

# 佳訊

2020年10-12月 **179**

## 从心开始 · 从新开始



### 佳讯特辑:

- 主题稿: 从养心开始
- 风雨中的盼望
- 心的问题



扫描下载179期佳讯





03 主编笔记  
走出低谷

佳讯特辑

04 主题  
从养心开始 ..... 陈雅金牧师

06 特稿I  
风雨中的盼望 ..... 杨施恩传道

08 特稿II  
心的问题

佳讯拼盘

09 灵粮咀嚼  
见不能见 是信心 .....  
李健安博士

10 经·研·普  
圣经历史背景 ..... 江仁佑传道

12 生活小品  
耶稣治好百夫长的仆人  
..... 黄敬活牧师

13 书香畦  
内在生活陶冶 ..... 孙宜坤

14 福音列车  
孩子，将心给我  
..... 朱运利

16 佳讯报导  
督导式短宣训练  
40届差传年会

22 肢体消息

封底 教会2021教会年历表  
第四届弟兄突破营  
佳讯委员

# 走出低谷

周彩莲传道

2020年，Covid-19在全世界肆虐。许多人因着这个疫情失去工作和收入，有一些甚至失去生命和宝贵的亲人。在这样的疫情底下，让更多人感到心情郁闷，抬头只见乌云，看不见蓝天。如何突破这种忧郁的心情，重新提起劲去生活奋斗，心情是至关重要。一个人只要心情好，做事就会感到非常自由、快乐。很多时候，其实不是工作令到我们感到郁闷，而是心中的郁闷影响了生活的力量，导致人感到泄气，结果只有感到更郁闷。工作或要求无法达标，使到心情更加低落。因此，维持好的情绪是生活和工作效率的重要条件。

基督徒也会面对情绪问题，无论你灵命多高，看看以利亚就知道了。上帝用智慧的方法帮助以利亚重新有力量再继续向前走。照样，上帝也一样帮助我们走出低谷。情绪郁闷会影响一个人全人的操作，所以不容小视。因此，如何突破才是最关键！

在我写这篇文章的时候，心里想起盛晓玫的一首诗歌《恩典的记号》：“走过的路有欢笑有泪水，都留下主恩典的记号；“走过的路有欢笑有泪水，将成为主恩典的记号”。基督徒是蒙福的一群人，就像以色列人成为上帝的选民同样的蒙福。当一个基督徒经历心灵贫乏，陷入属灵低谷的时候，如何去突破环境，让自己的生命再次展翅上腾？答案是依靠上帝。即使感觉神离自己很远，或对上帝失去信心，我们还是要祷告依靠上帝。这是一种操练信心的生活。当我们阅读圣经，我们看见神藉着圣经跟我们说话，当我们祷告时，我们向神说话。只要忍耐维持这种状态，我们将会突破难关，再见蓝天！



# 从养心开始

陈雅金牧师

我是一个不会种东西的人，仙人掌也会被我种死(对不起送我的人)，我没有园艺绿手指，有时不小心还会辣手摧花，浇水太多(怕它渴死)，导致根部腐烂，软趴趴由内死到外。

老公却是绿手指，他碰过的植物，叶绿油亮，花枝招展，迎风摇曳。如果他喜欢种菜，估计我可以像网红李子柒一样，在园里潇洒用手一扭，整棵菜连根拔起，那动作多潇洒帅气(这情景已在脑海自我陶醉多回)。

每逢老公出门叮嘱我帮忙浇花，语气里总有担心，出门多天回来会看见满地残叶落花，有的面黄憔悴，有的肿大溺毙；只因女主偶尔让水珠蜻蜓点水飘过，偶尔出神发呆让水喉如柱倾倒，回过神来才惊觉已水淹瓦屋……

若老公叮嘱要浇二次水，早上浇了傍晚就忘了，傍晚浇了早上就省了，一天喝一次水，空气中也能闻到焦土的味道，花颜失色，只盼男主早日归来，才能过上正常的吃喝生活，健康吐绿。

养植物就如养心，没有捷径，只有每日浇灌，嘘寒问暖悉心照顾。

不晓得现在你的心灵，缺水吗？多久没浇灌了，忘了还是省了？

虽然我不擅长种植，但是我知道种木瓜不会结榴莲，种番薯不会变马铃薯。有时木瓜会羡慕榴莲登上果王之座，令人人为它痴迷；番薯也会羡慕马铃薯能成为美味羊扒的陪衬，原来需要认清本质，才能接纳本相，甘于浇灌。

养身的最高境界是养心，马虎不得，上帝放了很多告示牌，提醒再提醒。

圣经说：“因为一生的果效是由心发出”(箴言4:23b)，原来我们一生呈现出来的怪模好样，是由心说了算。

作主门徒，需要养心。

大家都说你很好，唯有上帝知道你藏在土





剔刺滴血过后，心里马上舒坦，得胜的愉快迎面吹来，伤口开始闭嘴愈合。

作主门徒，难免遇刺，寻求主的医治才能迎来生命的春天。

养心，从剔刺开始。

植物要活得好，讲求气温阳光，浇水也要合宜，才能避免根烂。有些植物需要浇多点水，有些只需蜻蜓点水。到今天，在我手上能种活的肉肉还没几棵(又对不起送我肉肉植物的人)。

养植物也好，养心也好，都需要定时浇灌。

现今姐妹们只要听到富胶原蛋白，双眼发亮，坚信今天吃了用了明天就比今天美，心里充满愉悦，别人看到的确有养颜美容，因老一辈说过：相由心生，由心来支配容光的焕发。

养心不用靠胶原蛋白，也不用敷面膜，心是土壤，如何浇灌，上帝的告示牌又出现了：“你要保守你心，胜过保守一切”(箴4:23a)。

要制服自己的心，比攻下一座城还要难(箴16:32)，上帝不要我们攻，祂要我们守：守才是上策，最难防守的是心墙。

保守的意思，提防外来侵蚀，做足保养。

先养心才能养身，心不舒服全身就不舒服，心生病了人就提不起劲，看上去一片灰蒙蒙，连彩虹都变灰姑娘。

养心的配套，上帝都给足了，只是不懂你有殷勤使用吗？用了一下就扔一旁？还是从来没碰，时常懒惰提不起劲。

天下没有丑女只有懒女，这句话用在养心的操练，也蛮贴切。养心的保养功夫不可以懒，一懒就会乱，纠缠生命的杂念，不断入侵。

养根就如养心，是隐藏看不见的部分，我们当进到密室，做足看不见的保养：与神谈心

里的不好(包括我)，阴暗的、腐烂的、发臭的、虚假的……一日不清理，就如杂根缠胸，缺氧窒息。

我家车房有美丽的九重葛，花儿天天笑脸迎人，擦身而过偶尔会被花刺刮伤，皮绽肉裂，痛死。可是我不能帮它们刺刺，那是它生命的一部分，刺了就不叫九重葛，变秃鲁菇了(我还没见过长刺的菇类，倒是见过家里后花园的菇穿着网状裙子，亭亭玉立)。

心中的刺也算是生命的一部分，一个人的心没有被刺扎过，那不叫成长，只像水嫩豆腐一样，刀子还没切下去就先裂开，无法坚强。

有些人在伤口贴叶子或涂口水，不到一会就忘了伤口的存在。有些人被扎了，不断挖开伤口，痛彻心扉，一个月、二个月、一年、二年……直到大家都忘了你为何受伤，留下你独自黯然神伤，温习痛苦……

伤痛的感受那么真实，剔刺才能让伤口好起来。

每次手指被刺扎入，眯着眼睛捏着充血的手指头，也要用针把肉里那根刺剔出来，虽然针扎下去，痛彻心肺(原谅我很怕痛)，挑肉



“人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑没有墙垣。”  
- 箴 25:28

聆听神，养胃保心，马虎不得。

保守你心，需要每天跟神谈心，才能建立关系。

很多人跟神只有名分(受洗加入教会的名分)，却关系尴尬(很少跟神独处，不懂要跟神说什么，三言两语自觉尴尬逃之夭夭)。

不要故意跟神装熟，免得神说我不认识你，成长没有捷径，花儿天天要喝水，保守你心是基本功，也要天天在密室练功，才能跟神越来越熟。

我不喝咖啡，每次聚餐总有人问：“牧师，你要喝咖啡吗？”

不熟悉的人会问，熟悉的人会主动泡杯茶递到面前，而且确保是喝了晚上会入眠的好茶(普洱茶、洋甘菊茶、沉香茶……)，过了中午十二点喝茶，晚上我就会目珠金到天明。

你认识神，就会熟悉神，你会知道神喜欢什么，不喜欢什么。

作主门徒，需要名副其实，天天跟神约会，才能跟人说：“啊，我认识我的神，我天天都有跟祂喝茶谈心。”

箴25:28 “人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑没有墙垣。”心墙坍塌，墙外的流言蜚语、垃圾情绪轻易入侵，登上心的宝座，坐着为王。制伏就是保卫、防守，建稳心墙，才能抵挡腐蚀心灵的臭垃圾堆积。

各花入各眼，有人喜欢肉肉植物的精致美，有人喜欢猪笼草的奔放美，丑女配帅哥也会一生幸福，感谢上帝从不看人外貌，祂不管你长得像秦汉还是林青霞(很久没追星记忆停留在70年代)，祂看重的是你肉里那颗心(撒上16:7)，羡慕别人天生丽质的当儿，这节经文最能安慰人。

灵命成长，从养心开，根部保湿，生命有滋有味，才能向下扎根，向上结果，只有你的心健康了，才能让作主门徒的生命花粉，代代相传。



# 风雨中的盼望

杨施恩传道

回看2020年，世界各地陆续有不同的灾难临到，如加拿大、西班牙罕见的暴风雪、持续5个月的澳洲丛林大火(从2019年9月开始)、蝗灾的蔓延、中国、印尼、孟加拉、尼泊尔等国家洪水、美国加州山火、黎巴嫩首都贝鲁特大爆炸等等，以及从2019年12月以来，在湖北武汉市出现多起病毒性肺炎病例，之后迅速扩散至全球的COVID-19新型冠状病毒肺炎。多个国家因此进行了封城抗疫，我国也不例外。在3月16日，马来西亚开始了行动管制令，5月4日进入有条件行动管制令，6月10日进入复苏期行动管制令。在这期间，许多人原本的计划被打乱了，有人被困在异地无法回家，有人失去工作，有人延后结婚，学生改为线上上课，考试被延后等等，相信2020年是让许多人感到难忘、刻骨铭心的一年。

一个病毒，搅乱了数十亿人的生活，疫情对全球造成冲击：经济、政治体系、人际关系、精神健康、生活方式都受影响，生命受威胁……在疫情面前，更显露了人的有限，生命的脆弱和短暂。面对前面许许多多的未知数和接踵而来的挑战、困境，身为神儿女的我们应当抱着什么样态度来面对和回应？

## (一)主同在心存盼望

《上帝的儿女何等有福》是笔者非常喜爱的一首诗歌，觉得歌词非常贴切的描述一个依靠神之人生活中的盼望。歌词说到：

在压力中仍能平静，在忙碌中仍能悠闲，  
在失败中仍能欢笑，在逼迫中仍能屹立，  
上帝的儿女何等有福。

在绝望中仍有盼望，在冷漠中仍有关怀，  
在困境中仍有出路，在死亡中仍有生命，  
上帝的儿女何等有福。

副歌：

有福，有福，上帝的儿女何等有福。  
有福，有福，上帝的儿女何等有福。

上帝的儿女何等有福，并不是因为我们不会经历挑战和苦难，而是我们有那一位爱我们的神，祂一直与我们同在。我们可以依靠神来面对生命的种种困境，神会加给所需要的恩典和力量。关键在于我们是否信任神，愿意谦卑地来寻求祂、把难处交托给祂，卸下忧虑，等候神的带领。诗篇46:1应许说：“神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。”我们并不是独自面对生命的困境，有主陪我们同行，有信仰群体扶持我们，还有神的话成为我们的安慰，圣灵使我们心里的力量刚强起来。当我们愿意依靠神的时候，就能真实的体会歌词里所说的：有福，有福，上帝的儿女何等有福。

## (二)坚信父神之美善

另外，在面对巨大挑战的过程中，一般上人心里会浮现出许多疑问，我们不明白神为何容许我们承受这些痛苦，为何这样的困境会临到我们，甚至是为何经过了一段长久的时间仍然看不到出路等等，但我们要相信父神自始至终是美善的。从神在耶稣基督里所成就的救赎，神愿意差派独生子爱子耶稣基督来到这世上，来拯救沉沦在罪恶中的世人，就足以显明神是多么的爱我们，连神自己也为世人而受痛苦。昔日耶稣去到客西马尼园的时候，是带着强烈意志的，祂对祂的门徒说：“我的心灵痛苦得快要死了；你们留在这里，与我一同警醒吧(太26:38)。”

然后耶稣稍往前走，把脸俯伏在地上，向天祷告说：“我的父啊！可能的话，求你使这杯离开我；但不要照我的意思，只要照你的旨意(太26:39)。”虽然耶稣希望可以免受苦杯，免受痛苦，但祂知道父神的心意，因此愿意全然顺服。各位读者，这便是神爱我们，以及神乐意向我们施恩的最大证明了。因此，不论我们是出于什么原因承受痛苦，神能透过那些痛苦在我们身上成就祂的美意，好将祂的好处赐给我们。就如罗马书8章28节所说的：“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按祂旨意被召的人。”

## (三)凭着信心求智慧

面对痛苦，人的智慧有限，有时候难免会迷失在苦难的迷宫里，吃尽苦头。因此我们非常需要向神祈求智慧，求神让我们有属灵的洞察力，可以看见困境、考验背后的意义，以至我们找到持续忍耐的动力。雅各书1:5~6说：“你们中间若有人缺少智慧，就当向那厚赐众人，而且不斥责人的神祈求，他就必得着。可是，他应该凭着信心祈求，不要有疑惑；因为疑惑的人，就像被风吹荡翻腾的海浪。”这段经文教导我们，面对人生考验，我们应当凭着信心向神求智慧，求神赐我们智慧的眼光、智慧的应对方式等等。

当我们拥有神所赐的智慧时，我们会发现，我们看待考验的眼光和思维有所突破了。过去我们或许更多看见苦难带给我们的困扰、麻烦、痛苦而有许多埋怨，苦毒；如今我们却看见所经历的如何帮助我们有所成长，日后也能用神所赐的安慰，去安慰那遭各样患难的人(林后1:4)。过去我们可能会为了脱离困境用尽各种方法，却不在乎所用的方式是否合神的心意；如今我们却能够安然的寻求神的心意，沉着来应对。过去我们在看不到出路的时候会很忧虑、烦躁；如今我们却确信神有祂的时间表，纵然在一段时间内没有看到出路，仍然愿意持续信靠神，坚持到底。

最后，笔者想以旧约圣经中约瑟的生命经历来勉励大家。约瑟的一生可谓曲折折。他是他父亲年老时候所得的儿子，在成长过程中因父亲的偏爱而招致哥哥们的嫉妒，约瑟17岁的时候就被哥哥们卖到埃及为奴。因神与祂同在，他在法老的臣宰——军长波提乏家里被重用，然而好景不长，他被波提乏的妻子陷害，以至于被囚在监狱中。在狱中，神与祂同在，使他得到监狱长的欢心，让他管理一切事务。之后，约瑟有机会为被囚禁的膳长、酒政解梦。被释放复职的酒政竟然把答应约瑟的事，就是要在法老面前提拔他，救他脱离这监狱这事给忘记了。一直等到法老做了无人能解的梦时，酒政才想起约瑟。约瑟终于被

带出监狱，他为法老解梦，得蒙赏识，成为了埃及的宰相。

多年以后，约瑟的哥哥们因为饥荒而到埃及买粮，当约瑟跟他的哥哥们相认的时候，他对他们说：“我就是被你们卖到埃及的弟弟约瑟。现在你们不要因为把我卖到这里来，而自忧自责。这原是神差派我在你们以先来这里，为要保全性命…从前你们有意要害我，但神有美好的意思在其中，为要成就今日的光景，使许多人的性命得以保全…(创45:4~5, 50:20)。

各位读者，约瑟能说出这一番话，乃是因着他回看过往的经历时，看见神在其中的作为，意识到神有祂美好的心意，为要成就今日的光景，使许多人的性命得以保全。这是昔日他在承受许多痛苦，在蒙冤时所不会明白的。然而，约瑟虽然是因着身边之人的所作所为而承受痛苦(因哥哥们的妒忌心被卖到埃及，因波提乏的妻子而蒙冤入狱，因酒政的善忘继续留在狱中…)但我们要知道，历史是向着神的大计划进行的。纵然这其中会有人为的错误，有人所行的恶事，但神仍然能藉着人的恶来成就祂的计划，神能将恶变为善，<sup>2</sup>神的心意从来都不受拦阻。

因此，盼望我们可以从约瑟的经历中得到鼓励和安慰。面对人生风雨，我们因着知道神掌管历史，知道神美好的心意不受拦阻，知道神掌握我们未知的将来，知道神与我们同在而愿意放心地来仰望、依靠祂。虽然我们不明白所有临到我们的苦难，但我们却要深信全能良善的神与苦难并不矛盾。神愿意为了世人的缘故而受苦，为拯救世人而舍己便是最大的证明。愿我们在面对痛苦时可以仰望那爱我们的主，坚守信靠神到底。

1. C.S.路易斯，《痛苦的奥秘：一场思辨之旅》，宋伟航译（台北：校园书房，2015），187-91。

2. 谢挺博士，《荒年可不慌：约瑟故事的启迪》，环球圣经工会线上专题讲座，2020年10月31日。





「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4章23节)

人的心脏每分钟约跳动70次。也就是说，它每年在我们体内输送350万至700万公升的血液——其多寡取决于活动量。一颗心脏12小时的工作量，足以将一辆重达65,000公斤的坦克车吊起，离地面30公分。心脏无声无息，且稳定地维系着我们的生命。

因此，「你要保守你心，胜过保守一切」(箴言4章23节)这节经文，读起来也就特别有意义。心脏若出了状况，全身都会停摆；心脏若健壮，我们便会大有可为。

圣经所谈的「心」，通常不仅仅指人的一个器官，而是指我们的情感、思想与理性的中心。马太福音15章18-19节说，「出口的，是从心里发出来的，这才污秽人。」

既是如此，我们该花多少心思来保守自己的心？这里的「胜过保守一切」，意即「竭尽所能」(箴言4章23节)。换句话说，我们应当采取积极主动且坚决的态度，来确保「心」的健全。从生理方面来讲，这是指有规律的运动、均衡的饮食和定期的体检。而从灵性方面来讲，也同样有此需要：我们该怎么健康地「吃」上帝的话？我们用什么来填满心思？是否有罪堵塞了我们与上帝的交流？

让我们听听约拿单·爱德华兹的劝告，他说：「要关注你的心，关注上帝的形象是否栽于其中，关注心是否在追求属上帝的事，关注心是否制伏了世界与肉体，关注心是否摒除了对各种罪的恋慕；关注心是否更爱慕圣洁。」——谢葆芳

相关经文：

上帝啊，求你为我造清洁的心，使我里面重新有正直的灵。  
(诗篇51篇10节)

问题思考：

你属灵的心是否健壮？它跳动的节奏是否与上帝的道相应和？你需要作何改变？

本文转载自《雅米》网站 (<https://ya-mi.org>) 2015年03月14日的《每日旅程，灵命补给》。

# 见不能见 是信心

李健安博士

希伯来书 11:1

信就是所望之事的实底 (hypostasis)，是未见之事的的确据 (elencho; proof, inner conviction)。

希伯来书 1: 3

他(基督)是神荣耀所发的光辉，是神本体 (hypostasis)的真像。

- 实底 hypostasis = 本体 = substance  
神，是看不见的。但，看见耶稣就是看见神的本体 (约翰福音1:18从来没有人看见神，只有在父怀里的独生子将他表明出来。)
- 确据 = elencho = 藉光显明出来 = bring to light = expose
- 虽看不见幕后的人，但藉侧面灯光照射，得见人的影子投射在地板上：影子是幕后人存在的证据。

信心，把“望”与“所望之事”的距离，完全拆除，使两者毫无距离，重叠了：望=所望之事，信心，也如那灯光，把人与倒影两者的距离完全拆除；见影就如同见人一般；影=人；

未见之事 = 确据。

从希伯来书11:1所给信心伟大精简的14个字定义，我把它简化成6个字的定义：

信心是：看不见的看见。

信心，是人与神关系的通道或桥梁。这关系是位格性的：位格与位格之间的关系，牵涉到：理智、情感、意志的生命交流。所以，神与人的交流，不是：I-It 我-它(无生命性)的关系，而是 I-Thou 我-你(生命性)的关系：

- 在基督教信仰：信徒与神的关系不是冷冰冰的教条关系：当基督徒在患难中，神知道(理智)，神怜悯(情感)，神也拯救(意志)：耶和華说：「我的百姓在埃及所受的困苦，我实在看见了；他们因受督工的辖制所发的哀声，我也听见了。我原知道他们的痛苦。」
- 我下来是要救他们脱离埃及人的手.....(出 3:7-8)
- 当基督徒欢乐时，神也与我们一起欢乐；耶稣出席迦拿的婚宴 (约 2:1-12)。

信心，是人与神之间最短的距离；因信心，神就住在我们心中。

祷告，藉著信心，是这距离最直接的通道；  
苦难中神的拯救只一个祷告之遥。  
圣经，因信心，使神成为人生命的智慧，生活的力量；  
神的话是人脚前的灯，路上的光。



此文已经得到作者同意转载



# 圣经的历史背景

江仁佑传道



了解圣经，首先要了解其历史背景。其实不只局限于圣经，其他的著作，特别是古代文献，就需要对当时背景有所掌握，才能正确理解。

例如：以下这首诗词《虞美人·春花秋月何时了》

春花秋月何时了，往事知多少？小楼昨夜又东风，故国不堪回首月明中！  
雕栏玉砌应犹在，只是朱颜改。问君能有几多愁？恰似一江春水向东流。

乍看之下，可能会以为这是首情诗，诗人如江水的愁烦会不会是因为名为虞美人的爱人已经离开，才会说“只是朱颜改”了呢？其实，若是了解背景，这首宋词的作者是南唐后主李煜于亡国后所作的。他是在感叹国家已亡，故国情景已逝。由此角度来看，“朱颜”虽可能指美人，但也可能暗示昔日国土已不复在。有趣的是，《虞美人》指的是这首诗词的格式。有好多首同一格式的宋词都称为《虞美人》，都是总数56字，也都有类似的押韵设计。

同理，要更正确和深入认识圣经，也需要对圣经的历史背景有所掌握。越熟悉这方面的资料，越能产生正确的理解和一种“感觉”，圣经读起来才会更立体。旧约方面，需要了解的是古近东(Ancient Near East)的背景，而新约方面，则是古希罗(Graeco-Roman)的背景。

例如：以赛亚书七章20节提到：「那时，主必用大河外赁的剃头刀，就是亚述王，剃去头发和脚上的毛，并要剃净胡须。」主使用当时的世界霸主，亚述国王来做理发师的工作，会否有点大才小用？其实，若是理解当时的文化背景，就会了解，头发、胡须，甚至脚毛，都可能是男性的象征。剃去这些毛发，象征羞辱和刑罚。

要使这理解和感觉更“立体”，若是有图画说明就更好了。就如下图：



© British Museum, number: 118900, 135736. Non-commercial use. [https://www.britishmuseum.org/collection/object/W\\_1856-0909-61](https://www.britishmuseum.org/collection/object/W_1856-0909-61) [https://www.britishmuseum.org/collection/object/W\\_1864-0701-1](https://www.britishmuseum.org/collection/object/W_1864-0701-1)

左边的图就是列王纪下十五-十六章曾提及的亚述王提革拉·毗列色。他有浓密又长的头发和胡须。至于右边的男子，头发虽长，却没有胡须，很可能代表他是太监。读者可根据上面的连接，获取进一步的解说。这两块塑像都收藏在大英博物馆中。虽然疫情期间，我们不能亲身到博物馆参观，但博物馆的网站有大量的图片和资料，可以丰富我们对历史的了解。

除了旧约，新约的背景也能在大英博物馆的网站找到。例如：启十二9以大龙来描绘魔鬼撒但。究竟当时的龙，样子是怎样的？若是在大英博物馆的收藏品的网站中<https://www.britishmuseum.org/collection>，可以输入关键字：dragon，然后在过滤器(filter)中设定生产年份(production date)为新约时期，例如从100BC(主前)到(主后)AD100。结果会有125份资料可供参考。

我快速地浏览一下，有两幅图吸引了我的注意。首先是汉朝时期的玉，显示我们熟悉的龙。其次是罗马皇帝凯撒所铸造的钱币。



© British Museum, number: 1937,0416.166. Non-commercial use. [https://www.britishmuseum.org/collection/object/A\\_1937-0416-166](https://www.britishmuseum.org/collection/object/A_1937-0416-166)

问题是，龙在哪里？看看在左边的说明，原来就是踩在大象脚下的。这龙也可能是蛇，或者说古代对这两种动物的界限比较模糊。中国认为龙是吉祥之物。例如上面的玉是汉朝时期的，而开创汉朝的汉高祖刘邦，据司马迁《史记》的传说，是龙的后代。相比之下，西方却一直把dragon视为不吉利的动物。因此，环球圣经译本建议把启示录的龙翻译为“魔蛇”，让中文读者更容易明白。

以上这些资料只不过是历史背景中的凤毛麟角，要掌握这方面的资料，只有广泛阅读这一途径。我有两个建议：1. 在你所属堂会的图书馆中，寻找相关的书籍借阅。2. 可以上网搜索资料。不过，网上的资料需小心分辨真伪。有一个圣经考古博客有丰富的资讯，作者陈崇基于美国惠顿大学获圣经考古硕士学位，值得推荐。<http://www.marksir.org/>

经·研·普专栏为增加与读者的互动，推行有奖征文比赛。读者若阅读了这篇文章，之后在图书馆和网站上，阅读到圣经背景的相关资料，觉得很有帮助的话，鼓励您投稿500-1000字的阅读心得，寄给佳讯。文章将由负责本专栏的作者，江仁佑传道审核与筛选。



# 耶稣治好百夫长的仆人

黄敬活牧师

经文：<马太福音> 8章5-13节

迦百农是耶稣在加利利事工的基地。马太在第4章13节介绍迦百农：靠海，在西布伦和拿弗他利地区——迦百农是耶稣早期开始传道的地方。

这一次，耶稣在迦百农遇见一个百夫长前来求见。原来他的一个仆人瘫痪了，躺在家里，非常痛苦。百夫长是罗马军事长官，掌管一组一百人的士兵。这位百夫长对他属下的爱心、令人感动。他竟然自来见耶稣，代受苦的仆人祈求。



看到，信心是何等重要，耶稣回应百夫长的信心，百夫长仆人的病就好了。

从麻疯病人和百夫长的仆人得医治，我们看到耶稣的医治方式有所不同。一个是被耶稣伸手摸他得医治，另一个是因耶稣的一句话得医治。不管哪个方式，我们看到耶稣无论是“行动”或“言语”都满有权柄。



另一方面，麻疯病人是犹太人，而百夫长的仆人是外邦人，耶稣的医治和救恩同样临到他们。不管他们是犹太人或外邦人，只有相信耶稣才能——“在天国里与亚伯拉罕、以撒、雅各一同坐席”；不相信的就“被赶到外边黑暗里去，在那里要哀哭切齿了”。

祷告：亲爱天父，我要相信，但我的信不足，请帮助我。奉耶稣的名，阿们！

### 问题讨论：

1. 耶稣称赞百夫长的信心。我们怎样可以学习到百夫长的信心？
2. 百夫长对他仆人的爱，你有受到感动吗？我们应该如何对待下属？

### 只要你说一句话

耶稣总不会拒绝来向他求的人。他对百夫长说：“我去医治他。”可是百夫长回答耶稣一句话，令他感到很惊讶！“只要你说一句话，我的仆人就会痊愈。”

百夫长不是带着一个侥幸的心来求耶稣——可以医好就好，没有医好也无所谓。他深信耶稣医治的权柄和大能：“只要你说一句话，我的仆人就会痊愈。”

上帝的话确是带着权柄和能力。祂创造天地时，说有就有；对风和海说：“住了吧！静了吧！”风就止住，大大平静了。上帝的话更是我们全副属灵军装的必备——圣灵的宝剑。

### 照你的信心成全你了

耶稣对百夫长的“只要你说一句话，我的仆人就会痊愈。”十分惊讶，因为百夫长是一位外邦人；在以色列，耶稣没有见过这么大的信心。

耶稣对百夫长说：“你回去吧！照你的信心成全你了。”就在那时，他的仆人好了。这里

# 《内在生活陶冶》

(Cultivating Your Inner Life)

孙宜坤（联堂）

我在督导短宣阅读的第一本书是“内在生活陶冶”。藉著曾金发牧师所写的这本书，我学到一个宝贵的功课：“基督徒最大的矛盾就是想要神，却不愿降服于祂！”全然顺服是全然得胜的关键。

当我在第一章读到内在生命的朝觐之旅时，我对朝觐的意思不甚了解。於是，我就查看百度全网的解释。发现朝觐之旅的解释都是有关伊斯兰教穆斯林的身心之旅，也就是麦加朝觐（朝圣）。

我对其中一个解释比较感兴趣。就是说到在创世纪12：1-9节：“耶和华对亚伯兰说：“你要离开本地、本族、父家。往我所要指示你的地去。我必叫你成为大国，我必赐福给你，叫你的名为大，你也要叫别人得福。…”。亚伯兰顺服听从耶和华的话就去了。这是亚伯拉罕对上帝的一种献身、致敬，震撼心灵的终生之旅。身为基督徒我就更容易理解了。

作者在带领教会领袖退修会时分享了他自己的朝觐之旅。其中包括了痛苦、失败、艰辛和挣扎的故事。透过作者的生命见证，帮助大家一起反思圣经中的原则、智慧的角度、领袖的典范转移和实际的生活与服事技能。透过知道这些生命导师与神同行的经历，我学习了许多人生宝贵的功课。我看见神在他们虔诚生命中的烙印。（第一章15页）

当我反思自己的生命时，我同样心存感激地看到了神在我生命中救赎的印记。虽然我有时会有傲慢与偏见，也有污秽与黑暗，但是我发觉重要的并不是自己的故事，而是神的故事，神在我生命中以恩典救赎了我的故事。

作者分享他自己决志信主与灵命倒退的经历。书中有一个问题值得我去思考：“如果基督是真的，为什么我的生命是这样的呢？”我深思了一会，想了一想。我信主那么多年，都有三十年了。不是基督是真不真的问题。基督当然是真的无可否认。圣经已经告诉了我许多的确据。原因是我有没有顺服，心中是不是充满批判和悖逆，心中是不是怀着苦毒和愤怒，令到生命没有激情、没有方向，使我的生命是如此的糟糕！罪恶进入我的生命。我每天活在罪恶感之中无力自拔。我忘了起初信主的心是多么的真诚，热心的事奉我的主。然而这样的事奉久而久之却成了工式化，而忘记了与神亲近的生活。就掉进了魔鬼的诡计当中。

感谢主！上帝並沒有离弃我，常常都在耳边告诉我回来吧！孩子，回来吧！感谢主！起初信主圣灵的火焰还在我心里没有被吹灭。这次有机会参加督学式短宣课程，是神的恩典。神让我回到祂的真理当中去学习。每天都必须读经、祷告、灵修、阅读、还有参与事奉等等。

耶稣却回答说：经上记著说：人活著，不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。（太4:4）；耶稣对他说：经上又记著说：不可试探主—你的神。（太4:7）；耶稣说：撒旦（撒旦就是抵挡的意思，乃魔鬼的别名），退去罢！因为经上记著说：当拜主你的神，单要事奉他。（太4:10）。

在以上的经文，当耶稣三次面对魔鬼的试探时，祂都是用“经上记著说”来对付魔鬼。最后也叫撒旦退去吧！当耶稣面对试探时，祂是多么的看重神的话语。这给我一个非常重要的提醒：在我的生命朝觐之旅中，圣经是绝对排在第一位。

耶和華啊，你已经监察我，认识我。  
我坐下，我起来，你都晓得；  
你从远处知道我的意念。  
我行路，我躺卧，你都细察；  
你也深知我一切所行的。（诗139:1-3）

我的属灵的生命更加敬畏神，更加顺服神。求主改变我，使我的生命更加得力，使我能成为祢有用器皿。



书名：《内在生活陶冶》  
Cultivating Your Inner Life  
作者：曾金发牧师  
Edmund Chan



# 孩子， 将心归我.....

朱运利

于我，在心情郁闷，感到窒息的时候，我想休假。多少次，在为生活营营役役，在为工作忙忙碌碌的付出，在为嗦嗦粹粹的事情纠缠的当儿，我都有一个冲动，想放下这一切的羁绊，脱离这些世俗的枷锁，走出四角的空间，带著一把吉他，远走他乡，浪迹天涯.....

置身在生活节奏快速的大时代，很多时候，我都想寻求片刻的宁静，静默沉思，思考生命的意义.....。生命是短暂的，而生命什么时候结束，没有人知道。

仔细想想，在流逝的岁月里，人大部分的时间都在与人世间的纷纷扰扰纠缠，以致我们活得不快乐。蓦然回首过往的点点滴滴，顿悟一个事实：要得力，要活得充实，必须经历圣经经文里所写的：“得救在乎归回安息，得力在乎平静安稳”（赛30：15）。归回安息，平静安稳是每一个世人重生得救，以及得力的最佳方法。

我们的一生，无论是在家庭、工作、生活等.....方方面面，如果能谨记这一段经文并遵行，我们一定会成为有福的人；经历这段圣经时，感叹上帝的话是信实的，于是信心倍增，心灵深处恬静无比。

每一次重读这段经文，很受激励，因为知道我的生命里有主耶稣基督。生活在一个千变万化的社会中，事务繁忙，一天到晚辛勤作息，很少能有安稳的时候，很少有平静的时间。心境总是处在繁复，意乱甚至迷茫的状态之下。生活确实缺少平稳安静，回归安息。度过的每一天光阴，正像圣经所说的骑着快马，努力奔波，抓紧每一分钟时间完成眼前的事务，以便及早进行下一个事务。久而久之，我们感到乏力，身体乏力，心里也没了力量。用“奔波劳碌、手忙脚乱、焦急忧虑、愁苦哀叹”的字眼来形容我们的日常生活，似乎很贴切。

是的，忙忙碌碌的生活，彷彿骑着快马，飞奔前进，却毫无方向，无目标，心灵深处也没有一个可以依归的去处。圣经说，我们要归回安息，要平静安稳，这样我们才能得救，才能得力，才能有方向，才能更好地奔走前面的道路。所以归回安息，平静安稳给我们的信仰生活，社会生活指引了方向，因为这是上帝的话语，是带有权柄的上帝的话语。圣经告诉我们，耶和华在等候，等候我们的回归；又告诉我们说，等候耶和华上帝的人是有福的。（赛30：18）

今天，在我们短暂的人生中，充斥许多不可知的事情，许多无奈，叫我们无法承受的痛.....，以及无法避免的生老病死，悲欢离合。诗篇131篇说：“耶和华啊，我的心不狂傲，我的眼不高大，重大和测不透的事，我也不敢行。我的心平稳安静，好像断过奶的孩子在他母亲的怀中；我的心在我里面真像断过奶的孩子。以色列啊，你当仰望耶和华，从今时直到永远。”是的，平静安稳，好像断过奶的孩子在他母亲的怀中，孩子依靠顺服在母亲温暖和宽大的胸怀中，平安而幸福。

亲爱的朋友，你是否曾经这么想：希望自己的生活有力，人生充满盼望？请记得这段经文：“得救在乎归回安息，得力在乎平静安稳”，并且运用在实际的生活中。在你人生的道路上，即或有翻天覆地的变化，即或有天崩地裂的现象，你当知道要归回安息，要平静安稳，要归回到主耶稣的怀抱里。

不容否认，生命中有许多重大测不透的事情，我们不敢行，要耐心等待，因为等候的人是有福的。但等候不等于我们无所作为。也许有人会误解，我们等候上帝，只要先祷告，祷告了就交托给主了，交托了我们就什么都不管了，只需等待上帝。可是人还需要尽自己的本分。你在彷徨无助的时候可以向上帝祷告，来到祂的面前，安静自己，向祂祈求力量，我相信上帝必定会搀扶你跨过一个又一个的困难。平静安稳，归回安息，是多么重要，是我们一辈子受用的经句。

上帝教导我们说，‘你们得救在乎归回安息，你们得力在乎平静安稳。’当我们束手无策，感到沮丧的时候，还是回到上帝面前吧！当我们挣扎无用的时候，就安息在上帝里面吧！我们可以倚靠，相信，祂会，祂能救我们。祂不会不顾投靠祂的人，且施行拯救处于困苦危难的人。照样，当我们感到疲乏无力，手下垂，腿酸，不能振作的时候，让我们平静下来，什么都不作，不再动自己的脑筋，用自己的方法。那只令我们更疲惫，只有在上帝面前安静下来，把自己交托在上帝的手里。奇妙得很，当我们不再挣扎，想法子自救，而完全回到上帝面前，定睛仰望祂的时候，祂就会伸手救我们，我们会觉得在里面有一种特别的力量，使我们刚强起来（弗3：16）。

此际，在你思虑烦扰，苦心忧闷，生活乏力，疲惫不堪之际，呼吁你俯伏在上帝的面前，接受那为我们的罪被钉死在十字架上的主耶稣基督作你个人的救主，因为立下心志信靠祂，即刻回归得安息，即刻平静得安稳，即刻成为有福的人，因为这是人在世间的得救与得力的方法、途径。主耶稣基督又说：“我就是道路、真理、生命，若不借着我、没有人能到父那里去.....。”（约14：16）

试问你：“这个时候，你愿意把生命的主权交给祂吗？”主耶稣基督说：“孩子，将心归我，不要再犹疑了。”



# 《督导式短宣训练》

2020年8月8日 - 11月21日



训练目的: 帮助学员确定或坚定心志, 清楚未来的服事方向。训练对象: 有全时间服事心志、参与宣教和参加一年短宣的弟兄姐妹。有心志当传道人、宣教士、全职教会或机构同工。督导将根据学员的呼召和能力制定阅读书目、功课、服事或练习和约谈次数。一周至少四个小时的参与时间: 包括阅读、做作业、服事或练习和与督导交流。

以下是8位学员的见证分享。

## 总学习心得和未来计划

罗玉萍 (廉律)

参加这次的督导短宣训练, 我在督导身上学习到两点。第一、是在等待上帝时间的过程中, 我需要做我能做的, 而不是“白等”。不要因为上帝的时间还没到, 就什么都不做。第二、是祷告。在寻求神带领的过程中, 我的祷告不应只是求自己想要的, 而应该是神要我做什么, 我都愿意顺服。

一对一的督导让我感觉自己不是孤单的一个人在走天路。一路上有人陪伴, 有人分享的感觉很好。以前我不习惯跟别人分享内心最深处的挣扎。但这次因着是一对人, 而且对方是我熟悉并信任的人, 所以我很放心的把内心的挣扎和矛盾都告诉她。透过分享, 我得到督导的鼓励。我也能够从自己的分享整理思绪, 更加了解自己内心的状况。我觉得一对一的方式很好, 很安全, 但我觉得偶尔也需要有团体比较健康。

另外, 我喜欢督导给我的灵程札记。每个星期需要回想自己过去一周的突破、祷告等等, 然后把它写在里面。透过反思, 我学习在生活上更

感谢神, 此次督导式短宣训练共有8位弟兄姐妹报名参加。经过3个月的训练, 他们于2020年11月21日顺利毕业。

督导式训练强调督导与学员的互动。督导以个人的生命和经验引导学员学习和成长。训练方式是以一对一的交流模式, 因此, 督导可以更深入和个人化指导学员。每个人的恩赐都不一样, 督导可以按照学员的特长和背景调整其学习模式和进度, 进而发掘学员的恩赐并使用在神的国度里。

多看见神以及经历神, 也让我每个星期都能看见有小小的突破。虽然那些突破不是一下子就可以看见成果, 但我相信只要我继续让自己有这样的操练, 一定会变得更好。

这个训练带给我最大的突破是心态上的改变。我不再以自我为中心, 而是以神为中心。因为上帝是宇宙的主宰, 祂说了算! 箴言 4:23【你要保守你的心脏过保守一切, 因为一生的果效是由心发出。】我学到了心态很重要, 把上帝摆在正确的位子更重要! 我常常以为我这么做都是为了神, 但从来不问这是不是神要我做的。然后, 我做得很辛苦, 就埋怨神不祝福。其实上帝也被我爱得很辛苦吧?! 所以, 透过写灵程札记, 我可以一直不断审查自己的内心, 然后做出调整。

最后, 我觉得成为门徒的过程是需要很多“刻意”。“刻意”不是死板, 而是操练, 在生活中活出门徒的样式。

## 总学习心得与未来计划

文/杨洁莹 (联堂)



首先, 感谢上帝让我有机会参加这一届的督导式短宣训练。知识上的不足, 让我一直以来都希望自己可以接受更多的装备, 好让自己在事奉上有更深的根基。我常想着, 如果能够让牧者长老直接充当自己的家教老师, 将会是一个不错的体验。所以, 当一听见教会将要开办一对一的督导式短宣时, 就对自己说这是一个不容错过的机会!

参加这项短宣课程有一特别之处, 就是和督导有一对一的交流与学习。感谢上帝安排了亦师亦友的思妮传道成为我的私人补习老师。感谢上帝, 即使生活在两个不同的城市, 仍可借着科技, 让我们可以在线上见面, 彼此交流, 彼此学习。

每一次的线上见面都让我获益良多。在督导中, 我学习很多功课。当中包括了神学知识、生活知识、读经或查经技巧等等。每一次的线上见面, 都是依依不舍地结束。这样的方式让我可以更专心, 更能明白上帝的心意。

除了灵修分享, 书籍阅读及报告之外, 让我印象深刻的还有当中的调查表作业:《发掘你的属灵恩赐》。这一项作业不单单让我与督导有更深的认识, 也让我更了解自己。在督导训练中, 我把所学的知识应用在生活中。我晓得自己的表达能力仍需加强与突破。当然, 最重要的, 是我和督导可以一起祷告, 彼此学习, 一起成长。

在心态上, 我也逐渐明白事奉神并不局限于教会。在任何地方, 任何情况, 基督徒都可以事奉上帝。无论是在家中、工作、还是生活上, 我们只要活出上帝的教导, 便是一种事奉, 也是一种传福音的方式。即使是不能身体力行, 我也可以藉著为他人祷告服侍神。而神也会按着祂的心意安排一个适合我和我一家人的服侍。我相信只要有一颗爱上帝的的心, 便能精心刻意成为合神心意的精心门徒, 服侍身边的家人和朋友。

最后, 再一次感谢上帝, 感动教会短宣部开办了这一对一的督导式短宣训练, 让我可以有一个平台及机会去“打扰”忙碌的牧者。透过这短暂的学习, 我更深明白上帝对我的旨意。愿上帝继续感动你我, 寻找不同却又适合自己的方式突破自我, 并成为主的门徒, 胸怀普世!

愿上帝常常与我们同在, 阿门!

## 督导式短宣学习心得

文/甘宗豪 (联堂)



首先我感恩上帝让我有机会参加这次的督导式短宣。一直以来我都希望有机会可以好好装备自己。参加这个短宣课程有一个特别之处: 可以一对一和督导见面以及学习。我也感恩上帝安排了和我年纪差不多, 想法也差不多的刘川利传道。我也相信上帝这样的安排是为了让我们可以有更好的学习。

我们每个星期都见一次面, 而且都在不同的地方。每一次见面我们都聊了很多话题, 无论是生活上的事情, 还是神学上的知识。每一次见面, 我都觉得时间过得特别快并期待下一次的见面。我觉得这样的督导方式可以让我更专心, 更能体会彼此。我最喜欢的是查经。督导带我查经的方式很不一样, 让我可以在经文中有不同的体会和看见。我也有阅读一些书籍。我们会一起分享彼此的看见以及想法。这让我们可以互相提醒, 互相成长。每一次见面我们都会一起祷告, 彼此代祷。

一开始参加的时候, 我心想要怎样才能事奉上帝? 我很想事奉上帝但是不知道要如何做。而透过督导式短宣训练, 上帝让我知道了何为事奉: 事奉不局限于教会。我们在任何地方, 任何情况都可以事奉上帝: 在家里、在工作、在生活上。我们只要活出上帝的教导, 就是在传福音和事奉神。

最近这几个月我和我太太发生了一连串的事情。藉著这次上课, 上帝让我知道我是家里的头, 必须担起当家的责任。在查经和灵修中, 上帝也让我明白事奉我的家便是荣耀主。我必须好好爱我的妻子, 就如保罗在以弗所书五25“你们作丈夫的, 要爱自己的妻子, 正如基督爱教会, 为教会舍己。”

我们常说“刻意”的做主门徒, 意思是它不会自动发生, 直到我们采取行动。但是过程中如果没有爱, 就不会自愿去做了。我爱我的妻



子。因此，我会刻意为她做许多事：比如，为她准备早餐，主动为她拿东西，帮她做家务等等。过程中我没有埋怨反而感到喜乐。提摩太前书三5“人若不知道管理自己的家，怎能照管上帝的教会呢？”一个基督化的家庭会散发基督的香气，当别人看见我们的时候，他们同样也会被基督的香气吸引。因为我的家庭成员还有一些没有相信耶稣，我相信透过我们的生活见证，能改变他们对耶稣的想法。明年我将迎接我的第一个孩子，我希望上帝能够给我智慧去教育我的孩子。

在这次的督导式短宣里，我还学到“教导”的重要。马太福音二十八19-20：“所以，你们



### 总学习心得和未来计划

文/杨咏恩（班登）

在学习的过程当中，我从督导身上学习如何直接使用经文来灵修，第一时间从上帝那里领受祂的话语。首先要安静自己，感受自己是在神的怀抱里，然后问神今天祂要向我说什么？她教导我读经时要进入圣经的场景里，去体会当时门徒或耶稣的感受。这是一个全新的体验，也有助于我读经时若有不明白的地方，使用这个方法可以让我跟神的话语连接。

一对一的督导方式，让身为学员的我不同的看见。我和督导一同读一段圣经，然后分享彼此灵修的领受。有时候我们的领会是类似的，有时不一样。督导会教导我从另一个角度去发掘没看见的地方。一对一的督导方式让我觉得很安全去分享内心的挣扎。在课业上遇见难题时，督导会耐心解释给我听并给予资料让我去阅读和学习。透过参加这次督导式短宣，我理解牧者也有他们的挑战。我们能一起学习彼此代祷真的是神的恩典。

这一次的训导方式让我学习到默想神的话的重要性，以及学习要把时间分别出来给神。反省自己一天下来所做的事情，学习更加诚实地面对自己，并学习到要清楚地来认罪。此外，我也学习到我们人都不完美，不应该去批评或挑别人的过错，倒要回头看看自己的罪和软弱，并求神每天给予力量来面对并不要再犯。当我开始花更多

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，都教导他们遵守。我就常与你们同在，直到世界的末了。”这两节经文相信大家都很熟悉。我在这里的看见就是：“都教导他们遵守”。我们当教育我们的下一代并确保他们遵守上帝的教导。

最后，我很感恩能够接受这次督导式短宣训练，使我对神的话有更多和更深的理解。希望教会能继续举办短宣课程，让兄弟姐妹得到同样的好处，感受被督导的好处和学习。愿上帝赐福满满！阿门！

时间给神的时候，就认识到自己其实是多么的渺小。我还有很多需要成长的空间，对神的认识还需要更多的寻求，并继续在神的话语上更加的来装备自己。

透过这次训练，我学习去反省自己做的每件事情或决定的动机是什么？我要用一颗谦卑的心，以清心的心来到神面前，学习敬畏神、让神居首位，在一切事情上都交托给神。我有很多需要倒空自己的地方，放下自以为义的心态，谦卑的领受上帝的磨练与教导。在爱神爱人的事情上，更加依靠神而非依靠自己的能力。求神继续让我在追求成圣的道路上，活出像耶稣的生命。求神赐我敏锐的心、耳去领受圣灵的引导，成为一个合神心意的仆人。

“做主门徒”的定义谈的更是一种生活方式彻底的改变。它是一种操练，是一辈子要学习追求成长的旅程。这个课程让我更加明白我们的行为和生命见证必须根植于神的话，以祂的话为唯一权威并要谦卑，承认自己的生命在神面前有多么不完全。因此，我们必须谦卑来到祂面前悔改，去面对自己的破口，经历圣灵的感动、责备和安慰，然后迈向每日的更新。“胸怀普世”就是要明白我们身为基督徒，要去履行神的大使命让更多人认识神、与神和好，使万民作主的门徒。

### 督导式短宣总学习心得

文/杨奕琴（古晋）

感谢主的引领，让我有幸参加督导式短宣训练。我很享受在学习的过程中有神的同在。也在与督导老师每一次的见面交流中，不止有陪伴、有灵命的建立、还有很多很多的欢笑声、掌声，以及灵里得着满足的分享，激起了很美好的火花，彼此激励！

其中最感动我的就是督导分享她有机会接触到一群年轻人，向他们传福音，进而发掘了几个可造之材，积极的参加督导的栽培班。愿主亲自动工，他们在寻求真理上有持续的动力，完成主在他们身上的使命！在督导的身上，我看到了PDA BLESS的楷模。我想，这是一对一督导最直接，也最明显的能够触动学员内心深处的方式。

在这个课程中，有两个让我很开心的重大突破：(1)我开始学习自己一直很胆怯的出声祷告；(2)我学会用拼音打华语字了！接着就是在督导指派的灵修功课中，学习如何从经文中抓重点，故事中所要表达的是什么。在灵修课程中享受了很多很好听，很疗癒的诗歌。这真的是一个很享受，很喜乐的学习过程！

在被指定的作业：阅读曾金发牧师写的《内在生活陶冶》，引起了我很多的共鸣。以下摘录一些与大家共勉之：

### 2020 Short-Term Mission Mentoring Testimony

文/汤志超执事（母堂）

Initially when I heard of this Short-Term Mission Mentoring program, I was trying to encourage a few brothers from MGC to participate. Never had it been in my mind to participate in this program myself until Brother Pastor Paul asked me to consider.

Then I prayed and started my consideration. The image of Brother Pastor Caleb then cropped up. He is the most senior pastor in MGC. Surely there will be much to learn from him. I told myself that if I could be mentored by Brother Pastor Caleb for a few months, it would greatly help to boost my spiritual life, so, I decided to enroll. At that time, the thought of full-time ministering was not even in my mind, so I ticked “No” to the first question on the application form. Later I realized I was automatically disqualified when I ticked “No” to my intention of going into fulltime ministering. After further clarification on the definition of fulltime ministering, I decided to re-submit my enrollment form; this time a “Yes” tick to the question on the fulltime ministering. I was then accepted into the mentoring program and had meeting with Brother Pastor once a week for a mentoring session lasting for about 45 minutes.



1. 降服不是我们要为神成就什么，而是忠于神呼召所托付给我们的事。
2. 生命中最有意义的目的就是与神亲密！与神亲密造就了我生命中不断有喜乐的满足！神的话语有如活水泉源，满足了我干渴的灵，深切的希望与人分享这份祝福。
3. 寻求并寻见神的秘诀：降服于神。完全降服就是完全得胜的关键秘诀。降服与胜利的大能并不意味着我们免于犯罪。我们仍会因自己的罪而哀痛，但我们在毫无保留的降服中会得到喜乐，在神的赦免和重整中找到安息。

当我们降服并停止倚靠自己时，就能够明白神在工作。诗篇四十六10：“你们要休息，要知道我是神！”；箴言三5-6：“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！”

神的话是我脚前的灯，路上的光！我决定要一生跟随爱我的主耶稣，无须问祂将领我到哪，我只需忠心信靠祂、仰望祂，一步一脚印的跟随祂。我必得着这世界上最有意义与得胜的生命！感谢赞美主！



I must say the mentoring sessions were really good - very systematic daily devotion, reading plan and intentional ministering reflection and systematic recording of all ministry works, devotional reflection and learning from spiritual book readings. The part that I feel has the most impact is the sharing of our spiritual life journey between Brother Pastor Caleb and me. His spiritual horsepower is really big. He is involved in so many different ministries, global missions, theology lecturing and at the same time, not neglecting the PDA BLESS opportunities in his daily life. What inspires me a lot is that he really uses every opportunity in his daily life and daily ministry to share the Gospel.

Brother Pastor Caleb also taught me to read a verse from the book of Psalms and to use that verse to come into the presence of God every time prior to my morning devotion. He also taught me how to learn from spiritual champions; not only from what they have written and taught, but also from how they get to where they want to be, how they study the bible and come out with such deep commentary and exposition.

The relationship part is also very crucial. Through those few months of mentoring, my relationship with Brother Pastor Caleb has grown

much. We chatted, we shared, we prayed, and we cared for one another. I believe all these are all very important components of mentoring; the only missing part would be the 'E' for "eat" in the "BLESS". At the same time, I am also applying what I have learnt from my mentored sessions to my own mentoring sessions with my mentees. They too have benefited much from it.

Thanks to this mentoring program, especially to Brother Pastor Caleb, I am now clearer on various ministry options, and understand my own limitations in serving the Lord and also gain new insights on ways to grow continually in my intimacy with my Lord Jesus Christ. Blessed is a mentee to have a mentor that can inspire him, love him, guide him, care for him, interact with him, breakthrough with him and continue to journey with him towards Christlikeness.

All in all, mentoring is really an important part of the spiritual journey of every disciple of Jesus Christ, but it has not been cultivated deep into MGC as yet. I highly recommend that MGC integrates various mentoring programs into every unit of our ecclesiastic organism.

Every disciple of Jesus needs a mentor; or you are just too egoistic to accept that. Go find yours!



## 让神监督与炼净我

文/孙宜坤(联堂)

08/08/2020, 2:30pm是美里福音堂“督导式短宣训练”开学礼。期待了两年之久，终于在廉律堂会开课了。我来了，赶上了。

### 督导式短宣训练课程：

一周至少有四个小时的学习时间，读经祷告，灵修生活，包括阅读、写落实札记、至少阅读一本书、服事、练习和督导交流，制定学习内容。每次督导和学员约见至少30分钟(线上或见面)。

09/08/20早上起来先读经、灵修、祷告。求神赐我聪明智慧，读经能理解，灵修有亮光。我读完创世记廿七章，雅各用诡计来将哥哥以扫的福分夺去。

我在思想神要对我说什么呢？此时就收到陈长老每天都发在微信圈的(恩典365每天一段

神的话)，正好是创世记廿七章。说真的我有点怀疑这段很长的信息和视频，在我们弟兄朋友圈里有多少人会看与阅读呢？当我在怀疑的时候，神的话语就提醒了我。我怎么会这样的想法呢？神的话语是大有能力的。我突然感受到神要监督与炼净我。如同雅各让神监督与炼净一样。让我天天活在神的恩典与祝福中，让神炼净承接神的祝福。

经文: 创27-35

以撒说: [你兄弟已经用诡计来将你的福分夺去了。]

在以扫和雅各这对兄弟的斗法当中，我看见神喜悦雅各的一颗心——他在乎，在乎神的祝福、在乎神的恩典、在乎神要给他的礼物，他在乎，他想要，因此神喜悦他这样的心。不对时，神会不断的修剪，让他在神的手中成为一个可以

承载神祝福的器皿。我也好想得到神的祝福。但是，如果我的杯子是脏的，再好的祝福放进去也将被玷污。神喜悦雅各那个在乎神的祝福的心，但是神也要把他这个杯子洗干净。以至于这祝福临到他的时候，他可以承接得住，而不是玷污了。因此，我们看见雅各渴望得到神的祝福，但是神在他身上必做炼净的工作。

父亲对以扫说：“你的兄弟雅各已用诡计骗取了这本属于你的祝福”。

雅各的性格本是诡诈，他的一生都在跟别人斗法。他跟哥哥斗法，骗取本属于以扫的祝福；他为了得到拉结，便跟拉班斗法；他想要得到产业，照样跟拉班斗法。他的一生都在跟别人争斗，他在用自己的方法去得到想要的东西。

## 第二次呼吸

文/刘威德(母堂)

《第二次呼吸》(Le second souffle)来自法国一名富翁的自传。记录富豪的真实故事。最后翻拍成一部电影。虽然这不是一部福音电影，但对我有很大的启发。

这部影片改编自真实故事...在一次跳伞运动事故后，菲利普，一位富有的大亨，他的颈部以下身体瘫痪，只能坐在轮椅上，生活无法自理。在众多应聘人中选择了一名黑人青年——德里斯来当看护。这位来自郊区的年轻人刚从监狱出来。一般而言，这是最不适合这份工作的人选，但菲利普却选择了他。因为唯有他不歧视菲利普为病人。一个高贵的富豪和一个贫民窟的黑人，两个不同世界相互碰撞、融合。于是一段不可思议的、奇妙的友情发生了。这种独一无二的关系，碰撞出许多火花。而这段关系也使他们的友情变得无坚不摧。温馨又有趣的故事也让我不禁在失笑的同时落下泪水。

故事中菲利普给了从监狱出来的犯人一个全新的机会。这是很多人都做不到的事。因着德里斯真诚的陪伴，使菲利普也乐观起来。互相的陪伴中改变了彼此，重新燃起生命的意义。

时间回到两年前的我。一个人走在海边原本就想这样结束短暂的生命。曾经拥有一间眼镜店的我，生意还算不错，在当地也有小小名气。后来，我因染上赌瘾失去了家人、朋友、公司和一

每个人的生命里都有一些你想要的东西。但是从雅各身上，求主提醒我们。你再想得到，也要用对的方法。如果你用不对的方法，你得到了也不会享受的。你用对的方法，上帝要祝福你、使用你，带你进到祂对你的命定，祂也要修剪你。

我再说，我好渴望能够得到上帝给我的祝福。但是神一定要把我那个承接祝福的杯洗干净，以至於当祝福浇灌下来的时候，我可以承接，而不是玷污了上帝给我的祝福。我们渴想得到神的祝福。但在这之前，神一定要把我们这个器皿洗干净，才能接住这个祝福。

亲爱的主耶稣！我愿意让你来监察我，洁净我的一切污秽，好让我成为祢洁净的器皿，承受祢的祝福，奉主耶稣圣名祈祷，阿们！



切事物。当时又被大耳窿追债，我以为真的走投无路了。

“Victor”，神还要用你，快点回头。这句话一直在我耳中环绕，才没有犯下更大的错误。透过慧玲牧师的介绍来到“伊甸园生命塑造中心”。这两年来经历了很多事情，从伊甸园生命塑造中心成功毕业之后，以为重新做人就会一帆风顺，却没有想到不久就遇上MCO(行动管制令)。接近一年没有工作，应征超过八份工作，都因为有“前科”而被拒绝。也曾经三天没有食物吃，连电话费都交不起。虽然生活很苦很艰难，可是心中却有一份出人意外的平安。感谢神在我有需要的时候安放很多天使来帮助我。更加感谢我现在的老板兼弟兄在经济不好的时候，还愿意请我做工，更接受我过去的经历和相信我，给我重新站起来的机会。

很感恩有幸参加这次的督导式短宣课程。透过这次的训练，我才深深知道原来自己的经历可以去帮助和我有同样经历的人，如何去面对绝境，在挫折中靠着主重新站立起来。彼此的扶持陪伴，生命影响生命走在神祝福恩典的路上。我找到那属于真正生命的意义。也许第一次呼吸是为了自己生命的延续，而《第二次呼吸》是全然为主而活。我不知道会有多少人能够看到这篇文章。能看到的，希望常常为我祷告，纪念我未来的事工。一切荣耀都归给我主我的神。





差传年会  
Annual Mission Conference  
16-18/10/2020



## 共建「使命门徒群体」

MISSIONAL COMMUNITY OF DISCIPLES (M.C.D.)

2020年10月16 - 18日, 地点: 各堂会线上聚会

感谢神, 美里福音堂今年进入第40届差传年会。这是一个具有历史性的大会, 象征着神与我们同走过40年, 其意义非凡!

这次我们有幸邀请到蔡元云医生 Dr. Philemon Choi 为我们的主题讲员。蔡元云医生是香港知名基督教界及医学界人士、社会工作者, 以及突破机构创办人之一。

第40届差传年会的主题是“共建「使命门徒群体」”, 分为三点:

### (一) 整全 [神的使命]

(Wholistic Mission of God)。

我们需要从整本圣经去看神给我们的使命: 藉著66卷圣经的启示, 从创世记到启示录, 我们能明白神的心意。其二, 从神的创造看神的使命。神所创造万物都有各自的使命来彰显神的荣耀。神赋给人的任务是妥善看管祂所创造的大自然, 可是人类并没有听从神的命令, 反而把自己当作是大自然的主人, 任意使用破坏。最后就是基督所颁布的大使命——使万民作基督的门徒。

### (二) 共建基督为首的群体

(Building a Christ-Centered Community)。

讲员从罗马书第十二1-2去讲解如何建立一个“以基督为首的群体”。首先, 是将身体献上作当作活祭。这是一种全人的献上, 并且是天天献上, 是圣洁的, 神所喜悦的群体。再来是“心意更新而变化”。不要效法这个世界的价值观和道德思想, 从旧的生命改变为新的生命——活出基督的生命。

### (三) 彻底跟随基督的门徒

(Radical Disciples of Christ)。

著名的福音派神学家, John Stott 写了一本书: 世界在等待的门徒。这个世界所等待的门徒是一个彻底跟随基督的门徒。他们愿意舍己, 付上代价跟随基督, 愿意与基督同死同活。



蔡元云医生

会众

## 赴国深造/工作/乔迁

- 18/06 联堂 张嘉欣姐妹前往新加坡深造
- 24/06 母堂 陈瑜姐妹前往西马工作
- 04/07 联堂 房纪宏弟兄前往芙蓉深造
- 06/07 联堂 吴敏娥姐妹前往吉隆坡深造
- 12/07 联堂 池芊瑶姐妹前往巴生深造
- 01/09 珠巴 刘晓文弟兄前往吉打工作实习
- 01/09 珠巴 陈家哲姐妹弟兄前往吉打工作实习
- 02/08 都九 方景乐弟兄前往柔佛深造
- 26/08 都九 张萍萍姐妹前往台湾深造
- 29/09 母堂 刘正约弟兄前往英国深造

- 02/10 母堂 林惠玉姐妹前往古晋深造
- 07/10 母堂 官静漪姐妹前往吉隆坡深造
- 26/09 都九 苏礼恒弟兄前往吉隆坡深造
- 15/10 珠巴 许蕙虹姐妹前往林梦工作
- 29/11 廉律 李诗仪姐妹前往民都鲁工作

## 安息主怀

- 29/05 母堂 贝远新弟兄之父亲, 黄莲娣姐妹之家翁(伟鸣弟兄、伟盛弟兄、青燕姐妹、青忆姐妹、婉真姐妹之祖父); 廉律堂会贝仲秋姐妹之父亲(蔡旺龙弟兄之外公)息下劳苦
- 02/06 联堂 康月香姐妹之母亲、张嘉文姐妹和嘉欣姐妹之外婆郑秀英老姐妹安息主怀
- 18/06 母堂 陈雪芳姐妹的母亲、陈奕谕姐妹的家婆、好娣姐妹、君怡姐妹及明松弟兄的祖母方爱珍老姐妹安息主怀
- 25/06 珠巴 高如星姐妹之母亲、杨志强弟兄之岳母息下劳苦
- 12/07 晚堂 许添生弟兄与李佩芳姐妹之唯女许幼琴姐妹安息主怀
- 18/07 廉律 罗剑如弟兄之母亲、吴月玲姐妹之家婆、玉婷姐妹及玉萍姐妹之祖母杨凤珠老夫人息下劳苦
- 04/08 联堂 沈薇妮姐妹之父亲、范发勇弟兄之岳父、范妍馨、雯馨之外公沈添禄老弟兄安息主怀
- 05/08 廉律 杨粉莲姐妹之唯女陈欣怡姐妹安息主怀
- 11/08 联堂 廉律堂会林春喜的姐姐林遇兰老姐妹安息主怀
- 11/08 联堂 陈丽英姐妹之先生、张振忠弟兄、都九堂会张晓玲姐妹之父亲张义德老弟兄安息主怀
- 10/08 廉律 陈金玉老姐妹安息主怀
- 19/08 珠巴 官玲珍姐妹之家翁、(陈家辛、陈家优、陈家哲和陈家佳之祖父)安息主怀
- 18/08 都九 杨佩珊姐妹之先生梁年昌弟兄安息主怀
- 21/08 晚堂 魏有焕弟兄之母亲、沈素燕姐妹之家婆安息主怀
- 22/08 珠巴 都九堂会温俊祥弟兄之岳母、吴慧丽姐妹之母亲; 廉律堂会涂庆昌执事之外婆沈文娥老姐妹安息主怀
- 05/09 珠巴 林淑玉和林淑美姐妹之父亲林祥福弟兄安息主怀
- 06/09 珠巴 黄金莲姐妹之先生、罗伟瑾姐妹之父亲罗保华弟兄安息主怀
- 08/09 珠巴 林宝珠姐妹之先生、颜二忠、三忠弟兄、庆玲、爱玲姐妹之父亲、晶莹姐妹之祖父颜坤发老弟兄安息主怀
- 07/09 廉律 余力美弟兄之岳父、黄咏娣姐妹之父亲、余佳馨姐妹之外祖父黄利端老弟兄安息主怀
- 08/09 廉律 方雪英姐妹之先生黄义亨弟兄安息主怀
- 17/09 都九 李勇辉执事之岳父、池翠萍姐妹之父亲、李芯莹、嘉铨、嘉锭之外祖父池宜华老弟兄安息主怀
- 20/09 母堂 梅秀艳姐妹之先生袁玉华先生息下劳苦
- 27/09 母堂 汤雪容姐妹之父亲汤亚九先生息下劳苦
- 01/10 珠巴 胡微婷姐妹之父亲息下劳苦
- 26/09 廉律 杨晓君传道、杨晓芳姐妹之父亲杨南福弟兄安息主怀
- 06/10 联堂 方春容弟兄及刘忠丽姐妹的儿子方友秦弟兄安息主怀
- 14/10 都九 陈则娥姐妹之父亲、蔡眷荣、蔡眷耀弟兄之外公安息主怀
- 27/10 廉律 谢顺花姐妹之母亲, 陈丽娜姐妹、丽心姐妹及心勤弟兄之外婆陈亚萍老姐妹安息主怀
- 07/11 母堂 刘月爱姐妹(Annie Liew)安息主怀
- 30/11 班登 温秋玲姐妹之先生, 陈悦恩弟兄及陈芷莹姐妹之父亲陈潮强弟兄安息主怀

## 肢体消息

## 共结连理



- 16/09 母堂 黄锦保夫妇之唯男伟恩弟兄与卫理怀恩堂萧伍成夫妇之长女如婷姐妹结为夫妇
- 16/09 联堂 Simon Chai 弟兄之长男蔡敬文弟兄与Yun Thiri 小姐结为夫妇
- 06/09 珠巴 罗汉洲夫妇之长男罗建业弟兄与民都鲁卫理公会翁淑宜姐妹结为夫妇
- 10/10 都九 张伟秋夫妇之次男张德全弟兄与珠巴堂会张美群姐妹结为夫妇

## 添丁弄瓦

- 03/06 联堂 李荣钜弟兄、章惠民姐妹夫妇蒙神赐一女婴
- 27/07 珠巴 许万圣夫妇蒙神赐一女婴
- 31/07 古晋 莫华益、郑婉玲夫妇蒙神赐一男婴
- 08/08 联堂 张文福弟兄、范翠瑛姐妹夫妇蒙神赐一女婴
- 07/08 联堂 许齐福弟兄、温小微姐妹夫妇蒙神赐一女婴
- 10/08 都九 邱智生、沈明荃夫妇蒙神赐一女婴
- 15/10 班登 张桂尊夫妇夫妇蒙神赐一女婴
- 25/10 珠巴 温义强夫妇蒙神赐一男婴
- 28/11 都九 张富景、贝之颖夫妇蒙神赐一男婴
- 30/11 都九 李俊文、贝欣媚夫妇蒙神赐一男婴





# 美里福音堂2021年教会年历表

异象: 人人作主门徒 · 人人胸怀普世

日期	星期	教会活动	日期	星期	教会活动
01/01	五	领袖「督导年」研讨会	09/05	日	母亲节
04/01	一	「督导理念」训练课程 1	22/05	六	两个月短宣结业礼
10/01	日	落实年主日	30/05	日	青年主日
16/01	六	宣教祷告之夜 1	30/05-01/06	日-二	媒体宣教营
01/02	一	「督导理念」训练课程 2	20/06	日	父亲节
12/02	五	新春崇拜(初一)	28/06	一	领袖督导交流会 2
01/03	一	「督导理念」训练课程 3	04/07	日	组长加油站
12-15/03	五~一	第四届弟兄突破营	08-11/07	四~日	神学课程《福音与文化》 ~李健安博士
23-24/03	二~三	书记营	17/07	六	宣教祷告之夜 3
28/03	日	思亲日	02/09	四	中央弟兄突破营激励聚会 2
29/03	一	领袖督导交流会 1	03-05/09	四~六	新加坡 IDMC
30/03	二	两个月短宣开学礼	16-19/09	四~日	第三届姐妹突破营
02/04	五	受难节	04/10	一	领袖督导交流会 3
04/04	日	复活节	15-17/10	五~日	第41届差传年会 ~讲员:董家骅牧师
17/04	六	宣教祷告之夜 2	27/11	六	宣教祷告之夜 4
18/04	日	捐血运动	28/11	日	会友大会
28-30/04	三~五	牧者退修会	25/12	六	圣诞节
01/05	六	长执部研讨会			
06/05	四	中央弟兄突破营激励聚会 1			

备注: 圣工团研讨会 (9月份)

美里福音堂主办 Organised by Miri Gospel Chapel

## 第四届弟兄突破营 4th Men's Breakthrough Weekend

13-15/03/2021

破碎  
我全然降服为耶稣  
复兴

BROKENNESS  
I TOTALLY SURRENDER FOR JESUS  
REVIVAL

地点 LOCATION: 婆罗洲热带雨林度假村 Borneo Tropical Rainforest Resort

报名截止日期 CLOSING DATE  
17.01.2021

## 佳訊

美里福音堂出版  
mgc@mgc.my

### 美里福音堂文字部

主任/主编: 周彩莲传道

通讯: 文字部委员

催稿员/联络:

刘晓文(珠巴)

沈素云执事(晚堂)

刘川利传道(廉律英文堂)

文书: 蔡淑婷

总务: 周良兴

吴国理(母堂)

张晓莉(实务地)

陈振邦牧师(康乐)

吴峰传道(古晋福音堂)

财政: 黄佩仪

设计: 罗玛玲

周良兴、胡美仙(联堂)

郑米雪传道(班登)

袁凌轩(Senadin 英文堂)

打字: 刘秀晶、沈素云

校对: 文字部委员

郑春萍(廉律)

萧菁萍传道(新山恩典堂)

沈素娟、杨月丽传道(都九)