

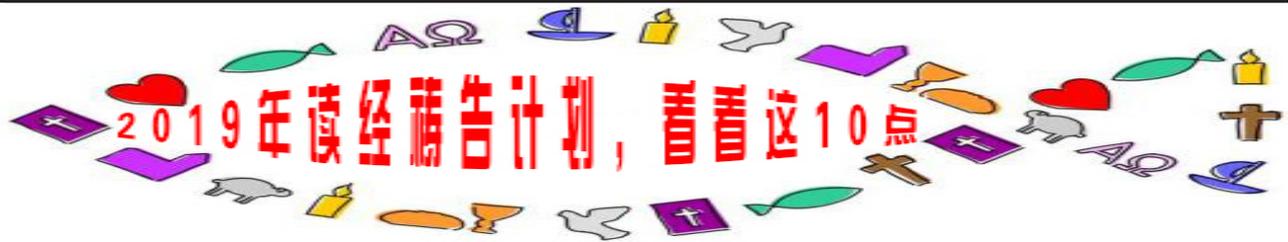
# 生命泉

2019.01

总第237期 2019年第1期

## 诗篇第19篇

诸天述说 神的荣耀，穹苍传扬他的手段。  
这日到那日发出言语，这夜到那夜传出知识。  
无言无语，也无声音可听。  
他的量带通遍天下，他的言语传到地极。  
神在其间为太阳安设帐幕。  
太阳如同新郎出洞房，又如勇士欢然奔路。  
它从天这边出来，绕到天那边，  
没有一物被隐藏不得它的热气。  
耶和华的律法全备，能苏醒人心；  
耶和华的法度确定，能使愚人有智慧；  
耶和华的训词正直，能快活人的心；  
耶和華的命令清洁，能明亮人的眼目；  
耶和華的道理洁净，存到永远；  
耶和華的典章真实，全然公义。  
都比金子可羡慕，且比极多的精金可羡慕；  
比蜜甘甜，且比蜂房下滴的蜜甘甜。  
况且你的仆人因此受警戒，守着这些便有大赏。  
谁能知道自己的错失呢？  
愿你赦免我隐而未现的过错。  
求你拦阻仆人不犯任意妄为的罪，  
不容这罪辖制我，我便完全，免犯大罪。  
耶和華我的磐石，我的救贖主啊，  
愿我口中的言语、心里的意念，  
在你面前蒙悦纳。



**（提摩太后书3:16）圣经都是神所默示的、于教训、督责、使人归正、教导人学义、都是有益的。**

一个得救的基督徒，正常的生活就是每天必须有读经灵修祷告。因此做好每年的读经灵修计划，是非常重要的。

迎接2019新年，为鼓励我们在新的年里立定心志，建立更优质及有意义的每日“灵修时刻”，也就是与神亲近的读经祷告时光。以下10个简单的方法，帮助我们2019年与神有更美好的关系。

### 1、找出适合自己的读经模式

神与人的互动是个别性的，我们每一个人都应该与神有独特的关系。你不一定要像别人一样，每天读一章圣经、诗篇或箴言，又或是一整年要读完圣经一遍。你可以按着你个人的节奏来读圣经，可以没有固定的读经进度。重点在于，当你打开圣经时，要祈求神对你的心说话，透过神的话语，求圣灵引导你每一天的生活。

### 2、给自己一些时间去适应

如果花时间读圣经对你来说是新的学习，这需要一段时间养成，使每日读经成为一种灵性操练。这就像你要养成良好的运动习惯一样，开始时不一定觉得这是你所热爱的事物，但当你愿意每日花时间投入，你会日渐看见美好的果效。

### 3、每天早一点起床

每天早一点起床，以读神的话语展开一天的开始，这会为你的一天带来极大的力量。这能帮助你在新的一天，将心思意念对准基督。同时，如果你每天早起第一件事就是读经祷告，你将不会因忙着别的事情或工作，而错过这段宝贵的灵修时光。

### 4、找一个能安静灵修的地方

正如在旧约圣经里神的子民会筑坛献祭一般，我们也需要找一个地方，来向神敬拜和献上感谢。这个具有特殊意义的地方，也许是你的书桌、厨房的桌子、祷告密室。你每日早晨都可以回到这里来读经祷告，与主享受亲密时光。

### 5、前一晚预备好环境

早起读经并非我的原始天性，因此我需要事先做一些规划。像是我每日睡前会尽早把该做的做好，来让我隔天早上起床，能更顺利进行读经时光。譬如，我会在睡前先设定好咖啡机；另外，我每日读经祷告的祭坛，是在我厨房的桌子上，所以我会先摆放好圣经及我心爱的马克杯。这些简单的步骤，能帮助我隔天早晨更顺利起床走到厨

房，坐在桌子前打开圣经，展开我的灵修。

### 6、想象赴一场神圣的约会

我愿意花时间读神的话语，是因为我渴望与天父有更深的关系。这就好比当你渴望与某人建立更深厚的关系时，你会去安排与他相处的时间、会重视跟他的约会时光，绝不会轻易爽约。因此，当你把每日的读经时间，看作是与神约会，透过这段时光，与神建立更亲密的关系，你可以想象神正在等着跟你相见，这能帮助你在早晨顺利起床，单单为了赴一场与神的约会。

### 7、停下使人分心的事

坦白说，我发现自己一早起床，首先看的往往不是圣经，而是智能型手机。我想知道当我入睡时，这世界发生了什么事。然而，如今我常提醒自己，我在生活中所做的选择，应该要反映出以神为中心的生命。因此，我学习起床后先读经祷告，先以与神亲近的时刻为优先，等到安静的灵修时间结束之后，才会去查看手机。这样做可以帮助我一早先亲近神，远离使人分心的简讯、社群媒体和电子邮件等事物。

### 8、采用让自己更专注的技巧

当我们读经祷告时，有时容易想东想西难以专注。为了帮助自己全心投入这段灵修时光，避免流于形式，我会在圣经旁边放一支荧光笔，用来标示触动我心的经节，还会用笔在圣经上做一些注记，并且把喜爱的经文段落，或是读经问题和相关省思，抄写在日志上。当我这么做，就能帮助我更专心读经祷告，减少心不在焉的情况。每个人都有不同的方法让自己更专心，有些人喜欢听有声圣经，有些人喜爱大声朗读圣经，你可以试着找出让自己专注的方式。

### 9、加入适合的读经小组

你可以试着在教会或小区中，甚至网络社群上，寻找适合的读经小组。虽然小组查经，无法取代你个人与神亲近的灵修时光，但当我们与志同道合的人一起研读圣经时，总是能迸出令我们惊奇的火花，让我们对圣经有新的认识。在小组伙伴的相互扶持之下，经常能帮助我们个人的灵修安静时刻更有果效。

### 10、告诉自己努力绝不白费

如果你的目标，是在2019年花更多时间读神的话语，与神建立更丰富及深厚的关系，那么在每一天认真操练灵修安静时刻，就显得很重要。当你每一次打开圣经时，神就会透过他的话语在你生命中动工。你的努力绝不会白费，坚持到底就对了！



现今无论是在社会、还是在教会，婚姻的健康和满意度一直呈直线下滑趋势，人们开始越来越提防婚姻、越来越对婚姻持悲观态度。这都与社会中流行的择偶观念有很大关联，那么现今的青年人有哪些错误的择偶观呢？

### 1、一定要找一个合得来的配偶

越来越多的人不想进入婚姻、害怕进入婚姻，最起码是不急于进入婚姻，他们不愿进入婚姻的原因之一就是：一定要找到一个与自己合得来的配偶，若非如此，就决不进入婚姻。什么是“合得来”呢？一般就是在个性、兴趣爱好、价值观、信仰上与自己相同。

这些当然不是全然错误的，事实上，配偶与自己的价值观和信仰是否相同会直接影响婚姻的质量，个性和兴趣爱好的异同也会左右婚后的生活方式，这些方面是信徒必须考虑的。但另一方面，我们也必须要知道，世界上没有两个人在以上各方面都是完全相同的，因此，人总是要接受别人与自己的不同。

因着人的堕落，人人都成为只会以自我为中心的罪人，据此，以上择偶的标准就很容易成为不愿改变自己错误个性和爱好、不愿放下自己利益的托词。

### 2、一定要找一个完美的配偶

人们总是幻想着自己能够找一个完美的配偶：他/她不要求你为婚姻付出巨大代价、不要求你为对方作出巨大牺牲和改变、不要求你放弃自己的喜好和生活方式，他/她乐观、健康、幽默、属灵、可以满足自己的情感和肉体的欲望、几乎没有缺陷……

这不是在寻找一个配偶，这是在追求一个完美的幻象，而这个幻象在已经堕落的世界中是不切实际的，世界上有的只是罪人，而没有完美的人；要进入婚姻，就必须接纳这个事实，否则只能收获失望。就算你认为你当初找到了完美的配偶，也会很快发现他/她是会改变的，而且改变的让你诧异。

此外，这种对配偶的要求是非常自私和不公平的，因为你只要求对方完美，而自己却深知自己在许多事上根本就不完美。圣经所教导我们的不是一味地要求别人要达到完美、满足自己不合理的需求，而是要夫妻双方彼此接纳、敬重、服侍、舍己（弗五32-33）。

现今社会离婚率居高不下的原因之一，就是潜意识中认为或者要求对方是完美的，任何时刻都应毫无疑问的来满足自己。当配偶承受不住对方毫无界限的压榨时，婚姻就在崩盘的边缘。合宜的婚姻生活也是建立在对方作为一个有限的罪人的认识之上的。

### 3、一定要找一个有经济保障的配偶

现今的社会告诉我们：一切的幸福都建立在经济上。经济好，一切都好，因此要想婚姻幸福，首先要考虑的就是对方的经济能力。然而，在婚姻中的男女对对方的经济能力的要求越来越高的同时，我们也看到离婚率越来越高，这就足够证明婚姻的幸福与否和经济状况的好坏并不成正比。

现实生活中，很多夫妻在经济状况并不优越的情况下仍然能够相濡以沫、彼此相爱，但是当他们的渐渐富足之后却各奔东西，这样的例子屡见不鲜。婚姻当然需要经济的基础，但是过分的经济要求却是本末倒置的。

圣经从未教导我们婚姻是建立在经济的基础上，乃是建立在盟约和爱的基础上（创二23；歌八7：“爱情，众水不能熄灭，大水也不能淹没。若有人拿家中所有的财宝要换爱情，就全被藐视。”），只有在这盟约中对神虔诚敬畏，对彼此忠心、尽责，婚姻才能荣耀神、才能稳固。

综上所述，现今社会的择偶观已经很大程度上偏离了圣经明确的教导，信徒有责任在择偶上依据圣经作抉择，为神在社会中作见证，甚至影响整个社会的择偶观，而不是被社会的风气吞没。

文/沙玉

# 在职场与老板相处，太难了!!!

如果你对老板有建议或者提醒，你会如何提呢？这就涉及到与老板的相处的技巧了。

二战时期，全世界最有名的陆军就是德国陆军，而德国陆军最成功的一部分就是他的参谋作业，德国参谋作业的时候，他们会根据当时的状况，考虑几种情况，让他的指挥官来决定。很多时候老板其实也是希望如此，手下可以充分的考量各种可能性，而最终由老板来做决定。

如何与自己的老板相处呢？就我自己的经验和大家分享几个方面：

## 沟通技巧

与老板沟通，切记以下几个方面：第一、复杂的问题最好是面谈，不要用电邮或者是微信，因为只言片语很难将复杂的问题讲清楚；第二，也不要找人代传，因为找人代传很容易带来误会，发生歧义，这个时候就得不偿失了。如果实在要发邮件，必须注意发邮件、报告和字条都要力求精确和简洁。避免情绪化的表达，尽量保持平衡。也要忠于事实和真理，一味的谄媚和拍马屁只会适得其反。

如果在会议中有新的想法或者提议，最好事先要知会领导和老板，这比在会议的时候惊奇不已会更好一些。

当然，老板有时也会有意见，这个时候你就必须要保持心态的平衡。面对老板不同的意见，那么你就需要有必要的解释，而这解释也必须要事实说明，这样才能够使老板信服。若是老板执意不通过方案，那么也无需执意的证明自己，那就进行更全面的更改。如果是老板本身的理解问题，那就需要转换用老板可以明白的方式来表达。有时若与老板之间存在很大的代沟，也可以寻找老板信任的人分享你的提案，说服他总比说服老板本人更为容易。

## 建议与批评

作为员工，除了与老板建立关系是必要的，真实为为公司谋求发展和利益也不可缺。那么如何给老板提建议呢？这也非常讲究智慧。

员工对老板建议的时候，需要避免三种情况：第一，最忌讳的就是老板觉得你在批判他。其次，老板没有办法从你的建议之中看到价值，新意和亮点。最后，千万不要让老板觉得你在自吹自擂，即便是你的功劳，自吹自擂只会给老板留下不好的印象。与老板提意见，需要真实，但是也需要很平衡的去表达。

另外，要记住除非老板要求你表达自己的观点，你不要轻易的表达自己的看法。因为老板需要的是客观的分析，除非你的能力被认可，老板自然会主动询问你的意见和想法。

## 表达的技巧

职场中难免会有不如意，惹人生气的地方，但是与老板相处就必须要有愤怒而不表达的能力。这种能力在圣经之中被称为是节制，其实也是高情商的表现，能够控制自己的情绪。所以时刻需要意识到，明确的意见比强烈的情绪更为重要。任何时候的表达都应该要有真实和折衷的平衡，真实是关乎事实，而折中是顾及他人，并且用合适的方式来表达。

所以当在职场中自己的提议或者方案被否决时，也不要一意孤行，而是要有智慧地放弃，最终克服沮丧。眼光也需要放得更长远一些，避免为被否决而心怀不平，而将其视为是自我提升的机会。

有人说职场就是江湖，需要武功秘籍，才能独步武林。事实上，懂得与人相处的人，在任何职场之中都是受人欢迎的。盼望以上的经验分享可以给你带来实质帮助。

文/马太老师



# 堂讯

1、11月18日，秋成感恩奉献主日，弟兄姐妹积极回应，本堂及下属聚会点共收到大米：10公斤174袋；5公斤119袋；油：大瓶186瓶、小瓶60瓶；牛奶124箱；面111袋；麦片219包；挂面3大箱；其它面包等干

粮若干。现大部分已发放完毕，累计送给近200户有需要的家庭与个人并福利院，求主祝福并使用弟兄姐妹的感恩奉献，也赐福给领受感恩物品者。

2、12月23日早，我堂施桂朋牧师为3位弟兄姐妹举行洗礼，荣耀归神！

3、12月24日晚，我堂举办两场平安夜赞美会，并举行点光仪式。

4、12月25日上午堂会举行了圣诞感恩崇拜，25日晚举办了圣诞赞美会。

## 《年岁的冠冕》

清早时 我要歌唱你慈爱  
 日落时 我要歌唱你大能  
 急难时 你做我的避难所  
 危机时 你做我的高台  
 在每一日 我体会你的信实  
 在每一刻 我经历你的恩典  
 你的恩典 为我年岁的冠冕  
 我歌颂你 歌颂那慈爱的神

## 跨年祈祷：

创造宇宙万物的主，我们感谢你创造万物，赐福给我们人类，供我们使用和享用，并且能管理你所造的万物。因人不信你的话，受魔鬼撒但的引诱落在罪中，因此罪就进入到全人类使人不能自拔，所以，为了使罪中的人重新与你和好，经历你起初给人美好的安排，赐下爱子耶稣基督，使我们愿意接受耶稣为个人的救主，从魔鬼的权下迁到你爱子的国度里，藉着耶稣基督的宝血遮盖、并洗净我们所犯的罪。我们将荣耀归给你。

在过去的一年里，你的恩典漫过我们的身，千言万语诉不尽你的慈爱，千首万只唱不尽感恩的心！我们惟愿带着一颗感恩祈祷的心，为着你使我们生在中国、长在中国，使我们有责任为中国祷告，愿你保守我们的国家，成为一个蒙你赐福看顾的国家，愿你带领中国的领袖以及政法的各个部门，成为正直公义、公正公平的领导，愿中国成为一个祝福世界的国家和你喜悦的民族。愿中国的领袖能带领中国的人民成为一个追求你真理之道的国家，因为圣经中告诉我们：以耶和華為神的，那国是有福的，耶和華拣选为自己产业的，那民是有福的。

亲爱的天父，求你来恩待中国的百姓，也特别求你恩待中国教会的弟兄姊妹，切切地为中国的教会恒切的祈求祷告。求你亲自来保守你自己用身体所设立的教会，保守教会在圣灵的运行下合而为一，让忠心爱你的

跨年祈祷：

點燃  
 愛耶穌  
 的心

人在主里面与你合一，连于我们的元首主耶稣基督，保守众教会完全扎根在主耶稣基督这永恒的磐石上永不动摇。引导众教会的脚踏走在你所命定的道路上，求你来保守众教会在这个世代中为你的名发光，见证你的荣耀。求你在众教会中兴起更多时代的工人，更带领教会年老的同工弟兄姊妹，成为新时代工人的榜样，求你来保守他们在晚年的生活中，也能活出你的荣耀，给子孙们带去更美好的祝福。更祈求主兴起传福音的团队与更多的弟兄姊妹来服侍你，让更多的人看到中国教会的兴起，也求你在教会中兴起更多的基督徒企业家，来管理你所创造的财富，把它们更好运用到传福音的事工中去，供应那些在外传福音的弟兄姊妹，使他们在生活上有依靠有保障，为你更好的去做工。愿你的旨意，成就在愿意到你面前事奉的人身上，让更多的弟兄姊妹靠主站立得稳，让你的福音传播到地的四极，让中国的教会成为一个祝福世界的教会。

特别为那些在主你的真道上，受逼迫的教会和弟兄姊妹献上恳切地祈求和祷告。求你特别看顾、恩待那些饱受逼迫和羞辱的弟兄姊妹，特别保守他们在主你的真道上站立得稳，让弟兄姊妹的信心扎根在主耶稣的磐石上，使他们的信心不至于动摇。愿主照着运行在我们里面的大能和大力，充充足足成就这一切，超过我们所求所想，愿主耶稣在天上为我们代求，奉主耶稣基督的圣名求，阿们！

读经听道不是手电筒照别人，而是镜子照自己

**经文：希伯来书4:12 神的道是活泼的，是有功效的，比一切两刃的剑更快，甚至魂与灵、骨节与骨髓，都能刺入、剖开，连心中的思念和主意都能辩明。**

宋尚节博士每天读十一章圣经，每一章都写出一节钥句和自己的心得，并求圣灵光照，看他还有哪些罪没有被神对付掉。每天再忙，他都坚持读经、祷告、记日记。他读圣经读出一面镜子来，用神的话来光照自己，总是看到自己还没有被神对付掉的那些罪。

## 小小思索：

今天有很多基督徒读经、听道，出来一个手电筒来。手电筒是用来照别人的，自己却还在黑暗里。我们要为自己读圣经、听道，用神的话来光照我们，改变我们！ 文/王天声



## 共情与安慰

信、望、爱是基督徒生命的三大支柱，藉此构成基督徒正直、丰富、得胜的人生。所以保罗对哥林多教会特别强调说：“如今常存的有信，有望，有爱；这三样，其中最大的是爱。”（林前13:13）在此我联想到医务人员的共情与安慰。

主耶稣降卑为人，来到世上。主耶稣来到世上的目的，一个就是要为我们人类赎罪，第二个是道成肉身，能够与普通人共情。

主耶稣在世时教导我们，要常常安慰别人。“我们在一切患难中，他就安慰我们，叫我们能用神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人。”（林后1:4）将上帝在你忧伤时的安慰去安慰泪眼婆娑的人。

作为医务人员，我们熟悉美国医生特鲁多的墓碑上的这句名言：“有时是治愈，常常是安慰，总是去帮助”。这说明，医学的最大价值不是治愈疾病，而是安慰和帮助病人。语言作为临床医学中的重要工具，早在希波克拉底时代就被广泛认可，在古代医学中，无论古希腊医学还是我国的中医，都认为医学是“融入情感的科学”，有情才有温度，有温度才会情暖人心。

2001年，美国哥伦比亚大学长老会医院内科医生丽塔·卡伦首先提出“叙事医学”。丽塔·卡伦认为医学在本质上是叙事的，叙事在医学知识的传播上，能够起到不亚于数字、专业术语所起的作用。医学有普遍与特例之分，而叙事就是连通二者的桥梁。叙事就是回归医学本身，以情说话，带情倾听，用情看病。

叙事医学教人们如何去理解患者的身心感受，不论是在患病期间还是在身体健康的时候，实际上在整个医疗保健的过程中，这种对患者的理解都尤为重要。对医生进行叙事医学的训练就是让他们在诊疗过程将患者及其家人的关切考虑在内，而不是专断地开出药方，对患者内心深处的思虑置之不顾。在叙事医学的帮助下，医生可以理解患者的遭遇，明白每个患者的认知和喜好。这已经不是传统意义上医生的职责所在了。让患者主动打开心扉，吐露内心对于疾病的所感、所想是帮助医生了解其处境的关键。我们正是要借助这种方法，鼓励患者说出他们认为医生应该知道的一切，去获得有关他们病情的各种细节。相比之下，传统方式培养出来的医生容易将患者及其家属的感受简单化，不仅如此，他们不会主动和无法理解患者在面临痛苦甚至死亡时的感受。

叙事医学的教育对于面对患者的医务人员来说是必要的，然而这种教育可以延伸到教会，延伸到整个社会，我们对待每个弟兄姐妹，对待每个家人、朋友，每个社会上的人，都应该有共情和安慰。 文/灵醒



一晃，今年又是猪年。记得11年前儿子出生的时候，婆婆欢天喜地：“今年出生的是金猪，60年一次呢！”没想到，磕磕绊绊地，儿子也12岁了。

我记得前两周的一个晚上，为了一道很简单的英语题目不会做，我敲着他的脑袋大骂：“你傻吗，提醒了你这么多遍了还不会！”

我还记得前阵子，因为他数学考了68分，被我用粗粗的棍子狠狠地揍了几下，他憋着嘴痛得不得了，却始终不敢大声哭出来。

我总觉得教训他是理所当然的。而他，从来不怨恨我。被我打骂之后，一会儿又在我面前嬉皮笑脸，啥都忘了：“妈妈，你是全世界最美丽的妈妈，我最爱你！”

前几天看了一篇文章，说孩子其实是很包容很爱自己的父母，而父母对孩子却总是百般挑剔。这几天，我一直在反思，自己对孩子的爱是处于私心还是真的爱他？但有一点，我可以肯定，我并不是太逼他。至少我没有把他送去考文光中学，尽管他的班上有半个班的同学报考了文光。

虽然我很凶，但至少冷静下来后，我会对儿子说：“上帝爱你，上帝祝福你！”虽然我对儿子的学习成绩要求不低，但至少，我从来没有逼他去补习。虽然我总是逼着他参加各种各样的活动，至少，我没有逼着他一定要拿奖。还有一点，是我最欣慰的，我把主带进了他的心里！有一次放学回来，他很欣慰地自言自语：“幸好我信了主，要不然我就和班上其他同学一样，很爱讲脏话呢！”

新的一年，感恩！常常为儿子祷告，希望他智慧与身量一并增长，一生懂得仰望依靠主，拥有真正喜乐的人生！ 文/Judy



## 新年随想

# 血漏少女被上帝医治，神迹今日照样发生



我叫王莹，15岁时忽然患上了一种病，使得原本青春活泼、美好的少女时光，就此止住了。

那一天我突然发生了血崩，导致卧室、卫生间、走廊、马桶里面到处都是血，我的脸上和手上也都是血。突然地缺血，让我感觉快要昏死过去。

之后，我的生理期就开始不正常了，比一般的女孩子要时间久，最严重的时候一个月都不走。每一天的血量达到30多张卫生巾和六七张成人尿不湿都兜不住。血液量最低的时候是5.4升，正常女性血量的一半不到。

我的病在医学上被称为血崩，也称血漏。这个病不仅阻隔了我与同学间的关系，也因着身体虚弱在高二时被迫辍学。

我每天只能躺卧在床上不能动，平均2个多小时就要血崩一次，都是像鸡蛋那么大的血块，很恐怖。每一次血崩的时候床上到处都是血，四肢也完完全全麻木，我不知道也从来不敢想怎么样才能好起来，用悲观的话来说，我就是等在等死。

有一次，家人带我出去呼吸新鲜空气，因为我突然起身，导致供血不足，差点丧命。那时，我的眼睛是睁着的，但我什么都看不见，耳朵也听不见，我想喊人，也喊不出来，身体里的血液好像瞬间都不见了。那是我离死亡最近的时刻，我真的很害怕。

为了治病，我去过许多医院，用过激素，扎过上千的针灸，甚至药物刮宫和服用中西药，但仍不见好转。家人甚至为我寻找了旁门歪道。

从我记事开始，我们家就拜一种狐仙，还有观音和各种佛。然后有亲戚说我身上有鬼啊得赶出去，还叫我家人去十字路口烧纸钱和纸人。我记得那时候有一个会算卦的人跟我妈妈说：“这孩子可能不行了，活不到过年。”可我妈妈安慰我说：“没有关系，你不用听她胡说八道。”但是回到家的时候，妈妈把自己关到一个屋子里面放声痛哭，那是我这么久第一次看见我妈妈撕心裂肺地放声大哭。我受不了我最爱的父母为了我伤心和痛苦，我那时候活着的唯一支撑就

是我的父母。

18岁的时候，我冒着生命危险到北京上大学。在老师的推荐下，参加了一个新生的联谊会。

我觉得可能是我成长背景的原因，心里从来没有打算容下什么其它的信仰，我知道他们是信耶稣的人，但我觉得耶稣和我没有任何关系。我一开始真的认定他们这些人是搞传销的，我不能被他们洗脑，但是后来我发现，他们没有让我付出什么，也没有说要换取什么。

我就这样开始去教会。有一次又突然发生了血崩，承受着极大压力和痛苦的我将这件事告诉了一位长者。而对方的回答也令我格外惊讶……

那位长者说：“我听过有这样的病，不知道现实原来真的有人得这样的病。”我就马上问她：“你在哪里听过？”她说：“圣经里就有啊。”

我回去立刻翻开圣经，里面讲到一个患血漏病12年的妇人，只因摸着了耶稣的衣裳缝子，血漏的源头就立刻止住了。

那天晚上十一点多，我放声大哭，想到我从老家辗转到大各个大城市寻医问药，一直看到了北京，我花了很多金钱都没有人给我希望。据我所知，与我病情相同的两个患者最后都发展成了子宫内膜癌过世了。而当我看见这些经文的时候，我知道我和圣经里的那个妇人一样，但是她被医治了！她被医治就说明我还有希望。

有一天我照常参加教会的聚会，结束聚会回到寝室入睡后，我感到身体开始发生一种经历……

我发现我的肉身和我的灵魂分离了，紧接着我的宿舍好亮，那是凌晨二三点，有一道很白很白的的光，把我们宿舍点亮了，就像白天一样亮，但是那个光很柔和又不刺眼，随后，我又看见耶稣坐在我的床头上，第一眼看见他的时候，我毫不犹豫地确信他就是耶稣，他在我的床上轻轻地抚摸着我的头，很慈祥，说不出来的感觉。

这个场景一直在我的脑海里，直到第二天清晨……

很清楚这不是一个梦，我知道我真真实实地经历了、看见了，从第二天起我告诉自己一定要信主，因为我知道他是一个活着的神，他居然可以和我那么近那么近，我真的看见他了。

两个月后，有一天我独自在教会晨祷，我心里有一个感动，要为自己的病祷告……

我说：“主啊，我感谢你医治我，感谢你让我经历这些苦痛，我愿意为你做见证！”

从那一天起，24小时之内我出血的血量大量的减少，随后的48小时左右，我完全被医治。两个月后，我再去医院检查血量的时候，发现不光病好了，血量也恢复到了正常人的状态。

耶和華神啊，他真的是真神，他救了我

一条命，他是我的恩人，我这一生注定命都是他的！

### 《圣经》路加福音8:43-48

有一个女人，患了十二年的血漏，在医生手里花尽了她一切养生的，并没有一人能医好她。她来到耶稣背后，摸他的衣裳缝子，血漏立刻就止住了。耶稣说：“摸我的是谁？”众人都不承认。彼得和同行的人都说：“夫子，众人拥拥挤挤紧靠着您。（有古卷在此有“你还问摸我的是谁吗？”）”耶稣说：“总有人摸我，因我觉得有能力从我身上出去。”那女人知道不能隐藏，就战战兢兢地来俯伏在耶稣脚前，把摸他的缘故和怎样立刻得好了，当着众人都说出来。耶稣对她说：“女儿，你的信救了你，平平安安地去吧！”



## 英国首家网瘾戒除诊所即将开业

2018年，世界卫生组织（WHO）在发布的第11次修订版《国际疾病分类》（ICD-11）的分类目录中加入“游戏成瘾”，并将其归为精神与行为类疾病。WHO要求世界各国政府将游戏成瘾纳入医疗体系。在WHO的“游戏成瘾”定义中，其特征包括有：对游戏的自控力低下，从而将游戏优先于其他兴趣和日常活动之前，即便会有负面情况也依然会持续进行游戏或增加玩游戏的时间。一些国家已经将“游戏成瘾”视为重大社会健康问题。

由英国国家医疗体系（NHS）资助的英国首家网瘾戒除中心在英国伦敦开业。在此之前，英国仅有一些私人医疗机构提供与网瘾戒除相关的收费服务。该中心由中央和西北伦敦的英国国家医疗体系基金会管理。中心将首先专注于游戏成瘾，并计划逐步扩大其服务，以涵盖其他基于互联网的成瘾。中心将致力于治疗和研究网瘾戒除，并为受到网瘾影响的家庭和个人提供建议和帮助。治疗资金由英国国家医疗体系，研究补助金和慈善资源提供。该诊所的创始人，精神病学家鲍登琼斯表示，“游戏成瘾问题终于得到了应有的重视。它可能导致的痛苦和伤害是极端的。英国国家医疗体系有义务给这些年轻人和他们的家庭提供帮助。对于想要摆脱网瘾的年轻人来说，网瘾戒除中心将会改变

他们的人生。”

专业研究成瘾问题的临床催眠治疗师亚当考克斯表示，网瘾是一个日益严重的问题。“社交媒体、网络游戏以及色情网站的目标是将所创造的内容货币化。他们努力让人们增加上线时间，从而在网络上花更多的钱来购买他们的服务。以游戏为例，许多游戏采用的模式是免费增值模式。虽然游戏本身是免费的，但是游戏附带特性、功能或虚拟物品，比如额外的“生命”和更好的“武器”则需要支付费用。游戏公司的主要盈利来源正是这些额外费用。为了玩家花更多的钱和时间在游戏上，游戏被设计的让玩家非常容易上瘾。为了与其他玩家竞争，玩家会在游戏上投入大量的时间和精力。有时候，玩家一旦离开游戏便会前功尽弃。这也使得玩家整天都在游戏上。”不过，考克斯表示，家长不应该为此感到惊慌，因为只会有少数儿童会受到这种影响。“游戏成瘾”的总体罹患率非常低。不是所有沉迷游戏的行为都可以称之为“游戏成瘾”。他补充说：“游戏能够为孩子们带来一些好处，例如帮助孩子手眼协调等等。但是如果玩游戏成为孩子们每天醒来的第一件事，那么这就是一个需要家长关心的问题了。”

文/林安艺 林星