畅所欲言，一起敬拜 神是我最欢乐的时刻。更让我感恩的是，我们能带领年仅十岁的双胞胎孙女一起上教会，在她们幼小的心灵里播下福音的种子，领她们到教会认识主，学会祷告祈求神，可以分辨是非对错。愿她们一生走在主的正道上，永不偏离。

讲到这个教会，会员多来自香港的华人，也有来自越南等移居澳洲老一辈华人及他们的子女。为了能和出席崇拜的年青人、受外国教育者很好的沟通，崇拜会用英语传译牧者用粤语讲的信息。至于教会的清洁卫生，大堂的桌椅排列、茶点招待、水电设备的正常运作等等，均由教会会友自己承办，无需雇佣外人来做。偌大的两层楼房灯火通明，干净舒适，让会友有很好的聆听和学习 神教导的地方，再加上会友们的热情和真诚，使我们这个外来客深感温馨。想当初，来自各地的华人，各有各的心路历程，下很大决心背井离乡移居澳洲，独在异乡做异客，多少会感到孤单。如今有了这个集聚地，华人们都视它为“异乡之家”，会友们如同弟兄姐妹，大家携手同行，沿路有主，燃亮生命，真是天父莫大的祝福。

时光飞逝，三个月的墨尔本生活终于告一段落，感谢 神的带领，今年三月初我们平安返抵家门。墨尔本风光旖旎是世界宜居城市，别离儿孙的生活更让我们依依不舍，难忘温暖了我心房的亲情和爱心。然而，新加坡毕竟是我们居住三十多年的“故乡”，习惯了椰风蕉雨的南洋岛国生活，充满家园情怀，回家的感觉真好。

祈盼天父看顾保守我们，走遍天涯海角，主恩常伴！



我是桃子，从小出生在一个还算富裕的家庭，爸妈都是商人，家庭发生经济变故之前我的物质还是比较富足的，所以环境养成了我骄傲的性格。虽然妈妈是信主，但是她的强势和自私以及对待爸爸的蛮横态度时常给予我不够坚定的信仰影响。

在我17岁去往英国求学的几年里，在伦敦5区偶有接触了教会的姊妹，但并不深刻。真正意义上学会祷告是在17岁回国那段时间，遇到人生第一段比较深刻的感情，在痛苦的眼泪里祈祷和祈求，得到了神的回应。第二次祷告，是在老妈得了急性肺炎，咳嗽几个月都不见好，我跪下为她祷告。再后来，印象中，就时而亲近时而远离了 神，会软弱会骄傲，会把 神给予我的恩赐愚蠢地视为是我自己的能力所得。

真正觉悟且无比坚定的回到主里是在2025年，我的人生全面崩塌，原生家庭几乎一夜之间破产，娘家再没有托举我的资本，和我相爱了多年的爱人离我而去，面对很多娘家生意场合中对手和敌人的各种集中谩骂、手段和伤害，我感觉超出了自己能够承载的范围。我每天害怕天亮，害怕夜里醒来，因为实在不想面对第二天恐怖的局面。我失声痛哭，我渴望 神把我带走，我有了轻生的想法，开始呼求 神，让我能好受一点。 神听到了回应，我开始愿意出门晒太阳，自己爬山，什么都不做去亲近

己再吃苦。我手里仅有的几万块钱只能留给老妈保证她的药物正常供给和生活。带着我的行李箱，拿着亲人给我买的飞往新加坡的机票，就这样我近乎身无分文来到了新加坡。初到新加坡，想在一个店主店里卖娃娃，我想如果能把我的娃娃卖掉，我手里就有足够的钱支撑我找到工作，旅游签证只有30天的时间，我在30天里不断地用心祷告和交托。感恩在我签证到期的最后一天拿到了我的工作准证，在来到新加坡的第三周第四周完成了面试，办理工作准证和入职手续。这几乎是常人不可想象的，按照常理也是不可能的，但是我完全依靠我的主耶稣基督，神又一次给予了我美好的回应，我站在新加坡街头，大哭一场，不顾旁人的眼光，我知道我的 神爱我，祂知道我这几年承受了多少委屈和痛苦。

在来新加坡之前，我已经下定决心，要去教会敬拜爱我的主耶稣，无奈一直没有精力也没有渠道。我便主动询问身边的友人，也时常祈祷 神带领我到一间接纳我的华人教会。感恩在 神的指引下，我来到了怀恩堂，我认识了嘉玲姐、婷晖姐，一岚传道，晟淙弟兄，清发弟兄和他的太太，以及后来的利娜姐妹。每个人对我都很真诚，让我觉得我不是一个人，尤其是婷晖姐，她就像我的姐姐和家人。我与她聊到原生家庭给我的创伤时，善良的她会很伤心地哭。我感恩上帝带我来到这里，让我以为自己永远不可能被医治的那些创伤，也许也会慢慢好起来。

我爱我的阿爸父，我知道他时时与我同在，我知道我是祂很爱的孩子，我不会再离开祂，我愿意正式受洗成为一名更好的基督徒，以上是我的信仰见证，感谢主，阿门！

诗四首



《有时候》

有时候，
我看到前面的，
不是一堵墙，
而是一座大山，
而且不只是一座，
还是一个山脉。
这是不可能跨越的！
我胆怯了，心寒了，
不敢向前。

但主对我说：
不要怕，
牵紧我的手，
跟着我，
只走下一步，
只过这一天。

主走在我前面，
祂修平了我的道路，
主走在我旁边，
祂挡住了一切的风雨。
一路温声鼓励，
消除了我的恐惧。
赐我灵粮良伴，
让我重新得力。

然后有一天，
我蓦然回首，
看到大山已在身后！
阳光仍在我的前头！

从此我要与主，
结伴同行每一天。
坚信 的应许：
你的日子如何，
你的力量也如何。

《传》

一幅画，
始于目，
动于情，
达于笔墨。
目，情，技，
惟情最重。

也如一篇诗，
一首曲，
情之传递，
万代不衰。
与领悟之人，
无论何时何地，
在那一瞬间
心魄共鸣。

正如 神的爱，
看不到，
摸不着，
却为那领受之人，
随时随地，
带来无穷的
安慰与盼望。

《回忆》

想起中学的一些同学，
自从毕业后，再没见过
他们。
于是他们的样貌就永远
定格在那一刻。
有腼腆的笑，有轻风般的
微笑，
有在打球的，又在嬉笑
的，
有坐着的，有与我并肩走
着的。

不知道我留给他们的又
是什么模样？

朋友们，
谢谢你们陪我走过那青
春的岁月，
无论你们现在在世界的
哪一个角落，
在做着什么，过着什么样
的生活，
只想默默地祝福你们：
但愿人长久 千里共婵娟！

《别了》

别了，
那一张张熟悉的面孔，
曾经每天风雨不改，
在车站，在车上。
闹哄哄的欢笑声，是邻近小
学的小学生，
把公车的一段路生生变成了
校车。

别了，
这一路的风景。
曾经每天早上送给我，
晨曦的第一缕阳光。
两旁洋房中传出的灯光，
引水道反映出天际温暖的
朝云，
以及那一排排美丽的大树，
今年又结满一串串的鲜花，
累累的果实。

心里有很多的不舍，
很想与你们好好的道别。
就好像一把大剪刀，
要把这段时空隔断！
把它从我人生中分离出去。

这些曾经的，美好的记忆，
也将被新的取代，被淡忘。

所以，
我要在心中向你们道别，
默默地祝福你们：
快乐健康的成长，
在这一角的土壤里，
继续骄傲的生长。

你们将永远留在我脑海里的
照相簿中，偶然被翻阅。
到时，
那铃声的欢笑将再次发出，
那在朝阳中的树影将再次
向我招手！

“亲爱的小朋友们，
亲爱的大树，小松鼠们，
明天，
我要搬家了。”

“凡事都有定期，天下万务都有定时。”(传3:1)