

生命泉

THE SPRING OF LIFE

2018.08

福清市基督教福华堂 主办

总第232期 2018年第08期

网址: <http://www.fqsfht.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

信实的跟从

薛小青 牧师

经文：赛49:7，林前1:9

引言：

我们生活在这个世代，对“信实”这个字并不是很了解，因为在生活中，我们不太容易看见“信实”。在圣经里面，这一个词，可以翻作“信实”、“诚信”、“真实”、“可靠”、“可信”、“忠信”或“忠心”，有人翻作“尽忠”。但不管用哪一个翻译，这一个观念，对我们堕落的人而言，是很难完全理解的。信实是什么呢？信实可表现在不虚假、不食言和不改变上。

一、不虚假。

虚：1、空；2、不真实的；3、内心怯懦。

假：不真实的，不是本来的。

虚假：与实际不相符的，1、假的，不真实的；2、假借，假托。

虚假，圣经里用“假冒为善”来表达。太15:7-9耶稣说：“假冒为善的人哪，以赛亚指着你们说的预言是不错的。他说：这百姓用嘴唇尊敬我，心却远离我；他们将人的吩咐当作道理教导人，所以拜我也是枉然。”

在希腊文里，“假冒为善”（hypokritēs）的原意是“演戏、表演者”。圣经使用这个词语的时候，都是在福音书中出现，并且出于主耶稣的口，借用其象征意义，就是“伪善的人”。主耶稣称呼法利赛人和文士为“假冒为善”的人，因为他们很严守律法，好像一个演员演好自己的角色一样，可是他们真实的生命只是虚有其表而已。

这让我们知道，在主耶稣的眼中，法利赛人和文士都是戴上假面具的伪君子，他们遵守律法，只是在外在的行为上演出来，但是他们的内心没有被主改变，所以主耶稣说：“你们用嘴唇尊敬我，心却远离我。”他们的心并不敬畏神。使徒保罗在加5:14说：“因为全律法都包在‘爱人如己’这一句话之内了。”如果徒有律法的外表，却没有爱主爱人的心，一切都是枉然的。神希望我们敬畏他、顺服他，并且爱他，我们的生命才能被主改变，活出圣洁的样式。

弟兄姐妹，我们要知道，今天，假冒为善也是基督徒的致命伤。因为假冒为善，基督徒失去见证，教会变得软弱。过去，有人把法利赛人作为假冒为善人的代名词，今天，有人把某些基督徒看作是假冒为善的人。所以，我们回到圣经里，知道耶稣对假冒为善是何等的痛恨。我们要求主帮助我们不要做一个口是心非的人，反而要成为言行一致、表里合一的人。

二、不食言。

太24:35 天地要废去，我的话却不能废去。

太5:17-18 莫想我来要废掉律法和先知；我来不是要废掉，乃是要成全。我实在告诉你们：就是到天地都废去了，律法的一点一画也不能废去，都要成全。

这些经文集中起来要告诉我们：神的话是永不改变的。他永远不会食言。神的话就是我们拥有的这本圣经。也就是彼得所说的主的道，也就是马太所说的律法。神的话，主要表现为神的启示和神的应许。

林后1:20 神的应许，不论有多少，在基督都是是的，所以藉着他也都是实在的，叫神因我们得荣耀。

这句话的意思就是神给我们的应许都要在基督里面得到成全，都要实现。不会食言。而我们人的话会变，会食言。

出19:7-8 摩西去召了民间的长老来，将耶和华所吩咐他的话，都在他们面前陈明。百姓都同声回答说：“凡耶和华所说的，我们都要遵行。”摩西就将百姓的话回复耶和华。

这句经文提醒我们：以色列人在受感动后一致表明都要遵行，然而历史却见证他们说话不算数。神却不是这样。圣灵感动保罗告诉我们：“纵然失信，他仍是可信的，因为他不能背乎自己。”（提后2:13）

所以，我们要学神，说话算话。特别在我们事奉里，求主帮助我们，要把守自己的口，不要食言。

三、不改变

罗3:3-4 即便有不信的，这有何妨呢？难道他们的不信就废掉神的信吗？断乎不能！不如说，神是真实的，人都是虚谎的。如经上所记：你责备人的时候，显为公义；被人议论的时候，可以得胜。

人的心常常容易为罪所牵引而离开神，这里说即便有不信的，是说有一些人在神面前不信实，辜负了神对他们的托付。我们知道人常是软弱的，经常会对神不信实，以色列民族常常陷在罪中，偏离了神的道路。神是否就因着人的不信实，他就把约废弃了呢？如果是这样，神对人的约早就废弃千万遍了。神并不废弃他与子民立的约。他仍然信实不变，继续向悖逆的子民发出呼召，继续借着救恩挽回他们。这就是神信实的属性，是永不更变的。

我们的不信实，不能使神的信实被废弃。他仍是信实，他仍然愿意拯救。我们的不义不能废掉神的义。他的信实与公义仍然显明在他对子民的救赎、与审判上。

保罗在罗4章第4节引用了大卫在诗篇51篇4节的话。他提到了神的赦免与审判：“我向你犯罪，惟独得罪了你；在你眼前行了这恶，以致你责备我的时候显为公义，判断我的时候显为清正。”

大卫犯了罪得罪神，但是当他为自己的罪悔改时，神愿意赦免他。当大卫的罪被神审判时，他说这就是神借着审判显出他的公义来。不管我们是因着悔改接受神的赦免，或者因着罪接受神的审判，我们都不能否认，神在这整件事上显出他的信实与公义。

“主神说，我是阿拉法，我是俄梅戛，是昔在今在以后永在的全能者。”（启1:8）神是永不改变的神。因此，我们信实地跟从，又如一首诗歌说：“既然跟从了主呀！我就不回头，既然认定了主呀！我就不后悔……”

总结：

诚信是一种闪光的品格。也是一种荣耀的美德。更是基督的本性。（帖前5:24）神既是这样信实，我们要信靠他。并要拒绝一切虚谎之事（箴6:16-19；12:22）。效法他，学他的样式，跟从他，侍奉他！一生荣神益人！



Hi 朋友：
 我们想对你说
 我们聚集福华堂
 我们各不相同却同有一个信仰
 我们一起祷告、分享

我们一起鼓瑟、弹琴、歌唱赞美主

我们是福华堂中青麦子敬拜团契

这里不仅是你团契生活的开始

这里更是你的家

这里期待你的加入

我们爱，因为神先爱我们。

有歌唱、乐器服侍意愿的弟兄姊妹

麦子敬拜团在等待你~

有信仰 你就来！

要求：已受洗的信徒，愿意委身侍奉的心，愿意与我们一同来敬拜神！

报名联系人：姚弟兄

联系电话：15080060167

微信号：ido-design



教会怎样在都市化浪潮中赢得年轻人?

记得以前常提“三多教会”，指那些“老人多、妇女多、文盲多”，结构失衡的教会。随着我国社会的全面发展，特别是九年义务教育的普及和都市化进程的加快，现今“三多”的现象，已经得到了明显的改善，尤其是在都市教会中。但不可否认的是，现今教会仍然无法回避一个核心的问题，那就是教会中年轻人虽然在增多，但只是相对而言；年轻人少，甚至是无年轻人的现象仍存在于教会之中，都市教会也如此。

农村教会老人多、妇女多、文盲多、少儿多的“四多现象”，在某种情况下可以视之为“正常”。因为我们国家都市化的推进，靠的就是农村人口，特别是青年人向都市转移，从而扩张都市版图，提高了都市人口的比例。而此时，都市教会若仍毫无改善的保持“三多”或“四多”现象，不向年轻人增多、男性增多、高学历增多、都市居民增多、非功利信徒增多的“五多现象”靠近看齐，那就实在是说不过去了。

根据国家卫计委发布的《中国流动人口发展报告2016》来看，在2015年，我国流动人口规模达2.47亿人，占总人口的18%，相当于每六个人中有一个是流动人口。而且，流动人口中，1980年及以后出生的新生代占48.8%。平均年龄为29.3岁。

从该《报告》看，中心城市虽然仍是2.4亿流动人口的目的地，但小都市流入规模也有所增长，“中心城市以外的其他都市和地区吸纳省内农村户籍流动人口的比例在增加，逐渐成为吸收省内农村户籍流动人口的主要地区。2013年流向中心城市之外的其他都市和地区的省内农村户籍流动人口占全国相应人口的比例为45.6%，2015年该比例为50.5%。”

根据以上的数据可知，当今都市教会人数的增长，大多是外地人口大量涌入都市而产生的结果。2.4亿规模的外地人口中，肯定会有一部人是在老家就已信主，甚至是已经参与服侍的信徒，他们有外出赚钱养家的需要，也有在所居之地聚会的需要，因此都市教会的人数不需要做过多的努力，教会规模仍然可以有一定量的增长。

正如中国社科院出版的《中国宗教报告（2012）》一书中所提到的那样：这种高速的都市化进程对中国基督教意味着什么？它意味着中国基督教的构成将不再以农村人口为主，以往占基督徒总人口的80%的农村基

督徒多数将转入城镇，中国基督徒人口的主体也将转为都市人口。

然而，不少都市教会在人数上较以往有所增长的欣喜之余，也伴有一些令人忧心忡忡之事。一方面来看，都市教会人数增长可喜，但土生土长的本地信徒却没有相应的增长，甚至有些萎缩，老龄化现象极其严重，教会中几乎看不见年轻（二代）的本地信徒。另一方面来看，虽然外来人口填满了原本空洞的教会，但根据流动人口的规模，特别是年龄结构来看，不少都市教会乃是失衡性的增长，单吸引大量中老年人进入教会，但年轻人却相对较少。

失衡性增长带来的结果就是，不少都市教会并没有随之转化成为与都市年龄相适应的年轻化的教会，而只是在蹒跚前行，稍有改变而已。笔者看来，都市教会在吸引年轻人，特别是外来年轻人上，相较于农村教会而言，具有得天独厚的优势，也是责无旁贷的责任。但这种得天独厚的优势，并非就是水到渠成、一蹴而就之事，也并非每一间都市教会都是如此，关键在于有心人，只有下足了工夫，方能吸引并留住年轻人。

首先，要在牧养者的水平上下足工夫，起码要跟得上信徒的需求。都市教会信徒的结构更为多元化，总的趋势或可归纳为，年轻人相对较多、高学历的人不断增加、男性信徒逐渐增多，其需求也就更为多元化、高质量。这种多元化、高质量的需求，自然就会对牧养者的牧养水平，提出了更高的要求，不仅要满足信众的信仰需求，也要满足信众心理、事业等更为倾向于专业化的需求。牧养者的水平，只有不断提高，方可久远的留住信徒，不至流失。

其次，要为年轻人提供足够的空间上下苦功夫，以使年轻人有施展能力的平台。为青年人提供空间，不仅仅是指教会为要赢得年轻人而专门开展的青年事工，施行灵活、多样化的聚会方式，举办各类形式的专题讲座、关爱等。教会要切实给予年轻人的足够的重视，提供平台，甚至是在教会决策层、同工队伍上层面上施行年轻化，使年轻人在教会中能够有话语权，有足够的空间施展才能等。

然后，教会要在硬件建设上下好工夫，教堂建筑至少要跟得上周围房屋的建设水平。不可否认的是，许多年轻人，甚至是中年人不愿意进入教会的原因之一，就是因为

教堂的建设过于落后，低于当地的建筑水平，以致把许多年轻人或信心软弱的青年基督徒拦在了教堂大门外。现在的生活程度要好过以往任何时候，基督徒不能自己住在有天花板的房屋，而任由神的家败落荒凉，美观的教堂建起来了，才能更好地传扬福音。

按理来说，完整的教会应是一间“四世同堂”的教会。教会应该是由老年人、中年人、青年人、少儿有机结合在一起的教会。城市教会信徒的平均年龄与城市人口的平均年龄能不能成正比，或是我们衡量教会年龄结构是否失衡，教会是否健康的重要依据。外来人口大规模流入的城市，肯定是个年轻

且充满活力的城市，其所在的教会理应也是个年轻且朝气蓬勃的教会。

反之，教会若不能与之相应，反而显得苍老呆板、死气沉沉、毫无生气活力，那就说明教会存在严重的问题，存在缺乏吸引年轻人方面的问题。因为，城市化不仅仅是给城市教会带来了大批基督徒，也是带来了大批年轻的基督徒。只有年轻的基督徒，能使教会变得十分有生气和活力，以彻底改变以往教中老人多的状况，从而使教会变得均衡且有生气。

文/左培友

注：本文作者系安徽一教会传道人，文中观点仅代表作者立场。



在今年2月份走访湖南教会时，笔者遇到了负责青年团契两年多的犹大弟兄，他跟笔者分享了牧养上遇到的两大难题：属灵生命的改变不易和不同婚恋观的挑战。

“属灵生命的改变实在不易”

2015年11月，青年团契原负责人嫁到其他城市，犹大弟兄开始接管，他为自己设置了服侍的目标：“让他们真正认识基督，认识信仰。要从世界观、人生观、价值观的高度去看待信仰。要告诉他们信仰并不是盲目的随从，而是从心里面真正认识确信，我们的信仰是能指导（带领）生活（生命）的。”

该青年团契每周有一次聚会，令犹大弟兄感恩的是，有几个在读神学生跟他一起配搭服侍。每次聚会开始有15-30分钟破冰游戏，之后10分钟左右敬拜赞美，圣经话语的分享一般控制在30分钟左右，根据情况中间会穿插讨论，有时候也整体采用讨论的形式。每次聚会前，团契负责人尽量邀请大家一起吃晚餐。每个月（最少每个季度）一次户外团契，每年举办一两次大型活动。

犹大弟兄说，对于大多数90后来说，他们可能觉得聚会只是一个party，很少能认真思考信仰。他认为，牧养上的一个难题是很难触碰到他们的内心，陪伴几年也很难改变他们的生命。

教导神的话语是牧养的重中之重，犹大弟兄尝试了几个方法都没有取得好的效果。青年团契有微信群，犹大弟兄曾经盼望着群能够“活起来”。第一年他坚持每天在群里分享圣经，结果固定回应的就只有三五人；第二年他跟着教会的推动，在群里通读圣经打卡，还特意分成六组，希望组长带头，结果没有人理会，不幸也“流产”了；2017年下半年，他又推动跟着教会细胞小组的教材，每周在群里探讨分享周日证道经文，结果也没人理。犹大弟兄觉得，通过微信群来牧养进入了瓶颈期。

两代人截然不同的婚恋观

对于70后的犹大弟兄来说，90后的婚恋观跟他有很大的不同。令他印象深刻的是，90后同居现象很普遍。“他们看待婚姻生活是相当慎重的，但是恋爱、同居就有点随意，”犹大弟兄说，“他们把恋爱、同居当成是尝试，就如一句流行语‘没在一起怎么知道合不合适’。”

还有一个分歧点是关于同性恋的看法，犹大弟兄说，90后对同性恋的接纳程度超乎他的想象，据他了解，90后同性恋者很多。分析原因，犹大弟兄认为，综艺节目是很大的试探，“许多演员都不男不女的。”另外，一些电子漫画等青少年读物中也有同性恋内容。

“现在的孩子都很现实，基本上不会‘一穷二白’走入婚姻，”犹大弟兄认为，这个是90后看待婚姻很重要的一点。自他牧养团契以来，还没有看到一对仅仅因为爱情和信仰步入婚姻的。团契里的一个姊妹说，“你总不能连住的地方都没有就结婚吧？”犹大弟兄说，最近，一位神学毕业生跟谈了两年多的女友分手了。他说这两人本该到了谈婚论嫁的时候，却因为经济原因分开了，“毕竟嫁给神学生需要很大的勇气。”

回顾两年多的服侍路，犹大弟兄总结说，尝试了不少方法，都没有取得很好的效果，不过自己在这个过程中成长了很多。他认为目前该团契面临最大的挑战是缺少同工。

该教会的主任牧师表示，能有这样的一群人愿意来到教会，甚至他们中的一部分已经进入教会的服侍团队，他很感恩，即使他们信心不够，或追求属灵长进的动力不够。“我承认反省的必要性，无论个人，教会，反省都是必要的。承认不足的同时，我们也承认我们只是在与主同工，正如种子撒下，需要一段时间，才能看到果实。”文/李真

《我不是药神》里的“刘牧师”不属灵吗？

——当救命遇到瓶颈……

近日一部由徐峥主演的国产片《我不是药神》在网上炸了，到处是讨论和评论，因为这部电影取材于现实中真实发生的事件，直面苦难而真实的世间，戳到了中国普通民众的痛点，所以能引起如此强烈共鸣！

与此同时，这部电影《我不是药神》也在基督徒中间炸开了锅。因为这部大众化电影竟然出现了一个“刘牧师”的角色，虽然只是一个配角，但戏份并不少，串联了很多剧情，而且还带给观众很多笑点。

而如何评价剧中这位“刘牧师”的所作所为，就成为基督徒热议的话题。我们看到，有关这位“刘牧师”的是是非非所激起的讨论，甚至形成了对立的两极。有的说这个牧师虽然有缺点却很可爱，所作所为彰显了基督的精神，有的说这个牧师不务正业，甚至断定“刘牧师”没有做牧师的呼召，其激烈程度似乎不亚于两年前对美国大片《血战钢锯岭》引起的那场“血战”。

首先，从剧情来看《我不是药神》导演设定的这位“刘牧师”角色，虽然有那么些“神学不正确”甚至有点娱乐化元素，但我们不得不承认，这位呈现在大众面前的“刘牧师”——摆脱以往神秘而刻板的牧师形象，以一位有血有肉、贴近普通人的牧师形象展现出来。我相信，信徒们应该更喜欢这样的牧师。

在公众的心目中，牧师的形象差不多和佛道教的法师、道士之类一样，都是不食人间烟火的“怪物”，罩着一层神秘的面纱。但这部影片却令人眼前为之一亮，原来牧师并不神秘也不古怪刻板，而是和我们普通人一样，也有缺点，也会得病（甚至是白血病），也会挣扎，也会面临病与穷、生与死的挑战，面对这一常人难以想象的挑战，并不是听天由命，而要奋力一搏。

对于基督徒来说，牧师就是上帝在人间的代言人，必须是绝对“神学正确”，在“圣洁”上必须是高人一等，讲起话来也必须是字正腔圆，而软弱、挣扎、小信绝对和牧师无缘。因此，在很多基督徒的心目里，牧师变成了高等属灵“超人”，变成了“神圣不可侵犯”，以至于这样的牧师只能令人仰望，最终却变成了高不可攀，远离了信徒大众。

但是，在电影《我不是药神》里，“刘牧师”并不是这样，而是很有人情味，很接地气，敢做敢当，敢爱敢恨，是一个有血有肉、又真又活的牧师。可以这么说，有真性情，而没有“脸谱化”。当他看到自己教会的信徒身患白血病，却因无法承受的天价药而陷入绝境，他在挣扎之后，选择了“破戒”，加入到走私廉价药物的行列，但不是为私利，而是为救人。当他看到不法分子贩卖假药骗钱害命，他没有无动于衷，而是第一个冲上台，公开揭露骗子的罪行，为此遭受骗子毒打也在所不惜。

因此，我们要问，什么才是“属灵”的牧师？难道仅仅是脑袋里装满正统的神学概念，只会在教会里讲经、高谈阔论、看起来义正词严的牧师，才叫“属灵”？当“刘牧师”走出四面墙围起来的教堂，进入社会，深入医院，甚至在病房里探访、慰问、关怀，就不“属灵”了？在我看来，这位“刘牧师”正是在效法耶稣的脚踪。“耶稣走遍各城各乡，在会堂里教训人，宣讲天国的福音，又医治各样的病症。”（马太福音 9:35）

我们还要问，什么才是爱呢？只关注灵魂才是爱？身体和灵魂难道是分开的吗？当信徒前来寻求帮助，虚情假意地说几句属灵客套话，再祷告几句，这就是爱了？“若是弟兄或是姐妹赤身露体，又缺了日用的饮食，你们中间有人对他们说，‘平平安安地去吧！愿你们穿得暖吃得饱’，却不给他们身体所需用的，这有什么益处呢？”（雅各书2:15-16）

在影片里，我们看到“刘牧师”对信徒的爱，不仅仅局限于口头的祷告上。当他得知通过走私药可以救命，他就立刻联系帮忙。他之所以“以身试法”，不是为了谋取私利，而是为了患病的教友能获得廉价的药物并得到及时的治疗。这是要付多大的代价？

这里就引出一个非常两难的话题，牧师为了救人可以“违法”吗？有篇文章就如此问道：

“如果我就是那个孩子刚出生五个月就查出绝症的父亲，我该去请别人帮我走私吗？如果我就是那个面对白血病人如此请求的程勇，我应该接过他的橘子吗？如果我是刘牧师，我

该为自己的会友争取这种主内平安的低价药吗？”当然，他的答案是NO！

但是我要说，这篇文章的作者虽然说可能是站在一个道德制高点，却忽略了现实世界的复杂性，因为有些事情并不是非黑即白的，并且忽略了更高的道德原则：人的生命重于一切。

刘牧师遇到的两难处境：救命就得违法，而不违法就得等死。这并不是虚构出来的情节，确实是某些现实层面的反照。如果你面对这个两难，该怎么办？有人可能会说，仰望神吧，生和死都在神的手里。这样的话任何人都能说，但我们又如何能体会到那些身患绝症者的痛苦？

对于他们来说，还没到完全绝望的时候，还有最后一丝希望，为何不争取呢？因为他们并非无药可救，在天价药之外，世上还有某种和天价药药效差不多的低廉药物，只是在目前的体制环境里只能通过不正当的走私渠道才能获得。

“刘牧师”当然知道走私是违法的，但面对救命的伦理，面对体制的瓶颈，他没有别的选择，除非他假装属灵，视而不见。但他的良心不许他这样做，为此他不得不铤而走险……

有人据此责难甚至定罪“刘牧师”。但在这种两难之间，我们要看到另一个更高的伦理原则，这也是耶稣所教导的：“我喜爱怜恤，不喜爱祭祀。”（太9:13）“在安息日行善行恶，救命害命，哪样是可以的呢？”（路6:9）耶稣可没有说这里的“命”仅仅是指灵魂，和身体无关！

因此，透过这部电影《我不是药神》，尽管导演是外邦人，但我们反而能看到一个活生生的、更真实的牧师，不矫揉造作，不故作姿态，不装腔作势，在艰难时运之下显出了他的信心和爱心。对于这样的牧师，我们应该给予理解和尊敬，并从中看到基督的心意。

文/刘盐约



7月24日，与妻子一起前往阳下溪头教堂参加城关地区弟兄团契组织的婚姻家庭培训课，心情久久不能平静，脑海里一直回荡着讲座前弟兄姐妹们唱赞美诗——《你是陶匠，我是陶土》。

当今社会，有多少家庭，没有人为他们祷告而自生自灭，夫妻形同陌路的情况，实在令人感到悲哀。“要走得远，就要结伴同行”。是的，我们是上帝用尘土所造。神要我们在这世上建立、维护家庭的凝聚力，留下一块彼此同心的产业，可以传给子孙。我们需要为谦卑与合一祷告。

牧师从上帝造的每个人都有不同的特质

说起，大致分为四种类型：权威型、勇敢机智型、仁慈型、殷勤型。每种类型都有自己的特点，为我们分析每个类型的优缺点。

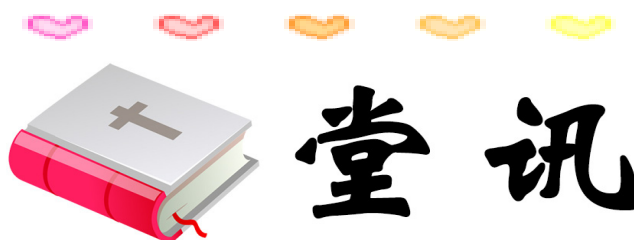
牧师讲课结束后的互动环节，牧师和传道留给大家的问题有两个，一个是你属于什么类型的个性？第二是日常生活中碰到婚姻关系的紧张与压力，你是如何解压的？几位弟兄姐妹踊跃上台，分享他们听课的感想和回答老师的问题。有的说通过读经、祷告，有的通过唱和听赞美诗，有的通过运动来解压。

我家姐妹把课件中有代表性的相片发到朋友圈，不信主的朋友们也说，有这么好的课，为什么不通知他们一起去听？由此可见，这样的课是深受大家欢迎的。

汽车每隔一段时间都要到车行去检修、保养。我们的婚姻、家庭也应该常常交在主的手中，家庭成员也需要彼此分享、鼓励、饶恕。我们要同心，彼此尊重，相爱如宾，存谦卑的心，帮助他人。彼此联络，竭力保守圣灵所赐合而为一的心。这样，我们的婚姻之路一定会更顺畅、更快速。

愿主兴起更多有恩赐的讲者，愿更多的家庭被浇灌。

文/灵醒



1、7月15日起神学毕业生刘锋和林恩清到我堂任实习传道，求主祝福他们的服侍。

2、7月25日-27日堂会举办《新生命》密集课程，有37位弟兄姐妹参加。

唯一的出路——祷告

最近我被一则“富二代败光2.4亿包养情人”的新闻震惊了。新闻的主人公是创业公司的老板，已婚，育有一女。他在网络平台上认识了网红潇潇，激情从线上燃烧到了线下，为她在广州买房，首付400万。日常的花销包括20万的手镯，50万的爱马仕包包，15万的玫瑰花熊，上百万的豪车，去迪拜购物等。他的父亲给的7000万创业基金被他败光，4套房产被抵押。因为欠了一屁股债，他心存侥幸地跑到澳门狂赌，结果陷入了赌、输、骗的恶性循环中，把自己的人生压到崩盘。最终他走投无路，和朋友联手做二手豪车生意，没赚钱，反而坑了合伙人1.7亿而坐牢。而他那位可爱的网红的身边立马换了一个外国男友。

看到这里，我不禁感叹：现在男人的智商都这么低吗？妻子在家里为他洗衣做饭，照顾孩子，耗尽心血，年老的双亲指望着他来继承家业，而他，做了什么？

现在这个社会我是越来越看不明白了，什么抖音，网红，出轨，只要能够寻求感官

上的刺激，那就去做，无所谓道德底线，不害怕因果报应。

现代人对婚姻越来越没有安全感。每天微信里的励志文章都是教导女性要坚强独立，碰到劈腿的丈夫是否要离婚，怎样才能保证自己的利益最大化。“常在河边走，哪有不湿脚？”在这个罪恶的世界里，我们的丈夫都是亚当的后裔，是十足的罪人，都有可能跌倒，我们这些帮助者，该如何是好？

有一位牧者说：“这个时代是被黑暗笼罩的时代，魔鬼的势力侵入我们的婚姻，因此婚姻关系才会如此不堪一击。”

可是，当初神为我们设立的婚姻不是这样的。他拿出亚当的一根肋骨造了夏娃，并对亚当说：“这是你骨中的骨，肉中的肉。”试想，一个人若能将妻子当成身上的一块肉来疼，那所有的网红便无机可乘，所有的出轨就都不会发生。

只是，这个社会病得太厉害了，已经大大超出了神所界定的范围。我们基督徒能做的，唯有祷告，祷告神保守我们的丈夫远离一切败坏的事物，祷告我们的丈夫能够常常地亲近神，；祷告我们做妻子的，尽到我们当尽的本份，在爱里扶持帮助自己的丈夫。更要祷告神，即使最坏的事情发生在我们身上，我们也懂得单单地仰望依靠主，以神为乐，度过人生最艰难的关头！
文/Judy

作为一名基督徒，应当远离谎言，我一直认为这很容易做到。6月份，上级下来检查，需要提供一项业务去年以来的台账。于是我通知辖内分支机构开展自查自纠，在上报台账的同时需报送自查发现问题及整改情况。一家机构在自查过程发现一笔业务未及时处理，我便告诉他要马上整改，该机构又咨询说这笔有瑕疵的业务到时是否要登记在台账中，我请示了领导，考虑到问题已经整改且如果登记在台账中被抽查的概率很大，便告诉他不用登记上报。

在周日牧师证道的过程中，不记得哪句话提醒了我，我意识到给检查组提供不完整的台账就是说谎，违背了圣经的教导。这该怎么办呢，已经请示领导，而且提示那家机构不用上报那笔业务，难道背着领导又把那笔业务登记到台账中？其他人如果知道我把有瑕疵的业务一起提供给检查组，会不会认为我很傻？我的心中两种想法不停地争战，后来害怕犯罪的想法占了上风。我决定还是要诚实做事，但具体要怎么做，我心中也没有谱。第二周，我在汇总全辖报送的台账过程中，发现分支机构报送的有几笔业务有瑕疵，没有按照规定的时限完成系统操作，而且曾经咨询过我的那家机构稀里糊涂地又把那笔有瑕疵的业务报送上来了。该怎么说服部门领导如实提供台账呢，我想了一些理由，然后去请示，她想了一下，对我说：“事实是怎么样，我们就怎么提供吧。”问题迎刃而解，我感到轻松了许多。过了几天，检查组发送给我这项业务的其中一种类型的数据清单，让我核对为什么有些客户电脑中有相关记录但没有在我提供给他台账中。这项业务没有专门的报表可查，我很惊讶检查组能筛选出数据，同时心中也暗自庆幸，还好没有把那几笔有瑕疵的业务给删除掉，要不然，又得编没有报送的理由。经过核对，那些没有在台账中的数据是由另一个系统自动发起的，没有漏报送的数据。

两周后，检查组反馈了问题清单，没想到因为检查关注点不同，这次检查没有关注业务处理的及时性问题，所以那几笔业务没有在问题清单中。

而另一项业务检查发现问题责任单位的认定，更让我进一步认识到“我的好处不在主以外”。另一个部门在本次检查中存在一个问题，而这项业务牵头单位是我所在的部门。检查组在问题确认时，认为责任单位是我所在的部门。如果责任单位是我所在的部门，那我就成了直接责任人。我认为责任认定不合理，因为牵头部门主要职责是制定该项业务的基本制度、框架，具体实施单位如果没有责任的话，那今后这项业务的有效落实将更难。部门领导与检查组进行了沟通，但检查组仍坚持他的看法，我只好勉为其难地接受了。在检查组准备回福州的那天，事情出现了转机。部门领导与前任部门负责人沟通时，提到责任认定问题，

我的担子是轻省的



前任负责人立即指出这样的认定不合理，并主动和检查组进行沟通。终于，检束组在回福州前1个小时修改了责任部门。听到这个消息，我的心欢呼雀跃：“主啊，在人不能，在神凡事都能。你的恩典超过我们的所求所想。”

马太福音11章记载，主说：“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式，这样，你们心里就必得享安息。因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。”遵守圣经教导，有些从眼前看似似乎会让我们遭受损失，至终必让我们得着好处。

文/岁月安好



2017年4月15日下午，我突然接到姐姐电话，说父亲在福清医院。当我慌张到达医院见到躺在移动病床上父亲时，他已经口不能说，手脚不能动，只有一点点的意识存留。医生说父亲是脑溢血，需要转院。在送往福州总院的路上，我拉着父亲的手，大声对他说：“爸爸，不要怕，我们有主耶稣，他会看顾，我们要仰望他。”到了总院，医院下了病危通知单。我在重症病房门口等候，那种无助猛烈地袭击我。我想起父亲的慈爱敦厚，过去点点滴滴父女情谊，眼泪忍不住狂流。我切切求主做我父亲的盾牌和避难所。

父亲在重症病房，每天家人只有一小时的探视时间，这一小时里我都不停地按摩父亲的手脚，为他祷告，唱诗歌给他听“我要

耶稣，我要耶稣，我每日需要耶稣，光明时日我要他，乌云满布我要他，每日在我生命中，我需要耶稣。”最后都要提醒父亲“爸爸，你要仰望信靠主啊！”每当这时，父亲虽意识模糊，但仍会“嗯”应答一声。

感谢主，四天后，父亲从重症病房转到普通病房，意识恢复了很多。母亲试着问父亲“这几天你去哪了？”父亲说：“我到了一个很美很美的地方，看见一个穿白衣服的人跟我说‘要叫你的宝贝儿子信主……’后来，他又对我说‘你回去吧’”。主啊，我们的心被深深震撼了。因为我们四个兄弟姐妹中，我们三姐妹都蒙恩且在侍奉神，只有哥哥未信福音。我相信上帝的应许永不改变，我哥哥是有盼望的。假以时日，他必被拣选，必兴起为主做工。哈利路亚赞美主。

再过几天，父亲病情稳定，可以出院了。我们在家还是天天祷告、赞美，近80高龄的父亲就这样一天天的好起来了——能吃能睡，能站能走。上帝真是独行奇事的神。他的恩典述说不尽，他的荣耀高过全地，他的慈爱永远长存。

文/董秀霞



如何调养脾胃

中脾胃有三怕

一怕生，二怕冷，三怕撑。生冷的食物，如各种冷饮、生的蔬菜水果等，会带着寒气进入身体，最容易伤及脾胃。此外，脾胃最怕撑，饥一顿，饱一顿对它伤害最大。

多动脚趾养脾胃

脾胃不好的人要经常多动脚趾，相当于按摩脾胃二经。上班时，可以边工作边用脚趾抓地、抓鞋底，每次抓5分钟。或者在洗脚盆里放一些椭圆形、大小适中的鹅卵石，边泡脚边用脚趾抓石头。

脾胃喜欢细碎的食物

脾胃和老奶奶一样喜欢细碎的食物。有研究证明，如果每口食物都能做到反复咀嚼，坚持几十年，你的健康状况就会明显好于同龄人。

春夏秋冬脾胃各有养法

春天少吃酸，多吃点甜味食物，如香蕉、大枣等，以养脾脏之气。夏天湿气较重，多吃豆类、薏米健脾利湿，同时少淋雨、少贪凉。从立秋开始多喝粥，山药粥最健脾。冬季寒冷，容易刺激胃酸分泌增加，多食姜、咖喱、羊牛肉等。平时最好早睡早起、多晒太阳，让身体温暖，是保护脾胃的最好方法。

推荐养脾胃粥品、汤饮

山药薏苡仁粥

山药50克，薏苡仁15克，粳米100克，煮粥食用。能补气健脾胃，止泻，适用于脾胃虚弱所致食欲不振、脘腹胀满、大便溏泄。

薏苡小豆粥

薏苡仁15克，赤小豆15克，粳米100克，煮粥食用。能渗湿利水，健脾益气，适用于脾虚湿盛所致的食少纳差、脘腹胀闷、尿少浮肿。

莲子芡实粥

莲子15克，芡实15克，粳米100克，补骨脂5克，煮粥食用。能健脾益气养胃，补肾固精，适用于脾肾两虚所致的食欲不振、脘腹胀满、形寒肢冷、腰膝酸软。

桂枣山药汤

红枣12粒，山药约300克，桂圆肉两大匙，砂糖1/2杯。

功效：山药具有补脾和胃之功能，桂圆、红枣有益气血、健脾胃的作用。

猪骨、或羊、牛肉山药汤

材料：猪骨、或羊、牛肉选一种与嫩玉米、桂皮、生姜、香叶同炖，枸杞、山药后入。

功效：山药具有补脾养胃、补肺益肾的功效，是脾胃虚弱者的最佳药方。

文/福清市医院 林玮