

【 简讯 】

● 4月13日，吴牧师与老年团契一同接待了来自福建的“福音赞美操”团队，并进行了学习与交流。

● 4月15日，海淀教会“香柏树之家”老年团契共有28位弟兄姊妹接受洗礼，归入基督。

● 4月22日，海淀教会西三旗聚会点成立。

● 4月24日，海淀区五大宗教负责人齐聚海淀教堂，共同参加“海淀区和谐宗教活动场所交流会”。

● 4月24日下午，海淀教会各聚会点负责人在海淀教堂参加了“海淀区基督教和谐聚会点建设启动仪式”。

● “五一”期间，太平路聚会点诗班一行17人来到顺义石林峡祷告、灵修、郊游，在享受主里大家庭温暖的同时，也见证了基督丰盛的爱。

● 5月8日上午9时，温州市鹿城区基督教两会主席项德光长老带领两会同工一行15人来访海淀教会考察、学习交流。

● 5月13日母亲节，西北旺开展家庭形式的主日敬拜，由杨乐誉牧师颁发奖品并祝福。

● 5月13日晚，海淀教会“新的赞美”团契举行主题为“让爱住我家”的母亲节特别赞美会。

● 5月19日，海淀教堂为纪念新堂落成五周年举办主题为“却顾来径，恩膏相伴”图片展活动，此图片展将持续到六月。

● 5月20日至6月10日期间，海淀教堂书艺团契举办以“主爱、赞美、感恩”为题的书画展。参与展览的67幅作品分三批与弟兄姊妹见面。

● 5月22日，六里屯聚会点正式成立赞美操队，赞美神，传福音。

● 5月25日上午，在海淀教堂副堂举行“海淀区宗教政策法规学习月暨安全年创建活动动员会”，海淀区五大宗教领袖参会。

● 5月27日，大兴“福音堂”举行北京市基督教两会“牧师按立”圣礼。杨乐誉副牧师、郑义副牧师、王新洁副牧师、贺永花副牧师被按立为牧师。张斌传道、刘聪传道、李晓霞传道被按立为副牧师。

● 5月27日主日举行“新堂落成五周年”感恩庆典洗礼。



● 5月30日上午和5月31日晚上分别举行了“海淀新堂五周年庆典活动及感恩聚会”。



● 6月1日晚，海淀教堂举办“却顾来径 恩膏相伴——六一儿童节赞美会”。

● 6月6日下午，吴伟庆牧师带领部分教牧人员、同工、义工在副堂门口举行了2012年搭建新型圣诞树开工仪式。

● 6月6日，吴伟庆牧师携部分教牧、同工在中关村境内为探索适合基督徒新型聚会形式——家庭式聚会，寻找活动场所。

● 6月13日上午，海淀教堂第三届义工培训班在主堂举行了结业典礼。

● 6月，海淀教堂圣诗班新编印的赞美诗集正式出版。

我是管家

在圣经中，主耶稣常常用管家的比喻来教导门徒，彼得深深体会到其中的含义，所以他在书信中，语重心长地劝勉神的百姓说：“**各人要照所得的恩赐彼此服侍，作神百般恩赐的好管家。**”（彼前4:10）我们一般很容易想到的是“我是神的儿女”，因此我们常常在祷告中称神为天父，而管家的身份却常被我们忽略。其实认识这个身份，并常常提醒自己作个好管家是十分重要的。下面我从自身的体验来谈谈管家身份的重要性。

管家是受托为主人管理事务的，他被主人赋予一定的权利，但他谦卑听从主人的吩咐，勤勉完成主人的工作，而掌管大局的始终是主人。主人出于对他的信任，将重要的事情和贵重的东西都交给他，他要忠心，他要勤奋，他要承担一定的责任。管家和主人的关系很亲近，他要理解主人的心意，按着主人的心意来管理一切事物，他服务的目的是让主人开心。

在我的服侍中，这个身份的提醒特别重要。

当我匮乏时，我要记得我是管家，我的智慧能力有限，无法承担主人的责任，神是主人，他必亲自对神的家负责。

当我懈怠时，我要记得我是管家，是群羊的牧人，我有神给予的特殊责任，我必须对主人忠心，必须对服侍有使命感，必须积极主动。

当我成功时，我要记得我是管家，神是真正的主人，要把荣耀归给神，不可窃取主人的荣耀。

另外，在我教养孩童时，这个身份的提醒特别重要，孩子是神所赐的产业，在孩子还没有出生前就是属于神的，当孩子进入世界后，我的第一个责任是为了神的托付照顾她，按着神的心意教导她，教养孩子是一个神圣的使命，孩子是属于神的，不是属于我的，我只是管家，我要按着神的心意养育和教导她。



彼得说：“**作神百般恩赐的好管家。**”在很多方面我们要提醒自己管家的身份，若要正确地使用神给我们的恩赐，首先正确地认识自己的身份是十分重要的。

刘聪传道

合而为一

经文：约翰福音17章20-23节

约翰福音13-17章较详细地记载了耶稣在世最后一天的言行。他所做的一切都是在为他的离世作准备。他教门徒要彼此相爱，“**我怎样爱你们，你们也要怎样相爱**”（约13:34）；他告诉他们，“**我就是道路、真理、生命；若不藉着我，没有人能到父那里去**”（约14:6）；他应许门徒，他离去后，会“**我要求父，父就另外赐给你们一位保惠师，叫他永远与你们同在**”（约14:16）；他叮嘱门徒，“**我是真葡萄树，我父是栽培的人。……你们是枝子；……离了我，你们就不能作什么**”（约15:1-5）。17章中记载了耶稣最后向神所作的祷告，祷告中，他特别求神保守在地上属他的人，求神保守他们有合而为一的心，使他们合而为一有如基督与神合而为一一样（参约17:11-23）。耶稣在这一天的言行，特别强调了两点：神的爱以及合而为一的重要。

神就是爱。这是整本圣经告诉我们的真理。神就是爱，是一切信主的人彼此相爱的源头，也是我们在基督里合而为一的根基。

什么是合而为一呢？生活中有很多例子可以使我们看到合而为一的现象，例如放一勺糖到水里，待糖完全溶化后，水变甜了，糖看不见了，二者融为一体了；将一点芝麻油倒进菜籽油中，稍加搅拌，油变香了，而原来的两种油已经相融分不出彼此了。我们从这些例子中可以看到，原来两种不同的东西，完全融合后，已经不再是原来的样式。淡而无味的水变成了糖水，没有特殊味道的菜籽油有了芝麻油的香味。

耶稣所讲的合而为一是什么意思呢？是生命的合一，是藉着耶稣基督宝血的救赎，人与神的合一。在约翰福音17章20-23节的经文中谈到的合一包括了三方面的合一：信徒与主的合一、与神的合一、彼此间的合一。其中核心是与主合一。信徒若在基督里常与主同在，与主合一，也必因与基督的合一而与神合一。同在基督里的弟兄姊妹，就像是在同一棵树上的枝子，有彼此相爱的心，以及彼此搭配侍奉、合一在基督里的生活。所以，经文中说到的“合而为一”的三个方面，都体现在是否与主合一里面。因此，本文将重点阐述“与主合一”。

在圣经里有太多的话是说到我们应当与主合而为一。例如：“**我已经与基督同钉十字架，现在活着的**

不再是我，乃是基督在我里面活着”（加2:20）。既然是基督在我里面活着，活在基督里的人是与基督合而为一就应当是一个不争的事实了。这样的话还有很多，例如：耶稣用葡萄树和枝子的关系形象地比喻这种合一（参约15:1），用他与父神的合一作为我们合一的榜样（参约17:22），他更求父神赐我们圣灵作为我们因悔改信福音得了新生命的凭证（参弗1:13）。

信主的人都知道当与主合而为一，既然接受了耶稣作我们的主，就当有与主合而为一的生活：行事为人当与蒙召的恩相称（参弗4:1），以基督耶稣的心为心（参腓2:5），思念天上的事，不要思念地上的事（参西3:2），要得神的心，要讨神的喜欢（参加1:10）。这些经文我们都熟悉，但对照自己的言行，差距太大了。所以我们不能不思想在寻求与主合而为一的过程中，我们所面对的难处，以及在这一过程中所遇到的拦阻。

我们常讲与基督合而为一，也常为此祷告，因为这是信徒灵命成长，教会复兴的前题，也是众多教会面对的问题。初期教会有这样的问题（参林前1:10-11），今天的教会同样有这样的问題。

在与基督合而为一的过程中，我们所面对的最大难处不是环境，而是我们自己。

首先，让我们看一看神性与人性的差异：

神性：神是爱，神是公义的，神是圣洁的，神是良善的……

人性：人自私，人不义，人在罪中是污秽的，人是恶毒的……

二者的差别如此之大，怎能使两者合一呢？人要与神合一，除非能完全放弃自己，这也正是耶稣对他的门徒的要求。在马太福音16章24节中，耶稣对他的门徒说：“若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架，来跟从我。”

人是自私的，在人们的理念中有一条是“人不为己，天诛地灭”。扪心自问，环顾四周，人人都在为自己活着，当然也包括我们自己。当我们从这样的环境被拣选进入神的国度时，就如马克·吐温的小说“王子与贫儿”中初进王宫的贫儿一样，什么都不懂，什么都不会，一切都只会按原来的样式思考和行动，没有办法做得合乎新环境所要的样式。要适应新环境，一切都要从头开始。我们也是一样，进入神的国度，一切旧有的全要弃掉。这个改变不是修修补补，而是一切都要从头有一个新的开始，要脱去旧人，穿上新人（参弗4:22-24）。每一个基督徒都有基

督的新生命，但同时他们又像所有人一样，在肉身的生命中活着，具有肉身生命所有的坏性情。可以设想，如果一个新生命活在一个新的身体里，活出新生命的性情和样式，是不会有问题的。现在我们有了一个新生命在我们里面，同时还在肉身中活着，要将新生命的性情活出来有许多必修的功课，必须接受主的“修理”，也就是要不断学习圣经的真理，依靠圣灵的帮助，使我们旧有的性情越来越萎缩，新的生命越来越壮大。新生命是与基督合一的，而旧的性情却是与新生命抗争的，两者难以合一。这就是我们在得救后，在成圣的道路上所要面对的最大的问题，是在寻求与基督合而为一的过程中所遇到的挑战。

另一个难处就是来自撒但的拦阻。从神造了亚当、夏娃之后，撒但就在伊甸园中开始了破坏神与人的关系，拦阻神人合一的恶行。一直到今天，撒但从未停止这个工作，而且直到耶稣再来，这种拦阻也会越来越激烈。使徒彼得早在他的书信中告诉了我们：

“务要谨守、警醒，因为你们的仇敌魔鬼，如同吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人。”（彼前5:8）

人的弱点，撒但都知道，它会用各种伎俩试探我们，离间我们与神的关系。使徒约翰在他的书信中告诫我们：“不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。因为凡世界上的事，就像肉体的情欲，眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从世界来的。这世界和其上的情欲都要过去，惟独遵行神旨意的，是永远常存。”（约壹2:15-17）撒但可以利用环境试探我们，更时时在利用我们的欲望和不洁诱惑我们。使徒保罗在罗马书7章18-24节中，将基督徒常有的圣灵与肉体的争战写得十分真切，但同时保罗也很肯定地告诉我们得胜这争战的法



宝，那就是“靠着我们的主耶稣基督就能脱离了”（罗7:25）。

今天，全世界都卧在那恶者手下，但我们基督徒是属神的（参约壹5:19）。所以，即使在建立与基督合而为一的关系的过程中有诸多难处，但这种关系的建立不但是可能的，而且是有保障的。首先，耶稣基督在十字架上所成就的救赎大功，使得凡悔改信耶稣的人都可以因他的救赎而与神和好。耶稣离世后，他求神将圣灵赐给我们，圣灵住在我们里面，教我们明白神的话，带领我们走成圣的道路，作我们随时的帮助。靠着圣灵的帮助，我们得以在读经、祷告中寻求神的旨意，更多认识神，也更多认识我们自己，明白我们离了神真的什么也不能作。靠着圣灵的帮助，在个人的生活中，将基督的爱活出来，在我们所在的地方见证他的名，为他作见证。

耶稣最后几天所做的就是要我们明白神是爱，知道我们与基督、并在他里面与神合而为一的重要。他为此付出了如此昂贵的代价，使我们明白，只有放下自己、舍弃自我才能进入他里面，与神合而为一，享受常与他同在的喜乐。他不但给了我们应许，也给了我们从圣灵而来的能力，愿我们真正能享用这福分，过一个在地如在天的生活。因此，我们会在基督里常常喜乐，更因此让神得到他当得的荣耀。

丁友真

【 祷告词选编 】

主啊，感谢您这样深爱我们，这样深爱您亲手兴起建立的海淀教会小组事工。主啊，请帮助我们！我们需要您的帮助，我们每个人此时此刻都需要您的帮助。求您在您的儿女中间，兴起更多的事工带领人，求您将爱的负担放在我们心里，让我们在圣灵的带领下，彼此搀拉，不让一个人因悲伤、软弱过重而掉队，而走失。主啊，要做的工是多的，也是重的，我们的软弱让我们时时感到迷茫，您都是知道的！感谢您送来的爱和安慰，确定地告诉我们，我们从未离开您的眼目，不论我们经历什么，您都和我们在一起。我们虽然看不见，但是我们都知道，您就在我们中间，就在我们的生命里。感谢主，赞美主，日日、时时给我们的教会注入新的力量，让我们更新，让事工更新！让我们都成为您的精兵。祷告奉主基督耶稣的名，阿们！

又真又活的神就在我身边

时光荏苒，在我信主的11年中，我无数次经历了神在我生命中的奇妙作为和恩典。

2002年，我发现脖子上长满了大大小小的疙瘩，吃药不仅没见效反而越来越严重。医生建议我动手术切除。我心想，那么多的疙瘩，得切多少刀才能清理得干净啊！于是，我拒绝了医生的建议。那一刻，我向神恒切祷告：“神啊，请你医治我吧！我相信能使瘫子走路、瞎子看见、大麻风洁净的神，必定也能医好我。”果然，过了一段时间，我脖子上的疙瘩就渐渐消失了。感谢神，神真的医治了我！我很感恩，每天更加亲近神，读经祷告，到教会敬拜，从不间断。

然而，从2008年开始我渐渐远离神。安逸舒适生活中的我已经很少读经、祷告；总是觉得有很多事务缠身；礼拜天遇到婚礼或有朋友来访，就连敬拜也不去了。这种状态一直持续到2009年3月份，我发现自己的双乳都出现了肿块，而且越来越严重，连腋下都长满了肿块，吃药也不见好转。医生说，我是他经历的第二例病情如此严重的患者，必须马上动手术医治。我大声喊：“我不怕，我有耶稣”！正是这一声宣告，使我的心猛然苏醒过来，我意识到自己已经离神太远啦！

当晚，我来到神的面前忏悔认罪。并重新开始每日读经祷告，并且按时去教会敬拜赞美神。每天都切切地向神祈求，赦免我的罪、医治我的疾病。一天晚上，我在睡梦中梦见儿子让医生为我做手术；在我乳房里拿出像芒果那么大的肿物，看上去像是一块黑色的石头，在梦中我就兴奋地高呼：我好了！神医治了我！感谢主！第二天起来，我并没像以往那样去摸那些肿块。我心想，神既然医治了我，我就不用再担心了。又过了三天，我再查看，果然一个肿块都没有了，神医治了我！我完全痊愈了！我眼里充满了感激的泪水！我真是感恩！神如此爱我这个卑微的罪人，从来也没丢弃我。是他一路搀拉着我，使我没有滑向死亡线。哈利路亚！感谢赞美神！荣耀归给神！

2011年6月的一天，在回家的路上，我忽然觉得左手被虫子叮了一下，抬手一看是一个很小的黑虫。把它捏死后，我发现被叮的地方有个小孔，当时，我不以为意，但是，不一会的功夫，伤口的周围就开始红肿，而且疼痛起来。回家用香皂清洗伤口后，情况不但没有变好，反而越肿越大，而且出血不止。我有点

害怕了，不知是否该去医院，正在左右为难时，突然得到一个启示：用酒擦洗伤口。我急忙往纸巾上倒酒擦洗伤口，脑海中显现出神的话语：“白日，太阳必不伤你；夜间，月亮必不害你。耶和華要保护你，免受一切的灾害。他要保护你的性命。”（诗121:6-7）我意识到这是圣灵在启示我，又真又活的神就在我的身边，这时我才想起，要向神祷告，寻求神的帮助。不知祷告了多久，再看伤口的时候，血止住了，伤口不痛也不红肿了。感谢神！

这次的经历，让我的心久久不能平静，我想起了约伯记42章5-6节的经文：“我从前风闻有你，现在亲眼看见你。因此我厌恶自己，在尘土和炉灰中懊悔。”我的眼泪不停地流，分不清楚是悔恨的眼泪，还是感激的眼泪。我不停地问自己：我是怎么报答神的深恩厚爱的？神多次感动我去教会做侍奉，我却找借口说没时间，工作忙，推三阻四。11年来，神从未因为我的顽梗怪罪我，反而一如既往地爱我、恩待我、每时每刻保守我！如果说2009年的那次宣告让我的心苏醒，重回主的怀抱，那么，这一次的光照则让我痛彻心扉地在神面前认罪悔改，愿意把自己全然献上，当作活祭。求神让我的所作所为与悔改的心相称，更求神洁净我，使我成为圣洁的器皿，合主使用，做一个荣神益人的人。

刘灵枝

新生

一、新的认知

我曾经是一个很自我的人，总是认为自己有足够的力量来解决一切问题。我的骄傲后来遭遇了事实残酷的教训。

2009年11月，我突发“脊髓前动脉血栓”。这是一种可以致人瘫痪的重病。面对突如其来的灾难，我和所有的亲人们都惴惴不安、不知所措。就当我对生命产生恐惧，对未来产生不安时，我终于意识到自己在命运面前是多么的渺小。这时，我听到了福音的信息，了解了有一位创造神在看顾我，并为我施下救恩。当我静下来仰望、祈求神，渴慕他的救恩时，我感受到一种伟大的力量在我身体中运行。神为我施展他的大能，医治了我的疾病，并去除了我心中的恐惧。我认识到，在智慧、全能的神面前，我是何等渺小，何等脆弱与不堪一击！

信主后，我一次又一次地想到那位创造并主宰宇宙万物的神，那位用慈爱的双手托起众人的神，那位救治我于重病之中的神，那位在我无望时给予我希望和动力的神，那位在我内心冰冷时给了我温暖和大爱的神。我由衷地感叹神的奇妙、智慧、力量、公义、慈爱和全能。

在这样的事实面前，我深切地感悟到自己之前骄傲自大的想法是多么荒唐、可笑！是神赐给了我生命，并为我预备道路，一路看顾引领。我曾经在事业上获得成功，也拥有些许解决问题的能力，但这都是神对我的恩赐和眷顾。我愿将一切的荣耀都归于神。现在的我，已经懂得时时仰望神，把自己完完全全交托。我的生命终于找到了真正的意义和价值。在神的面前，我只有谦虚、虔诚、敬畏、热爱、赞美，才会得到真正的平安，喜乐。

二、新的爱

信主后，我经常在主面前忏悔自己六十八年以来为人处事中的种种过错，承认自己虽然有爱心，也能帮助和关爱他人，但我的爱却是有条件的。面对自己要好的亲朋好友，尊重和敬佩的老师、同学、同事，我便会尊重他们，愿意和他们亲近、交流，愿意帮助他们并从他们那里得到帮助。但我却不愿意接近、帮助那些伤害过我的人、或我认为不值得尊重的人、愚拙的人和没有道德修养的人，当然也更谈不上爱他们。在我内心，有爱也有恨；有怜悯也有鄙视；有谦虚也有骄傲。但成为基督徒后，我切实地感受到神的丰厚、圣洁、无条件的爱在时时温暖着我。在神的面前，我敞开心扉，承认自己缺少爱心，缺少对他人虚心和真诚的帮助，承认自己的罪。圣灵不断地引领我去正确看待自己并正确看待他人，让我懂得那些我认为不值得尊重的人也有他们的优势和可爱之处，更让我看到自己的很多问题和不足之处。

“圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制。这样的事，没有律法禁止。凡属基督耶稣的人，是已经把肉体连肉体的邪情私欲同钉在十字架上了。我们若是靠圣灵得生，就当靠圣灵行事。不要贪图虚名，彼此惹气，互相嫉妒。”（加 5:22-26）。神还通过圣经教导我：“爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒，爱是不自夸，不张狂，不作害羞的事，不求自己的益



处，不轻易发怒，不计算人的恶，不喜欢不义，只喜欢真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。”（林前13:4-7）在圣灵的引领下，我逐渐理解了这些经文中蕴含的深刻的爱。我自己的生命也随之有了很大的改变。我开始能够理解、原谅那些曾经伤害过我的人、我不喜爱的人、怨恨和嫉妒过的人。我也能够在神面前承认自己身上的弱点。感谢神！

三、新的感悟

2009年8月中旬至2010年7月底，在不到一年的时间里，我和我的妹妹接连身患重病，母亲也因病而永远离开了我们。我经受着从未有过的精神压力和情感折磨。这样的磨难如果是发生在信主前，我很难想象自己该如何支撑下来。但自从我信主后，慈爱的天父将我放在他的怀抱中，给予我无限的安慰和鼓励。当我学着完完全全把自己和妹妹交托在神的手中时，神让几乎瘫痪的我重新站了起来；也保守妹妹成功地做了脑瘤切除手术，没有留下任何手术后遗症且病情稳定。神在我们姐妹身上彰显了他的荣耀和大能！我们由衷地感谢神的大爱，赞美神的智慧和力量。目前我正经历艰难的康复期，神经恢复很慢，麻、木、酸、痛、胀的感觉常常让我坐立不安，妹妹也还在进一步的治疗之中。但圣经告诉我们：“**我们既因信称义，就藉着我们的主耶稣基督得与神相和。我们又藉着他，因信得进入现在所站的这恩典中，并且欢欢喜喜盼望神的荣耀。不但如此，就是在患难中也是欢欢喜喜的。因为知道患难生忍耐，忍耐生老练，老练生盼望，盼望不至于羞耻；因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。**”（罗5:1-5）在人生的路上我们会遭遇疾病、灾难、痛苦和各种难题，没人能一帆风顺地度过一生而免于痛苦，但每个困难后面都有神的目的和计划，神会用各种境遇来塑造我们的品格。

神要我们感谢他利用各种难题来成就他的目的。所以，我坚信神会用丰厚的慈爱安排我们的人生。即使遭遇困境，也不丧失信心，而是要心生忍耐和盼望，因为神会和我们一起面对，并引领我们走出困境，走向光明。

“我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比永远的荣耀。原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。”（林后4:17-18）人生在世的岁月是有限的，神为我们预备的未来却是无限的。我相信在神为我们预备的永恒中，我们会享受到真正的快乐和幸福。

魏群（百旺家苑查经组）

永远追随主的脚步

我是在一个无神论的环境中长大的，家人和朋友中很少有宗教信仰，只是听说我去世多年的奶奶是个基督徒。然而不知道为什么，也不知道从哪天开始，我就对基督很感兴趣，耶稣、摩西的故事都略知一二，也知道他们在历史上都是很伟大的人物。于是我买了一本圣经，可是看着却觉得晦涩难懂，读不下去。

2006年，我到欧洲旅游，途中看了一部电影——《耶稣受难记》，当时并不了解这部电影的内容，更加听不懂里面的台词。但是莫名的，我一直在哭，抑制不住地痛哭流涕。心底里深深地觉得耶稣很伟大，却不明白当时的人们为什么那样迫害他。这次旅途中我也去参观了许多教堂，每次走进教堂心里就涌起一种感动。即使是这样，我也没有任何成为一个基督徒的想法，潜意识里觉得那是离我很遥远的事情。

就这样到了2011年的6月。在一位好友的母亲带领下，我第一次走进了海淀堂。当我听讲道、听牧师带着我们祷告，我深深地被感动了。那朴实无华的话语好像一直在那儿等着我，在那个时刻击中我，让我突然之间明白了原来神是这样的伟大，创造了一切，又时时保守着人类，保守着这个小小的我。感谢神！感谢神用他奇妙的方式带领我最终走进了他的圣殿之中！感谢神的拣选！其实神一直在等着我，等着我在合适的时候明白，等着我在合适的时候低下自己的头，等着我来到神的面前，对他说：“我愿意！”

从那时开始，我发现生命开始有了改变。我明白自己是个罪人，是如此的不配，神已经给了我无数的恩典和祝福，生命是如此幸福的一件事情。我还有什么理由去埋怨生活的不公平，整天为一些小事而闷闷不乐呢？有什么理由不去感恩自己已拥有的一切呢？我开始每周日都来到海淀堂做主日崇拜，每天晚上跪在床上向神祷告，每天抽出一些时间读圣经和相关的书。

越是了解得多，我就越发现神的话语的正确和宝贵。在这个浮躁的社会中，保持自己的真诚、谦卑、公义是一种多么难得又多么必要的品质！神是如此的爱我们，还把他的独生子耶稣降下来拯救我们。耶稣基督为了我们，甘愿去受那没人能受得了的罪，在肉体上和精神上遭到种种难以想象的折磨，但是他还是如此坚定地走上十字架，这需要多大的爱心和忍

耐！在死之前，他还不住地为那些迫害他的人祷告，原谅他们的无知，原谅他们的不信，原谅他们的恶。每每想到这些，我都觉得自己是如此不配得神的这些恩典。我要感谢神的拯救，感谢神一次次地宽恕我们的过犯，不放弃、不抛弃。

现在我在堂里参加了慕道班，参加了书艺团契，还参加了音像组的侍奉。我想能为神做工，是神给了我这样的机会。和家人朋友在一起时，我常常给他们讲我在主里的一些属灵的感动，讲我见到听到的其他弟兄姊妹的故事，希望他们也能有感动，希望我能为主作光作盐。

现在，我基本完成了慕道班的学习，我迫切地希望自己能早日成为一个真正的基督徒。受洗是一件非常严肃的事情，表明我已经坚定自己的信念，永远追随主的脚步，践行主爱的誓言。虽然我是一个微不足道的人，但是我若能把主的爱传播给更多的人，让更多的人了解主、信靠主，也是我为主、为这个世界做的一点点贡献。

愿神一直带领我，保守我。阿们！

李婧

将一切忧虑卸给神

我曾经是海淀堂真光组的一名义工，由于要照看刚出生的孩子，就辞去了工作和真光组的服侍。不在真光组服侍的日子里，虽然我有些远离神，可神却从来没有远离我。感谢神借着其间所发生的事情让我重新亲近神，更加依靠神。

在孩子一周岁两个月的时候，出现了呕吐、腹泻的症状。看医生后，不但没见好转，反而出现了可怕的惊厥。我和孩子的爸爸都吓坏了，特别担心孩子是患了很可怕的疾病，我们就不停地祷告呼求神。

8月6日，孩子住进了海淀医院。一系列的检查对于一岁多的宝宝来说是非常痛苦的，尤其是扎针抽血等。看着宝宝的挣扎，我们更是痛在心里，却又无能为力，只有默默地祷告求神来减轻宝宝的痛苦。感谢神，在祷告中，孩子慢慢安静下来，护士扎针也非常顺利，神抚慰了他的孩子。

住院当天，孩子的体温一直在37℃以上，医生说体温偏高不

利于孩子的治疗和恢复，晚上检测脑部CT的时候，孩子的体温最好能够降下来。信主多年的我从来没有求过神迹，但这次为了孩子，我愿意求神迹了。我恳切求告神，求神保守孩子一定要平安无事，不要患医生们所说的那种可怕的疾病，求神在医生确诊之前让我知道孩子是平安的，没有患上那种可怕的疾病。如果孩子是平安的，就求神让孩子体温降到37℃以下。

神是垂听祷告的神，他的恩典从不耽延。祷告后，再给孩子测量，体温已经降到36℃了。当时我还有点不敢相信，再次测量还是36℃。瞬间，我焦急忧虑的心情就放松下来。我也把我的祈求和神的回应告诉了孩子的爸爸，让他也能够放心。孩子晚上的脑部CT检测很顺利，检测结果显示孩子没有太大问题，医生建议继续做核磁排查，并告诉我们301医院比较权威，建议我们进一步确诊。

301医院的专家号特别难挂，有些人排队几个月都没有得到挂号的机会。感谢神的恩典，如愿以偿地让我们得到了临时增加的挂号机会。在做核磁排查的时候，我不住地祷告，求神与我们同在，希望检测结果是好的，求父神借着专家的口告诉我们孩子是平安的。

做完检测排队等候结果的时候，我们看见等待的人群中有来自全国各地的患者，有的人甚至来了好几个月之后才得到挂号的机会。相比较他们来说，我们真的是幸运的，患病的孩子中，有不能站立走路的，有头部无法抬起的，有语言障碍的等等。我一直不愿再去回想那些可怜的孩子和他们父母无奈的眼神，只能祈求全能的上帝借着专家医生的手来医治他们。和他们的无助比起来，我们有可以信靠的上帝，有在上帝看顾下活蹦乱跳的孩子，我们是多么的幸福啊。

检测结果出来后，专家根据孩子的情况、病历以及核磁排查的结果，确诊孩子没有问题，专家说可能是由于孩子的呕吐和腹泻导致电解质紊乱，出现低血钙导致惊厥，并没有患重大疾病。

感谢神借着专家的口告诉我们孩子是平安的。感谢神对孩子一直的看顾。这件事情让我更加愿意亲近上帝，正如主日证道中天虹姊妹所分享的：上帝让我们去学一个功课，是愿意我们的生命长大，成熟。并且愿意让我们在经历这件事情之后，得到从上帝而来的祝福。这个祝福是从他而来的，但是要凭着我们的信心，借着祷告，借着向神完全的仰望和信靠而领取的。

刘军铄（真光组）



“阿爸，父啊，在你凡事都能”

“他便救了我们，并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。”

（多3:5-6）

“你们得救是本乎恩，也因着信；这并不是出于自己，乃是神所赐的。也不是出于行为，免得有人自夸。”（弗2:8-9）

回想我信主的经历以及信主之前的人生道路，我感谢那拣选我的神！若不是他怜悯我，我不能得救；若不是他始终宽恕并引领我归回正路，我必依然还在偏行己路，如羊走迷。感谢主信实的带领，他的恩典和能力真的是超过我们的所思所想，我愿由衷地将一切荣耀归给我们全能的父。

年少时，我是一个自以为义的人。我认为，自己虽不至于完美，但在大多事情上还算行得端正；并且诸事尽都顺利，平安也似乎常在。又因为我没有太多的骄傲，所以周围人大多都喜欢我。可是，我真的因此成了义人吗？不是的。

感谢神借着环境的变化，拿去了我的自以为义，让我明白，“没有义人，连一个也没有”（罗3:10）并且“因为世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀”（罗3:23），许多隐而未现的罪，不过是因为生活在顺境之中，没有显出罢了。一旦环境改变，或者面对某些世界的诱惑，那些隐而未现的罪就会发动。若没有神的保守，只是全心追逐属世的荣耀，那无根的、自以为是的“义”是很容易被击败的。

随着年龄的增长，以往的平安突然远离了我，智慧也在渐渐离我远去，困难接踵而来。我在生命的道路上挣扎努力着，希望能够回到原来那种一切平安顺利的状态。在人生的迷茫中，我的灵魂在挣扎——我是谁，我为什么是我，我来自何方，我又将归向何处？

我看了不少书，想从中寻求生命的道，可是没有答案。凭着一颗靠自己努力上进的心，我考上了重点大学，又考上了研究生。可是我没有因此感恩和喜乐，而是常常抱怨命运，抱怨上天对我不公……

2005年10月，在学校校园里，第一次有人向我传福音。感谢主在那一刻感动我的心，尽管当时我对主的认识很浅显，我还是做了决志祷告。从此，我开始阅读圣经，在读经中，我找到了长久以来困扰我的关于生命的答案。

感谢主，若不是他历练我，使我内心真正地谦卑下来；若不是他开我心门，使我能够接受那真光；若不是他引领我的心来认识接受他，我岂不是还活在虚妄之中吗？感谢主的大爱，感谢主赐予我这样莫大的恩典。

“按着定命，人人都有一死，死后且有审判。”

（来9:27）感谢主耶稣为了我的罪而死，不然，作为罪人的我，在那公义的神面前怎能站立得住呢。

“但你们的眼睛是有福的，因为看见了；你们的耳朵也是有福的，因为听见了。我实在告诉你们：从前有许多先知和义人要看你们所看的，却没有看见；要听你们所听的，却没有听见。”（太13:16-17），感谢主能够赐下生命的道，让我这不配的人能够看到、听见，并能明白那至高、至圣的道。

“人若喝我所赐的水，就永远不渴。我所赐的水要在他里头成为泉源，直涌到永生。”（约4:14）神的话触动并且滋润我的灵魂，神的话也让我那曾经火热却因为困难和挫折的击打而日渐冷淡的心又温暖起来，那就是爱，因为“神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。”

（约3:16）并且“惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。”（罗5:8）我们藉着主耶稣，竟白白得了这样的大爱，蒙了这样的大恩，感谢主。

在追求真理的道路上，恩典在，试探也在。我虽然每天读经，也坚持参加聚会，生命的状况跟以前相比也有不少改观，可是肉体的情欲、眼目的情欲并今生的骄傲还是没有远离我，我依然常常犯罪，有太多的亏欠，可是主却一直恩待我。

在学校，我虽然成绩一般，但毕业之后的工作却是同学中最好的。一次偶然的际遇，让我来到了海淀堂，并且参加了服侍。一年多来，我的信心慢慢坚固起来。

“所以我们藉着洗礼归入死，和他一同埋葬，原是叫我们一举一动有新生的样式，像基督藉着父的荣耀从死里复活一样。”（罗6:4）

我信主快6年了，但因为种种原因，一直没有受洗。在海淀堂，每当看到弟兄姊妹受洗，我都很感动。通过读经、听道以及属灵长辈的教导，我渐渐明白了受洗是一件多么重要和神圣的事情。

2011年秋天，我怀着天父上帝无比的感恩，写下了生命的见证。愿主能够预备清洁我的心接受洗礼。我愿藉着洗礼使我的生命更新，与主亲密同行，多结

圣灵的果子，也愿藉着洗礼向罪死，向主活，蒙神的祝福，跟随主到天家到永远。

藉着主耶稣的救赎，原本不配的罪人竟能称为神的儿子。我要欢呼：阿爸，父。谢谢你拣选了我，救了我，愿一切的荣耀都归给在天上的父，直到永远，阿们！

李鹏

一生的力量和祝福

我叫耿海英，今年38岁，十几岁时我就跟着父母信了主。但是，由于那时信得不明白，我很少参加聚会，就是做礼拜也是时去时不去。但是，主是我的神，他并未因此丢弃我。

2005年，我开始真正认罪悔改。感谢主！从此，我和丈夫的关系越来越好。2007年的时候，丈夫也信主了。家中有主就有爱，在平凡琐碎的生活中，我经历了许许多多神的恩典，在疾病中，主更是我的力量和盼望。

2010年春天，我的左眼突然看不清了。医生说是累的，休息一下就好了，我就没有太在意。不料，10月下旬，左眼又突然看不清了，还伴有头痛，恶心，此后一连十几天，视力时好时坏。我去了几家医院，被诊断为睫状体肿物，必须手术。

2011年1月2日，我写了代祷条，请弟兄姊妹为四天后我的手术祷告。一般情况下，眼睛手术后三、四天就可以出院，但由于眼压很低，我不能出院。一周过去了，我的眼压不仅没升，反而降为4.5，我问护士，眼压低是怎么回事，护士回答说眼压低就是眼睛“瘪”了，比失明还严重。

我听了之后很忧虑，切切地祷告，祈求主在我身上彰显他的大能。感谢主安慰我，中午，我的心情不那么沉重了。晚上，我几乎没睡，求主

医治使我出院，求主**“领我出离被囚之地，我好称赞你的名”**（诗142:7）。我为自己的眼睛切切地祈求。嫂子、姐姐，还有呼和浩特市的一个姊妹也为我代祷。那时，我才真正体会到什么是恒切地祷告。

第二天经检查，眼压一下子升高了，指标达到14。哈利路亚！感谢主，荣耀归主名！主垂听了我们的祷告，在我身上彰显他的大能，让我亲身体会到诗篇30篇5节表达的那种快乐：**“他的怒气不过是转眼之间，他的恩典乃是一生之久。一宿虽然有哭泣，早晨便必欢呼。”**经历主的甘甜真是远胜过我所受的痛苦。

1月15日我出院了，心中充满了感恩和与主同在的喜乐。两个月后，我再次经历了考验。复查时，左眼的眼压又偏高了，达到27，大夫说必须做引流手术。当时，我的心情很沉重，再一次求主，也请西北旺聚会点代祷组的弟兄姊妹为我祷告。我说：“主啊，我不做手术，坚决不做，那太难受了。”主又一次安慰了我，使我内心满了平安。第二天，我再去检查，眼压达到了正常水平，感谢主！

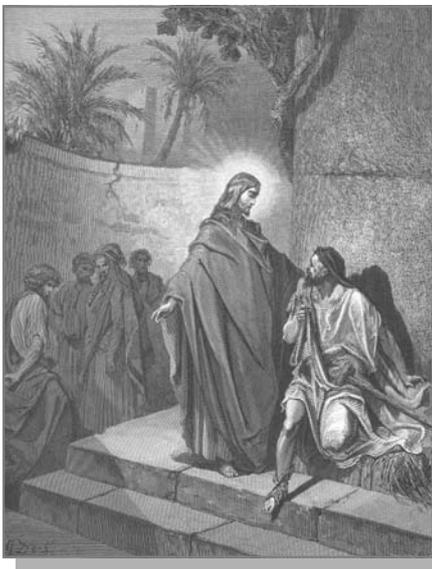
8月份，聚会点要成立见证会，我向主祷告：主使我的眼压恢复正常，我要去做见证。8月2号，我去测眼压，完全正常。在西北旺聚会点，我与弟兄姊妹分享了我的喜乐和感恩，哈利路亚！荣耀归主！

感谢主拣选我，使我成为有福的人。虽然我的眼睛有时还会不舒服，但我知道：主与我同在！越在患难中，恩典就越多，越在软弱中，主越使我刚强。我要向主说：**“耶和華，我的力量啊，我愛你！耶和華是我的岩石，我的山寨，我的救主，我的神，我的磐石，我所投靠的。他是我的盾牌，是拯救我的角，是我的高台。”**（诗18:1-2）我知道，我们所得到的这一切医治，都是主的恩典，因为圣经上说：**“因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。”**（赛53:5）

诗篇145篇18-19节说：**“凡求告耶和華的，就是誠心求告他的，耶和華便與他們相近。敬畏他的，他必成就他們的心願，也必聽他們的呼求，拯救他們。”**主是我患难中随时帮助，我要一生一世跟随主。因为我知道，无论是苦难或是甘甜，高山或低谷，主都看顾！相信就能蒙福。愿弟兄姊妹都能有坚定的信心，靠主战胜一切困难，向着主的标杆直跑，一直跑到天家。

感谢主，一切荣耀归于主！

耿海英



多结果子

“我是葡萄树，你们是枝子；常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子；因为离了我，你们就不能作什么。”（约15:5）

我多么希望能为主多结果子啊！圣灵在感动、激励着我；大使命在催促我；许多的见证，如同云彩围着我。如何才能为主多结果子呢？我本以为一定要凭自己的力量去不断地努力，才能够满足神对我的最高要求。但耶稣在圣经中清楚地告诉我，我和他之间的关系才是结果子的关键所在。

教会的工作很多很繁杂，用“千头万绪”形容一点也不过分。很多时候，在我忙于各项事工之时，常凭借着个人的爱好、个人的经验与自己的努力。我努力地想通过在教会中策划一项新事工，开展一项新活动，运用某一项新计划，以此为基督多结果子。然而，我却不知不觉忽略了一个最重要的环节——常在耶稣里。

做任何事情，都应该有一个明确的流程。作为基督徒，当我热诚地为主结果子的时候，流程中关键的第一步，应当是首先省察自己是否住在基督里，是否在生命中与他联合，是否在灵里与他有着密不可分的关系？

今天的教会所需要的，不是更多机械式的新组织或新方法，而是圣灵所充满的人——住在基督耶稣里的人。耶稣实实在在地告诉门徒，他要门徒晓得，他与教会之间的关系才是教会复兴的根本保证。没有任何一个教会的活动，可以取代我们与耶稣的关系。永远不要以为我们参加了如此丰富多彩的教会活动就可以心满意足，而是要竭力以建立与耶稣基督生命的内在关系为至宝。当置身于教会的任何一项事工或活动中时，一定要反复自问：我是否正为了神国度的福音卯足全力，是否正为教会人数增加而马不停蹄地创办新事工或参与各项活动？当我们与耶稣维持稳固的生命关系时，必然会在经历了春夏辛勤耕耘之后的秋季实现属灵的大丰收。

耶稣将自己比作葡萄树，将我们比作树上的枝子，如果枝子连与树，就必然结果子。如果我们真的连于元首基督，我们的生命自然会结出属灵的果子来，因耶稣就是生命的源头。没有任何人或任何事能阻挠我们结果子，除非我们不肯与基督建立内在的、亲密的关系！我们与神的关系是结果子的关键，这个

原则可以运用在任何方面，比如：亲子、婚姻、家庭和工作，等等。结果子不单是传福音，而是在生命中流露基督的馨香之气，在生活中彰显基督的荣美。如保罗所说：“**圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制。**”（加5:22）



神并没有答应一定会满足我们所有事工的计划与梦想，然而，他向我们保证：“**常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子**”（约15:5）。有一件事，我们必须清楚：单独的枝子本身不能结果子。耶稣告诉门徒说：“**因为离了我，你们就不能作什么。**”（约15:5）让我们一同进入内屋，祷告暗中的父，共同在耶稣基督的真道上造就自己，在圣灵里祷告，保守自己常连于耶稣基督，为主多结果子。

范国兴牧师

一无挂虑 走向光明

基督徒在自己的生命旅途中，并非总是一帆风顺，心情舒畅。物质世界的种种现实——生活、家庭、事业、孩子等等，常让我们产生忧虑、痛苦而无法摆脱。忧虑往往形成对基督徒的搅扰，甚至捆绑，使我们在行走天路时，脚步放缓，乃至停顿。

如何做到一无挂虑，从搅扰和捆绑中释放出来？神的话语为我们指明了方法和出路，并给出了明确的应允：“**应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、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4:6-7）

经文告诉我们，生活中不要忧虑，遇到烦心的事，或处于逆境，或陷于郁闷，只要藉着祷告，让神知晓你的心思意念，将一切放在神手中，由神担负，他会赐你出人意外的平安，并成全你的心愿好过你的所想所求。

挂虑与祷告是两股相互对抗的力量，此消彼长。祷告减弱，挂虑马上就会多多；祷告加强，挂虑就会退避三舍。因此，解决忧虑的唯一方法，就是将感谢、祈求与祷告连在一起。这样，我们便不再忧虑，

享受心灵的平安、喜乐，体验到生命中的光明。

我们往往困惑，在忧虑中还会发出感谢的声音吗？这需要祈求神来帮助我们，让我们能清楚地知道，缘于困境的忧虑往往是自我血气的大暴露，神特置这一环境用以陶造我们，这是神的恩典。享受神的恩典，感谢的心声就会自然而然地流出。伴随而来的，就是心灵的平安和环境的平安。

三年前我所在的工作单位让我感到非常郁闷。那是个拜偶像的环境，每天烧香，供水果。我心中十分纠结和郁闷，无论心灵还是身体都觉得不舒服。神的话是我道路上的明灯，我把事情放在祷告中，情形果然有了好转。公司同事之间为了争业绩，争提成，吵架、打架已成家常便饭，这样的氛围让我感到不悦，我总是尽量忍让，避免争吵。然而凭自己血气的忍让并没有换来内心的祥和与平安。2011年3月，冲突再度发生，这次我不再凭自己的力量去摆脱，而是向神祷告：“我心里很忧愁，不快乐。神既然把我放在这样的环境里，我相信你的美意。我祈求主能否让我换个单位，也求主给我指示和机会。是走是留，全凭主来决定。”从3月一直到7月，我坚持不断地祷告，把自己忧愁的心情告诉神，把自己对新工作的期盼告诉神，更感谢神给我一个操练性情的环境，让我经历一无挂虑，凡事祷告的生活。不久，神应允了我的祷告。在七月的一个礼拜六的下午，一位同事打电话给我，说老板被抓了。我闻讯后立刻跪下祷告：“神啊，只要别让我失业就行，以后的路全凭你安排。带领我走下去，我顺服你的选择。若这个机会是你给的，我就换个单位。我别无所求。”祷告后我心静如水，周日照常去教堂敬拜，仿佛什么事也没发生一样。到了礼拜一，经一位同事介绍，我顺顺当地进入了另一家企业，丝毫没有经历失业的过程。我的内心充满了感恩，神真是信实的，他的应允绝不落空，他所赐的确是**“出人意外的平安”**。进入新的环境，我每天为工作的事祷告、感谢、祈求神，神也特别恩待我，工作环境得到了改善，收入也比以前有了很大提高，更重要的是心灵获得了平安和快乐。三年来的经历让我更加认识到：只要恒切祈求，且符合神的旨意，他必会一路看顾、保守你的一切。把你所求的毫无保留地交托给神，他会赐你意外的平安，并且超过你的所求所想。正如以弗所书3章20节所指出的：**“神能照着运行在我们心里的大力，充充足足地成就一切，超过我们所求所想的。”**

王坚（中关村聚会点）

在基督里的爱情三角形

一、引言

每年2月14日“情人节”，是普天下有情人一同庆祝的日子。鲜花、巧克力、浪漫晚餐……但是，多少人还记得情人节的真正意义——公元3世纪，罗马皇帝克劳迪乌斯二世（Claudius）为了征召大批公民奔赴战场，下令禁止人们于此时结婚，宣布废弃婚姻承诺，甚至连已订了婚的人也要立即解除婚约。瓦伦廷（Sanctus Valentinus）神父抗旨为相爱的年轻人举行基督教婚礼，神父因此受逼迫，在270年2月14日这天被罗马皇帝杀害。为了纪念瓦伦丁，人们把这一天作为“情人节”。情人节不单单是让有情人用“金钱”、“物质”和“肚腹”来表示“爱”的节日，更是用“心”和“行为”来表达感情的节日。

“情人节”（Valentine's Day）的核心价值是尊重上帝设立的神圣婚姻，神在维系男女双方的爱情中，扮演着极重要的角色。有神参与在其中的爱情，既蒙福又喜乐，既浪漫又稳定。

二、奇妙的“爱情三角形”

爱情，众水不能熄灭，大水也不能淹没（歌8:7）

根据圣经，婚姻是神设立的。创世之初，神说：**“那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他。”**（创2:18）由此可知，人的婚姻，从起初就有神的介入。如果爱情是婚姻的前奏曲，那么我们的爱情，岂不是更应该邀请神到我们的中间，与我们一起谈一场“美丽的恋爱”？

在圣经中，描述爱情的经节或故事是少之又少。更多的记载着的是婚姻的准则和婚姻中的夫妻的相处之道。

三角形具有稳固的特性。假如相爱的两个人是两条边，那么能稳固他们爱情关系的第三条边就是主耶稣。有神同在的爱情，是最稳固、圆满、甜蜜、长久的，享受爱情的他和她，每天都处于彼此欣赏、相互体谅的时光中。

从单独与神的关系或“只有”两人的关系，改变成为神-我-他的爱情三角形，需要我们的操练和持守。

三、重要的“爱情三角形”

人是容易猜疑的，时常会因为小事，猜疑伴侣，

伤了感情。人是容易冲动的，时常会因为小事，争吵打架，伤害彼此，人是容易小信的，常常因为一些误导的信息，失去了对伴侣起初的爱心。人是充满缺点的，常常会因为各种的讯息，便产生猜疑和猜想，使小事变成大事，一发不可收拾。

然而，神是创造宇宙的全能主，保守和看顾我们的一切事，无论是事业，学业，日常生活，当然也包括了爱情。如果我们相信神能在我们的事业、工作上帮助我们亨通，在学业成绩上能赐给我们聪明智慧，在日常生活能顺利平安；那么，我们是更应该相信，神能带领我们的爱情婚姻幸福美满。

因此，只有靠着神赐给人的圣灵的果子，才能使我们以**仁爱，喜乐，和平，忍耐，恩慈，良善，信实，温和和节制**（加5:22）来对待其他人，尤其是我们最爱的伴侣。让神参与你的爱情，使你靠着神，感情更加稳固、美满、恒久。

四、建立“爱情三角形”

要维持、巩固爱情，需要常常警醒自己，在神-我-他的关系中，彼此交流和操练。爱情三角形的建立，不但适合恋爱中的情侣，也适合已经结婚的夫妻。爱情常常保鲜，彼此关心，才能长久永恒。



爱情三角形，可以通过以下五个层面来实践：

1、个人固定的祷告灵修时光

作为一个基督徒，灵修祷告是我们每日必修的功课之一。多祷告多有力量，少祷告少有力量，不祷告没有力量，祷告有力量。从神那里支取每日所需要的力量，这些力量包括了与伴侣相处、处事、交流、对话、说有益的话、不说伤害的话等等，这些力量都来自神。我们祷告祈求，就得着神的看顾。

在维持爱情三角形中，个人固定的祷告和灵修时光，扮演着举足轻重的角色，而且，要改变伴侣之间的关系，只有神能做到。

“以此试试我，是否为你

们敞开天使的窗户，倾福与你们，甚至无处可容”

（玛3:10）。多祷告，多灵修，上帝倾福于你时，你就能多多地被充满。

2、一起灵修分享、家庭祭坛的时光

除了个人的祷告读经灵修，更重要的一环，就是家庭祭坛。家庭祭坛是基督徒家庭最重要的使命，因为敬拜是从家开始。很多的基督徒家庭缺乏家庭祭坛操练，家庭成员因着各种理由，比如工作忙碌，疲累，个人的骄傲等等因素，导致家庭祭坛迟迟没能举行。长久下去，就把这个重要的使命和祝福忽略遗忘，十分可惜。愿主帮助我们，从我们认定终身伴侣之际（即在男女朋友交往关系中）就开始操练家庭祭坛，婚后，将其自然带入婚姻，并继续延续和巩固家庭祭坛的发展。

世人总是误导说：结婚是爱情的坟墓；爱情久了之后，只剩下亲情等等。在神里面，我们要突破这个肤浅的观念，进深到神-我-他恒久的爱情关系里面。在家庭祭坛中，伴侣一同研读神的话语，分享心得，了解彼此的想法，为彼此祷告。通过这个方法，维持伴侣间的恒久关系，加深彼此的了解，解决不满的心情，用爱心为对方代祷，让神来开导，改变，是一种享受和交托的过程。神应许我们：**“爱是永不止息”**（林前13:8）。爱情是永恒的，不是短暂的，感谢神！

家庭祭坛的内容可以因个别需要、地区、时间不同而改变，但是主要内容——祷告、读经、分享，是不可省略的部分。家庭祭坛的操练不因伴侣分隔两地而停止。我与我的伴侣尽管暂时分居两地，但还是规定了每周三一起灵修。而且，每月轮流发灵修的经文，在晚上，通过聊天工具，彼此分享对经文的见解。尽管不是每次的灵修分享都对双方有益，但是，



很多时候，都能对我有帮助或对他有提醒，这使我们都很开心，并因自己喜爱的经文对对方的生活有帮助而雀跃。我把这个家庭祭坛的方法告诉我周边基督徒情侣们，很多朋友也从中改善了他们的关系。归荣耀于神！

3、为他/她多祷告10分钟



曾听一位讲道人说：多为牧者祷告10分钟，一切都要改变，一切都要不同。这个原理也同样可以应用在爱情上。每天多为你的伴侣祷告10分钟，一切都能改变，一切都要不同。神的应许，要降临到你们中间，神要亲自对你们的爱情负责。不要对你的伴侣乱发脾气，把你的不满对神说，神要为你出头，为你改变他或改变状况。你能相信吗？**“你若能信，在信的人，凡事都能。”**（可9:23）

4、交流沟通的时光

除了向神祈求、祷告，实质上，伴侣之间的交流沟通时光，也是维持关系的重要一环。不要单单靠向神祷告交托，而不彼此交流；仅仅要神来工作，我们自己却不行动。交流沟通的方法有很多，其中很重要的是交谈。每天抽空交谈、说话、彼此分享、交换对各种事项的意见，一起祷告等等是十分重要的。

恋爱中的情侣，对约会并不陌生，同时，也会很努力的争取约会的时间，已结婚的夫妻常常会忽略二人约会的重要性，常常认为家人一起的时光，就是约会时光，其实不然。两人独处的约会，与带老携儿一起出门，是截然不同的感觉。因此，每周定一个时间，比如星期五晚上或星期六下午，一起到公园散步或看场电影，吃顿晚餐，都是很好的二人约会时光。其次，旅游、郊游等都是增加交流沟通的好办法。

5、花心思了解他/她的需要

谈恋爱的时候，我们总是花心思去了解对方的需要和喜好。买礼物，说甜言蜜语，打电话问安，发短

信互通消息等等都是我们为取悦对方，投其所好的表现。为什么在结婚后，这些表现就不能持续了呢？难道婚后就不必持续相爱的行动吗？

花心思了解对方的需要，包括两方面；心里和外在的需要。心里的喜怒哀乐，要观察入微；开心时要同乐，伤心时要同悲，痛苦时听他倾诉，欢乐时听她笑声。外在的需要则包括身体健康，饮食习惯，生活起居，日常习惯等等，都需要我们一一去了解。

五、结语

建立美好的爱情三角形，除了以上实质操练的五方面，我们也可以从基本的三个元素，神—我—他，各自的角度来分析。

从神的角度，我们（我和他）应该对神做的事：我们可以通过（个人或家庭祭坛）灵修时光，互相分享



主的话语，互相鼓励和彼此代祷，维持神与人和情侣之间的和谐关系。

从他/她的角度，我们（我和他）应该为对方做的事：我们可以常常彼此沟通，了解对方的需要，对对方要有信心，不要过分的怀疑，维持情侣之间的信任关系。

从我的角度，我应该有的心态：我们可以通过个人的祷告，对感情附上责任心和付出行动来关心对方的需要，维持情侣之间的安心关系。

“我靠着那加给我力量的，凡事都能作。”（腓4:13）神的全能是我们信靠的源头，从神那里支取力量，靠着圣灵的带领，保全情侣、夫妻之间的感情，是值得投资的一个产业。多多操练灵修，祷告，代祷，付出你的爱心行动，责任心和爱心。爱情三角形的建立绝对是值得的。愿神祝福我们的爱情，阿们！

文 谢若龄
图 李占军

耶稣行神迹（四）



1. 有许多人看见耶稣在病人身上所行的神迹，就跟随他。耶稣上了山和门徒一同坐在那里。



4. 耶稣让众人坐在草地上，人数约有五千。



2. 耶稣举目看见许多人来，就试验腓力，考问他该怎样做。



5. 耶稣拿起饼来祝谢了，就分给那坐着的人，分鱼也是这样，都随着他们所要的。



3. 彼得的兄弟安得烈带来一个孩童，他有一些食物，但是不够这么多人吃。



6. 他们都吃饱了，耶稣让门徒收拾食物的零碎，结果装满了十二个篮子。