

生命泉

THE SPRING OF LIFE

2018.06

福清市基督教福华堂 主办

总第230期 2018年第06期

网址: <http://www.fqsfmt.com>

他又对我说：“都成了！”

我是阿拉法，我是俄梅戛；

我是初，我是终。我要将生命

泉的水白白赐给那口渴的人

喝。——启示录21:6



请代祷·请投稿 邮箱: 2782566125@qq.com 电话: 086-591-86003006 QQ: 2782566125 地址: 福建省福清市后埔街35号 邮编: 350300

基督徒应担当社会责任

王雷

经文：太5:13-16；罗12:17-18；林后5:19

我们基督徒生活在世界中，无可推诿地有着一份社会职责。这本不应当成为一个人有争议的问题，然而，长期以来，有教会人士认为，基督徒只能专心侍奉上帝，闭门修行，以祈祷读经为事，不必过问社会、国家之事；甚至有些人认为，基督徒不属于今天的世界，应与世界一刀两断，才能维持纯正的信仰。这种将基督徒与世界完全割裂的观念是不正确的。因为主耶稣明明教导我们：“我不求你叫他们离开世界，只求你保守他们脱离那恶者”（约17:15）。“不属于这世界”并不是指世上正常的生活，乃是指世上罪恶的事。那么，我们基督徒应当如何处理好与社会的关系，担当起必要的社会责任呢？

（一）殷勤工作，服务社会

既然基督徒并非生活在世外桃源中，不是什么不食人间烟火的“世外人”，那么就毫无理由也毫无必要去逃避世间的生和活的工作。一方面基督徒是一个独特的神圣的群体，但另一方面我们又来自于社会各行各业的人民群众。每个基督徒在人类社会中都肩负着自已的一份天职——这是上帝托付于我们当行于人间使命。具体而言，基督徒群体中有着各种不同职业的人，诸如工人、农民、医生、教师、律师、作家、科学家等。无论自己在世界上承担的工作是怎样的——或高贵，或低下（以人的眼光观之），或服务大众，或服务家人，都应当尽心竭力，一丝不苟，并且无怨无悔。因为基督徒的工作是上帝赋予的责任，也是他赐予的恩典，在从事本职工作或服务人群的同时，已经用无声的语言述说了基督福音，传讲了上帝奇妙的作为和大爱。所以，每个基督徒都当热爱自己在世上的工作，兢兢业业，尽职尽责。“总要劳力，亲手作正经事……”（弗4:28）殷勤不可懒惰，勤劳做工是基督徒参与社会，服务人群在行为上最基本的表现。主耶稣所宣讲的主人分配银子给仆人的比喻在一定程度上教导基督徒要有敬业精神，把上帝所托付的才干发挥出

来，创造出相应的价值来。如果我们无所事事，终日游手好闲，就会对人类毫无贡献，同时也浪费了上帝的恩赐。主耶稣曾以木工为业，保罗曾以织帐篷为业，他们都辛勤劳作，他们并非那种不劳而食的空谈家。基督徒不应像寄生虫生存在世上，总要为人类做些力所能及的贡献。一个基督徒只有殷勤工作，才能体现出其人生的价值，并完成上帝的托付。

（二）广行善事，作光作盐

作光作盐，荣神益人是主耶稣对每一个追随他的人所发出的要求。光给人照亮，给人温暖；盐融化自己，在菜肴中调味，这都说明基督徒必须进入社会，通过自己的好行为来酿造和谐的社会环境。基督徒的好行为在很大程度上表现为乐善好施，行义助人。圣经中有很多经文教导基督徒要“爱人如己”，好撒玛利亚人的故事就是圣经给我们提供的一个美好借鉴。我们能否做到像那个撒玛利亚人一样去行善爱人呢？对于社会上那些处于贫困、饥饿、疾病、灾难、忧苦之中的人们，我们基督徒能否将他们视为“邻舍”呢？“邻舍就在你身旁，等待去扶帮。”如果我们基督徒目视处于饥寒交迫之中的人们，不给予实质上的帮助，却只是花言巧语地哄哄说：“愿你吃得饱，穿得暖，平平安安地回去吧”，这就是自欺欺人的行为，与基督的大爱是相违背的。近些年来，中国教会的基督徒在行善济世方面做出了众多可歌可泣的事迹，例如，全国各地基督徒为支援地震灾区或为救助贫苦失学儿童纷纷慷慨解囊，捐款捐物等。基督徒应当将帮助别人作为自己的一项当尽的义务，而不要视为一项负担，众人以为美的事要留心去做。圣经告诉我们，人在明处所做的好事，上帝皆在暗中察看，因此基督徒所做的每一件善事，上帝必不轻看。从终极目的来看，基督徒的善工当然不是为了取悦于人，乃是要取悦于上帝，所以我们行善的时候，不必像那沽名钓誉的法利赛人之流在人前吹号，惟恐天下人不知。雅各书三章十三节说道：“你们中间谁是有智慧，有见识的呢？就当在智慧的温柔上显出他的善行来。”



怎样明白神的旨意？

一、真理的根据

所作的事不应与圣经的真理抵触，应当合乎真理的原则（林后13:8）。什么是合乎真理原则？除了圣经明文所列举的各种罪恶的事以外（罗1:29-31；可7:21；加5:19-21），凡是含有“黑暗”的成分，需要用诡诈或谎言来掩饰的事（路12:2-3）；出于自私和贪慕虚荣的事（腓2:1-4）；疑惑不定的事（罗14:23；林后1:18；雅1:17）；盲从冲动的事（约18:10-19）；都不合真理，反之一切光明和爱心的行事必合乎真理（罗13:8；弗5:8-10）。

信徒理当尽力追求明白神的话语——圣经。不但要熟读，也要明白其中的正确意义，然后才能随事按真理判别。圣经既是记录神对于各时代和有关救赎计划的旨意的一本书，明白圣经当然是明白神旨意的重要关键了。

二、内心的感动

“那感动彼得，叫他为受割礼之人作使徒的，也感动我，叫我为外邦人作使徒。”（加2:8），如果是神的旨意要你作某事，必然先在你内心感动你。但注意圣灵的感动和情感上的冲动不同；情感上的冲动只在情绪十分热烈兴奋的时候存在，情绪回复冷静之后就不存在；但圣灵的感动，在情绪冷静之后依然存在，并又经过真理的判别之后，仍常常在心中发声，使你必须有所“交代”，这就是我们通常所说的“负担”。这种“负担”常在你对于某方面有所“看见”之后才临到你的。

三、环境的安排

在明白神旨意的事上，留心环境的安排，也是重要的原则之一。环境上的安排与内心的感动互相配合，常是神旨意的凭据。彼得赴哥尼流家布道前，内心的感动与环境的安排是配合的（徒10:17）。使徒保罗在他的行程中，有时也留意环境上的安排，例如：（罗1:13-15；22）因有阻隔而延迟到罗马；（林前16:8-9）因工作果效好而留在以弗所；（帖前2:8）因撒但的阻挡未回帖撒罗尼迦。

四、运用心思

“……叫你们察验何为神的善良，纯全可喜悦的旨意。”（罗12:2），“总要察验何为主所喜悦的事。”（弗5:10），“察验”表示应当运用心思。最危险的一种明白神旨意的方法，是故意不运用神所已经赐给我们的心思、悟性、真理的知识，却去等候一种外来的或忽然的感动，并且就凭着那一下子的感觉，便肯定为：“神吩咐我……”“神要我作……”这是很容易被魔鬼所乘，使人陷入迷途的：所以在寻求明白神旨意时，不可忽略了运用心思“察验”是否正确无误。

五、完全奉献

“所以弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭……”（罗12:1-2）。注意保罗在此先论完全的奉献，后论察验神的旨意。许多时候我们未能察验什么是神的旨意，是因为没有完全奉献和“更新”的心意。还有许多自己的拣选和属肉体的喜好放不下，因而无法判别什么是正路。所以完全的奉献，是我们能正确运用一切真理知识和悟性，判别神旨意的先决条件。

许多信徒将完全奉献的心和完全不用心思去察验，这两件事混淆起来，这样很容易发生错误。完全奉献的意思不是不用心思察验；乃是在“察验”时完全不体贴自己的喜好，而决心绝对顺服神的旨意。



堂讯

- 1、5月1日，施桂明牧师与本堂部分牧者和执事，应邀前往三明市将乐县参加城关基督教堂落成庆典。
- 2、5月13日堂会组织中、高考的家庭亲子交流祷告会。
- 3、5月25-26日老人互爱会组织理事与会员计30人前往泰宁、将乐两县游大金湖、玉华洞、九龙潭和古城旅游。

我的两位父亲



天父有怎样的形象？我们都像门徒腓力一样迫切地想要知道——“求主将父显给我们看，我们就知足了”（约14:8），但这样的想法注定落空，因为神是灵，“从来没有人看见神”。然而，主耶稣赐给我们一条全新的路径——“人看见了我，就是看见了父”（参约14:9）。

今天要分享的是一个关于儿子如何认识父亲的故事，也是我的故事。

不完美的父亲

我出生在一个北方家庭，母亲是基督徒，而父亲不是。实话讲，父亲是一位本分、勤劳、顾家的好人，但他留给我最深的童年印象却是严厉。在那个沿袭“棍棒底下出孝子”的年代，我家的情况更是格外严重。

作为家中的长子，我似乎生来就要承受更多的责罚：回家晚了会挨打；头发里有泥沙会挨打；考试成绩不好更会挨打；甚至弟弟犯了错我也要代为受罚。这一切就像北方的暴雨，说来就来。父亲的手劲极大，下手很重，打起人来绝不是象征性的惩戒，这给我留下极恐惧的感受，以至于他只要一瞪眼、一发声、一抬手，我都会条件反射似的退缩与战栗。

如今的心理学家告诉我们，过分的体罚和家庭暴力会导致孩子怯懦、自卑、缺乏安全感，并产生明显的暴力倾向；而缺失父爱的严厉教育，则不利于孩子良好“自我意象”的形成，导致其成年后缺乏自信和自尊。说实话，那时的我也曾有过自杀的念头。还好，同样深受其害的母亲带着我走入了信仰。

另一位父亲

在圣经中，我被带进了一个平静、温馨的家庭。藉着耶稣，我逐渐认识了自己的另一位父亲——属灵的天父。他展现出的慈爱与信实，让我感觉自己真是一个被温柔臂弯宝贝怀揣的孩子，那颗渴望父爱的心灵被他的怜悯所充满，在这片属灵的天地里我可以自由地奔跑、翱翔。

通过不断地阅读、灵修和团契生活，我开始明白，“父亲”并非不容靠近、极端严厉的惩罚者，而是满有怜悯、恩慈、张开双

臂等待热情拥抱孩子的至亲。爱才是最好的教育，拥抱比责打更有力量，饶恕比审判更能拆毁墙垣、融化石心。从那时起，我不那么惧怕父亲了，并且心里竟然起了一个原来难以想象的念头：希望他也能认识天父。

和睦有爱的家庭氛围有助于我们认识上帝，但若现实不如人意，我们就必须回到信仰中来，藉着天父的带领重新审视家庭的意义以及家人间应有的合宜关系。上帝是大能的医治者，会挪去那些阻碍我们享受恩典的心灵困扰，令我们重拾彼此的信任、忠诚、爱与委身的力量，修复、重建破碎的家庭关系，并借此实现与他的合一。

他们的相遇

转机出现在一个特殊的时点，这是我多年后才意识到的。

大学毕业前，我听到天父的呼召，立定了自己奉献传道的心志。对此，父母有着截然不同的态度：母亲自然最是高兴，奉献儿子是她一生的夙愿；而父亲的打算则是让我进入国营企业工作，可以承担起家庭的责任。

回想与父亲谈话的情形，我仍记忆犹新：那是北海公园的湖畔，我和父亲并肩走着，沉重的话题令我们无心观赏怡人的景致。还是他先开了口：“你决定报考神学院了？”我说：“是的。”他接着说：“那可是个苦差事，可能像你外公一样，你想好了？”我回答：“没关系，只要有饭吃，有地方安身，就足够了。”沉默许久，父亲有些艰难地说：“是不是我对你太严厉了，所以你想离开这个家？”我一时语塞，不知如何回应。他接着低声问道：“你恨爸爸吗？”我有些诧异，这是第一次听他吐露心声：“不，从来没有，我知道你是为我好。读神学是为了回应天父的呼召。”

父亲转过身去，面对着那片被称为“海”的湖面，我看不见他的表情，只听到他深沉却郑重地说：“按着你的心愿去考吧！我会一直支持你。”

如今回想起那一幕，我仿佛在他身上看到了另外两个身影——摩利亚山上的亚伯拉罕和加利利海边的西庇太。原来天上的呼召不只是临到儿子的身上，更是临到父亲的心上。在那里，天上的父与地上的父相遇了。

其实，我们每个人都是天父的孩子，有感知爱的能力。在信仰的相遇中，我们体会到家是爱的空间和团契，即便是已经为人父母的软弱者也能从中感受到理解、爱和接纳，点燃他们重回父家的盼望。可以说，父亲这次出人意料的顺服不仅成为我人生的转折，更成为整个家庭重归合一的起点。

（下转第5版）

问题咨询

我和男友交往过程中，得知他之前和几个女人有过性关系。我不想原谅他，可是我真的爱他，我现在该怎么做？

牧师解答

（辽宁）王牧师解答

重要的不是过去是现在，而且更重要的是他是不是神儿女，如果是神的儿女，“若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。”（哥林多后书 5:17）

（江苏）薛牧师

姊妹的纠结在哪里呢？为什么纠结呢？一个真基督徒是有底线的，道德有道德的底线，婚姻有婚姻的底线，爱情也有爱情的底线。无底线只会徒生痛苦！基督徒的婚恋最大的底线就是圣洁！不圣洁就是淫乱！您的男友在圣洁方面已经是失败者，而不止一个，所以您与之恋爱也在这个罪中！请记住二人是一体，他有这罪，您与他是一体，也在这罪中。就算您爱他，爱他的什么呢？爱他的高富帅，品格的缺失是最大的缺陷！与之交往都是亏损，以后进入婚姻也会出轨。上帝赐福他儿女的婚姻是一夫一妻，一生一世。上帝赐福您！

（安徽）黄牧师

爱是付出，是舍己的。你若真的爱他，就是要爱他的全部，包括他的好也要包括他的不好。不过这样的爱，不是天然生命里自然就有的。除非你连接与爱的源头——上帝，不然总有一天，我们付出多了，付出远远大于回报，失望远远多于期望的时候，我们对人的爱就止息了。

接下来，我们要细细分析下这么几个事情：

男友与这些女人的过往，是主动告诉你的吗？他有为这样的过往有耻感有罪感，并能认识到这些会对你产生情感上的伤害吗？



（上接第4版）

在恩典中合一

因为有了父亲的放手和支持，我的奉献道路走得一路平顺。那些年间，上帝将多多的恩典倾注在父亲的事业和整个家庭当中，不仅助我圆满完成了学业，连原本拮据的家境也渐渐殷实起来。

然而，比起经济上的改善更令人欣喜的是父亲的转变：他学会了感恩，每逢有人夸赞他精明能干时，他总会谦虚地说：“那是因为上帝的光顾。”在待人接物上，他变得宽大而热情，连原本视他为“顽石”的舅舅们都惊叹于他性格的改变。当然最大的变



他是否诚恳地表示愿意悔改呢？这些问题，你需要找到合适的时机，尽快得到确切的答案。

男人贵在有担当。对于自己在过去犯下了的错，要诚实地面对，真实地改正。你若真的爱他，就得给他一段时间，冷静地面对自己的过去，同时也是给自己一段时间，确定自己是否能够原谅他的过去，是否能够承受你与他的未来。

未来还没有来到，有很多的未知。如何面对？一看信仰，二看人品。我说的信仰是指，一男一女走进婚姻，靠什么固守婚姻的稳定与幸福？需要在基督信仰里一同追求圣洁，彼此认罪互相守望。那么如何看人品？不能单看他对你的表现好不好，主要是要观察他对自己的父母、同事，甚至是陌生人的态度如何。

（福建）程牧师

既然你都知道对方与“几个”女人有性关系，说明对方在性关系上是放纵的，值得你爱吗？你不担心以后更多几个吗？何况你既然都不想原谅他，说明已经对此有心结，这个隐藏的心结最终可能成为婚后生活中的破口。不要被眼前的虚浮所迷惑，总要追求清洁。

“婚姻，人人都当尊重，床也不可污秽，因为苟合行淫的人，神必要审判。”（希伯来书13:4）

化就是家庭的合一，争吵与冲突越来越少，祷告和赞美越来越多。如今父亲已经受洗归入基督。他总会用自己的见证劝说那些顽固的人：没有上帝改变不了的人生。现在，他每次祷告时都会这样开头：“我们慈悲的天父！”

我有两位父亲，一位在地上，一位在天上，却都住在儿子的心里。你们给予了我生命，与你们的相遇是我的幸运。又到一年父亲节，我要手按着心房对你们说：“老爸，我爱你！”

“从来没有人看见神，只有在父怀里的独生子将他表明出来。”（约1:18）



经文：撒母耳记上 2:18-25

引言：一个优秀的孩子背后必定有一位伟大的母亲，《圣经》旧约中，我们明显地看到两个家庭，一个是撒母耳的家庭，另一个是大祭司老以利家庭，两个家庭都有孩子，但是却由于不同的教育带出了不同的后果。

一、哈拿的儿子 撒上2:18-21

18那时撒母耳还是孩子，穿着细麻布的以弗得，侍立在耶和华面前。

19他母亲每年为他作一件小外袍，同着丈夫上来献年祭的时候带来给他。

20以利为以利加拿和他的妻祝福说：“愿耶和华由这妇人再赐你后裔，代替你从耶和华求来的孩子。”他们就回本乡去了。

21耶和华眷顾哈拿，她就怀孕生了三个儿子，两个女儿。那孩子撒母耳，在耶和华面前渐渐长大。

- 1、她忠心的祷告
- 2、她完全的奉献
- 3、所带来的结果

二、以利的儿子 撒上2:22-25

22以利年甚老迈，听见他两个儿子待以色列众人的事，又听见他们与会幕门前伺候的妇人苟合。

23他就对他们说：“你们为何行这样的事呢？我从这众百姓听见你们的恶行。

24我儿啊，不可这样！我听见你们的风声不好，你们使耶和华的百姓犯了罪。

25人若得罪人，有士师审判他；人若得罪耶和华，谁能为他祈求呢？”然而他们还是不听父亲的话，因为耶和华想要杀他们。

- 1、没有适时的责备儿子
- 2、没有有效的责备儿子
- 3、没有严厉的责备儿子

摆在我们面前的有两条路，怎样来教育孩子？有没有顺着圣灵撒种？撒种是让它长大，还是顺着情欲，孩子外面的要求什么都满足，唯有不把神的话语告诉他，没有为他祷告。

弟兄姊妹，这两个家庭的对比给我们看到的是何等地触目惊心，今天你不要很多事情埋怨神，许多事情的发生有神的美意，也有神的计划，但是也有一种是你以前种下的苦果，孩子小的时候还管得住，到大了以后你管不住的时候，这个苦果就出来了。

弟兄姊妹，还是保险一点，把孩子从小就带到主的面前，把孩子从小就交在的手中吧！我们都要像哈拿好好的学习，顺着圣灵撒种的，必从圣灵收永生！你的孩子将会有永生的生命；顺着情欲撒种的，必从情欲收败坏！老以利的两个儿子以及他自己的下场给我们这么清楚的看见。



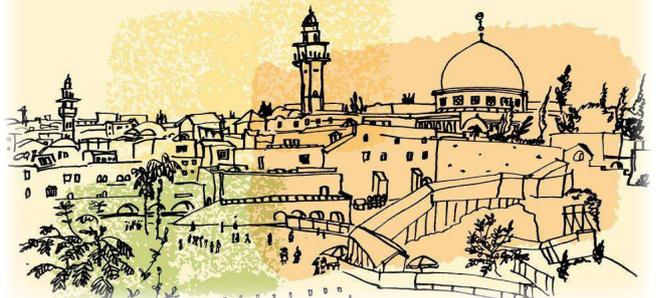
随福清市基督徒工商团契的以色列之旅虽然已经过去一年了，但我们对旅途的一幕幕情景都记忆犹新。

从耶路撒冷到加利利海，从橄榄山到客西马尼园，主耶稣走过的足迹，我们到实地考察，对《圣经》有了更加深刻的理解。给我留下最深印象的是从客西马尼园到耶稣被钉十字架地方，这条长长的小路称作悲哀之路，简称苦路。耶稣背着十字架在这条路上游街示众，被鞭打，被羞辱，受尽苦难。从公元四世纪开始建造了圣母教堂，来自世界各地的基督徒在这里效法耶稣。

这个旅行团的兄弟姐妹们都非常有爱心，团队分为四个小组，每个小组选出一位组长，组长非常关心每位组员，组员之间互相关心、互相帮助，整个行程感受到像家一样的温暖。

在旅途上我们有两次集体聚会。返程的礼拜日早晨我们在入住酒店的大堂举行了简短的崇拜。施牧师主持崇拜会，给我们证

难忘的以色列之旅



道。因为听道的时候，我和我家姐妹的手机都关成静音，没有及时改为响铃。到机场以后，我们两个人先进去海关了。组长联系我们，手机没有接。他们还以为我们入海关遇到麻烦，可着急了，为我们祷告。

2018年5月14日，以色列独立70周年。为了庆祝独立日，以色列全境将举办各种各样的活动。《圣经》的权威和真实，再一次得到有力印证。

文/灵醒

当悦耳的手机彩铃响起，妍看了一眼来电显示，她的心里咯噔了一下，却依旧不动声色：“领导好。”

“你班上现在男女生比例是多少？”电话那头盘问着。

“男生16人，女生18人。”妍照实回答。

“你们班的朗诵进了决赛，可是有的老师发现你们女生比男生多，不应该在男生系列中比赛。”

“我们班本来男生是比女生多，这学期有两三个男生退学了，安排在哪个系列可是学校定的啊！”妍有些哭笑不得。

“这样吧，你们班就不要去参加决赛了，我们按决赛的分数加给你，学校如果让你们去，怕其他老师有意见，万一决赛那天起什么冲突，谁都承担不起责任！”

如果这事儿发生在前几年，妍肯定早就拍起桌子，不依不饶：“，参加男生系列的比赛是学校定的，现在随便给我们班加分就解决了，这不明摆着欺负人吗。”

可此时此刻，话到嘴边，却被她活生生地咽了下去。她想起了箴言书里的一句话：“回答柔和，使怒消退；言语暴戾，触动怒气。”

于是，她和颜悦色地问道：“那我的班级能再参加一次女生系列的预赛吗？分数不是最重要的，让同学们再次上台，锻炼一下胆量，这才是我们参加比赛的最终目的。”

“当然可以，能积极主动地参与学校的活动是最好的！”电话那端似乎也松了一口气。

放下电话，妍的心里却像打翻了五味瓶一样难受。

想起这几周来，她为了准备经典诵读，周末在家里听名家朗诵，选合适的伴奏带，课余时间陪着学生一遍一遍地练习，学生排练的时候嬉笑打闹，心不在焉，她看在眼里，急在心里，不住地提醒打气；有的男生临近预赛了词还背不下来，她陪着他们一句一句地过关……

最后却是这样的结果。明白人都会劝她：“这是小事儿，尽力就好！”

可谁不是付出了想着能得到一些回报呢？

妍在心里默默地祷告主：“主啊，你是让我完全地放下所谓的名誉，全心全意地去付出吗？此时，她的内心深处冒出一句话：”假如这次班级得了一等奖，对你的属灵的生命有任何的益处吗？”

她有些释然了，“先求神的国和神的义，这一切必加给你。”

她打开窗户，仰望夜空，美丽的星星在天边一闪一闪地眨着眼睛，真美！

明天又是新的一天！



你所付出的，在上帝面前不会徒劳！

小时候，母亲常跟我说：“帮助别人就是帮你自己。”这话一直没太往心里记，直到神学毕业后，开始牧会时，对这句话有了更深的理解。我想起曾经读过的一篇英语短文叫《Building Your House》。在这篇文章里，讲了这样一个故事：

一位跟从建筑商多年的，手艺精湛的老木匠要退休了，老板有些不舍，希望他能继续留在身边工作。老木匠说，自己已经老了，不想再辛苦了，更想享受退休生活和天伦之乐。

老板虽然有些不舍，但见他去意已决，就请求他最后一次，再帮他建一所房子。老木匠虽然不大情愿，但碍于老板的面子，只好答应下来了。老板说：这个房子一定要盖好，用材上不要省钱，用上好的料。交代完，老板出差去了。

老木匠又开始建房了，可是，人们都能看得出来，他已经没有了往日建房时的热情和责任感，无论是选材还是做工都很粗糙。甚至，还会听到从未有过的对老板私下的抱怨。这所房子是他一生中，最未尽心、最未认真盖的房子，工程草草地结束了。

老板出差回来了，兴高采烈地来看新建的房子。老木匠走过来正要向老板辞行，老板把房门钥匙递给老木匠说：“您老在我

这里辛苦多年，为公司做了不少事，我一直寻思着送您一份礼物，这所房子就是给您盖的。”

听了老板的话，木匠惊呆了！这是他根本没有想到的。且不说，这房子是归自己，就在这份厚重的情意面前，自己对工作的不尽心、曾对老板的抱怨，都让他羞愧抬不起头来。更何况再看以自己精湛的手艺，亲手造的粗糙的房子呢……

圣经上说：“因为我们是与神同工的；你们是神所耕种的田地，所建造的房屋。我照神所给我的恩，好像一个聪明的工头，立好了根基，有别人在上面建造，只是个人要谨慎怎样在上面建造。因为那已经立好的根基就是耶稣基督，此外没有人能立别的根基。若有人用金、银、宝石、草木、禾秸在这根基上建造，各人的工程必显露，因为那日子要将它表明出来，有火发现，这火要试验各人的工程怎样。人在那根基上所建造的工程若存得住，他就要得赏赐；”（林前3:9-14）

其实，我们今天为主所承受的一切辛苦，将来见主时，那奖赏不还是给我们自己的吗？每个神的儿女每天都在建造什么样的工程呢？这真是一个值得我们反思的问题啊！

5月20日，这个被现代人赋予爱的浪漫的日子里，福华堂融侨公馆聚会点撒母耳团契的师生们，前往福清基督教马山养老院探访，将敬老关爱行在实际中！“在白发的人面前，你要站起来，也要尊敬老人，又要敬畏你的神。我是耶和华（利19:32）”。圣经里，神将敬畏神和尊敬老人放在一起，可见敬老尊老是何等的重要！那是自古以来永不过时的传统美德。

一大早我们驱车前往，没想到的是养老院的老人们已坐得齐齐整整地迎接我们。工作人员介绍说，老人们很期盼有人来看望他们，早早地就来等候了。我的心不禁一阵感触。这是一群毕生付尽了爱，如今却在等爱的老人！虽然他们在养老院里衣食不愁，又有专业的工作人员护理，然而，老人们最需要的应该还是亲人的关爱！

活动中，平日里调皮捣蛋的孩子们表现得非常懂事乖巧。他们齐声宣告着：“耶稣爱你，我也爱你”！并用清澈的童音分别献唱着“一粒麦子”和“活出爱”。养老院大厅里飘荡着祥和祝福声！我们在心中默默祈祷着：但愿播撒在孩子们心中的那份爱，犹如那一粒粒麦子，埋进土壤，不断地生根发芽，能结出饱满的果实，带出丰盛的生命，能够时时活出爱，让这份爱代代传承，成为更多人的祝福！

分享礼物的时候，一个个孩子都像小大人样，主动地给在场的爷爷奶奶们分发着礼物。老人们更是喜上眉梢，惹得他们怜爱不已！有的还不断地推让着，嘴里不停地念叨着：“阿命拿回去吃，奶奶自己

敬老关爱 让爱传承

有”！有的老人还感动得悄悄擦试着眼角的泪……老人们要回寝室休息了，孩子们有的搀护着，有的小心翼翼地推着轮椅，有的帮忙按电梯，争先恐后地献着爱心。感谢主，大厅里洋溢着一片和谐天伦乐！

安全地将爷爷奶奶们送回寝室后，孩子们依旧没有停歇，争先恐后地再献爱心，忙得不亦乐乎。有的帮爷爷奶奶剪指甲、有的按摩、有的倒水帮忙洗脸、有的教他们学ipad和手机功能、有的讲着笑话逗他们开心等，几个楼层都充满着他们互动后无比喜乐的笑声。感谢主，但愿这份喜乐，成为老人们美好的回忆，时常陪伴他们度过生命里的孤寂。

虽然我们偶而的探望无法从根本上带给老人心理上的安慰，但我想，至少今天孩子们的到来带给老人的是欢乐！“强壮乃少年人的荣耀，白发为老年人的尊荣（箴言20:29）”。我们希望透过这个爱心活动，献给孩子们一份充满爱的儿童节礼物，希望这份特殊的礼物能够终生伴随着他们成长！藉此也让我们与孩子们共勉：今天的老人，明天的我们！善待老人就是善待明天的我们！

我们的520，爱在走动中！爱在传承里……
文/温柔和平



肾有七怕，你莫“吓”它

中医认为，“肾为先天之本”，它决定着人身体的强弱和生长发育状况。可是日常生活中，肾也有自己最怕的敌人，以下的坏习惯尤其要避免。

一怕——盐和高蛋白食物

高蛋白食物的摄入并非越多越好，长期高蛋白饮食会使肾脏处于“超负荷”状态。另外，饮食过咸也对肾不利。中医讲“咸入肾经”，适量盐可补肾强骨，但盐分过多会导致血压增高，使肾脏血液不能维持正常流量，从而诱发疾病。

二怕——喝水太少

很多人忙起来顾不上喝水，导致尿量减少，尿液中的废物和毒素浓度增加。临床上常见的肾结石和长时间喝水不足密切相关。因此要养成多喝水的习惯，并且不要用饮料代替白水。

三怕——久坐

久坐不动会压迫膀胱经，造成膀胱经气血运行不畅，而肾经与膀胱经相表里，因此久坐也会引发肾功能异常。平时应避免长时间静止坐在一个位置上，适当地做一些伸展及转

头、转体运动。

四怕——受凉

中医认为肾怕寒，而“腰为肾之府”，又起于足底，所以腰和足部更要注意保暖。平时可以将双手掌心相搓，略觉发热后，将双手置于腰间，上下搓搓腰部，到腰部感觉发热为止，这种方法可以保养腰部命门、肾俞等穴位。

五怕——受惊

中医认为“恐”会伤肾，人遇到恐惧时，往往会出现下肢酸软，甚至出现大小便失禁，这便是恐伤肾的表现。有人喜欢看恐怖片，看完后却吓得不敢关灯睡觉，长期如此会让肾精一直暗耗。

六怕——常憋尿

膀胱是储藏、排泄尿液的器官，它只有正常开合，才能将尿液正常地排泄出去。反过来，如果经常憋尿，尿液排泄不出去，会影响全身气机的运行。

七怕——纵欲

中医认为“肾藏精”，肾精是生命的根本，肾精损伤必然会影响到人的寿命。而房事不节最易伤肾或导致肾虚，所以医家无不强调“戒色欲”、“节房劳”。

文/福清市医院 林玮