



尋求 神的面

SEEK
GOD'S FACE

王臉上的光使人有生命，
他的恩惠好像雲帶來的春雨。

《箴言 16:15》

In the light of a king's face, there is life,
and his favor is like the clouds that
bring the spring rain.

《Proverbs 16:15》



目錄 Table of Contents

2	編者的話 A Word from the Editor.....	編者
4	神是我心裡的力量和福分	蔡明恩牧師
8	投靠在祂翅膀蔭下--過以福音為中心的生活	馬若君
12	神是我的磐石 在祂毫無不義	莉底亞
14	祂擔當了我的勞苦重擔	孔志慧
16	跟隨主 我願變賣所有.....	張瀟
18	做討主喜悅的兒女	朱韻韻
22	主是我的靠山	李倩 (Nikki)
24	神是大能的	邵惠娟
27	唯有神叫我生長.....	陳宜伸
32	蒙神恩典 喜獲永生.....	吳玉花
33	成為神的兒女何等美好	黃潔珠 (Emily)
34	在主裡我有全新的生命	張一鳴
37	神賜力量帶領我走出種種困境.....	陳雯
40	務要傳道 總要專心.....	張筠
43	一位小公主的驚險空降.....	寧家琪
45	The Lord Is Near to All Who Call on Him	Bella Lu
48	My Power is Made Perfect in Weakness	Yilin Tan
52	RefToons 智者的話	
54	本刊宗旨 The Purposes of This Newsletter	
54	大使命 The Great Commission	

顧問 Advisor: 蔡明恩牧師 (Rev. John Chua)

編輯/校對 Editors: 于艾真 (Jennifer Hu), 張筠 (Carolyn Chang)

排版/設計 Layout Designer: 唐錦儀 (Annie Tang)

打字 Typist: 張瀟

編者的話 A Word from the Editor

說我們需要尋求神的面似乎有點矛盾，因為我們不是已經活在神的面光中嗎？聖經在以下的經文也告訴我們神是無所不在的，祂同時存在於各個地方，祂的存在遍滿宇宙。

耶利米書23:24 「人怎能躲藏在隱密處，以致我看不見他呢？」

詩篇139:7 「我到哪裡去躲避你的靈？我往哪裡去逃避你的面呢？」

箴言15:3 「耶和華的眼目無所不在，壞人好人他都鑒察。」

希伯來書4:13 「被造的在神面前沒有一樣不是顯明的，萬有在他的眼前都是赤露敞開的；我們必須向他交賬。」

除此之外，聖經也稱那些不承認有神的人為「愚頑人」，如詩篇14:1所說，「愚頑人心裡說，沒有神」。

神無所不在的事實，因著我們的心態可以給我們安慰或令我們懼怕。也就是說，當我們在苦難中藉著讀經禱告尋求神的時候，我們會因神不改變的愛而深得安慰。但是當我們活在罪中和悖逆神的景況中，知道祂的眼目一直在我們身上可能會讓我們害怕，甚至想要躲避神。

有時我們也會因為生活中的坎坷不順而埋怨神，甚至產生憤怒和苦毒，根本不想親近神；或者我們因為疲累沮喪而無心尋求神。不論我們是親近神或逃避神，神都不會因此而遠離我們，不顧念我們（詩篇121）。記得有一次我很憂傷難過，實在無心尋求神，但是神卻因著祂的憐憫主動來尋找我。祂透過不同的孩子給我的生日卡上一模一樣的經文對我說：「耶和華你的神在你中間…必因你歡欣喜樂…也因你喜樂而歡呼」（西番雅書3:17）。當我一次次地讀著這句話，心中感覺神離我很近，似乎就在我身邊。知道天父在我受苦時沒有離開我或忘記我，帶給我很大的安慰。

那麼「尋求神的面」到底是什麼意思呢？我認為就是清楚的知道我們的心在神面前完全是赤露敞開的，我們的每一句話，每一個行動，每一個意念在神的面前都無可遁形，然而與其想要躲避神，我們情願選擇活在祂的光中，認罪悔改，並支取力量和新的恩典、憐憫、和赦罪之恩，過榮耀神討神喜悅的生活。

許多時候我們來到神面前，是因為我們遇到困難需要神的幫助，或是我們得到祝福來向神感恩。至於我們內心許多頑固的罪，如：驕傲，自私，虛假，不肯饒恕，不耐煩，抱怨，論斷人等等的罪，我們又如何處理呢？我們是否已經容許這些罪與我們和平共存，而不再抵擋並試圖滅絕它們了？其實這些我們天天面對的罪，更應該攪擾我們的心，驅使我們奔向基督，尋求祂的赦罪之恩。

神的子民，快來尋求神！每當我們尋求祂，我們就會得著無限的赦罪之恩，永不改變的愛，和無窮無盡的恩典和憐憫。

It may seem contradictory to say that we need to seek God's face since we already live in his presence all the time as the Bible tells us in the following passages that God is omnipresent, meaning he is everywhere at the same time; his presence encompasses the whole universe.

Jer 23:24 "Can anyone hide in secret places so that I cannot see him? Declares the LORD."

Ps 139:7 "Where can I go from your Spirit? Where can I flee from your presence?"

Prov 15:3 "The eyes of the LORD are everywhere, keeping watch on the wicked and the good."

Heb 4:13 "Nothing in all creation is hidden from God's sight. Everything is uncovered and laid bare before the eyes of him to whom we must give account."

Additionally, the Bible calls those who deny God's existence "fools" as in Ps 14:1, "The fool says in his heart, 'There is no God'".

The reality of God's constant presence can be both comforting and intimidating depending on our heart condition. In other words, we could be greatly comforted by his unchanging love in our suffering when we "seek his face" in the reading of his Word and praying. However, when we live in sin and rebellion and want to avoid God, knowing his eyes are constantly on us may be intimidating, making us want to hide even more.

Also, we may blame God for our misfortune and become angry and bitter, not wanting to seek his face. Or we may be too weary or discouraged to come to him. Regardless of our feelings and decisions to seek God or avoid God, God has not stopped being with us and watching over us (Ps 121). In fact, I remember a time when I was extremely sad and depressed and did not have the desire nor the strength to seek his face, yet God in his great mercy sought me out. In fact, he "spoke" to me through an identical message that was on multiple birthday cards I received from my children. I remember feeling God being so near as I repeatedly read his message: "The LORD your God is with you... He will take great delight in you...He will rejoice over you with singing." (Zeph 3:17) What a joy to know my Father is with me in my suffering and has not forgotten me.

But what exactly does it mean to "seek God's face"? I believe it is living with the clear understanding that our hearts are exposed before God and our every word, deed, and thought is laid bare before him. Yet instead of trying to hide from him, we willfully and willingly choose to live in his light, ready to repent of our sins and receive new mercies, forgiveness, grace and strength to live a life that glorifies and pleases the triune God.

Oftentimes we only come to God when we are either "in trouble" and need his help or have received special blessings and want to express our gratitude. But how about dealing with those indwelling stubborn sins that are in our hearts - pride, selfishness, hypocrisy, unforgiveness, impatience, complaining, judging, and more? Have we allowed them to become a part of us and stopped fighting against them? These everyday sins ought to disturb our hearts and cause us to run to God and seek his forgiveness even more.

So, all of God's people, come and seek his face and when we do, we will find unlimited forgiveness, unfailing love, and unending grace and mercy every time.

神



是我心裡的力量和福分

我的肉體和我的心腸衰殘；
但神是我心裡的力量，
又是我的福分，直到永遠。

《詩篇73:26》

人一生中總會遇到各種困難和挑戰，但有些事情是會影響和改變我們的一生。可能是一個意外、一場大病、一個屬靈的經歷、或對聖經真理更深入的認識。然而，在短短的三個月中我都經歷了。我被「意外」發現自己得了癌症，又經歷了「有驚無險」的癌症腫瘤切除手術，但神的工作沒有在此結束，而是繼續讓我在養病的日子中更深經歷神的慈愛和信實。記得我從醫院回家修養後第一次打開手機，回覆給弟兄姊妹的短訊上第一句話就是：「我的口要說出讚美耶和華的話。」(詩篇145:21) 確實，在這過去幾個月「神是我心裡的力量，又是我的福分」。祂是何等愛我這個軟弱和不配的器皿。

意外發現腎臟腫瘤

今年6月中旬參加美國全國長老教會總會結束以後，我拜訪了幾間在美國中部地區的教會，並鼓勵一些想要在北美植堂的牧者們，希望大家一起同心協力繼續在北美各大城市建立華人教會。這段行程結束之後，原來的計劃是參加一個在 Montana 的領袖訓練營，也準備回到自己的教會開始新的「山前團契」(Trailhead fellowship) 弟兄事工。就在所有計劃如火如荼的進行時，

這位很有經驗的專科醫生，竟然有一個門診的時間是在一個星期內，工作人員稱我為「幸運兒」，但我心裡明白這是主所為我預備的醫生。因為萬事萬物都在主的手中，祂掌管生命中所有的事。

我突然覺得很累。以前在大陸宣教，雖然很累也能夠撐過去，但這次真的沒有力氣，而且腹痛嚴重到我在7月4日進了急診。檢查結果是我得了第一期的腎臟癌。CT掃描意外發現我的腎臟有一個腫瘤，但所幸癌細胞還沒有擴散。所以一個月內，我很快的從檢查找到合適的專科醫生，並在8月25日順利進行腫瘤切除手術。回想起整個過程只有感恩，因為約那位專科醫生本來需要幾個月，我卻走到他的診所前台，馬上就約到了。剛開始連工作人員都不相信，這位很有經驗的專科醫生，竟然有一個門診的時間是在一個星期內，工作人員稱我為「幸運兒」，但我心裡明白這是主所為我預備的醫生。因為萬事萬物都在主的手中，祂掌管生命中所有的事。

走過死蔭的幽谷

動完手術，在醫院療養的那幾天，可以說是我身體最虛弱的時候。因為手術時醫生用的是機器人技術 (Robotic assisted laparoscopic)，必須在我體內注入許多二氧化碳好讓身體膨脹，手術刀、攝影機等才可以更好進入體內。因此手術後排氣時，我的肺部受到壓縮，一度晚上睡覺時呼吸困難，必須使用氧氣管。當時，我心裡確實想大概活不了太久，雖然沒有懼怕，但也做好了準備，如果神要把我接走，我就安然離開這個世界。其實，在進行這手術前，我已經交代完所有該交代的事情。當然，心裡很有信心神會眷顧和醫治，但也願意順服主的旨意，畢竟切除腎腫瘤的手術仍是一個大手術，手術過程也相當複雜，任何一點點的差錯都會造成嚴重的後果。從手術中沒有神經受損，膀胱和尿道沒有發炎，一直到傷口意外裂開後又癒合，每一個細節都是神的恩手帶領我平安度過。



神話語的力量

記得手術後的第二個晚上，雖然當時身體從頭到腳沒有一處是舒服的，我在醫院裡卻突然心裡充滿了期待和喜樂，因為聖靈光照我，使我對主的話語有更深刻的認識，心裡對「新造的身體」有了進一步的理解。

靈魂，也給我們將來有一個復活的身體，這是何等寶貴的應許！我們這漸漸衰殘的身體，有一天總會結束，就如保羅在哥林多前書15:42-43所寫的，「死人復活也是這樣：所種的是必朽壞的，復活的是不朽壞的；所種的是羞辱的，復活的是榮耀的；所種的是軟弱的，復活的是強壯的」。基督的復活帶來新的時代的開始，是我們的盼望。聖經告訴我們，因為基督已經從死裡復活了，我們信主的人如今已經屬於新的時

記得手術後的第二個晚上，雖然當時身體從頭到腳沒有一處是舒服的，我在醫院裡卻突然心裡充滿了期待和喜樂，因為聖靈光照我，使我對主的話語有更深刻的認識，心裡對「新造的身體」有了進一步的理解。看見基督為我們的罪釘死在十字架上，祂的身體被破碎、流血受傷，是為了救贖我們，祂不只是給我們一個

代、是新創造的一部分。雖然我一直相信這些真理，但這時候的我確實感受到這真理是多麼的真實和美好，彷彿我已經得到了這應許。就如希伯來書11:1「信就是所望之事的實底，是未見之事的確據。」我必須感謝上帝給我的感動，我相信這是聖靈的工作，要使我更深的認識祂和祂的話語。

我很感恩在修養期間，從讀經、聽道、禱告、默想、和讀屬靈人傳記中的學習和領受。我在日記中記錄了每天神給我的话語，其中有一段話帶給我極大的安慰，就是9月

15日讀到以賽亞書55:10-11「雨雪從天而降，並不返回，卻滋潤地土，使地上發芽結實，使撒種的有種，使要吃的有糧。我口所出的話也必如此，決不徒然返回，卻要成就我所喜悅的，在我發他去成就的事上必然亨通。」我們的生活中每天

都需要神的話語，有神的話語，心靈就得滋潤，就得到更新，馬上就活過來了，即使在苦難中還是很有盼望。相反的，如果沒有神話語的澆灌，沒有神話語的餵養，人的心就乾旱了，荒涼了。

最後，我特別感動的是在養病的期間，母會和分會弟兄姊妹的愛心關懷，對我和師母的照顧、慰問和代禱。我們為弟兄姊妹的付出衷心的獻上感謝。人生在世的時間很短，能夠多和所愛的人常在一起就是最幸福的事。在世的時候能夠有多一點的時間與教會的弟兄姊妹一起事奉和成長，也是我心中的盼望和禱告。☞

我們的生活中每天都需要神的話語，有神的話語，心靈就得滋潤，就得到更新，馬上就活過來了，即使在苦難中還是很有盼望。

投靠在祂翅膀蔭下- 過以福音為中心的生活

馬若君

也許我們每個人都有自己的「黑歷史」，一段不堪回首的過往、不想被人看穿的短板... 而我們慣用的方式就是假裝和努力以好行為來贏得他人的肯定，藉此來滿足神的義，卻不知我們如此行就是把神的標準降低到我們能夠達到的水準，低估了自己的罪和神的聖潔。

神發出邀請 投靠在祂翅膀蔭下

回顧這次姊妹退修會，受益頗多。一方面是感恩能藉此機會暫時從料理家務和照顧小孩的事務中抽身出來，享受姊妹們一同在神話語裡的安息；另一方面退修會的信息也鼓勵我更深的認識福音，盼望在回歸到家庭中的時候，不再輕看我所做的，而是帶著正確的使命和清晰的呼召來服事家中的每一位成員，無論做什麼，都要為榮耀主而行。

這次退修會的主題是「投靠在祂翅膀蔭下」。講員發出邀請讓我們思考，在無助而感到害怕時，我們的避難所為何，並分析了害怕的種類和原因，以及在這種情形下我們是尋找那些虛假的避難所。在這過程中，我們所選擇的避難所直接反映出我們與上帝的關係，但神也使用這樣的過程來操練我們更深的認識福音。講員提到喇合與路得的人生際遇中有一些「黑歷史」，從世人的角度來看，那是被人輕看且不被理解的。也許我們每個人都有自己的「黑歷史」，一段不堪回首的過往、不想被人看穿的短板、害怕面對真相後無力招架的感覺，或躲在自己的偽裝裡，逃避失敗的內疚感。而我們慣用的方式就是假裝和努力以好行為來贏得他人的肯定，藉此來滿足神的義，卻不知我們如此行就是把神的標準降低到我們能夠達到的水準，低估了自己的罪和神的聖潔。而事實上，所謂的「黑歷史」就是我們不信或抵擋神的罪，而罪的後果常常會使我們擔驚受怕，最終面對神的審判時，我們無處可逃。但詩篇91:4神親自向我們發出了宣告和邀請：「祂必用自己的翎毛遮蔽你，你要投靠在祂翅膀底下，祂的信實是大小的盾牌。」神知道我們的害怕，也知道我們最糟糕的一面，但祂仍願意主動就近、完全的接納、並邀請我們轉向祂。祂將生命傾倒給我，邀請我投靠在祂翅膀蔭下、進入祂的同在中，更深的認識這位與我同在的主，然而這不可思議的福音信息如何進入我們的日常生活呢？若我們無法更深的認識神的作為，我們又如何能經歷祂是我們的避難所呢？

我生活繁瑣 渴望福音帶來安息

作為家庭主婦，我好像每一天都不得不面對生活中的「苦差事」：做不完的一日三餐、杯盤狼藉的水槽、餐桌上掉落的殘渣、衣籃裡待洗的衣物、隨時都會對我有需求的孩子等等。我總是想盡各種方法來提高效率，為的就是早點結束這些瑣事，有一些自己可以享受的時間。因為家中還有學齡前的孩子，白天的零碎時間讓我很難專注做一些需要安靜思考的事情，所以我習慣晚上靈修、閱讀。這樣夜晚的時間對我來說就顯得很寶貴，我根本不想再做什麼家務，更不希望被任何事情打擾，而神往往就是在我最看重的時間上給我功課。我會因為孩子在睡前的各種拖延而發脾氣，也會因為鄰居常以藉食材為由聊上許久而心生不滿，也會因突發事件影響我的計劃而焦躁，在那個「時間所有權」受侵犯的憤怒中，我冒犯了聖潔的神，因為我這不公義的憤怒就是在得罪神。我如此的反應顯露出我沒有因孩子睡前的拖延給予他們足夠的耐心教導，也沒有因為服事鄰居的需要而享受這份關係，更沒有看到神在突發事件中，要我學會操練隨時投靠祂的信心。

愛惜光陰的真正意義
乃是不要錯過一切行善的機會...



可是神就是在最普通、最細小的的事上塑造我的靈魂，神讓我看到「我的時間」在成聖的道路上佔據著重要的地位，想好好利用時間似乎成了我心中的偶像，我錯誤的把「努力把事情做完」當作是好好利用時間，而事實上我並非真正懂得聖經中「愛惜光陰」的屬靈原則。當我再次查考聖經時，神的話向我顯明，愛惜光陰的真正意義乃是不要錯過一切行善的機會，而我卻誤把這恩典拿來為自己所用。我想透過掌控時間來滿足我每日勞碌後心靈的安息，當一切事照著我的標準和意願進行時，我會覺得這是我努力的結果，而這種自義的心態使我看不到神的恩典，反而會因為成功的掌握環境而心生驕傲。但日常生活不總是有規律的，往往充滿著許多未知和變數，若我想完成當天日程上所有的事情，卻被一些突如其來的問題干擾到無法如期完成，甚至是一件都不能完成時，我會覺得料理家務和做母親是如此沒有成效。若是晚上的時間又被拖延而泡湯時，我就會視自己所做的一切為「苦差事」，加以抱怨，儘管我知道這些並非對我的生命毫無意義，但我看不見神在這些事上對我的呼召。此時，我知道我需要信靠耶穌，我相信祂也知道我內心深處渴望與神相連，但卻常常被家務事所纏累，導致我時常會焦躁不安。我因自己的罪常常感到失敗，我該如何轉向神，投靠在祂的翅膀蔭下，尋求祂的庇護？福音又如何在我煩躁不安時帶給我在耶穌基督裡真正的安息？

願更像耶穌 活出生命中的呼召

感謝神藉著退修會的信息，使我重新思考每日不得不面對的問題。福音告訴我耶穌基督在十字架上所完成的和基督將來在永恆中所成就的，造就了今天這個截然不同的我，祂使我有保障，我不再需要靠屬靈生活的自義來取得神的愛和獎賞。祂每日給我的賞賜，就是放在我身邊的那些「苦差事」，它乃是為了福音能成就在我身上而效力，神用這些試煉迫使我順服祂的旨意，煉淨我生命中的渣滓，讓我得益處，使我更像祂。當我用這個觀點來看待環境時，我不再追求屬靈生活一定要在一個安靜且無人打擾的環境中與上帝親近，也不再糾結於我的靈修時間應該放在清晨孩子們起床之前，還是夜晚孩子們入睡之後，因為我相信神不只是在我感到安靜的環境中與我相遇，祂也要在我每一個平淡的日常生活中，甚至我被干擾又煩亂不安時與我相遇。祂的同在改變了我對孩子失去耐心時說話的態度，也改變了我服事鄰居的意願，更改變了我看待自己時間的心態，對別人需要更加敏感。我發現這些不是阻撓我的事，反而是我此時此刻該做的事——是良善的神要我做的事。我應該把它看作是一個機會，觀看神在我生命裡的作為。神也常藉著這些日常生活提醒我，把福音應用在自己的不信上，向自己傳福音，使我活在真正的自由和喜樂裡。

祂每日給我的賞賜，就是放在我身邊的那些「苦差事」，它乃是為了福音能成就在我身上而效力，神用這些試煉迫使我順服祂的旨意，煉淨我生命中的渣滓，讓我得益處，使我更像祂。

雖然這次的姊妹退修會結束了，但我盼望它所傳遞的福音信息會持續在我的生活中，使我可以因對福音更深的認識而找到神在我生命中的呼召。☞



神是我的磐石 在祂毫無不義

八年前，我接受二兒媳的邀請，告別住了將近30年的中西部以及知心的姊妹們，搬來維州度過退休生活。這種感覺就像一輛一直跑在高速公路上的車子，現在要換到慢車道一樣。

退休生活 思考自身角色

在維州安頓下來後，我回台北陪伴病重的父母。直到他們過世，我就回美期待第一個孫女的出生。我終於有機會擁抱自己的孫女，非常興奮。孫女出生後，兒媳婦決定自己照顧孩子，不需要我幫忙，於是我的時間大部分又都是我的了。後來即便出去旅遊，回到維州我仍要面對空蕩蕩的公寓。我想：難道我的退休生活是這樣嗎？以前全職工作加上單親養育孩子，現在兩個兒子都結婚獨立了，我應該感到光榮和開心，但我卻很寂寞，一下子不知道自己的角色是什麼。

本來以為搬來維州，可以多和孩子見面，但事實上他們忙於家庭、工作和教會，有時我們甚至一個月都沒有一通電話，這令我很失望。每當「不再被需要」或「被迫出場」的想法浮現在腦海中，我就覺得活得沒有什麼意義。

雖然不太滿意，但既然已經搬來維州，為了生存，我必須繼續認識

新環境，開發新角色，建立新目標。這段時間內我去運動中心鍛練，參加教會和BSF國際查經班，聯絡新的醫生和診所，以滿足我定期健康檢查的需要，並處理財務、遺囑等等。有機會時我結交新朋友，也外出旅遊。感謝神保守我的進出平安，生活也豐富起來，但我依然希望跟孩子們和孫女們有更多相處。

失去愛犬 與憂鬱症抗戰

後來新冠疫情期間我失去了小狗的陪伴，大部分朋友不願意出來結伴走路，店面也都不開，連公園都關了。我開始有些憂鬱症的前兆，兒子也對我說，他們教會裡有些年輕的母親也面臨類似問題。我求主幫助我面對憂鬱症。除了看醫生外，在能專心的時候，我讀聖經，上網聽老人中心的講座，做運動和手工。情況更好的時候，我會閱讀憂鬱症相關的書（conquer worry and anxiety）並看網上專家講座，再來就是到外面走路讓我心情輕鬆。我會一邊走一邊向神禱告，也會聽手機廣播，或是和鄰居和小狗聊天。有一段時間，上帝預備了一位慕道友跟我一起走路，聊天，又做好吃的東西給我分享，這些都是意想不到的，也讓我每天覺得自己還有點用。

詩篇92:12-14描述了一幅畫，常在我腦海中出現，就是一個義人像一棵樹栽在主的殿中，並且愈長愈旺，縱使年老了，仍然結出滿了汁漿的果子，而且仍然發綠...

因為新冠疫情的原因，又是好久不見兒子，十分想念。我和老二討論，邀請他們一家下班後到我的住處吃晚餐，每週一次（若我們四個人中有人不舒服，就暫停一次）。他們同意，就這樣一週一週的過去，每頓晚餐我們四人都非常享受。孫女也從需要坐高椅（booster seat），成長到現在能坐跟我們一樣的椅子。疫情期間我們不但沒有因為聚會感染，反而收穫了意想不到的美好時光，拉近了我們之間的距離。

與鄰居和朋友有距離的接觸，親人的陪伴和關心讓我的心得醫治。真感謝神美妙的保守與預備。

詩篇92:12-14描述了一幅畫，常在我腦海中出現，就是一個義人像一棵樹栽在主的殿中，並且愈長愈旺，縱使年老了，仍然結出滿了汁漿的果子，而且仍然發綠，好顯明耶和華是正直的。神是我的磐石，在神毫無不義。☞



孔志慧

祂擔當了 我的勞苦重擔

1997年9月在新加坡，一位美國的老牧師為我施洗，我蒙恩歸主名下！過去26年的基督徒歷程中，我走過高山和低谷，神所給我的恩典數也數不盡！祂曾帶領我走出人生最低谷。

忍耐老闆苦待 上帝逆轉人心

1999年，我從新加坡的一所護理學校畢業，被安排到新加坡中央醫院的呼吸內科工作。我當時其實並不太想做護士，因為上學實習期間了解到護士是又髒又累的工作。但因我們和新加坡衛生部及教育部簽了上學和工作契約，所以我必須留下來工作六年。

分到同一科的還有另外幾個同學，有大陸人、馬來西亞華人、印度人、新加坡華人和馬來人。新加坡是一個多種族多文化的國家，我有三個上司，其中兩個是新加坡華人，另一個是馬來人。不知什麼原因，這位馬來人上司從第一天就對我沒有好臉色。我一上班，她就惡狠狠的看著我，對我指手劃腳，指使我做這做那，我當時感覺自己像被她當奴隸使喚，她也會不分任何場合的對我說粗話，甚至羞辱我，我就這樣度過了極度痛苦的一年。但感謝神給了我很多非常支持我的同事，甚至另外兩位上司也向著我，告訴我這個老板一直喜歡欺負新人，尤其喜歡欺負大陸人。

我也了解到她之所以心裡這麼苦毒，與她的個人生活經歷有關。教會的兄弟姐妹常為我禱告，靠著主的恩典，我原諒了這位馬來老板，因

為她不認識真神，她伊斯蘭教的神沒有給她平安和喜樂。我一直沒有和她頂撞，有時我跑到廁所跟主哭訴我的痛苦，把心裡的不快都倒給祂，求主幫助我把工作做好，幫助我繼續下去！大約一年後，神改變了這位上司的心，她對我的態度有180度的改變，開始對我客氣、溫和。


又遇刻薄同事 神話語堅固我

又過了一段時間，醫院調員工，我被調到了骨科。萬萬沒想到，我又遇到另一位馬來人同事，她對我極度刻薄，因為這是一個新科室，所以我對她們來說還是新人。兩位帶我的輔導（mentors）也是馬來人，但她們都對我很好，在工作上教導我，只是這位年輕的馬來同事對我沒好氣，專挑我的毛病，不過相比第一年，神好像已經給了我免疫力，我沒那麼容易受傷了。靠著神話語的力量和聖靈的幫助，我都默默忍受，

我感謝神通過這兩位同事和上司來試煉我，好像金子被火煉（彼前1:7）。神把我裡面很多的驕傲都燒掉了，神也把苦難變成了祝福。

沒有反擊她。與主耶穌為我的罪背十字架所承受的痛苦和祂所受的羞辱相比，我所受的這點委屈算什麼呢？可是被別人嘲笑，不被尊重的滋味總是不好受。我把我的苦都倒給主耶穌，因為耶穌說，「凡勞苦擔重擔的人，到我這裡來，我就使你們得安息。」（馬太11:28-30）

感謝主，大概一年後，神扭轉局面。有一次我上早班，接她的夜班，在交班過程中，我們發現有一位病人需要輸血，可是她疏忽沒給病人輸血，這是在她工作時段出的漏子，她當時很驚慌，萬一病人出什麼事，責任在她。我沒有責怪她或幸災樂禍，而是馬上行動，幫助她協調，辦理手續，甚至親自跑去血庫拿血，好儘快為病人輸血。等事情處理好後，她很感激我，從那以後，她對我態度就非常好了，把我當朋友，不再視我為敵人了！

我感謝神通過這兩位同事和上司來試煉我，好像金子被火煉（彼前1:7）。神把我裡面很多的驕傲都燒掉了，神也把苦難變成了祝福。彼得前書3:9說「不以惡報惡，以辱罵還辱罵，倒要祝福。」耶穌說，「有人打你的右臉，連左臉也轉過來由他打…」（馬太5:39），「要愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告」（馬太5:44）。當苦難來臨的時候，我們要耐心等待神，靠近神，神的恩典總是夠我們用，神所賜的祝福也是超乎我們所求所想的！



跟隨主 我願變賣所有

我出生在一個基督徒家庭，2017年到美國密蘇里州求學，在那裡度過五年，神在那段時間使用當地教會打磨、建造我。去年我畢業，神為我安排了在這裡的工作，同時也把我差遣到CCCVA。恰巧，我弟弟去年同時被George Mason University (GMU) 錄取。本來我們兩個人面臨找工作，一人面臨嶄新的海外留學生活，我完全不知道自己會在哪裡，然而神奇妙的安排，超過我們所求所想。如今我來到教會將近一年，現在主要在青年團契中事奉。

跟隨主 我還有什麼未變賣？

跟隨主，還有什麼是沒有變賣的？這個提醒貫穿我生命成長的每個階段。我很喜歡的一首詩歌，裡面有這樣的歌詞：「要將一切獻與神！將一切放在死的祭壇上面！讓一切完全損失，讓主的豐盛生命天天充滿，你這奉獻一切給神的人，你是否全貞？」

對於多年在外留學的人來說，可能很多人會擔憂找不到工，擔心父母多年的供應會白費，不知道自己能否順利畢業並找到薪水不錯的工作。我在上學期間也一直有這些擔憂，有時會拿本來該敬拜神的時間投入學習。

但神用過去五年讓我學習一件事：「若不撇下一切所有的，就不配跟從耶穌」，神的引導使我調整生命中的優先次序，把神以及神的國放在第一位。所以我學習把學業變賣了，把敬拜神的時間分別為聖，包括各種聚會、禱告讀經、營會；在學業上我仍然盡我所能做好該做的。從那之後，我沒有哪一次因為聚會無法完成作業，也沒有哪一次有天大的事情影響了我敬拜神。我的生命也開始成長，因為我經歷了神的信實。

後來到了找工作的階段，神也在我還沒開始找之前就感動我把工作變賣，使我知道不論有沒有工作，我都在神的手裡，我的價值不會改變。後來神把我帶到這裡，很奇妙的安排。雖然過去的經歷精簡成幾句話帶過，好像一帆風順，但這其中信心的操練是漫長且具有挑戰的，同時主的作為和恩典也是奇妙又豐富的。

我相信在人生每個階段我都需要神幫助我看見，跟隨主，我還有什麼沒有變賣的？路加福音14:33記載耶穌說，「你們無論什麼人，若不撇下一切所有的，就不能做我的門徒」。

撇下所有 作主門徒

然而，試煉過後是更高的試煉，一篇翻過去，下一篇更難。今年姐妹退修會期間也有姐妹分享，「我們不是正在一個試煉當中，就是剛從一個試煉出來，或即將走向下一個試煉」，的確如此。

今年神讓我學習在感情上放手。我有一段七年多且在我手中非常穩定的感情，從大學走到研究生再到工作，但是今年神很清楚的使我知道，我要放手，放心的交給祂。這或許是我有生以來最艱難的功課：變賣我的婚姻。如今我仍在這個過程中，而且依然常常跟神摔跤，因為我是一個有感情的人，神的帶領我不能明白。我需要每天變賣這段感情，每天棄絕自己的籌劃和方法來倚靠神。雖然我不明白，但感謝神，我深知我所信的是誰，也深信祂必保守我所托付祂的直到那日。

我想，未來或許還有變賣孩子、變賣其他自己認為非常重要的東西的考驗。我相信在人生每個階段我都需要神幫助我看見，跟隨主，我還有什麼沒有變賣的？路加福音14:33記載耶穌說，「你們無論什麼人，若不撇下一切所有的，就不能做我的門徒」。願神用祂自己的話語光照每一個人。☀

做討主喜悅 的兒女

惟有基督在我們還作罪人時候為我們死，
神的愛就在此向我們顯明了。

《羅馬書5:8》

我們愛，因為神先愛我們。

《約翰一書4:19》

求你使我清晨得聽你慈愛之言，因我依靠你；
求你使我知道當行之路，因我的心仰望你。

《詩篇143:8》

一、上帝的愛

我爸爸去年11月被接回天家。在他發病、治療、病故，到後事處理的過程中，我得到教會弟兄姐妹們無微不至的體貼與幫助。

父親發病 弟兄姊妹陪伴關懷

爸爸發病初期仍是疫情期間，恩典團契小組的弟兄姐妹們不顧自己被感染的風險，多次要來看望爸爸。但那時爸爸還不願接受自己患上帕

金森病的事實，不想公開生病情況。所以弟兄姐妹只好電話、微信慰問，關心爸爸的病況。

在我們家庭急於找護工幫助時，團契小組一對年長的夫婦還「調動」了異常忙碌的女兒，上網尋找合適的護工。在爸爸病故時，這位姊妹的先生正患重感冒，無法正常發聲，怕我們家人因突然失去親人過於悲痛，就立刻委託老伴，書信開導我們家人說：「基督徒失去親人是思念，而不是一味的悲痛。因弟兄去的地方沒有疾病和痛苦，已被天父接回了天堂，這是基督徒的盼望。弟兄比我們先得著了，我們應該感恩上帝」。這些語重心長的話語讓當時悲痛著的家人非常感動，再次受啟發和安慰。

爸爸病故前一天晚上，團契長老夫婦正準備隔天外出旅遊，但他們依然前往醫院看望爸爸。在爸爸の後事處理過程中，他們在異國不斷信息聯系，詳細安排爸爸的追思禮拜。團契裡的另一對夫婦不顧疫情，兩次到家中看望爸爸。其弟兄親切的和爸爸促膝長談，爸爸十分開心。爸爸對這位弟兄學習聖經、入木三分的鑽研精神和所行出來的好行為非常欽佩。他們夫婦的探訪令爸爸異常興奮，那天竟沒用拐仗，一步步慢慢從房間走出來迎接他們的到來。

當我們無法用言語表達對這對夫婦的感激時候，他們卻說：聖經裡不是早已經明確告訴了我們：「我們愛，因為神先愛我們」還有「萬事互相效力」？

牧師、師母在百忙中，也多次電話關懷，特別為讓爸爸能在病中過好屬靈生活，親自到家送聖經學習材料，這令爸爸十分感動，他告訴媽媽，學完後會寫東西與她分享。爸爸住院期間，牧師、師母又多次到醫院為爸爸禱告，幫助家人和醫院交涉，爭取更好的治療。教會另一位姊妹得知爸爸過世，雖然每天忙碌教會中的大小事項，也盡力為爸爸的追思禮拜給予多方面幫助和支持。

由於我們在美國的家人和親戚很少，爸爸的追思禮拜全部都由團契小組的弟兄姐妹分擔完成，他們也不辭辛苦按時出席。團契長老夫婦出國剛歸來，顧不上休息就來參加追思禮拜。教會長老夫婦參加爸爸的追思禮拜，並送了慰問卡。那不是一張普通的慰問卡，而是基督徒心連心的彰顯！

以上的每一件事，看似簡單普通，但那一幕幕、一件件往事，都是上帝濃濃的大愛的傳遞，至今都深深刻在我心上，讓我終生難忘。弟兄

姐妹們真摯、無私的坦誠相待，讓我們家人萬分感動。這充分體現了在基督的大家庭裡，弟兄姐妹之間的深情厚誼是多麼純潔、溫馨，也多麼寶貴難得！

愛人如己 基督徒彼此相顧

在眾多弟兄姐妹的關愛中，有一對夫婦付出的辛勞尤其讓我們全家人感動。他們是我們認識「平凡中不平凡」的基督徒，不僅在我們家遇到困難時，自身帶病幫助我爸爸與病魔抗爭，而且在這漫長的服事過程中言傳身教，把福音也傳給我們全家。從他們夫婦身上，我們看到基督徒如何從主裡汲取信心和力量去愛人。爸爸病情嚴重時，身體僵硬、起坐、翻身、站立都需要他人輔助，即使坐輪椅也會翻車摔跤，無數次身上留傷，急需不斷清洗上藥。即便如此，這對夫婦不怕髒和麻煩，為爸爸處理傷口。爸爸愛吃上海菜，他們就做各種地道美食給爸爸吃。他們對爸爸的關愛，就是虔誠基督徒發自內心對主的愛所激發結出的好果子，即「愛人如己」。他們與我沒有血緣關係，但卻親密得勝於親人。

當我們無法用言語表達對這對夫婦的感激時候，他們卻說：聖經裡不是早已經明確告訴了我們：「我們愛，因為神先愛我們」還有「萬事互相效力」？在幫助你爸爸的同時，我們從中收穫無比的喜樂，這已經足夠了。我們全家在爸爸患病過程中，真正體會到基督徒大家庭裡處處充滿上帝的愛和恩典。弟兄姐妹們之間的深厚情誼，充分反映教會是一個肢體，基督徒心連心，彼此相愛彼此關心，相互扶持同走義路。

二. 神的話語

父親病逝 我身心俱疲

我信主已有十幾年了，雖然也讀經禱告，每週參加主日崇拜，但仍無法完全委身於基督。內心沒有真正愛主，信靠主，凡事總是老我做主，沒有順服主的教導，習慣以自我為中心。去年爸爸重病晚期，住院僅僅十幾天就離開了我們，這突如其來的打擊讓我非常悲痛。

誰料爸爸剛過世不到一個月，住院的各種費用和賬單陸續寄到，奇怪的是保險公司一點都沒有支付。那些日子我每天午休時間就打電話和保險公司交涉，但是由於保險公司管理有問題，每次要求我重新敘述有關信息資料，他們從頭核實查閱材料之後，便告知大約需要七到十天處理。近七個月內我打過近百次電話，爭論過、憤怒過，材料多次複印、郵寄。半年後，我的精力耗盡，耐心已觸及底線。

偏偏在這時，醫院和醫生因拿不到費用而找了要賬公司幫助催款，讓我更加氣憤、焦慮。我開始反思：自己是基督徒，為什麼心中沒有喜樂和平安？為什麼生活中那麼多事不順心？上帝不是知道我們的所想、所思、所需嗎？

抱怨後，我覺得雖然信主多年但自己只是形式上的基督徒，內心沒有真正脫下舊人穿上新人，心中更是沒有讓主坐首位。每當遇事還是自己一人扛著，沒有仰賴天父，更沒能順服主，把全部交托給主，讓主在我心中作王。因此所有事情不僅沒有進展，而且耗盡心力、焦慮不堪。

認真讀經 我走出困境

在困境中很無奈，我開始靜下心來，認真讀經，細心體會神的旨意，領會神的教導。以賽亞書40:29節「疲乏的，他賜能力；軟弱的，他加力量」。詩篇46:1「神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助」。羅馬書12:12節「在患難中要忍耐，禱告要恆切」。耶利米書32:17「主耶和華啊，你曾用大能和伸出來的膀臂創造天地，在你沒有難成的事」。

在困境中學習聖經使我的心平靜了，我深深體會到主的話語是我腳前的燈，路上的光。我豁然開朗，不再憂慮無奈。主是我們的依靠、盾牌、避難所，是我們隨時的幫助。在世上我們真的別無所信，只有深信恩主，做義人，智慧人，靠主的引領，才能不被世風潮流所動搖，才能立於不敗之地。

為此，我改變了態度，每次打電話前，都會向主祈求，因為在主那裡沒有難成的事，然後耐心等待結果。感謝主，賜我信心力量智慧。主的聖靈開始充滿我，讓我能聽進主的聲音，並按著主的話語而行。最近一兩個月中，爸爸住院費和醫療費保險公司已陸續處理完畢。

感謝主，榮耀歸於主！慈愛的天父，我向你降服，我將我的意念、計劃和前面的道路完全交托給你，懇請你在我心中做王，完全掌管我的生命。今年我們教會的主題是「建立以基督為中心，以福音為導向的教會」。我願意認真學習聖經，努力實踐上帝的話語，特別是在信仰上站穩腳跟，在信心上不斷增強毅力，努力發揮鹽與光的作用。自己的日常生活上要有基督的模樣，努力行出好行為，做討主喜悅的兒女，並以此吸引更多來認識世界上唯一的真神，認識世人唯一的救主，我們的主耶穌基督。☞

主 是我的 靠山



信主之前空虛孤獨

我來自廣州，信主以前常常感到空虛孤獨，雖然有一份不錯的工作，但是心裏的洞總是無法滿足，也不知道要什麼才能滿足。自從婚姻發生重大變故之後，我的內心世界就更加孤獨空虛，每天都活在黑暗和痛苦當中。在聽到一位很有愛心的同事傳福音後，我在網上找到了北維州華人基督教會。從迷茫到接受主，我在學習中慢慢看到自己的罪，我是那麼的愚昧和驕傲自大，而且所拜的都不是真神，很後悔為什麼沒有早點認識神，就不用每天都活在沒有盼望和黑暗中那麼痛苦。但是神是全知全能的，祂有祂的時間表。

女兒父親蒙主憐憫

在決志信主不久後，即2016年的冬天，我突然收到女兒的短信，告知她在感情路上受到困擾，話語很消極。當時我非常擔心她的身心安全，同時也感到很無助。我想到了一位老姊妹，她是我來教會第一天認識的第一位長者。感謝神的安排，在她的鼓勵和開導下，我堅持來教會並上慕道班。當她知道我女兒的情況後，就在電話裡與我一同為女兒禱告。我記得當時正在公司上班，我就在窗前跪下禱告。從那時開始，我

每天都禱告，雖然我不懂如何禱告和說出漂亮的詞語，但是我發自內心的求助天上的阿爸父的憐憫。感恩神的垂聽和保守，女兒經過一段時間後慢慢從這段感情中走出來，恢復了積極陽光的心態。

接著2021年的夏天，我父親在自家的菜地裏摘菜，腳不慎踩在水溝裏，當他用力拔上來時，不小心把腿連接胯的那段拉撕裂開了，幸好被路人送到鎮上的醫院。我們希望父親轉去市裏的醫院做手術，因為那裏的設備和醫生都比較好，因為父親已經90歲了。但市府的醫院在疫情間不允許親人朋友探望，父親也不想離開鎮醫院造成手續和手術的拖延。最後還是留在鎮醫院完成手術，裏面裝了八塊鐵板固定大腿的连接點。後來才知道為父親做手術的醫生是市立醫院的骨科手術專科醫生，他是被派到我們鎮醫院當院長的。感恩神的安排和保守，也感謝牧師和團契裏各位弟兄姊妹的同心禱告！神是又真又活的神，我的心早已屬祂了。

父親住了一段時間恢復得差不多了，但出院沒有幾天又因前列腺疼痛再次進了醫院。就這樣父親被疼痛折騰了十多天，最後還是轉去了市立醫院。去了市立醫院才知道我們有一位親戚在那裡是前列腺專科醫生，經過他的跟進，化驗查出是前列腺癌。當時我的心情非常低落，每天除了禱告都不知道還可以

回想起信主以來，內心早已承認主是我的靠山，我的救主，而且主用祂的寶血買贖了我的罪。

做什麼，來除去心中的憂慮和減輕父親的病痛。醫生為父親做了前列腺腫囊切除手術，這次是微創手術，很順利。因為父親年紀太大而且不久前才做了一次大手術，所以醫生就用保守藥物治療前列腺癌，不做化療或切除癌細胞的手術。父親經過一段時間的藥物治療和中醫調理，身體也漸漸地恢復如初，行動自如。感謝神的醫治與保守！

信靠救主不離不棄

耶穌說：「你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門」（馬太福音7:7）。回想起信主以來，內心早已承認主是我的靠山，我的救主，而且主用祂的寶血買贖了我的罪。一路走來我感受著主豐富的恩典和保守，感謝主對我的不離不棄和帶領。我願意成為基督徒，成為一個新造的人。願榮耀頌讚都歸於主耶穌基督，阿們！✍

神是大能的

邵惠娟

糖尿病困擾 內心擔憂懼怕

我父母雙方的家族裡沒有糖尿病史，但我卻得了糖尿病。或許是妊娠糖尿病的原因，或是長期夫妻關係緊張，又或是在美國讀書、找工作壓力所致。無論什麼原因，我已不得不接受這個病痛的現實。我看到大部分得糖尿病二、三十年患者的後果，包括洗腎、截肢、失明，非常害怕和絕望。

過去幾年中，我一直努力控制飲食，比如將白米飯換成糙米飯，減少攝取水果等等。然而，自從我搬到加州後，我的A1C指數從2018年5.6一直升到6.7，藥物劑量也增加了。2023年一月到三月，我工作很忙，日夜奔忙，以至於我忘記檢測血糖。等我再次檢測時，我的血糖有時會飆升到11.1。

我請姐妹們為我禱告，希望我能控制住血糖。師母告訴我，控制血糖其實並不難，關鍵在於自律。一位姐妹為我禱告，祈求我能有自律的生活。我試著努力一段時間，但是早睡、少吃碳水化合物對我來說依然很困難。於是我繼續讓大家為我禱告，希望能戒掉那些美味的食物，而這往往只是一片麵包或一碗米飯。

然而，低碳水飲食讓我感到生活沉悶，我所喜愛的東西都被剝奪了。師母鼓勵我，不吃米飯這些東西也是在榮耀主。正如聖經所說，「無論吃喝，或作什麼事，都要為榮耀神而行」。六月初，孩子們的學校期末表演，其中一個年級的學生背誦了羅馬書8:35「誰能使我們與基督

的愛隔絕呢？難道是患難嗎？是困苦嗎？是逼迫嗎？是饑餓嗎？是赤身露體嗎？是危險嗎？是刀劍嗎？」我聽到這句的時候，眼淚流下來，我對主說，「主啊，我太苦啦！」那些學生繼續背誦羅馬書8:39「然而靠著愛我們的主，在這一切的事上，已經得勝有餘了」。頓時，我心靈的眼睛被打開，我靠著主已經得勝了啊。我再也不需要為不能吃米飯、麵包而痛苦，我已經得勝了啊。於是，我徹底戒掉了米、糖和麵食。漸漸的，我發現我能吃的東西還很多，包括各種魚肉蛋和各類蔬菜，比曠野中的以色列人每日只吃嗎哪可豐盛多了啊，根本沒什麼可抱怨的了。

飲食控管加運動 靠主堅持得勝

在六月底，我聽說50多歲的叔叔因基礎病住院而感染新冠，他已經需要洗腎了，我非常緊張害怕。我也曾感染過新冠，可能由於患有糖尿病，反應特別大，基本上幾天都喘不過氣來。糖尿病患者屬於高危人群，幸好得到特效藥的幫助，才慢慢緩過來。我的心情十分複雜，也很絕望，因為我不知道自己是否也有那樣的一天。

我總是有點頭疼，恰好有個得過糖尿病的叔叔跟我講，「二甲雙瓜」這種藥物是有頭疼等副作用的，我心裡便更想擺脫藥物控制。我在網上查，看到 Jason Fung 如何幫助肥胖糖尿病人吃低碳的食物和運動，從而逆轉病情，我頓時看到希望的曙光。我還發現一個「清華大叔控糖記」的分享，他幾年前A1C指數超過10，通過吃低碳水食物和運動，徹底不用吃藥打針已有九年了。我對自己的實

師母鼓勵我，不吃米飯這些東西也是在榮耀主。正如聖經所說，「無論吃喝，或作什麼事，都要為榮耀神而行」。

力和毅力有些懷疑，但是我相信靠主必能戰勝一切。於是我就告別米、糖、麵，擁抱肉、蛋、菜，有時午餐和晚餐加苦瓜當藥膳，加上飯後走路。到了七月底，我的A1C指數降到6.1。我去看醫生，醫生很驚訝，詢問我如何做到。她知道 Jason Fung，並建議我繼續深入學習，也推薦幾本書給我。我讀了她推薦的「Time Restricted Eating: A Look into the Lifestyle」後驚訝的發現，同樣的食物在白天8小時內吃完，剩下16小時只喝水、茶和湯，竟可以讓血糖再次下降。我嘗試了一下，果然，只在特定時間進食，空腹血糖就控制到正常範圍內。

我問醫生她看了這麼多糖尿病人，有沒有糖尿病徹底消失的案例，她說有，但非常罕見。她認識一位病人通過低碳飲食和力量訓練，A1C


指數從7.0降到正常範圍，不需要藥物。她鼓勵我堅持下去，三個月後如果A1C低於6.0，她將減少我的藥物劑量。她說我個人體型較瘦，不需採用嚴格的低碳KETO飲食，那是為肥胖人準備的。我可以將脂肪、蛋白質和纖維等其他的比例設為30%、30%、30%。我就這樣改善飲食並運動，最近血糖基本在正常範圍內了，期待十月份的檢測，我能繼續報告好消息。

聖靈動工 女兒回轉向神

我感謝主，神對我真是太好了！女兒七月底參加教會的夏令營，回來後跟我說想受洗。我問她聖靈怎麼感動她，她說上次冬令營的時候講員講了 *your will be done*，她覺得神要她生命中做好的工作。這次夏令營講員講了 *put off old self, put on new self* 打動了她，她覺得以前說謊，對弟弟不好，需要改變，到神面前來懺悔。

女兒說一直都想受洗，她現在在教會學校已經學完了四福音書、使徒行傳和啟示錄。學校也講過耶穌基督為我們的罪受死，三天後死裡復活，凡信祂的有永恒的生命。每週學校也有 *Girls' discipleship teacher* 帶領她們分享、禱告。我們在每日靈修中也會問她日常生活中什麼是罪，如果她得罪神被我知道，我就找相關經文教導她，她會在神面前悔改，然後我們一起禱告。

本來她冬令營後就想受洗，我没有當回事，為此我內心十分後悔。這次夏令營期間，我就在家禁食禱告。以往禁食從來沒有成功過，但為了女兒信主，這次做起來好像很容易。感謝主再次感動她的內心！因為現在老公不同意女兒受洗，所以暫時還沒有受洗。沒想到的是，我的血糖因為禁食達到了新低，逐漸回到正常水平。

我在上班的路上想起主的工作，真的非常感動，覺得神對我真好。我這兩年主要管教兩個小兒子，沒太多時間關注女兒，但神卻一直在工作。神太偉大了！我以為自己的糖尿病已經沒有希望了，但沒想到竟然能逆轉。我堅信神，有一天我的糖尿病會完全消失。感謝主的恩典！願神繼續堅固女兒的信心，受洗，向爸爸做見證！



唯有神叫我生長

搬入新家面臨考驗

2022年搬到北維州之後將房子做了一些改建和擴建，從十月開始動工，每到一個階段就要支付工程款，造成搬家後每個月都透支，對於建堂認捐也有所動搖。因為擔心生活費可能會有不足，我吩咐妻子要節省開支，但是心中仍然記得先知哈該責備以色列人所說的話：這殿仍然荒涼，你們自己還住天花板的房屋嗎？你們盼望多得，所得的卻少；你們收到家中，我就吹去。這是為什麼呢？因為我的殿荒涼，你們各人卻顧自己的房屋。這是萬軍之耶和華說的。(哈該書1:4-9摘錄)我怎能擴建自己的房子而缺席教會的建堂事工呢？況且凡我所有的都是神所賜的。神並無缺乏，因為萬有都是祂的，欠缺的是我對神的信靠，於是填寫建堂認獻表，期望建堂能按時完成。但填好的認獻表延遲了幾個禮拜才交出去，而支票卻還是在口袋中，原因是2022年州政府退稅的錢遲遲未進賬戶，而這筆錢剛好能夠支付建堂認獻的金額。這次的試探和試煉讓我看見沒有行為的信心是死的信心，也看到自己的信心是多麼的微小。

接著今年2023年三月底女兒想要找老師學長笛，學了四個星期之後，需要換專業的長笛。我看著價目表心裡想著錢從哪裡來，雖然口頭上答應女兒，心裡卻是掛念著，四月份家裡仍然是入不敷出。因為連續12個月都是透支，我開始尋找解決方案，例如房屋淨值信用額度 (Home

Equity Line of Credit)，請太太尋找其他的工作(她的專業房屋貸款因為利率太高幾乎沒有生意)，提前領取401K，賣股票等等。我向神禱告：「主啊，你知道我的財務狀況，你知道我的擔憂和缺乏，聖經的道理我都懂，也知道你是全能的神，供應的神，要完全的信靠你，然而當我真真正遇到困境時，我卻無法完全的交託，我真是個沒有信心的人。」

神雖供應試探不斷

五月初主管來電，告知上一季有獎金要給我，這獎金剛好可以給女兒購買新的長笛。我很高興的告訴女兒這是上帝為你預備的，要感謝和珍惜。上帝藉著這事激勵我的信心，看見上帝確實垂聽禱告並且供應所需。但是面對持續入不敷出的情形，我還是有很大的重擔。終於在五月中收到州政府退稅的錢，但也在同一時間承包商要求我支付工程款，這款項大約就是州政府退稅的錢。我跟上帝說，等到五月底太太會有一筆收入，六月我就把認獻支票寄出去，就這樣我把工程款先支付出去。愚蠢的我巧思各種名目和神討價還價，完全忘記了神過去的恩典和憐憫，我如同以色列人忘記神施行大能領他們過紅海，而在曠野中抱怨沒有肉吃一樣。

到了六月，剩下最後兩筆工程款。六月中承包商要求我支付其中一個工程款，我記起自己承諾神要在六月將建堂的支票寄出去，心裡猶豫不決，有很多擔憂。就在此時，上帝按著祂全備的計劃，祂出手了。

在六月的最後一個禮拜，我接到主管的電話，告知我將在下一次的薪水單調整工資。主管並且告訴我，根據過去20多年來的工作評估，我的工作績效一直很理想，所以我不再需要做每一季的工作評估來獲取每一季的獎金，而會在每年年底給我一定數額的獎金。掛完電話我心中百感交集，上帝憐憫我信心不足，知道我的擔憂，因此神先出手，告訴我祂已經安排好這一切給我。我求上帝憐憫我的軟弱和赦免我的小信，我真是個信心不足的人，我如同那位被鬼附的孩子父親一樣向神說，我願意相信你，但是我信不足，求主幫助！

我真是個信心不足的人，我如同那位被鬼附的孩子父親一樣向神說，我願意相信你，但是我信不足，求主幫助！我更感謝神，當我在財務風暴中不斷往下沉的時候伸手搭救我，如同昔日搭救彼得一樣，使我真知道祢是全知全能的神。我禱告上帝賜給我信心，因為我是軟弱的。當晚，我立即將建堂認獻的支票寄出去，也深知上帝

讓我經歷這一切，為的是要加添我的信心，帶領我走成聖的道路。

一波未息一波又起。7月25日突然聽說老同事離職，所謂老同事就是公司的創始員工（公司創立於2000年），目前大約還有十位左右的創始員工（公司員工總數約500多人），離職原因眾說紛紜。8月18日另一位服務17年的員工被無預警的裁員，他是我同一組的組員。這使我驚訝和不解，立刻打電話問個清楚。才知道公司正在裁員，每個部門都將裁減10%員工。更仔細的打聽，才知道公司的裁員其實從去年感恩節就開始了，但是因為工作性質的關係，我的部門最後才裁員，而下一波裁員將在感恩節和聖誕節之間。收到消息時，我的心裡非常不安，如果我不幸被裁員，家庭經濟將馬上陷入困境，因為我是家裡唯一的經濟來源，家裡還有三個小孩，確實讓人擔憂。我將公司裁員的事告訴太太，她也非常不安。第一晚確實沒睡好，隔日靈修中我向神禱告，懇求神賜下話語來堅固我的信心，幫助我站立得住而不被動搖。回想六月底，主管告訴我加薪和年終獎金的事情絕不是偶然的，在我信心不足的時候神讓我經歷祢的看顧和供應，讓我相信祢的應許。雖然現在的景況從人的眼光來看，年終獎金已是不可能了，我也可能會被裁員，但我選擇相信神。當我信心動搖的時候，懇求祢賜下話語安慰、鼓勵我，並讓我看見盼望。

我不僅要把孩子們交託神，我也要將工作的現狀交託給神。

神的話語堅固我心

8月20日主日崇拜，蔡牧師的信息是「在神的恩典中養育兒女」。福音是把真理運用在生活中，在恩約中施恩的是神，無論在任何景況神都會動工，屬神的人要持續的信靠和交託。我不僅要把孩子們交託神，我也要將工作的現狀交託給神。這信息是神賞賜給我的，引導我走成聖的道路。

8月21日的靈修，詩篇37篇25節，我從前年幼，現在年老，卻未見過義人被棄，也未見過他的後裔討飯。何等大的安慰！我知道神在對我說話。

8月23日的靈修，雅各書1:12，忍受試探的人是有福的！因為他經過試驗以後，必得生命的冠冕，這是主應許給那些愛他之人的。我對神說，當試探來的時候懇求祢幫助我，給我祢的話語，有聖靈的引導來勝過試探，使我能夠得到生命的冠冕。上帝在每日靈修中對我說話，使我信心倍增。

一日老同事們相聚，對於老闆如此對待老員工有所批評。已經被裁的更教導我們，如果不幸被裁要如何跟公司談判，爭取最大的利益。根據他們分析，我之所以還沒有被裁，是因為我的工作目前還無人可取代。這讓我有點安全感和少許的沾沾自喜。

九月初參加唐崇榮牧師告別佈道會，有人問唐牧師，為什麼留在印尼而不到美國更好的地方傳道，因為印尼是個穆斯林的國家，對基督徒很不友善，在印尼傳道甚至有生命的危險。他回答，上帝沒有要我來美國，神要我去哪裡我就去哪裡。這也提醒我，我的去與留是否有看見神的旨意。另外又說到當一個人迷路了，他一定會停下腳步查看地圖，確認方位之後再行走。最糟糕的是人走迷了路而不自知，繼續往前走，就會遠離正道而且越走越遠。當神來找我時，我是否承認自己是一個迷失的人？如果我承認自己迷了路需要神的引領，上帝就按著祂的恩約引我歸正途。我禱告上帝，在我生活的各個層面，家庭，婚姻，教養孩子，工作，都來當我的領航員。

在靈修中聖靈讓我看見，我以為自己工作無人可取代就認為有保障，是自高自大蒙蔽了我的眼睛，忘記了神的恩典。我懇求神赦免我的

...當一個人迷路了，他一定會停下腳步查看地圖，確認方位之後再行走。最糟糕的是人走迷了路而不自知，繼續往前走，就會遠離正道而且越走越遠。

罪，並決定要將我所有工作上的技術和知識毫無保留的教導其他的組員，我不要這個職業保障，我要的是大衛王所擁有的保障。撒母耳記下22:32-34記載：除了耶和華，誰是神呢？除了我們的神，誰是磐石呢？神是我堅固的保障，祂引導完全人行祂的路。祂使我的腳快如母鹿的蹄，又使我在高處安穩。我告訴自己，在


任何景況中只有神是我堅固的磐石，只有順從神的引導才能得安息。


九月又有一個組員被裁。離職員工以個人知識產權為理由，不願意好好的交接工作，造成我需要花額外的時間去理解，非常忙碌。我還需要學習新的技術，這對年過半百的我來說並不是一件容易的事。我禱告上帝給我智慧和知識，謙卑自己尋求主面，在工作上能榮耀神的名。我記起大衛對歌利亞在爭戰前所說的話，記載在撒母耳記上17:45-47。大衛對非利士人說：「你來攻擊我，是靠著刀槍和銅戟；我來攻擊你，是靠著萬軍之耶和華的名，就是你所怒罵帶領以色列軍隊的神.....使普天下的人都知道以色列中有神；又使這眾人知道，耶和華使人得勝不是用

刀用槍，因為爭戰的勝敗全在乎耶和華……」剛從學校畢業的年輕人，腦筋動得快又聰明，每個人都有好幾張技術證書。我沒有任何證書，有的只是在職場23年的工作經驗。在人眼中我似乎處於劣勢，然而「勝敗全在乎耶和華」，神是我僅有的但卻是必勝的武器。有此認知後，我在工作上不再提心吊膽，不再消極的擔心會否被裁員，而是積極的尋求神，依靠神，在我的工作上盡我的本份榮耀神。

經過風浪充滿感恩

回顧這一切，我看見神全備的計劃，在接到公司裁員的消息之前，如果主管沒有告訴我加薪和年終獎金的事，我的信心必定不足而產生許多的不安。神按著祂的旨意和全備的計劃一步步引領我，在每一次的經歷中增添一些些的信心，以至於當裁員的風暴來襲時，我雖有動搖但不至撲倒，學習抓住神的應許並且信靠神。

我禱告上帝，如果我被裁員了，不要讓我遇見試探（例如想要爭取最多的遣散費和利益等等），賜給我話語和信心，定睛在祢身上，抓住祢的應許，看見那將來的盼望。有時候我還有一點引頸期盼被裁員，按著神的應許，被裁員後上帝會帶我去哪裡呢？就如同你要去一個有專業導遊帶領你去非洲野生動物園的探險旅程一樣，可能會遇到驚險的狀況但卻是安全的，看見很驚艷讚嘆的景觀且永不忘記。在這之前，按著我的意願，我希望能在目前的公司工作到退休（果真如此也是一個很大的恩典），但如今不再這麼堅持了。我覺得每個人都是追求對自己最好的，沒有人會追求次好的，但是當我們拿到那個自以為是最好的時候卻常常發現還有更好的，因為屬靈的真理是，只要是神所給我們的都是最好的。因此，我要學習常常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩；因為這是神在基督耶穌裡向我所定的旨意。確信那使我有盼望的神，因信將諸般的喜樂、平安充滿我的心，使我藉著聖靈的能力大有盼望！


A silhouette of a shepherd with a staff and a dog on a cliff at sunset. The shepherd is on the left, looking towards the dog on the right. The background is a warm, golden sunset sky with clouds.

蒙神恩典 喜獲永生

吳玉花

我40出頭來美國，如今已經22年了。初到美國也有朋友邀請我去教堂，但只維持了一年左右，因為惰性慢慢離開教會，直到一年前左右，又有朋友提起永生的問題，我才開始思考約翰福音1:12：「凡接待他的，就是信他名的人，他就賜他們權柄，作神的兒女。」

參加教會這一年間，我開始學習凡事禱告。我知道主耶穌基督是聽禱告的神，我感受到主有聽到我不斷的禱告，令我更有信心去倚靠神。我知道自己有罪，羅馬書3:23：「因為世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀」，所以我希望藉著認罪，靠近神，認識神。羅馬書6:23：「罪的工價乃是死，唯有神的恩賜，在我們的主耶穌基督裏，乃是永生」。我希望自己信主後，在聖靈的教導下可以過聖潔的生活，改變更新我那舊的活在罪裏的生命，同時希望家人和朋友也可以接受主而得救。

思想到主耶穌白白的賜恩典給我們，為我們而死，用寶血洗淨我們的罪，真是何等寶貴！我願意真心悔改，信靠基督，並接受永生的禮物，作為神的兒女！

成為神的兒女 何等美好

黃潔珠 (Emily)

我從香港到美國約14年，已婚，有兩個兒子。初到美國時，哥哥（黃啟斌Norric）帶我們去教堂，鼓勵我們認識神。可惜我們沒有恆心，去了一段時間就沒有再去。直到2018年我重新跟哥哥嫂嫂去教堂，崇拜後我去慕道班上課。這一兩年間我真正認識神，明白了很多真理，消除了我對基督教的一些不正確的認識。

我信神創造天地萬物，神用六天時間創造了一個開心快樂的樂園給世人，因亞當、夏娃違背了神的吩咐，受魔鬼引誘吃了禁果犯了罪，令神很憤怒，把他們趕了出去。

神是慈愛的，神愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的，不至滅亡，反得永生（約翰福音3:16）。凡接待祂的，就是信祂名的人，祂就賜他們權柄，作神的兒女。這等人不是從血氣生的，不是從情慾生的，也不是從人意生的，乃是從神生的。（約翰福音1:12-13）

我承認我是罪人，我相信主耶穌的寶血赦免了我的罪，我相信悔改信靠主耶穌能有永生。

我也相信世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀，而罪的工價乃是死，唯有神的恩賜，在我們的主基督耶穌裏，乃是永生。主耶穌基督為世人的罪被釘於十字架，受死，埋葬，第三天從死裏復活，升天，坐在父的右邊。

我相信耶和華是唯一的真神，三位一體，聖父、聖子、聖靈。我願意把我的餘生交在神的手中，讓祂來帶領我走前面的路，因為神的道路是最美好的。☞



在主裡 我有全新的生命

張一鳴

家庭福音環境 我初步認識主

我算是出生在一個基督徒的家庭，我姥姥因一場大病接受了福音，在此之後我姥姥、姥爺就相信了主耶穌，我媽媽也通過這件事認識到有一位大有能力的神，但是還不了解什麼是福音。不過他們給我營造了一個可以接觸福音的環境。

我在七歲那年第一次去教會參加小學一年級的主日學班，那也是媽媽第一次去教會。那時候我對上帝的認知就是單純的相信，知道這個世界上有一位什麼都能做到的神，祂是我天上的父親，並且我要盡量不做讓祂不開心的事情。每次我在學校做了什麼不好的事，說髒話、打架，心裡都會愧疚，心中有一個聲音告訴我不應該這樣做。

但是隨著一次又一次的犯罪，我內心的愧疚也一點一點的減弱，從

某個時候開始，我就變成一名「週日基督徒」。我只有週日在主日學中表現得非常乖，老師們都向我的母親誇獎我，聖經背得快，聽課也認真。我確實很認真聽課，因為我喜歡聽老師講的故事，也想和小夥伴比賽誰能第一個背下當天的金句。但是一回到學校，我仍然和其他同學們沒有太大區別。

在世界中掙扎 神始終托住我

到了初中，我們搬家了，離教會更遠，我便時不時的找理由週日不去教會，但是兩週不去又會感覺自己遠離了神，我自己也清楚應該去教會。可每想到路途遙遠，以及因為打遊戲而耽擱的作業，我總會給自己找各種各樣的理由。我的心就像有一個天使和惡魔在交戰，幸運的是天使在週日贏的概率更大，但在平時惡魔總是能佔上風。

進入高中後，每兩週才有一次雙休，我去教會的頻次就更少了。高中功課壓力加大，我也開始上輔導班，在高二高三期間，我更少去教會。一開始還會堅持在晚自習快結束時讀聖經、抄經

我的心就像有一個天使和惡魔在交戰，幸運的是天使在週日贏的概率更大，但在平時惡魔總是能佔上風。

文，走在回宿舍的路上便向主禱告，心裡就會很有平安。但是逐漸的我又遠離了神，開始跟同學們比誰穿的鞋子更好，也非常在意每次考試的分數，因為當時被灌輸的思想就是，好好學習才能考上好大學，找到好工作，過上好日子。我當時完全把神忘在腦後，沒有想過神會如何使用我，神會把我帶領到什麼樣地方，在神眼裡什麼才叫好。

高三的某一天和姐姐談話，我突然有一種很強烈的感覺：我被上帝揀選了，我被耶穌拯救了。具體談話的內容我已經記不清了，但我記得當時那種感覺，我清晰的看到神給我的恩典，神是如何帶領我一步一步成長，雖然我做了很多神不喜悅的事，但是祂還是揀選了我。那天的我，從心裡重新歸向主。從那以後我也不會因為考試的成績起伏而難過，因為我知道神對我有最好的安排，我只要盡力就好。

高考前的下午，我突然發燒，持續兩天半，最終也沒有發揮出自己的真實水平。我母親對我考的分數非常難過，感覺我付出了努力，但換來的卻不是好結果。但我內心非常平靜，因為我知道上帝一定會帶領我，在人以為美的事，在神卻不一定。我去了一所普通大學，但是讀到了我想要的專業。也是在這期間，神讓我看到了祂的工作。

把握赴美機會 信仰向下紮根

讀了一個學期後，我了解到一個中美合作的項目，可以有機會來美國讀書，我也是我們學校唯一參加這個項目的學生。當時我十分猶豫，因為大一期間我做了銷售，還當上團隊主管，老板也給我很多承諾，如果我留在國內繼續做銷售，一年後能賺多少錢，畢業後能賺多少錢。我心中的天使和惡魔又開始吵起架來。感謝神，上帝通過我的姐姐拉了我一把，她非常堅定的告訴我來美國讀書，接觸這裡的信仰環境，進一步被神建造。我當時還是很猶豫，最後我通過不斷的禱告，了解上帝的心意是要把我帶到美國來。

撒旦編造了各種舒適的謊言讓我去犯罪，我也無法保證我每次都能做出合上帝心意的事，但是我願意在面臨試探的時候抓緊主，因為祂已經賜給我一個全新的生命。

在美國生活的這一年中，我的靈命有很大的成長。通過團契，我看到了很多在主裡面充滿平安喜樂的弟兄姐妹，看到了他們的信

心和愛心，也和他們建立了美好的友誼，這些是我在國內沒有的。在國內的時候，我在三自教會裡沒什麼朋友，一起上主日學的朋友也僅有週日的交流。當我真正跟團契弟兄姐妹相處，那種談話時輕鬆的感覺從未有過，我可以把我的心完全放下，相信他們，因為我們都是在主裡面的。

我也拾回很久沒有的規律的敬拜生活，以前可能會以「作業多」為藉口週日就不來教會，但我現在總想到，耶穌為了拯救我，將我的罪洗淨，被釘在十字架上，我有什麼理由不把週日的時間獻上來親近我的主呢？和教會長老、牧師聊天我總能獲得很大安慰，他們在我掙扎時、面臨試探時給我很大激勵。

由於我之前長大的三自教會不給十八歲以下的孩子受洗，以及我十八歲後一度遠離神，甚至週日都不願意去教會，感覺自己也不配受洗。信主十三年，我現在才下定決心，今後永遠跟隨主。在這個過程中，我面臨了很多試探，很多次跌倒，但我清楚的認識到，即便我是這樣的一個罪人，主仍然揀選了我。我依然能夠清晰的感覺到我身邊有很多試探，撒旦編造了各種舒適的謊言讓我去犯罪，我也無法保證我每次都能做出合上帝心意的事，但是我願意在面臨試探的時候抓緊主，因為祂已經賜給我一個全新的生命。☞



神賜力量帶領我 走出種種困境

陳雯

困難中 神不斷供應

從2014年開始，我只找到臨時合約的工作。三年中每個工作都只有幾個月，之後又要再找、等待新的工作。2017年神為我預備了一份工作，雖然也是合約工，但我在那家公司一做就做了四、五年。在合約結束之前，神及時又為我預備了另一份工作，但這份工作只做了幾個月就被一家大公司買去了。這家大公司把我們臨時工都聘為正式職員，有全面的保險和福利，而這正好是在疫情期間，所以有兩年多我都是在家工作。神充足的領我走過困難時期，賜給我的恩典是如此的浩大無邊。我的心真是有滿足的喜樂，又非常的平安，每天過著平安喜樂的日子，心中充滿了感恩。

從疫情開始，我就沒有去教堂。有一天在讀但以理書，看到但以理在工作中活出耶穌基督的形象，還有他的信心，使國王也因他而相信這位耶和華神。這給我很大的感動和鼓勵。雖然我現在在教會沒有事奉，但是但以理在工作中見證神，活出美好的見證，榮耀主的名，他的作為觸動了我的心。我要學習但以理，希望也能每天在工作中活出馨香的生命。

疫情間 我調整心態

疫情的兩三年中我在家工作，在網上敬拜，一個月才出去買菜一次或網上訂購，很少與人交往，幾乎是過著隱居的生活。但是這兩三年我更安靜的在神面前享受祂的慈愛和安祥的恩典。也因為疫情期間都是在網上敬拜，很少與人交往，我原來很在乎別人對我的看法和批評，但這兩三年間我學到了一點，就是我在神面前的光景和我的心，以及神如何看我才是最重要的。另外一個收穫是，在疫情期間，我花了很多心思

**在我多年的學習、預備和操練中，
為要塑造、試驗、鑑察、和熬煉我的性情，煉我比精金更可貴。**


和時間整理我的花園，種了很多花和果樹，花園裡面的花每天綻放出不同的顏色，非常的漂亮。我也在Nextdoor的網站傳上我家花園的照片和庭景來見證神的創造，祂一切所造的都甚好。走路散步的人經過我

家，若正好看到我在園裏修剪花草，都過來跟我打招呼說：「你的院子真的好美呀！謝謝你如此用心地把院子設計得這麼漂亮，讓我每天從這邊散步開懷地看著不一樣的風景。我每天走到這邊都會被你花園所吸引，經過你精美的園景使我心情非常愉快。謝謝你的辛苦勞動，整理出如此美麗的“人間天堂，伊甸園”供我們觀賞。」

耶和華 我因你歡喜

回顧這些年來，神帶領我走過了傷痛的婚姻，經歷了痛苦與患難，孩子們不聽話帶來的心痛，因失掉工作而造成經濟的困境，又害怕沒工作無法生活下去，加上信心不足等等。但神都扶持我，賜我力量，以慈愛帶領我走過來了。如今三個兒女也都成家了，大女兒有了兩男一女了。每當去他們家看孫子與孫女們時，尤其是孫子，他一聽到我的聲音就飛快地跑過來叫阿嬤。他吃東西時一定要我坐他旁邊，他會把吃的東西一把放進他的嘴裏，一把塞到我嘴裏要我一起吃。孫兒們帶給了我很多的歡樂。

感謝神！回想多年前生活中各樣的難處，讓我常常坐在車裡淚流滿面的禱告，求神早日挪去我手中的苦杯。某天早上是個陰天，忽然一陣強光射進車裡，瞬間又消失了，令我感到神垂聽了我的祈求。如今往事都已過去了，神幫我超越了一切痛苦，免於一切苦毒；祂成就了大事，除去了我過去的羞辱。一切正如神多年前在停車場讓一陣強光射到車裡，從那一刻開始，神的應許一一應驗。在我多年的學習、預備和操

練中，為要塑造、試驗、鑑察、和熬煉我的性情，煉我比精金更可貴。如經上所說的：「在患難中，也是歡歡喜喜的；因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望；盼望不至於羞恥，因為所賜給我們的聖靈，將神的愛澆灌在我們心裡」（羅馬書5:3-5）。如今兒女們都長大成人，各自成家立業，有很好的工作和信主的伴侶，神也保守兒女的心惟獨敬拜耶和華，忠心服事祂，守安息日。感謝神賜我喜悅之年，如同經上哈拿的禱告：「我的心因耶和華快樂；我的角因耶和華高舉。我的口向仇敵張開；我因耶和華的救恩歡欣。只有耶和華為聖；除祂以外沒有可比的，也沒有磐石像我們的神。人不要誇口說驕傲的話，也不要出狂妄的言語；因耶和華是大有智識的神，人的行為被祂衡量」（撒母耳記上2:1-3）。阿們！



務要傳道 總要專心

張筠

務要傳道，無論得時不得時，總要專心；
並用百般的忍耐，各樣的教訓，責備人、警戒人、勸勉人。

《提後4:2》

感謝神，今年讓我繼續在服事中經歷祂。

今年慢慢參與並學習兒童事工，看著孩子們的成長，我常深受啟發，讚嘆神在我們每個人身上的工作。我看到孩子們勇敢面對生活裡的每一件新事：小女孩第一次離開媽媽自己去上課，雖然一邊走一邊哭，但最終還是獨自上完課；小男孩爬山的時候摔了幾跤，不僅擦破皮還撞到骨頭，第一次沒哭，忍痛站起來，第二次因為太疼哽咽了一下，也惹得父親非常擔心，但獲得安慰後也笑嘻嘻的下了山。我們每個人好像都是如此成長起來的，這種神賜給我們的勇氣不應該丟失。

服事受阻 難免灰心

今年夏天我在服事上有點灰心，對未信主家人們的固執感到憤懣、沮喪，也因家人之間偶爾的衝突感到憂傷，覺得在傳福音方面失了勇氣

和熱情。轉念會用「你們行善不可喪志」、「不要灰心」、「當剛強壯膽」等話語勉勵自己，但還是會有瞬間覺得灰心又無力的時候。

還好這樣的情緒沒有持續很久，那段時間剛好在讀提摩太前後書，上帝及時用祂的話語安慰我，保羅寫給提摩太的書信給我大大的鼓勵。

受苦保羅 作我榜樣

保羅勉勵提摩太「不可叫人小看你年輕」，這句經文常是我的幫助，雖然我已經不是「年輕人」，但許多時候我面對的是長輩，或在知識或學歷上比我更高一層的人。既然如此，我更要在言語、行為、愛心、信心、清潔上，都作別人的榜樣。「這些事你要殷勤去做，並要在此專心，使眾人看出你的長進來。你要謹慎自己和自己的教訓，要在這些事上恆心；因為這樣行，又能救自己，又能救聽你的人。」(提前4:12-16)

我不禁反思，我傳福音給未信主親人的目的是什麼？若是真的要「救他們」，那無論如何我都應當有恆心，而且就算對方沒有回應，甚至拒絕、反抗，我也應當殷勤、專心去做，將神在我身上的工作反映出來。

我不禁反思，我傳福音給未信主親人的目的是什麼？若是真的要「救他們」，那無論如何我都應當有恆心...


「務要傳道，無論得時不得時，總要專心；並用百般的忍耐，各樣的教訓，責備人、警戒人、勸勉人。」(提後4:2) 上帝也藉著這句經文讓我看到，除了歷史上的保羅，如今我的身邊也有諸多榜樣：如教會牧長們的忠心事奉，父母用包容與忍耐對待未信主的親友，團契同工們以耐心相待，大家都在福音的工作中忍受苦難，作傳道的工夫，盡他們的職分(提後4:5)，這讓我感到「肢體合一」的甘甜。

讀提摩太前後書頗受感動和激勵的另一原因，是知道這是受苦的保羅所給的勉勵，因此莫名有種「惺惺相惜」的感覺，就算他的書信沒有很多撫慰情緒的話，但仍能讓我有一種情感上的相通，激勵也格外務實有力，我想這就是神話語的寶貴之處。

反思自省 重拾勇氣


當時灰心的狀態沒有持續很久，上帝體恤我的需要，在幾天內就用祂的話重新把勇氣放在我心裡，我也感謝主藉這樣的情緒起伏，讓我更加倚靠祂，也讓我 know 即使我深信祂有美好的安排，我的內心深處仍有

隱而未現的驕傲：我自以為我的能力可以改變或安慰人心，所以在事情不如我預期的發展時就灰心沮喪。其實福音在人心裡紮根、成長茁壯的這一切只有神能成就，我要做的是隨時靠著聖靈多方禱告，在大小事上忠心。

牧師在當週的禱告會中教導：我們要祈求神讓我們及所愛的人變得更像基督，因祂對我們的旨意是要我們成為聖潔，但有時候這樣的禱告非常「可怕」，因為這意味著我們要經歷各樣試煉，不僅自己要經歷磨練，還要看著所愛的人經歷磨練。這著實不易，但也是必經之路，會雕琢我們的信心，使我們生出那有根基的愛心。 

我知道我所信的是誰，
也深信他能保全我所交付他的，直到那日。

《提後1:12》



一位小公主 的驚險空降

在原生家庭做小公主

我小時候媽媽常告訴別人：「對於琪琪來說，老師的話就是聖旨」。媽媽說這話時帶著驕傲，因為我在學校不會令她操心，表現很好。我小時候在學校確實很聽話，各方面努力做得很好，但在家裡非常自我為中心，經常讓媽媽、姥姥做這做那，扮演一個小公主的角色。

在家我被照顧得很好，享受家人無條件的愛，但這種愛裡少了公義。我在學校做得好，其實就像雅各書 3:16所說的，「在何處有嫉妒紛爭，就在何處有擾亂和各樣的壞事」，是出於一顆爭競的心，同時還有對權威系統的恐懼，因此我會「假裝」，我假裝是一名符合社會要求的好學生。這種假裝很累，而在家的被照顧和被接納雖然有點被寵壞，但也給了我一個安全的、可以放鬆的港灣。

上大學離開家後，這種模式漸漸失效。大學時還可以每個學期回家喘息一下，但是新冠疫情期間我三年沒回家，因此經歷人生到現在最大的心理危機。之前我很難放鬆自己，就連獨自一人時也總想著怎麼進步、提升，看看自己還有什麼問題可以改善，所以注意力常放在一些消極的事情上。

透過福音認識真我

但是感謝神，某週五團契查經我聽到一個比喻：當我們讓神進來修地板，我們發現神開始砸牆，慢慢把整個房子都拆了，因為我們雖然只

想讓神解決地板的問題，但神希望我們住在宮殿裡。神通過這幾年讓我慢慢認識到一個健全的真我是什麼樣的，這和福音的本質息息相關。我認識到每天早上，神都赦免我的罪，並且帶我進入豐盛的天國，這個盼望每天都不會改變，不因為我身體感覺好不好、發生了什麼事、我做得

...一下子失去生活的重心，落入茫茫的黑暗，但神為我撐開降落傘，讓我在神的保守和弟兄姐妹的愛中緩緩降落。

好不好而改變。神救了我，這是最重要的事，每天都是劫後餘生的一天，我在神的眼中是值得愛且有價值的。

此外，我還可以隨時讀經禱告，體會與神的親密關係，神就是我的天父。因為

這樣的信念，在工作場合、外人面前，我也漸漸學會了表達自己的需要，享受神給我的恩典，勞逸結合。儘管有時難免還有過去的行為模式，比如我在工作上發生不愉快的事，就會對親近的人發脾氣或略顯強勢，但我逐漸認識到背後的原因，是一個自我為中心的心希望得到補償。

與三一真神的親密關係

在近日的禱告中，我想到三位一體的神。以前我一般都是對天父禱告，也會想到耶穌，但是如今我想到三位一體的神、以及祂們之間親密的關係，並想到耶穌說的「希望他們像我們一樣」，我就感受到其實比自我為中心、自己掌控很多事更美好的是和神、和人之間親密的關係。我也想到很多與弟兄姐妹相處的美好時刻，確實，親密的關係比自我為中心更好，也在禱告中感覺到與聖父聖子聖靈相交，我被完全接納、像家人一樣被愛著的美好。

有了這種感受之後，我在工作中受的一些委屈及其衍生的自我憤怒、防備就消解了，就像雅各書3:17-18所說，「惟獨從上頭來的智慧，先是清潔，後是和平，溫良柔順，滿有憐憫，多結善果，沒有偏見，沒有假冒。並且使人和平的，是用和平所栽種的義果。」

感謝主，為我們人生的各樣問題提供了最終的解決方式。過去幾年就像跳傘，我從家庭中出來，失去飛機的保護，一下子失去生活的重心，落入茫茫的黑暗，但神為我撐開降落傘，讓我在神的保守和弟兄姐妹的愛中緩緩降落。我現在能在空中望見神給我預備的美好地方，那是比機艙更加溫暖安全、也是我永遠的家鄉。☪



The Lord Is Near to All Who Call on Him

I was born into this church and brought up in a loving Christian home and community. It was easy. I would go to church every Sunday, participate in children's worship and eat lunch in the cafeteria downstairs. I would play with my friends after Sunday school and earn stickers during class for answering the right questions. I would learn all about God and the elaborate stories from the Old Testament or the miracles that Jesus performed in the New. However, during this time, my actions were artificial. I would regurgitate information I had heard, never once questioning what I was supposed to be believing, or even why.

That was until one Christmas Eve night, we were gathered in the children's worship room downstairs, listening to the story of Jesus's birth. The teacher asked us to close our eyes as she read the story aloud. Luke 2:10 states, "For unto you is born this day in the city of David a Savior, who is Christ the Lord. And this will be a sign for you: you will find a baby wrapped in swaddling cloths and lying in a manger." I could see it. The dark, starry night

encapsulating the manger in which the Savior of the world lay, peacefully sleeping. I was in awe of the humble, beautiful scene. How could such an awesome and omnipotent God be given to us in such a humble form of a human baby?

Our teacher continued talking, explaining to us the gravity of who Jesus really was and what he came to do. At that moment, the Holy Spirit opened my ears to hear what I had been missing all along, the reason why. God, the Creator of the universe, had sent his Son down to earth to be born with

It clicked. God revealed that I was in an unconscious state of ignorance, not understanding the purpose of what I was meant to do. That night, as my eyes were still shut, I prayed a prayer of acceptance and pronouncement of my belief.

a physical body to teach and spread his message to the world and die for every single one of our sins - bearing the burden of the wrath of God. Not only that, he rose triumphantly, beating death, and is now seated with God in heaven.

It clicked. God revealed that I was in an unconscious state of ignorance, not understanding the purpose of what I was meant to do. That night, as my eyes were still shut, I prayed a prayer of acceptance and pronouncement of my belief.

Then came the hard part. As I grew up, I did my best to continue in the strong faith that I had as a little girl. As time progressed, however, I forgot to read my Bible and I prioritized school, extracurricular activities, and my non-Christian friends. I stopped journaling. I came up with excuses to assure myself that my relationship with God was fine, I just didn't have time. I pushed God to the side, thinking that I would be okay without him, only praying when I was desperate and needed help. There were times when I would go to retreats or mission camps and feel just as close as I was to him again, just to have it wash away in a matter of weeks, even days. Because of this, I felt like a bad Christian, floating slowly away from the church community and my relationship with God.

To be honest, maybe it was because I've been extremely hesitant to accept God's amazing grace, maybe it was because of the unspoken pressure, or because I never felt ready, or because I felt unworthy to be a recipient of

such a wonderful gift. But I didn't realize that that was the exact beauty of it. I am so undeserving of God's love and it makes no sense that he would call such a sinful person as I, as his child. But, as Ephesians 2:8 constantly reminds me, "For by grace you have been saved through faith. And this is not your own doing; it is the gift of God." I was relying solely on myself to balance everything in my life. I was pushing God away because I thought I would be able to control it all. As I continue in my walk with God, I remind myself to let it go, allowing God to wrap me up in the community of himself and other believers, and he has shown me support every step of the way through not only my friends and family but his direct grace and unconditional love.

I would like to say that during the entirety of my life, I have been wholly faithful and trusting in God's provision over me. I would like to say I've never done anything wrong and have always followed God, reading and praying every day. I would like to say a lot of things about my faith. But I think the most important thing that I can truly say about my faith is that it was nothing that I could ever do or did, it was God's work in me. It says in Philippians 2:13, "For it is God who works in you to will and to act in order to fulfill his good purpose."

Since my senior year and first year of college, God has blessed me so heavily with community. My family and friends have always been there to support me, hold me accountable, and pray for me through my walk of faith. Since then, I have become stronger in my relationship with the Lord, and have had many opportunities to more boldly share the gospel with others. I have learned to lean onto his steadfast love for me and depend on him for everything through prayer. Psalm 145:18 says, "The Lord is near to all who call on him, to all who call on him in truth. He fulfills the desire of those who fear him; he also hears their cry and saves them." It was not a smooth ride once I placed my faith in God. I needed support, whether that was right here at CCCVA, or in another community of believers, my family, friends, dancers, fellow college students, or coworkers, but most importantly a direct, personal relationship with the One who gave his life for me. 🌿

My Power is Made Perfect in Weakness



Yilin Tan

From childhood church was a central part of my life. I could sing the books of the Bible song perfectly and shout out the answer to any Bible trivia questions my Sunday school teachers asked. I knew knowledge wise that if I believed in Jesus, I would go to heaven after I died. From at a young age, I was nothing but a perfectionist, full of pride in my own knowledge. I sought after perfection in my studies just as much as I did in my walk with God. This pride in my ability to sustain myself and live life successfully fostered a sense of deep insecurity and frustration whenever I failed to be perfect, whether it was in my academic performance, social abilities, or even my relationship with God. I checked on my relationship with God as if it were a grade book, only to be filled with disappointment each week when my track record didn't meet the standards. I sought validation from other people: my relationships,

teachers, and parents. The problem was that I was depending on myself to use God's power. God had been like a charger to me, rebooting me on Fridays and Sundays. I only connected with him when I was right about to die. I thought it was up to me to keep up my spiritual battery the rest of the time.

Throughout middle school, when I had worship time at dance, instead of dancing, I would sometimes sit in the corner, praying frustratedly to God. "Why can't I be better?" I spent the entire time mentally preparing myself to try my hardest to be "good" after dance. Of course, I would fail: I would argue with my brother or fight with my parents. These failures angered me, which in turn made me feel as though my prayers were never answered.

I still had this state of mind when I entered my 2nd year at Christian Youth in Action (CYIA) in 2019. Then, one night, Miss Patience, one of the leaders, got on stage at the end of worship and spoke to us. She asked if anyone was feeling the call in their heart to rededicate their lives to the Lord and to live without compromise, we should come to the stage. I was not one to respond to altar calls, nor was I one to cry easily in public. Yet God had been building my life up to the point where I would finally, truly believe in him, not just as "a Savior who died for our sins" in knowledge, but as "my Savior who died for my sins" in faith. Although the altar call itself was for rededication, it was at this moment that I finally understood that it was not up to me to fight my own sin. Jesus had already taken my sin away, and I needed to depend on him alone to fight. I had been compromising his power by trying to "will" my sin away on my own.

However, my testimony is not complete without seeing how God worked in me at my lowest. This year my faith was in utter shambles. I lived not for God but for myself. The activities I did at school, home, and even at church were for my glory, my pleasure, and my reputation. I was in such a wretched place in my life, and my faith was very performative. I still went to church, taught Bible study and Sunday school, and served in the youth band, but I did all those things so the people around me wouldn't question my faith. Occasional spiritual highs punctuated countless spiritual lows. The Holy Spirit would convict me, but I would convince myself not to act on it out of pride or apathy. I wouldn't respond to the call.

Through this valley in my faith, my parents were constantly praying for me. Something my mom said to me during this time still stands out to me.

"You will experience these struggles in your faith in your walk with God but God will take you to the other side and make your faith even stronger in the process." Looking at how I have changed and come back to God in the past few months, I know that what she said has come true.

For a long time, I was ashamed. Should anyone find out that I, the pastor's daughter, was acting the way I was with my friends at school or thinking the things I did, then my perfect, pristine reputation and role as an example to the younger kids would be ruined. When I came back to God's word, which is where I should have been all along, I came upon the verse in

Occasional spiritual highs punctuated countless spiritual lows. The Holy Spirit would convict me, but I would convince myself not to act on it out of pride or apathy. I wouldn't respond to the call.

2 Corinthians 12:9, "But he said to me, 'My grace is sufficient for you, for my power is made perfect in weakness.' Therefore, I will boast all the more gladly of my weaknesses, so that the power of Christ may rest upon me." God can use even my spiritual weakness as a testimony for his glory and an example of

his power to change the lives of the lost. Another verse that I have reflected upon is 1 John 4:18a, "There is no fear in love, but perfect love casts out fear." I don't need to fear the shame I once had, as long as I abide in God's word. True trust in God means confessing my sins and repenting before him. True surrender is freeing. I began to see his power at work in my testimony, even in the worst parts of the story, because when I shared my weakness to others my age at CYIA, they related and shared that they had undergone or were undergoing similar situations. God could use my testimony to speak to them and help them to see his everlasting love in their lives.

When I look back at this whole year of time, I feel sad because that is the amount of time I was relying on gratification and validation from myself and others instead of God. This whole year, when I faced academic and social challenges, my instinct was to buckle down and do it all myself. I took the motto "this too shall pass" as a way of thinking that if I just held on for dear life on my own, I would make it through my struggles. It was an "Ok, I'm through, onto the next challenge" way of seeing my life. In my blindness, I forgot

about the eternal scheme of things. Then, one night in early June, I decided to read the Bible again. I read with a focus this time, not just going through the motions. Psalm 51:10 "Create in me a clean heart, renew a right spirit within me" spoke to me. I realized that I was tired of living the way I was. I missed the surrender and peace I could find in Jesus when my relationship with him was so close. I took all these inner struggles with sin and my relationship with God and confided in a close Christian friend of mine. She immediately called me and prayed over me. Over the next few weeks, I spent more time in the Word and also confessed these struggles to a group of girls who were going to CYIA with me.

When I went to CYIA this year, I was just beginning to realize how much I missed having someone that strong to rely on for my struggles. Then, especially at CYIA, God showed his overwhelming love for me. He sat down right there in the muck and filth of my sins and pulled me out. Although I had been to CYIA before, this year was different. I think one reason was because I was so much more acutely aware of what God was doing that week, in my life and in the lives of others. I saw so many people who were much younger than me being so strong in their faith, I saw God reveal a taste of our praise for him in Heaven, and I tasted and saw that the Lord was good in my devotionals, chapel sermons, and even experiences as a leader. I didn't deserve God's mercy for me in bringing me back to him. He didn't need me. But yet he still chose me and picked me up again. And I pray that he will continue to use me and my broken testimony to be a vessel for sharing his gospel to other people. 🌿

RefToons 智者的話

REFTOONS

BY PAUL COX



「罪是特洛伊木馬，從中會產生一大堆麻煩。」 ~湯姆·華森



「罪使撒旦感到高興。當慾望或憤怒在靈魂中燃燒時，撒旦就會用火來溫暖自己！」 ~湯姆·華森

憤怒：你應該看看她做了什麼！我不該受到這樣的待遇！

撒旦：是嗎？繼續講。



CALVINIST SANTA

聖誕老公公的清單：

好 - 耶穌；壞 - 沒有義人，連一個也沒有。羅馬書 3:11

加爾文式聖誕老公公：好吧，這縮小了禮物的選擇範圍。

小精靈：這是最後一袋煤炭。一切準備就緒，可以出發了。

版權聲明 Copyright Statement

本網站上的所有資料均可免費下載，打印，轉發或重新張貼。我們只要求您不要擅自修改文檔內容，也不要將網站提供給您不完全信任的任何人士。另外，請勿出售或分發材料的印刷副本。該站點上的大多數資料都適合在電子設備上閱讀；但是，某些材料僅適合打印。如果您知道本網站上任何侵犯版權的材料，請與教會網站管理員聯繫。謝謝！

All of the materials on this website may be downloaded, printed, retransmitted, or reposted freely. We only ask that you neither modify the contents of the documents without authorization nor provide the site to anyone you do not completely trust. Also, do not sell printed copies of the material or distribute them. Most of the materials on this site is suitable to be read on an electronic device; however, some material is only suitable for printing. If you are aware of any of the materials on this site that violates copyright, please contact the church website administrator. Thank you!

本刊宗旨

The Purposes of This Newsletter

- ♥ 提供文字園地見證主恩
To provide a forum for us to testify God's grace.
- ♥ 增進肢體同心分享主愛
To improve our unity in Christ and share the Lord's love.
- ♥ 可作傳揚福音信息資料
To be used as evangelistic literature in sharing of the Gospel.
- ♥ 互通傳遞教會活動信息
To communicate our church's activities and messages.

大使命

耶穌進前來，對他們說：「天上地下所有的權柄都賜給我了。所以，你們要去，使萬民作我的門徒，奉父，子，聖靈的名給他們施洗(或作：給他們施洗，歸於父，子，聖靈的名)。凡我所吩咐你們的，都教訓他們遵守，我就常與你們同在，直到世界的未了。」(馬太福音 28：18-20)

The Great Commission

Then Jesus came to them and said, "All authority in heaven and on earth has been given to me. Therefore, go and make disciples of all nations, baptizing them in the name of the Father and of the Son and of the Holy Spirit, and teaching them to obey everything I have commanded you. And surely I am with you always to the very end of the age." (Matthew 28:18-20)



6071 Leesburg Pike, Falls Church, VA 22041

703.820.1010 / www.cccvapca.org

