

棕 树

FOR THE PEOPLE WHO WILL SURVIVE IN THE LAST DAYS



婚姻的涵义

上帝造亚当并不是要他独居，乃是期望他过群居的生活。如果没有伴侣，就算伊甸园的景色再美，工作再愉快，也不能使人感到幸福。即使有天使常与他交往，也不能满足他对同情和友谊的渴望。于是，上帝亲自为亚当造了一个与他性情相同，能彼此相爱，合而为一的伴侣。宇宙的创造主设立了婚姻的制度后，亲自主持了世界上的第一次婚礼。

从此，婚姻就成了上帝给人的恩赐之一。它本是人间的福乐，足以保障人类的纯洁和幸福，供给人类社交的需要，并促进人类德智体三方面的发展，但现今婚姻已被罪恶所破坏。在许多实例中，婚姻是一副苦不堪言的重轭。撒但正忙于促使那些完全不相配的人结合，并以此为至乐，因为他藉此所能加予人类的痛苦和无望的祸害，比任何方面更多。

挪亚的日子，人们因婚姻所犯下的大罪，就是上帝的儿子们同人的女子们结婚。自称认识并敬畏上帝的人竟与那些心地败坏的人交往，而且不加辨识地任意嫁娶。今日也有许多缺少深刻宗教经验的人将要步挪亚时代之人的后尘。他们不慎重思考，也不祷告，而贸然结婚。许多人轻率地允承了神圣婚姻的约言，犹如一次普通的交易一样；他们结婚的动机不是出于真诚的爱，他们谈情说爱的方式毫无高尚圣洁而言，违背了健康与贞洁之律。

上帝将人类安置在世界上，并赐予他们自由选择的权利。人固然有权吃喝、买卖、恋爱、嫁娶，但惟有存心敬畏上帝而行才是真正安全的。当人的心中怀有真实之爱，情感听从圣灵的声音，以圣经的原则交往，而获得的正确的爱情会给自己的一生带来益处和幸福，反之，错误的爱情则会让自己的人生充满不幸与失望，甚至摧毁人的永生。

目录

Contents

信仰人生

26 脱离黑暗的感情

本期主题：你恋爱了吗？

10 part 1: 爱情生物分子

12 part 2: 正确恋爱

15 part 3: 婚前准备

牧者之声

19 耶和华是我的牧者

生命见证

04 您在家中也是基督徒吗？

幸福家庭

06 缺爱感

28 儿女教育的七个秘密



您在家中也是 基督徒吗？



不轻易发怒的，胜过勇士；治服己心的，强如取城。（箴 16：32）为了有效地教育儿女，同时建立一个幸福美好的婚姻生活，我们在家中必须做到自我控制（self-control）。

在一个阳光明媚的下午，我与一位姊妹一边散步一边聊天。她问了我好几个问题，其中一个问题是：“您为什么和家人搬到乡村住？”我告诉了她自己曾经放下所有的虚伪和掩饰，决心真正与上帝同行的经历，也说明了自己领悟到了必须先在家中成为真基督徒。

一个在家中无法表现出真基督徒言行举止的人如何向世界传福音呢？一个在家中无法被圣灵掌管的人在教会里能接受圣灵的权威吗？一个在家中无法得到丈夫、妻子或孩子认可的基督徒有必要努力在社会上得到人们“真基督徒”的认可吗？

我们如何在家庭中以基督徒的身份生活呢？在回答这个问题之前，我们必须理解基督徒是怎样的人。基督徒是爱基督的人。因为爱基督，所以顺从基督的话语。基督徒是相信“人若爱我，就必遵守我的道”这句话的人。基督徒是圣灵悄悄对良心说话时屈服自我的人。

自我屈服（self-government）意味着自我接受基督的掌管。当基督掌管我时，我才能通过基督降服自我。当我们拒绝心中基督的声音，转耳不听时，自我就征服了我们。所以使徒保罗说“我是天天冒死。”如果我们的自我没有死去，不愿意屈服，我们就无法成为一个真正的基督徒。

一个不愿意否认自我，接受基督掌管的人如何能在家中成为真基督徒呢？又如何以爱、忍耐和同情对待自己的丈夫、妻子和儿女呢？很多受到教会和世界尊敬的基督徒在家中却不能以基督徒的身份生活。这是发生在我们周围的事实。我们如果没有在家中实践自己的信仰，信仰将会变得虚伪而无力。

屈服自我意味着使自己屈服于正确的原则，纯洁的理性和良心的声音。然而我们大多数情况下选择屈服的对象是自己的冲动、感情和习惯。上帝希望所有基督徒都以一颗自愿的心屈服在他的原则之下。因为上帝希望基督徒在世上返照自己的品格。

在圣经里有两种人，一种是学会自我屈服的人，另一种是没有学会的人。没有学会自我屈服意味着屈服在了自己面前。您记得旧约圣经中约瑟被卖为奴隶的那日吗？那日对约瑟来说是非常痛苦辛酸的一日。但是他做出了选择，决定将自己完全献给上帝。约瑟将自己的意志和选择权放在了上帝手中。约瑟屈服了自我，从而让上帝完全掌管自己。他被卖的那日学会了将自我屈服在上帝面前的含义。被卖为奴后，他无数次地陷入容易屈服于试探和诱惑的环境中，但是他每一次都将自我屈服在了上帝面前，始终忠诚于上帝。约瑟后来不仅饶恕了将自己卖给商人的弟兄，而且向他们发慈悲，以此彰显了基督徒美好的品格。约瑟理解了“屈服自我”的含义。

再想一想参孙的经历。参孙没有屈服自我，而是屈服在了自己的冲动和感情之下。他为了满足自己，牺牲了天国的原则。比起将自己屈服在天国的原则之下，他选择的是满足冲动而感性的本能，所以他陷在了女色的诱惑之中，最终失明，成了敌军的奴隶。当我们选择成为罪恶的冲动、情欲和感情的奴隶时，我们会失去属灵的眼光。参孙虽然信上帝，但是没有学会将自己的冲动、感情和脾气屈服于上帝面前。他没有理解“屈服自我”的含义。

我们想一想自己吧！我们究竟是像参孙，还是像约瑟？我们是被冲动和感情牵着鼻子走的奴隶，还是忠诚于自己的义务以及神圣原则的人？

再回到家庭的问题上。我们可能会在人多的教会和职场上表现出约瑟的样子。但在家庭中，我们也像信实的约瑟那样行事为人吗？听到丈夫或妻子说话伤及自尊时，受到不公平的待遇时，交谈中意见不合时，我们依然像信实的约瑟那样对待对方吗？当孩子们令人心烦，无理取闹时，我们是烦躁、发火，还是以爱和公义对待孩子呢？

最优秀的教育儿女的方法就是父母在家庭中向孩子彰显基督的形象。用温柔的解释和说明代替冲动和不耐烦；在发火的状况中表现出忍耐和谦卑；用行为告诉孩子活着不是为了金钱和名誉，而是为了服务和牺牲。当父母们如此实践自己的信仰时，孩子们会成长为小耶稣。

屈服于冲动、感情和脾气的习惯可能是从小培养出来的。孩子有时候下决心做一件事，但一遇到艰难或是自己不耐烦的话，就会寻找其他新鲜的事。找到新鲜的事之后又不能坚持到底，于是又找另一件事。结果没有一件做完做好的事。父母必须纠正孩子的这种倾向。要让他们养成持之以恒，不随便放弃的习惯。

儿女必须学习屈服自我。孩子若是没有学会屈服于家庭设立的原则或是良心的声音，长大成人后会遭遇很多的试探。没有学会即刻屈服于冲动和感情的父母，无法给予儿女基督徒的真教育。

与自我争战是所有基督徒面临的最大争战。唯有在这种战争中得胜的父母和儿女才能看到天国。得胜的，我要赐他在我宝座上与我同坐，就如我得了胜，在我父的宝座上与他同坐一般。（启 3: 21）

在自我几乎要征服我们的情况中，选择将自我放在上帝的手里时，我们就能得胜自我。自我几乎要征服我们的状况，就是我们软弱的本性受到试探和诱惑的时候。信赖的人冷落我们，被孤立，被轻视，在金钱和名誉面前受诱惑，因真理遭遇艰难和试炼，这都是自我几乎要征服我们的时候。此时此刻必须将自我屈服在上帝面前，以谦卑、温柔和忍耐，走真基督徒的道路。

若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架，来跟从我。（太 16: 24）

这节经文向我们介绍了跟随基督的三种阶段。跟随基督的先决条件是必须有愿意跟随他的心。只有先下了决心，我们才能上第一台阶。第一台阶就是舍弃自己，屈服自己。对于屈服自我的人才会有第二阶段，背十字架。十字架不会出现在屈服于自己的感情和冲动的人面前，这实际上是拒绝背负十字架。否认自我的人就会自愿背起十字架。很多人无法屈服自我的原因就是害怕屈服之后的结果——十字架。当我们站在第二台阶上时，我们才能攀登与主同行的第三台阶。

亲爱的丈夫和妻子，您在家里所有的对话和生活细节中，是舍弃了自己，背着十字架，跟随主；还是被自己未重生的性格所牵引呢？如果我们在教会是大家认可为虔诚的基督徒，但在家却不是否认自我的真基督徒，那我们就必须思考下面的话语。

“凡称呼我‘主啊，主啊’的人，不能都进天国；惟独遵行我天父旨意的人，才能进去。当那日，必有许多人对我说：‘主啊，主啊，我们不是奉你的名传道，奉你的名赶鬼，奉你的名行许多异能吗？’我就明明的告诉他们说：‘我从来不认识你们，你们这些作恶的人，离开我去吧！’”（太 7: 21 ~ 23）

奉主的名做先知之前必须先学会在家中屈服自我。奉主的名赶鬼之前必须先在家中屈服自我。奉主的名行许多权能之前必须先在家中成为将自我屈服于圣灵的基督徒。只有这样的人才是遵行主旨意的人，是顺从上帝律法的人。

如何将自我屈服在基督的旨意之下呢？当我们选择完全屈服时，主就要改变我们的感情和思想。他会将他的心赐给我们。

你们当以基督耶稣的心为心。（腓 2: 5）

只有基督将他的心赐给我们时，我们才能屈服自我。我们自己改变不了自己的心，但是可以选择怀抱基督的心。耶稣绝不会拒绝任何一个以恳切的心来到祂面前的人。只要以渴慕祂义的心来到祂面前，祂就会将我们那颗充满愤怒、厌烦、委屈和憎恶的心变为充满爱、同情、忍耐、慈悲和各样丰盛恩典的心。让我们仰望祂改变人心的能力，走向祂吧！祂必将自己的心作为礼物赐给我们每一个人。

我们在家中也是基督徒吗？请记住，如果在家中不是基督徒，那我们就不是真正的基督徒。



缺爱感

我们内心容易受到的第三个伤害就是缺爱感。如果孩子小时候没有从妈妈那里得到充分的爱，在成长过程中或是成年后就会感觉很缺爱。

分离不安障碍症

韩国有一种“分离不安障碍症”，英文用专有名词 Separation anxiety disorder 来表示。汉语直译就是“分离不安紊乱”，是指一个人由于要与家庭、亲人或者那些他对其有着强烈感情依附的人分离时，所体验到的一种极度的心理焦虑，以至于造成心理或者情绪的紊乱。很多孤儿、单亲家庭的孩子一般都会患上这种病，因为这样的家庭往往不能给予孩子完整的爱。

不仅是上述那样家庭的孩子，象我家的孩子，即便生活在基督化家庭里，也得了“分离不安障碍症”。了解到这是一种精神疾病后，我的孩子花了一年的时间接受精神治疗。这么幸福的家庭中生活的孩子，怎么也会得这样的精神疾病呢？

因为我们当时对教育太无知了，没有给予孩子真正爱的教育。在他小的时候，我和妻子经常到外国去聚会。我们就把孩子托付给奶奶或者孩子的朋友家，要么哪个职员的家庭，或者让邻居帮忙照顾。把孩子托付好之后，我俩就预备去国外了。当我们去机场的时候，孩子就哭闹着要和我们一起走，旁边的人就拽着他，阻止他，于是他就在深深的失落与伤感中与我们分离。

我们当时并不觉得这个问题有多严重，结果一年、两年、三年、四年过去了，孩子出现了问题。大概在他 9 岁时，可能除了睡觉，他一天要来回回去厕所 30 次。他一会儿没有看到妈妈，就到处不断地找，哪怕妈妈就在家。如果妈妈去了卫生间，去厨房做饭了，一旦没见着妈妈，他就要确认一下妈妈现在在哪里，只要妈妈不在他旁

边，他就会非常不安。这就是分离不安障碍症。

刚开始我们不能理解，孩子怎么会这样呢？他怎么总是这么缠累妈妈呢？你都9岁了怎么还这样？所以我们对他就更加地严格，不知道孩子为什么总是呈现出这个样子。等知道孩子是染上了精神上的疾病时，我们真的受到了很大的打击。

回想养育孩子的过程，才发现其实我们真的是非常糟糕的父母。那时孩子没有上学，对他而言，基本上爸爸妈妈和他自己这三个人就是他的全部世界了。当爸爸妈妈把孩子独自一人放在家里去传道，这个孩子就失去了自己唯一依赖的社会圈子。在与亲人的分离中，他失去了安全感，于是焦虑、不安、或不愉快的情绪反应随之而来。这种离别焦虑的出现促使孩子去寻找他所亲近的人，或者发出信号，呼唤妈妈的出现。这是孩子寻求安全的一种有效的方法。焦虑中的孩子会把所有的注意力放在寻找亲人上，甚至情感思绪产生紊乱，导致生活行为失常，我的孩子就是个典型的例证。

Separation anxiety disorder 多发生在小孩子身上，有很多非药物性的治疗方式，比如弱化情感依赖、鼓励参与集体生活等。大约三年前，我们就让孩子去上学了，这样他就得到了很大的医治。本来对孩子来说，家庭就是他的小社会。现在又遇到了一个新的社会，在那里他更充分地发现了自己。他开始学会如何进行人际交往，从经验上知道了什么叫做无私，什么叫做自私。所以，孩子现在得到了很大的医治。

其实现在孩子已经完全痊愈了。但在这之前，我们不能很好地理解孩子的这种痛苦。我们的标准有时候定得很高，我们也不不断地将之强加于孩子。在儿子十岁前，只不过是是个很小的孩子时，我就常对他说“你是牧师的儿子，你不能丢爸爸的脸。”这种强烈的警戒和严格的教育，给孩子施加的压力该有多大呢？我总是用圣经啊，话语啊，来要求他，结果很容易就成为律法主义者。虽然孩子患了精神上的疾病，但从某个角度来说是很大的恩典，我们因此发现了我们的教育是多么有问题。以后，我们就不断地调整改正教育的方法。以前听到谁说“孙牧师的儿子怎么这样”的时候，我们回到家里就会马上质问孩子：“你为什么那样，你为什么那么做？”让孩子感受到

一种很大的压力。现在再也不会因听到这样的话，而给孩子压力了。他只是一个孩子，当然会这样啊！当我们去爱他原原本本的样子时，孩子的伤害就在爱中得到了医治。

缺爱后遗症

所有缺爱的孩子，如果在出现问题时没有及时得到医治，那么他们长大成人后，在人际关系中会产生很大的问题。特别是女孩，他们会不知不觉地非常执着于某个朋友。

“我在这个朋友身上真的付出了很多，对她特别好。”假如对方没有同样地对我，或照我想要的回馈我时，就很容易产生愤怒和嫉妒。

“本来她应该对我最好，可她偏偏对别人也这么亲切，难道是我对她的爱不够吗？”女生之间通常容易发生这样的事。

为了得到对方更多的爱，又给她礼物，又去帮助她。如果这样还是得不到对方的爱，她就会很失落。如果这个人对她也很好，她就恨不得把自己所有的一切都给她。我真的看到过好几个这样的姊妹，这都是因为小时候缺爱而导致的症状。

就像电影里的场景一样：一个有钱人的女儿爱上了一个小混混，最后就离家出走了。为什么呢？因为她从来没有体验过的一种爱，从那个人身上得到了。所以，哪怕是抛弃一切都想得到那个人。他们在与异性交往的时候，就像跟踪狂一样特别执着，很容易就会越界。在关系好的时候，表现得十分积极；一旦关系遭到破坏，哪怕只是一点点，一下子就变得特别消沉。这样的人结婚之后，很容易猜疑。（指疑夫症或疑妻症）

许多人都是因为缺爱，而陷到极端行为中，然后就产生了各种严重的问题。比如：吸毒、赌博、电子游戏、性、酒……通常是因为他们缺乏爱，为了填补虚空的心，就染上了这些恶习，陷在其中。

医治的方法

如果我们受过这样的伤害，那如何能得到医治呢？绝大多数人都会理所当然地认为，这种缺爱的人多给予他爱，他就会得到医治，但事实上并不是这样的。

比如说花花公子，会和这个人，那个人，和许多女孩约会吧？为什么他总是同时和好几个人交往呢？因为他害怕被自己喜欢的人拒绝，害怕自己得不到爱，害怕自己周围什么人都没有，害怕所有的人都离开，只剩下自己一个人。因为他潜意识里有这样的一种恐惧，所以他就和好几个人约会。



为了解决这种缺爱的症状， 我们到底该怎么办呢？

缺爱的人一般都不爱自己，不能接纳自己。最近有人和我交流，“我不爱自己，我在别人面前总是低人一等。我感觉我所做的什么都不对，我就觉得这个世界上要是没有我就好了。”这其实是从缺爱造成的。一般的孩子当他吵闹、纠缠的时候，你去拍拍他、哄哄他就行了。但是一个有缺爱症状的孩子，无论你多么爱他，怎样哄他，他还是持续不断地去要求你，令人感觉很累。与之交往的人会觉得，“那个人如果不来找我就好了”，于是相互之间就造成了伤害。缺爱的人，对自己的评价很低。“我必须做这件事别人才会认可我。为了得到别人的认可，我必须要做到这个程度。”这种人非常强烈地追求别人的认可和称赞。如果自己已经做到这个程度了，却没有按照所期待的得到称赞，他就会愤怒：“我到底做错了什么？”

一个缺爱的人为了获得别人的爱而努力执着地付出，也许根本得不到别人的理解和赏识。所以要学会接纳、认证并爱自己，努力做一个自己喜欢的人。每一个人都因耶稣基督生命的赎价而成为宝贵，每一个人都有潜藏的能力可以被激发出来。我可以成为一个多么有价值的人，多么高贵的人，多么值得去爱的人。当我们这样去爱自己时，就会在主里得到医治。

【番 3:17】

耶和华你的上帝是施行拯救、大有能力的主。
他在你中间必因你欢欣喜乐，默然爱你，
且因你喜乐而欢呼。

创造了宇宙万物的上帝，他爱我。不仅爱我，而且还因我欢欣喜乐，我是如此宝贵的存在。我们要意识到自己是一个完全值得去爱的人。

【诗 27:10】

我父母离弃我，耶和华必收留我。

虽然父母离开了我，但是上帝随时都会接受我。我是上帝所爱的，是上帝的儿女，所以我爱自己。

我们必须懂得去爱自己，学会客观的评价自己，甚至可以对自己这样说：“爱自己吧，你是上帝所爱的人。”“辛苦了，你很疼吧。”“没关系，我学会了爱自己。”“你已经尽到最大的努力了。现在没事了，加油！不是有上帝在吗？”要尝试这样与自己对话，要去爱自己。你怎样因为想要得到别人的爱而去爱别人，那么你就以同样的心和愿望去爱你自己。要经常对自己说：“我爱你。”要多多地鼓励自己、认证自己，要把自己抱在心里。

只有当你学会了给予自己爱，才能有更多的爱流露出来，才能理解别人，才能考虑到他人的感受而给予人正确地爱。因为不能爱自己，爱不了自己，所以就总喜欢抓着周围的人，总是为了要得到什么而纠缠着。无论你怎么努力，你都得不到想要的，因为周围的人会觉得和你在一起很累，然后就离开了你。

在没有学会爱自己之前，“啊，因为以前你是这样对待我的，所以我也要这样对待你。”但是当我们将爱自己的时候，这样的想法就会放下。“是的，也许不是我想的这样，而是那样的。”当你懂得如何爱自己的时候，你就能善解人意，你的心胸也会变得宽广。

在家庭关系中也是如此。家庭对你而言是多么重要，家人对你而言是多么宝贵，难道与家人的关系一定要处在痛苦中吗？在家庭中，除了普通爱的关系，还有一种血浓于水的亲情关系。如果我们是爱自己的，那么我们里面就会充满了爱，然后这样的爱就会流露出来。最先得到医治的就是家庭关系，然后和朋友之间的关系也会得医治，和同工以及同事之间的关系也会得医治。这样的爱越来越多，结果就治愈了所有的关系。因上帝的爱而爱自己是所有医治的开始，是所有爱的开始。如此一来，因缺爱而受到伤害的人才能真正的得到医治，接下来也就懂得怎样爱人如己。

【箴 11:17】

仁慈的人善待自己，残忍的人扰害自己。

你恋爱了吗？



有一对相爱的情侣，他们的婚事遭到了家庭的反对。从此家里展开了一场没有硝烟的战争。他们在家里大吵大闹，甚至掀翻桌子，威胁父母必须同意自己的婚事。这是一个基督徒的家庭，曾经是模范家庭。一家人都明白真理，都愿意按照真理的话语生活，也愿意放弃世界献身于上帝的工作。但是现在却处于家庭关系破裂的危机之中。

“爱”到底是什么？为什么这样的爱会让一个家庭瞬间几乎支离破碎？自己的爱一旦遇到反对，就立刻失去理智，做出疯狂的举动，这样的爱果真是爱吗？

很多年轻人在与异性交往的过程中，由于缺少正确的指导，在相处时留下了很多心灵伤害，尤其是交往失败分手后，因为交往中发生了较深的肉体关系，一辈子活在罪责感中。

亲爱的青年朋友，你们知道什么是爱吗？你们是否在正确地恋爱？你们在为结婚做着准备吗？恳切地盼望本期主题能够帮助大家推开真正幸福的爱情之门！



"爱情生物分子"

爱，到底是什么？有人说，爱是一种感觉，当你站在你爱的人面前，你的心跳会加速；当你与你爱的人四目交投，你会害羞；当你爱的人哭，你会陪她一起哭。也有人说，爱就是花前月下，风吹影动，娓娓絮语，倾心美好，令人向往。还有人说，爱是很飘渺的东西，世上所有人都解释不通，等你遇上了，你就能完全理解了。文学家、社会学家、热恋的情人都有各自的理解和诠释。而科学家对爱情的解释则是非常有趣：爱情实际上是一种绝妙的分子，由人类神经系统一连串奇妙的生物化学反应生成。

爱情产生的化学反应

1 睾酮素

睾酮素又叫“睾丸素”或“睾丸酮”，是一种人体激素，男女两性的身体里都有它，只是它对男性的影响更加明显一些。睾丸素水平较高的人，精力更旺盛，攻击性更强，性的欲望也更强烈。在我们处于青少年时，刚过青春期的我们，体内的睾丸素第一次活跃起来，并给我们带来体验“爱”的愿望。这种愿望会让我们寻求浪漫，从而引领我们进入爱慕阶段。

2 去甲肾上腺素

去甲肾上腺素能让恋爱的人心跳加快，兴奋不已，出汗、脸红。其原理是因为去甲肾上腺素有强大的血管收缩作用和神经传导作用，会引起血压、心率和血糖含量的增高。

3 多巴胺

当两个人相互吸引时，会寝食难安，魂牵梦绕，这一阶段发挥作用的主要是多巴胺。多巴胺是传递快乐信息的神经递质，是大脑中的快乐荷尔蒙。多巴胺可增加心肌收缩力，增加心血输出量，使脑血管扩张，血流量增加。陷入爱河中的人大脑会分泌多巴胺，对对方热情高涨，同时感觉到爱的幸福。那些吸毒的瘾君子们在“腾云驾雾”时，所体验到的那种满足感，都是同样的机制在发生作用。多巴胺给身体带来“激情”，但我们的大脑不可能长期不断地大量释放这些物质。也就是说一个人不可能永远处于心跳加速，激情满满的巅峰状态。所以大脑只好取消这种念头，让那些化学成分在自己的控制下自然地新陈代谢。这样一个过程，通常会持续一年半到3年。随着多巴胺的减少和消失，激情也由此变为平静。所以，固定的两性关系时间一长，相互间再无新鲜感，也就再难以兴奋起来，那种刻骨铭心的爱情便消失了。

4 苯乙胺

当一对情侣坠入爱河，人体内被激发产生大量“情爱物质”，此时双方的血液中苯乙胺的含量比平时高出2—5倍之多。苯乙胺最能使男女产生狂热之恋，生死之情。苯乙胺具有很强的副作用，对方的优点被无限放大，缺点则视而不见，于是，就出现了“情人眼里出西施”的情感效应。

5 血清素

血清素是人体产生的一种神经传递素，会影响人的食欲、内驱力和情绪。一般来讲血清素和多巴胺能够和谐相处，但问题是当多巴胺致使我们对于我们的对象过分狂热的时候，血清素会开始撤出人体，于是失眠，焦虑，负面想法层出不穷。据调查，陷入热恋的人体内血清素水平会比恋爱前降低约40%，这样的人会表现出类似强迫症患者的行为，比如总是忍不住给恋人打电话。

6 催产素

常言道：恋爱中的女人最美！为什么呢？因为沐浴在爱河里的女人会分泌催产素。很多人都知道，孕妇生产时就产生催产素，促使乳房分泌乳汁，增进亲子感情。不过，大多数人却不知道催产素还是一种神奇的“爱情激素”。

这种激素有多种功能。它能减少焦虑，增加平静的感觉，也是产生幸福感的关键激素之一。这种激素同时也改善了女人的气色和精神状态，所以说“恋爱中的女人最美”。催产素还能启动依恋他人的愿望，加强伴侣之间的亲密关系，所以被称为“爱情激素”。女性对男性产生的母性本能也是因为催产素的旺盛分泌。出生的孩子就算再丑，在母亲眼中都是最漂亮的，这也是催产素的作用。

爱情激素，这听起来是不是非常有趣而神奇呢？陷入爱情中的恋人们，身体会产生各种兴奋激素。这些激素带给恋人们各种不同的感觉，也会影响恋人的行为。恋爱中的人会觉得幸福快乐，心跳加速，或是执著于对方，看不到对方的缺点，因爱变得盲目，集中精神的能力会下降，也会因为过度想要保护自己的伴侣而变得嫉妒。

爱情对大脑的影响

俗话说“恋爱中的男女是傻瓜”。根据英国伦敦大学学院研究发现，这句话还真的科学依据。实验显示，热恋中的男女大脑中会发生奇特的变化——主管判断、批评的额叶皮层会暂时关闭，处于休眠状态。一个人失去了判断力就只剩下盲目的喜欢，自然也就变成了“傻瓜”。

这项研究由伦敦大学学院的森伊尔·泽伊教授带头进行。研究人员对几十位恋爱中的男女做了大脑的核磁共振扫描，发现恋爱中的男女大脑的右半部分和前半部分共有四个区域处于关闭状态，其中包括：控制恐惧情感的脑杏仁核，控制消极情绪的中部颞叶皮层，控制判断力的前额叶和控制同情心的后扣带回皮质。

每当受试者面对心爱的人时，大脑的上述四个区域就会自动关闭，这样的情况下人的判断力就处于几乎是最差的状态，对恋人失去了理性的客观评判，而只剩下盲目的陶醉和喜欢。

上帝赐给了人类自由意志，即选择的力量。掌管这一机能的部位就是大脑的前额，而爱情能影响这一机能。自由意志受到影响也意味着直接影响到我们的屈服和顺从。所以，让年轻人陷入罪恶的最成功的策略就是让他们因爱变得盲目。两人相识以后，往往彼此迷恋，缱绻缠绵。理智盲目了，判断也颠倒了。他们拒绝听取任何劝告，不受任何约束，固执己见，一意孤行，不顾后果。

那辖制他们的迷恋之情，好象时疫或传染病一般，会自动蔓延开来，似乎任何事物都无法加以遏止。也许旁观者清，认识到双方若是结合，只能导致终身的幸，但恳劝与忠告皆无效果。也许由于这样的结合，那位原本可为上帝服务蒙祂赐福之人的效能，就会受到阻碍与破坏，但是理喻与劝告全都被置若罔闻。

爱情激素，是让恋人产生兴奋的一系列激素。它们向我们解释了恋人们为什么会有一些不同于常人的言行举止。但这绝不是对爱情的全部定义，也不是维持爱情的方法。那么，到底什么是爱情呢？



正确恋爱

2

谈恋爱的目的

当两个人相遇，相互产生好感，表明彼此心意后，接下来的步骤也许就是确定恋爱关系。也就是我们常说的谈恋爱。一般来说，谈恋爱是培养爱情的过程或是在爱情的基础上进行相互交往的活动。主要是通过交流与沟通，一对相互不甚了解的男女相互认知的过程。谈恋爱的目的是什么？如果是真心接触，会以结婚，一起生活，生育培养下一代为目的。但在现今道德败坏的社会，谈恋爱的目的不一定就是为了结婚。有人是因为感情无处托付，有人是为了排解寂寞空虚，还有人则是为了满足身体的需求。更有情窦初开的年轻人被电视、电影里浪漫的情节所影响，在现实中苦苦寻求虚拟世界里的人物。

绝大多数的恋爱，都毫无高尚，尊贵及圣洁的成分，都是出于撒旦的鼓动。现今世俗的文化将“恋爱”、“约会”这样的单词和“情欲”联系在了一起。但圣经对我们说：惟有你们是被拣选的族类，是有君尊的祭司，是圣洁的国度，是属上帝的子民，要叫你们宣扬那召你们出黑暗入奇妙光明者的美德。

（彼前 2：9）。作为基督徒，我们的价值观应该有别于世人。谈恋爱对我们来说必然是以结婚为前提。基督徒人生的目的不是单纯为了幸福，而是为了圣洁，为了上帝的荣耀；与异性交往，恋爱，结婚的目的也不是单纯为了幸福，乃是为了上帝的荣耀。

很多基督徒青年不知道如何正确地进行异性交往。有的人如同修道僧人一样，主张禁欲主义，认为恋爱就是罪。还有的人干脆按照世俗教导的方式约会或是恋爱，最后因彼此发生了较深的肉体关系而饱受心灵罪责感的折磨或是带着各种心灵创伤生活。

正确地谈恋爱

1 异性交往要自制

异性交往的问题非常重要。在目的不明确的状态中，弟兄与姊妹的交往要特别注意自制。因为一不小心可能就引起误会，造成双方的伤害。例如，某位姊妹根本无心和某位弟兄结婚。但她却对这位弟兄表现出过分的亲切，而且频频示好，结果让对方误解是否喜欢自己。而当弟兄表明心迹时，姊妹却说：“我只把你当朋友！”结果两个人的关系陷入了尴尬的境地。既然这位弟兄根本不是这位姊妹喜欢的人，那她为什么表示对这位弟兄的关注呢？

女性有一个特征，那就是母性本能。大多女性都心地善良，富于同情心、怜悯心和爱心。也就是说，某位姊妹对某位弟兄的关心可能是出于自己的本能。女性还有一个特征是虚荣心较强，有一种喜欢得到所有男性关注的倾向。因此可能是为了满足自己的欲望，吸引对方的关注，从而过分地示好对方。此外，女孩学话比男孩早，多数女性健谈，常常向伙伴倾述内心的烦恼。也许这位伙伴是一位弟兄，而与这位弟兄过分交心的行为又极有可能引起对方的误会。所以，姊妹与弟兄交往时要特别注意自制。弟兄可能因为单纯，所以误会姊妹喜欢自己。当然，弟兄同样也要警惕自己的言行举止。若并无交往的意图，就不要表现过分的关心，以免引起对方的误会。

基督徒要在异性交往中注意界限，否则会给自己留有试探的空间。界限是什么呢？什么能，什么又不能呢？圣经说因为一生的果效都是由心发出的。（箴 4：23）为什么我们对异性会表现出过于亲昵的行为？为什么会有过分的亲切和关注？当然，也许是因为本能的原因或是性格原本就是热心

肠。但很多时候是源于我们自己的心，希望得到关注，希望被人关怀，希望有人爱自己……我们在与某些异性交往中过界的举动常常是因为心里没有界限造成的。所以我们要洁净自己的心，保守己心，胜过保守一切。

② “约会 (date)” 和 “求爱 (courtship)”

寻找配偶时有两种方法，一种是约会 (date)，另一种是求爱 (courtship)。

① “约会 (date)”

“约会”是我们熟悉的概念，通常说的是男女恋爱会面，去逛街、看电影、游乐场或是散步等等。约会的目的并不明确，也许是因为无聊，孤单，想体验恋爱的感觉。当然，约会的目的也包含考验并选择一位配偶。但不一定一次成功，也许要经历多次约会才能成功选择配偶。

② “求爱 (courtship)”

“courtship”是一个较为生疏的单词，中文意思是求爱，求爱期，追求期。用英文解释就是：seeking the affections of a woman (usually with the hope of marriage) 简单来说就是“以结婚为前提的交往”。“求爱 (courtship)”是一个符合圣经原理的单词，其目的是明确的，意味着双方的见面是以结婚为前提，在上帝的引领下寻找并决定自己的配偶。

💡 求爱 (courtship) 的时期

求爱 (courtship) 是圣洁的，是为一辈子就一次的婚姻做预备的过程，是为了寻求上帝的旨意：这个人到底是不是我的配偶？在学生时代，也就是我们本身的品格尚未形成，判断力尚未成熟，而又不能享有父母的照管和指导时，我们不应贸然进行选择终身配偶的尝试。如果从中学或是大学开始就以结婚为前提而交往的话，那到底要交往多久呢？交往时间越长就越危险。年轻人特别容易冲动，有时难以控制自己的欲望。当两个人浓情蜜意时，很容易越过警戒线。交往时间越长，彼此可能会厌倦、

腻烦，失去新鲜感。所以，青年人的情感应加以约束，直到他们的年龄与经验相当之时，才可尝试以结婚为前提的交往。

💡 求爱 (courtship) 是公开的

求爱 (courtship) 必须是公开的。公开的意思并不是使得人尽皆知，而是要得到属灵的长辈或是父母的认可。青年人在这危险而败坏的时代中，易于遭遇许多的考验与试探。不少人正在危险的港口航行，他们需要一位领航人；但他们却不屑接受自己所需要的帮助，自觉足能为自己的船只操舵。殊不知他们的船只行将触礁，有使信仰和幸福破灭的危险。他们当求教于属灵的父母或是长辈，当将自己的希望和计划向他们陈明，学习他们人生经历中所给予的教训，尊重教会中有经验之长者的见解，借助别人的经验，以及双方平心静气地仔细衡量自己的恋情，这样就可以免除许多痛心之事。当然，最要紧的是：当以基督作你的顾问。要凭着祈祷去研究祂的圣言。

在上一章中，我们知道了两个人恋爱时，身体和大脑会发生变化，可能会让一个人变得固执、盲目、失去理性，不听劝告。恋爱和婚姻问题似乎在青年身上发生了蛊惑力。很多青年不肯将自己降服于上帝，不肯听从父母的劝告，暗中秘密进行，惟恐有人干涉他们的计划。但为了今生的幸福和来生的指望，青年人必须学会屈服自我，尊重属灵之人的意见，以圣经为顾问，并在祷告中求上帝的引领。

💡 求爱 (courtship) 的目的

求爱 (courtship) 的前提是立约结婚。立约结婚的意思就是丈夫和妻子以上帝为中心彼此立约。所以求爱 (courtship) 是跟随上帝旨意寻求配偶的交往过程。但是现今的青年人不是求爱 (courtship)，而选择“约会”。“约会”可以看作是男女之间的契约概念。所谓契约概念，就是当契约的当事人之间的条件达成协调时就按契约结婚，当条件不符合时可以销毁契约。

求爱 (courtship) 的第一阶段是，在“寻求最好的配偶”的心愿面前，自己首先在与上帝密切的关系中，努力预备成为最好的、适合做别人配偶的人。这也是最基本的。第二阶段就是达到求爱的目的，确认对方是不是自己的配偶。如何确认呢？从哪些方面察看对方呢？必须了解对方的“灵智体”。

灵：指灵性方面。在求爱期要察看对方的信仰是否和自己一样，与主的关系如何，他（她）愿意为主过怎样的生活？彼此分享默想的话语时，灵里是否相通，是否对真理达成共识。平时发信息或见面交谈时要常常谈论真理，在一起祷告，看话语，颂赞。求爱式的交往是圣洁的，而不是以调情的态度进行。双方的行为不可违背贞洁与自检之律。

智：指精神方面。在求爱期要察看对方的整个人格，包含品德，情绪，意志。但愿青年女子只接受一位具有纯结，刚强，有大丈夫气概之品质的，勤俭，有抱负，而且诚实的，敬畏上帝的男子为她终身的伴侣。在交往时需了解他过去为人如何？他的生活是否纯洁呢？他所表现的爱情是不是高尚而卓越的，或仅是情感的冲动的喜爱而已？他的缺点和优点各是什么？她能在他的爱情中享受真正的平安与喜乐吗？她能否容许保留自己的个性，或是必须将自己的意见及良心交由对方去控制？他是否孝敬父母，关心父母的幸福？也愿青年男子寻求一位适于分任他应负的人生重担，其感化力必使他高贵而文雅，并使他在她的爱中获致幸福的女子守在他的身旁。

体：肉体方面。现今的年轻人在交往的过程中往往直接涉及到肉体方面。因为相爱，所以发生性关系，然后怀孕，堕胎。还有一种极端情况，据说一对夫妇相约按照上帝的旨意过圣洁的生活，所以十年没有性关系。将“性”视为罪恶的风俗源于天主教。奥古斯丁二元论的主张是：“灵本质上具有上帝的形象，所以其本身是善的；但肉体具有欲望和情欲，所以其本身是恶的。”后来在天主教，视性为罪恶的禁欲主义到处泛滥，神父、修女、修道僧作为没有性行为的人与世人区分开来。天主教的传统也影响到了基督教。若在教会中教导性方面的内容，就会被看作是亵渎神性的罪。

相爱的男女之间充满了结合的欲望。男人与女人的见面真是奥秘。曾经素不相识的两个人相爱后，就想得到对方的一切，想去体验。所以，一开始是牵手，牵手时似乎有触电般的感觉。牵手后就会搂肩膀，然后双手环抱，接下来可能发

生更深的身体接触。两个人约会的场所也越来越暗。不管是男人还是女人，性欲的力量可谓是爆发性的。但是在火热而短暂的经验之后，接踵而来的便是长时间的虚空、罪责感、恐惧和不安。姊妹因为献上了一切，所以开始执著于弟兄。

“他怎么还不接电话？怎么不看信息？是不是变心了？”过分的执著会导致关系的破裂。两人的分手最终给姊妹留下永久的伤痕。当两人有了性方面的经历，正常关系就遭到了破坏，两个人在一起不再注重心灵的沟通，反而是身体的吸引。而提前对“蜜月”的支取，也将影响将来的婚姻生活。因为失去了新鲜感。

上帝创造的性是美好而圣洁的。它是上帝为婚姻设立的礼物，属于夫妻之间的一种交流方式，对夫妻来说是一种祝福。除此之外的性意味着犯罪，伤害和痛苦。现今是各种色情文化泛滥的时代。周围充满了刺激人情欲的书籍和影像。放纵情欲是现代最基础的恋爱方式。当一个对性正是敏感期的基督徒青年暴露在这种环境下时，真的是危险而具有诱惑力！但圣经告诉你们必须逃避，必须争战。“你要逃避少年人的私欲。”（提后 2: 22）“上帝的旨意就是要你们成为圣洁，远避淫行；要你们各人晓得怎样用圣洁、尊贵，守着自己的身体。”（帖前 4: 3, 4）人格是在与人交往的过程中体现的品格，灵性是与上帝的关系中体现的品格。对肉体私欲的忍耐能反应一个人的人格和灵性。即便两个人再相爱，渴望建立肉体的亲密关系，也必须将这样的心深深埋葬。这样，双方的感情会变得更深。即便对方希望有更深的接触，也绝不可做出回应。若是对方因你的拒绝而提出分手，那就证明他（她）并不是真正爱你。

青年人尽可以恋爱，但不能盲目恋爱。你们当一心顾念上帝的荣耀。心中只当容存耶稣基督的门徒所应有的纯洁神圣之爱，它的本质是高尚的，是属天而非属世的。在求爱的事上凡与此相背的，都会使人堕落败坏。而婚姻若不遵循圣经高尚的原则而行，那么从那位纯全圣洁的上帝看来，就并不是圣洁而可尊重的了。错误的恋爱会导致错误的婚姻，错误的婚姻会让人生变成一个重担，所以一定要谨慎自己的每一步！

婚前准备

重要的相遇

人生有三种重要的相遇。第一种是与父母的相遇。因为与父母的相遇，所以我们存在。因为父母生了我们，所以我们会获得永生和天国的盼望。为此，我们当感恩与父母的相遇！第二种是与上帝的相遇。我们的人生可以因着与上帝的相遇而成为世上最有价值的人生。与上帝的相遇决定了我们的永生。这可以说是一生中最重要的相遇。第三种相遇就是与配偶的相遇。与配偶的相遇决定我们在地上要与谁一起生活，是与仇敌生活一辈子，还是与爱人生活一辈子？与配偶的相遇足以影响二人今世与来世的生命。每当艰难临到时，敬畏上帝的配偶会一起跪下祷告，依靠上帝胜过苦难。他们会互相劝勉和鼓励。当有一方跌倒时，另一方会立刻伸出手。这样的结合是一种祝福！

结婚的目的

上帝将我们这些曾经在埃及为奴的人拯救出来的目的是为了让我们知道“我是你们的上帝，你们要成为我的百姓！”他要让我们重新活过来。救恩的目的和人活着的目的都是认识上帝。结婚也是为了让认识上帝。我们如何认识上帝呢？那就是彼此被重新塑造，成为新的被造物。两个人在一起生活的过程是各自重新被创造的过程。通过心灵的重塑，夫妇变得圣洁，子女变得圣洁。所以，结婚的目的不单是为了幸福，而是获得再创造。是为了我的得救，也为了对方的得救和子女的得救；是为了归荣耀于我们的创造主。当我们将自己交托在上帝创造的旨意中接受再创造时，幸福自然会作为副产物降到我们身上。

在英文中，“wedding”这个单词的意思是婚礼、婚宴、结婚纪念日。这是一个不完全的动名词。为什么用的是不完全的动名词呢？因为婚姻意味着遇到一个未完全的，依然有很多不足的人，然后与之共同走向完全的正在进行时！

为结婚做的必要准备

世人为了结婚会做各样的准备，例如建立一定的经济基础，买房子、车子，看双方的生辰八字是否相合，调查对方家庭背景，确认对方是否有稳定的工作等等。世人尚且为结婚做各种各样的准备，更何况我们基督徒青年呢？我们该做哪些准备呢？基督徒在准备结婚之前，必须做好以下三个准备：

1 上帝为第一位的信仰

确认对方是否具备“以上帝为第一位的信仰”，这是最重要的准备。我们常常说要找一个信仰好的人结婚。信仰好的人指的是信仰知识丰富的人吗？不是的。信仰好的人指的是无论在怎样的艰难中都毫不动摇的人；是信赖上帝，为真理坚定站立的人；是顺从话语，愿意遵从话语生活的人；是在最卑微的事上也忠心服务的人。

人们评价一个人时，常常会以金钱，地位，外貌，身材，学识，职场等外在条件和世俗利益为标准。但基督徒确认自己的配偶时绝不能将这些作为首要条件来判断。因为这一切随时都有可能改变。有钱的人也许会失去财富，贫穷的人也许会变富有，美貌终有一天会老去，再高的学识也许不会改变一个人的内在品格，好的职场也许会带给你一定的经济保障，却不一定保障你真正的幸福。我们必须抛弃世俗的价值观，以敬畏上帝为首要条件。

但是，寻找信仰好的人结婚并不意味着必须找到一个与耶稣一样完全的人！世上没有完美的人，对方的性格不可能完美，信仰也是不断成长的过程。两个人正是通过婚姻从不完全的状态走向完全的状态。

我们确定自己的配偶时不仅要去察看对方的种种条件，更需要察看自己，我是怎样的人？我有坚定的信心吗？我预备好了献身并服务上帝的品格了吗？我是否忠诚于所托付我的工作？我在要求我的配偶时，自己又做到了多少？

倘若两个人都以爱上帝为至上，那么他们就必在主里面彼此相爱，永远相敬如宾，心心相印了。由于他们共有克己牺牲的精神，彼此之间必不断地互相造福。

2 对爱的重新定义

爱似乎是结婚的必要条件。但是以撒和利百加并不是因为彼此相爱才结婚的。他们是结婚了所以彼此相爱。人们为什么结婚呢？有人觉得自己到了适婚年龄，而且父母也催婚，所以就选择结婚。有人为了攀龙附凤，为了人生的成功而结婚。有人希望有一个能照顾自己的人，所以选择结婚。也有人希望离开父母，自己独立，所以结婚。但是，在众多的理由中，最多的回答可能是：“因为相爱！”人们因为相爱结婚，又因为爱情冷却了选择离婚。离婚后又开始苦苦追寻新的爱情，然后又再次相爱而结婚。这是怎样的爱呢？

热恋中的人，满脑子都想着对方，能够不远千里地去见面，能够想出无数个浪漫的点子博得爱人一笑。但是往往结婚后一切都改变了。他不再为你做一些恋爱时的疯狂举动，也不再为你制造浪漫。难道爱情冷淡了吗？还是如人们常说的那样：升华成亲情了！

结婚时，两人互相宣誓：“无论疾病还是痛苦，我都愿意与你共同承担！”但是，当丈夫生意失败时，妻子重病时，家庭出现问题时，却感慨：“唉，我怎么找了这样的一个人！”曾经的海誓山盟哪去了？

爱是非常神圣的情感，很少人真正了解它。人们常用“爱”字，却并不明白。爱不是一种分子，因为爱情激素只是爱情产生和维持的身体内的某些物质；一个人对另一个人强烈、热切、冲动的感情也不是爱。因为人的感情是变化无常且受外界所左右。它可能随心情改变，也会随健康状态改变，有时因为社会环境改变，因电影、电视剧发生改变，遇到严峻考验时会忽然消失，甚至能因天气状况发生改变。我们可能会突然觉得很郁闷，情欲低落或是不耐烦。

感情性的爱是不可信赖的。很多人因为感情性的爱而结合，他们没有理性地去判断对方的信仰是否和自己一样，对方的性格如何，是否能忠诚于婚姻生活。在他们眼里，自己的伴侣几乎完美，甚至对致命的缺点也表示同情和理解，似乎能包容对方的一切。他们认为以爱的名义可以解决一切问题。但当感情逐渐淡化，误解逐渐堆积时，两人最终分手。之后又遇到另一个人，又相爱了……那么，在结婚之前必须爱几次才能和那位最相爱的人步入婚

姻殿堂呢？与这位最相爱的人结婚后，爱的有效期又有多长呢？这就是感情性的爱所具有的局限性。

真正的爱不是廉价的工业品，因为它不会轻易变质；真正的爱也不是泡沫，因为它遇到人生试炼时不会轻易消失。真正的爱不是任性、轻率、无理智、反抗一切约束，甚至把心目中选定的对象当作偶像，其本质乃是宁静而深切的。它看透一切仅具表面的事物，而独为内在优良的品质所吸引。它是明智而有辨识力的，在一切计划中都必包含上帝在内，也必完全与上帝的圣灵相谐和。真正的爱会让人在一举一动都表现出上帝的恩惠，让他们预备结婚的每一步骤中都必带有谦逊、朴素、诚实、道德与宗教信仰的特质。真正的爱不是建立在感情上，而是建立在原则之上。什么样的原则呢？

3 心中种下服务和献身的原则

婚姻幸福的秘诀是过一种让对方幸福的人生，而不是为了自己的幸福。为了让对方幸福，服务和献身必须成为基础。

很多年轻人在交往的时候及其以自我为中心，所以很少为对方做出牺牲或是服务对方，总是斤斤计较谁爱谁更多点。有些人的恋爱就好像橱窗购物一样。在遇到的所有人之中选一个自己认为最棒的人结婚，就像逛街时浏览橱窗中所有的货品，然后选一个看中的买下来一样。以这种恋爱方式结婚的夫妇，当他们婚姻生活不顺利时，往往不是选择解决问题，而是离婚。

现年轻夫妇离婚率越来越高。为了解决这个问题，人们提出同居作为解决方案。也就是充分地认识对方之后再决定是否结婚。然而事实证明，有同居经验的夫妇离婚率超过了那些没有同居的夫妇。为什么呢？因为没有对配偶的献身和牺牲精神，总是以自我为中心，满足自我，希望对方努力让自己幸福。当两个人尝试着一起生活时，如果合适就结婚，不合适就分手。这其实是一种自私行为。

爱的确是结婚的重要因素，但却不能成为结婚的基础。所以圣经并没有将婚姻定义为被爱牵引在一起的两个人之间的约定，而是上帝在丈夫与妻子之间建立的誓约。这就是婚姻的本质。这样家庭才不会因感情而轻易变质。婚姻是上帝的

计划，而不是人定的。上帝赐给了我们恩典和爱，他服务我们，为我们做出牺牲。同样，夫妇也必须实践的爱是首先去补足对方缺欠的真爱。这样的家庭才能成为幸福的乐园。

真正的爱是一种原则，意味着服务和献身。服务和献身不是抽象的理论。青年人必须为了自己将来要建立的家庭预备履行种种义务和责任的实际生活经验。既然是男女共同组成家庭，两人就都要学习处理家务的知识。铺床叠被，整理房间，洗碗煮饭，以及洗涤缝补自己的衣服等事，乃是一种训练，决不会削弱一个男人的丈夫气概，反而会使他成为更加快乐有用的人。弟兄必须表现出能够承担一个家庭责任的信实模样。服务和献身的原则意味着始终先为对方表现出爱的行为。彼此之间不是苦恼着如何才能得到更多的爱，而是思考如何才能更好地服务对方，让对方更加幸福。服务和献身意味着彼此将自私的毒根芟除净尽。

然而，服务和献身并不是哪一天突然就做到了。我们此时此刻就必须在自己的家中忠诚地履行自己的义务。忠心于每一件家务，尽量减轻双方的重担，在生活中始终保持亲切、礼貌以及基督的同情。

4 祈祷

与配偶的相遇可以说是除了与上帝的相遇之外最重要的相遇。凡有意结婚的人，务要事先严肃地存着祈祷的心情考虑其重要性，并寻求神圣的指导，俾能知道他们所采取的行动是否与上帝的旨意相合。正确的决定基于祷告。在未考虑结婚之前的男女，若每日有两次祈祷的习惯，那么在预备结婚期间，每日就当祈祷四次。

如何为此祈祷呢？是在上帝面前一一罗列出自己理想型的条件吗？为外貌、学历、学识、财富祈求吗？不是的。婚姻乃是上帝所设立的神圣礼节，决不可怀着自私的心意进行。为寻求配偶的祈祷不是随着情欲去求。你们求也得不到，是因为你们妄求。（雅 4：3）祈祷的内容应该是求上帝按照他的心意给我们预备合适的配偶，不要凭着自己的喜好求，因为人的目光短浅，也许自己现在以为是纯金的，竟然是劣质的金属。我们也必须为对方的信仰祈求，不仅有与自己共同一致的信仰，还要祈求他的信仰能够越来越成熟。

结束语



爱是美好而宝贵的。我们都渴望有一份真挚的爱情。但使徒告诉我们：要约束你们的心；因此我们要控制自己的思想，切勿任其海阔天空地驰骋。我们必须借着自己坚毅的努力，防护并控制自己的思想。思想正直，行为也必正直。所以我们必须防护自己的爱情，切勿随使用在不适当的对象身上。爱情必须超乎感情的范畴之外，变得属灵化。耶稣已经用自己的生命将我们赎回，我们是属于他的；故此，凡事都当求教于他，俾能知道如何善用我们的智力与心中的爱情。

家庭的关系乃是世上最亲密、最温馨而且最神圣的。它原是为谋求人类的幸福而制定的。无论何处，婚约的缔结若基于理智，本着敬畏上帝的心，并对于婚约的责任加以适当的考虑，则家庭关系就会成为福惠。衷心的祝愿每一位青年朋友都能被真诚的爱所激励，以爱上帝为至上，在圣灵的引领下步入婚姻的殿堂。



《耶和华是我的牧者》

诗篇 23 篇

诗篇 22 篇、23 篇、24 篇是连贯且完整的系列，首先要理解诗篇 22 篇，然后要体验诗篇 23 篇，才能感悟到诗篇 24 篇中上帝的祝福。诗篇 22 篇预言了耶稣所受的苦难和临终前的几幕，以及在十字架上的呼喊：“我的上帝，我的上帝，为什么离弃我？”诗篇 23 篇则讲述了耶稣一生都顺服天父的旨意，甚至甘愿担当人类的罪，忍受十字架的苦难，死后在坟墓中安息的预言。诗篇 24 篇则说明耶稣安息在坟墓中三天之后复活了，天上众生灵高声欢呼迎接耶稣重返天庭的场景，“众城门哪，你们要抬起头来！永久的门户，你们要被举起，那荣耀的王将要进来。”

由此可见这三篇预言诗是连贯的。先预言耶稣的受难，再预言耶稣受死，最后预言耶稣复活升天，天上众生灵一起迎接耶稣的场面。上帝的旨意终于成就了！宇宙中罪的问题终于解决了！天上的众城门开了吧！荣耀之王已经来到，众天使都欢快地迎接重回天庭的荣耀之王耶稣。这就是诗篇 22 篇、23 篇、24 篇的主旨。

“耶和华是我的牧者，我必不至缺乏。”

【诗 23: 1-3】耶和华是我的牧者，我必不至缺乏。当耶和华成为我们的牧者时，我们还会有缺乏吗？不会有。他使我躺卧在青草地上，领我在可安歇的水边。然后使我的灵魂苏醒，又为自己的名引导我走义路。这几节经文含意很深刻，我们需要先理解耶稣在坟墓中安息的经验，才能理解这话。

耶稣之所以能在坟墓中安息，是因他的一生完全遵行了天父的旨意。

保罗在写《希伯来书》时，引用了诗篇 40 篇中关于弥赛亚道成肉身的预言。【来 10:5-7】所以，基督到世上来的时候，就说：“上帝啊，祭物和礼物是你不愿意的，你曾给我预备了身体。燔祭和赎罪祭是你不喜欢的。那时我说：‘上帝

啊，我来了，为要照你的旨意行，我的事在经卷上已经记载了。’”这里说：“天父并不喜悦燔祭和赎罪祭，却为耶稣预备了一个身体”，这意味燔祭和赎罪祭并不能为人赎罪，只有耶稣基督的死才能救赎罪人。“我乐意照你的旨意行”这话表明了耶稣的人生目的就是为了遵行天父的旨意，而耶稣作为人子在地上顺服上帝旨意的最高境界就是十字架。

始祖的堕落使世界被罪的咒诅所摧残，其上的居民注定要遭受困苦和死亡。违犯上帝律法的就当治死，而在全宇宙中，只有一位能代替人类来满足这律法的条款。上帝的律法既与上帝自己同样的神圣，所以只有那与上帝同等的一位，才能为违犯律法的人类赎罪。除了基督之外，没有人能救赎堕落的人类脱离律法的咒诅，并使他们重新与上天和好。这是天父上帝的旨意，也是耶稣自己愿意的。

在诗篇 22 篇中预言到耶稣为了成就天父的旨意而甘愿受苦受辱，以至于死。当耶稣完全顺从的一生结束后，就在父怀里安息了。这就是诗篇 23 篇中的“安息”的经验。

天上的圣城新耶路撒冷只为那些拥有安息经验的人打开，那时天上会响起胜利的欢呼：

“上帝的儿女来了……”

“众城门啊！开了吧……”

耶稣的人生应成为我们的人生，他的脚踪我们必需跟随，他的榜样我们必须效法。

如今大多数基督徒都认为“耶和华是我的牧者”，他们期盼永生，期待主引导他们，赐福他们，赏赐他们，解决他们一切的问题。耶稣真的是他们的牧者吗？倘若我们没有遵行上帝的旨意，即使我们唱一百遍“耶和华是我的牧者”也没有用。如果不按照主的话语生活，耶稣实际上就不是我们的牧者。耶稣说：“你若要跟从我，就当舍己，天天背起十字架来跟从我。”

有时候，我们即使不按照主的旨意也能很平

安，即使过着违背主的生活也能感觉很幸福，即使用犯罪的方法也能赚很多钱成为富翁，这些是来自于耶稣祝福的吗？不是的，这是魔鬼的祝福。很多人在错觉中认为“耶和华是我的牧者”。我们必须生活中跟随耶稣，他才能成为我们的牧人。

我们思考一下，大卫为什么称耶和华为牧者呢？他可以有很多称呼上帝的方法，“耶和华是我的王”，“耶和华是我的仁君”，这多好啊！或者“耶和华是供应我的一位”，“耶和华是伟大的一位”，这也很好啊！“耶和华是赎了我的罪为我做中保的祭司长”，“耶和华是在我人生中引导我胜利的将军”，“耶和华是让我得永生的一位”……这些称呼多好啊！然而大卫却希望上帝能够成为自己的牧者，为什么呢？

大卫幼年时是牧童，他体验过牧者对羊的爱护，所以他希望耶和华成为自己的牧者。大卫在写这首诗篇时已经不再是年轻人了，回首往事，他想起自己被儿子押沙龙追赶逃亡之际，耶和华是他的牧者；他记得被扫罗追赶生命不保之时，上帝是他的牧者；他在战争中能得胜，因为耶和华是他的牧者；他在忧伤中能得安慰，因为耶和华是他的牧者；他记得在自己的一生中上帝都是引导他的牧者。所以他说：“耶和华是我的牧者，我必不至缺乏”。

因为相信“上帝知道我所需要的，我必不至缺乏”，所以主按他的旨意引导我时，我就没有不平不满。并非因我受到别人的赏识，我的银行帐户里有一百万，所以我不缺乏；而是因为上帝知道我，他知道我的需要，他必引导我走永生的道路。即使在生病痛苦时，在死阴的幽谷中，因为上帝引导我，所以我必不至缺乏！牧者知道羊所需要的是什麼，而且一定会引导他所当走的道路；羊也信赖牧者，所以牧者和羊是一体的。

耶稣在这个地上生活了 33 年半，在这些生涯中天父上帝就是耶稣的牧者，于是大卫在圣灵的感动下写了诗篇 23 篇。

“他使我躺卧在青草地上”

大卫在犹太的旷野牧羊，犹太地的青草并不多，只有星星点点一些稀疏的草地。为了让羊吃到草，牧人先要四处寻找能放牧的地方，由于周围没什么草地，他常常要把羊带到很远的地方去吃

草。往往一大早牧人就要唤醒在困倦沉睡中的羊，引领羊群去找吃的。一路上羊走得很疲倦，肚子也很饿，走着走着还会被荆棘刺到，被石头绊到，非常疼，但是因为牧人的引导，它们就安静地

跟着走，直到看见不远处的草地。那些草并不能放心地让羊去吃，因为那里有隐患，牧者要搬石头堵住蛇洞，拔除杂草，烧掉荆棘，直到安全了，才唤羊过来。然后，羊就在牧人为它们挑选的草地上尽情地吃草。牧人并不会随随便便给羊选择食物。这就是“躺卧在青草地上”。

我们做了基督徒，生活中是不是就没有了苦难呢？不是的。因我们既然出生在这个罪恶的世界上，所以痛苦和艰辛是我们必然的经历。然而

耶稣在我们的一生中不断供给我们存活的需要，并始终用真理和圣灵引导我们。上帝是我的牧者，这并非因上帝满足了我的一切要求，而是因他合宜地给我最需要的一切，让我们经历生涯中的酸甜苦辣，并用这些经历让我们改变，洗净我们，引导我们走向永生的道路。因为他这样的引导了我们，而我们也这样的信赖主，所以称他为我们牧者。耶和華上帝真的是你生命中的牧者吗？既然如此，为什么还有那么多的不满和抱怨呢？

“领我在可安歇的水边”

羊吃完草之后是需要喝水的，当地的水源也不是很充足，所以为了喝水，羊和牧人又要带着疲倦的身体继续地行路。上帝是公平的一位，出生在这个世界上的人，所行的道路都是疲倦的。我作传道工作很久了，见过许多人，有百万富翁，也有事业做得很好的人，有管理数千职员的总裁，也有专心于学业最终攻取学位的佼佼者，在他们的背后都有痛苦，有很多令他们忧虑的事情。这个世界的生活对人类而言，并非是轻松的，这里不是舒坦之地。既然如此，上帝为什么要让我们来到这个世界呢？

为了让我们通过人生的各种经验，通过不断地探索，使我们有机会发现上帝，发现真理，从而获得永生，这才是我们出生在地上的理由。我们出生不是为了成为百万富翁，不是为了成为惊艳的演员，也不是为了成为名人学仕。当耶稣再来的时候，我们现在所持有的功名利禄和所有的一切都会被火烧灭，我们只能将因真理而塑造的可以承受永生的品格带进天国。上帝让我们出生在这个地上的唯一理由就是：寻找并发现上帝的真理。

亚当和夏娃犯罪后，上帝可以即刻就把他们杀掉，即刻除灭这个在宇宙中像微尘的地球，但是主依然给了我们活着并能够得到永生的机会。否则我们人类因为祖先的罪恶而连出生的机会都没有就直接跌入永远的黑暗之中，这将是多么的不幸啊！上帝给了亚当和夏娃存活的机会，因他希望将来出生的后代能有获得永生的机会。我们是因为上帝的恩典而出生的。这就是上帝的爱和祝福。

“安歇的水”，它的英文是“still waters”，就是非常平静的，没有波澜的水面，羊喜欢这样的水。这是为什么呢？因为羊的脖子很短，从嘴到胸都是毛，这就意味着喝水的时候很危险。当水流动的时候，如果羊贴着喝水，它头下面的毛就会全部浸湿，而羊毛吸水力很强，那它的头会多么重啊！羊的前腿又比较短，所以他就站立不住……“咩咩咩”……身子太重了就跌在水里，有很多羊因此而呛死。所以羊不能去流动的水边，那对它来说很可怕。

那牧者怎么做呢？他脱掉鞋子，挽起了裤脚，踏进流动的水中，再搬一些石头来堵住，让水不能流动，这样水就平静了。然后牧人就吹几声口哨，让羊来到这安歇的水边喝水，它们就不会再有任何的畏惧。

我们在世界上不可能没有苦难，上帝并不是救我们脱离这个世界的苦难，而是在苦难中拯救我们。上帝并不是保佑沙得拉、米煞、亚伯尼哥不被扔进火窑中，而是保护他们在火窑中不被烧伤。由此可见，上帝拯救我们，不是让我们脱离世界，生活在像天国一样没有忧虑和悲伤的地方。上帝的引导是让我们生活在这个世界上，却保守我们胜过忧虑、试炼以及魔鬼的攻击，使我们不至跌倒，不至陷进去，从罪的权势中得到释放。上帝不是让我们脱离苦难，而是在苦难中帮助我们得胜，就如牧人使湍急的水流变为可安歇的水让羊饮用。

见过我的人看我总是面带微笑，可能会想，这位牧师的生活中一定没有什么困难和试炼吧！其实上帝是用连续的苦难来引导了我的人生，所

以今日我才在这个位置上，成为了侍奉主的牧师。为此我在主面前无比地感谢。我信赖主，因此没有什么值得我不平和埋怨的，我满足于主所赐予

我的一切，在我心里没有缺乏。当我头发花白之时再回首过去，我终于理解了主是我牧者的含义，他引我到可安歇的水边。

“他使我的灵魂苏醒，为自己的名引导我走义路”

羊在牧人的照顾下已经吃饱喝足了，该离开了。这时阳光毒辣，它们在烈日骄阳的灼烤下，走在尘土飞扬的黄土路上就更觉辛苦了。在耶路撒冷远处的旷野确实荒芜，我曾经去参观过，那一带没有草，土很干，走在这样满是尘沙的路上，会感到十分

焦躁。这时牧人会干些什么呢？他拿出笛子吹奏美妙的音乐，有时也会唱出愉快的歌声。羊踏着歌声，随着音乐前行，于是就精神抖擞，灵魂苏醒。圣经中记录了很多能够让我们灵魂苏醒振奋的颂赞，请多多地读圣经，多多地唱赞美诗歌吧！

“我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；

你的杖，你的竿，都安慰我。”

在那个时代，偷羊的强盗很多，特别是犹太旷野中狭窄的峭壁小道上，常常埋伏着许多强盗。他们从背后偷袭牧人而盗取羊羔，像这样把羊偷走的事屡见不鲜。那么牧人怎么防范呢？牧人放羊的时候手里拿着两样东西：一个是杖，一个是竿。

杖的一端有个弯钩，就像一般老人们使用的拐杖，用来勾住那些要逃跑的羊的腿。若是羊要逃跑，牧人就会伸出手中的杖，“去哪呢，回来。”他用杖前边的弯钩拉住羊腿，把它拉回羊群。《圣经》说我们都像羊喜欢偏行己路。我们彼此的性格都不一样，各人都有自己所喜欢的罪恶，有人喜欢在ktv喊歌，有人喜欢赚钱打扮自己，有人喜欢责难别人，有人喜欢随意放纵，各自偏向自己的道路自由而散漫。这时主怎么做呢？主就把我们钩回来。有人很自私，有人很骄傲，有人很敏感……我们都偏行己路，主怎么做呢？主把我们钩回来，“哦，回来吧……”这是牧者手中的杖。羊可能走到错路上去了，但是看到牧人手中的杖就得安慰，很感谢牧人的引导，因为看到那直到最后也不会放弃自己的牧人就十分感激，各位，你们在自己的生活中是否感谢那位没有放弃自己的耶稣呢？直到现在也没有放弃我的耶稣基督！耶稣如果像我们一样，可能早就放弃我们一百次了。不会放弃我们的耶稣拿着杖走向草地，这难道不是我们莫大的安慰吗？

牧人手中还有竿，这有什么用途的呢？这是当

偷羊的强盗来到时牧人用来战斗的武器。为了保护我们的生命而拿着竿战斗的牧者，他引导我直到最后。

当羊看到这样的一位牧者会有怎样的感受呢？即使走过死荫的幽谷也不惧怕。

为什么会惧怕呢？许多人的信仰是建立在感情上的，他们唱赞美诗的时候也习惯用感情去唱。虽然感情也是需要的，但必须先从理性上，从被上帝引导的经验中，认识上帝，否则我们对上帝不会有真正的信心。将来这个世界会有很大的患难和试炼，《圣经》说：“从有开国以来，直到此时从没有过的患难”，这意味着世界上从来没有过的大患难将要临到，那时麦子和稗子将要彻底分开。有许多常常去教会，经常唱赞美诗，奉献也很慷慨，积极参加教会的活动，看起来很爱主的人，在那将要临到的大患难中却要离开了，就像《圣经》所描述的糠秕要被吹散。看上去似乎全是麦子的地方，经风一吹其中的许多糠秕就要被吹散。为什么呢？因为他们只是感情式的信仰，没有让真理成为主管自己人生的原则和力量。因为缺乏上帝引导自己的经验，所以在患难临到时就惧怕而退缩了。

各位，耶稣是你们生涯中的牧者吗？耶稣真的是你们生涯中的牧者吗？请让耶稣成为你们生涯的牧者吧！这样被慈爱的牧人引导而跟随的羊是幸福的。

	“在我敌人面前，你为我摆设筵席；
	你用油膏了我的头，使我的福杯满溢。”

为了让羊在青草地上吃得饱足，牧人不仅要堵住蛇洞，拔除毒草，把草地清理一番；还要对付四围潜伏的狼和熊等野兽，要防备它们靠近羊群。主耶稣基督正如这位慈爱的牧人，在我们的敌人面前眷顾保护我们。当我们遵行主的旨意时，魔鬼不会袖手旁观的，试炼会来临，困境和苦难会来到，但是有一位在仇敌面前为我们摆设筵席的上帝。

还记得耶稣复活后的事情吗？那时耶稣的五个门徒灰心地走着，彼得一翻口袋发现钱已经用完了，脚上连鞋也破了，衣服也破了，然后他就绝望地说：“我要去打鱼了……”约翰和雅各跟着说：“我也去”，然后那五个人就一起去了加利利海边。他们是捕鱼专家，他们太清楚哪里有鱼了，这几个门徒彻夜撒网，但天将亮时他们竟连一条鱼也没抓到。

耶稣不但没有照他们所期待的，成为王登上以色列的宝座，反倒成了罪犯钉死在十字架上。那时他们多么绝望啊！他们坐在王左右之高位上的愿望彻底破灭了。没有理解耶稣使命的门徒，在极度的忧伤中彻夜捕鱼。他们想捕鱼换钱买衣服和鞋子穿，但居然连鱼也捕不到了。就在那样窘境中，在辛苦劳碌的黑夜里，救主在海边看了他们一夜。主并没有离开他们，是他们离开了耶稣。因为失望、伤心、痛苦，他们心中黑暗了，但是耶稣在海边默默地注视了他们一夜。

天亮时，耶稣走近他们说：“请问，有鱼吗？”他们实在是太灰心了，以至于连主耶稣也没认出来。你也有这么灰心的时候吗？即使在最艰难的困境中我们总要认出我们的牧者。我们来到牧者面前的经验越多，与牧者越亲近，我们就越能认出耶稣。虽然很多基督徒口中称颂耶稣的名，也唱赞美耶稣的歌，但他们在实际生活中并不认识耶稣。耶稣是把我们从罪中拯救出来的一位，他不仅饶恕我们过去的罪，也要把我们从罪的权势中，从魔鬼的诱惑和试探中拯救出来。救赎并不是耶稣钉死在十字架上饶恕我们以前的罪就结束了，而是把我们从现在的罪中救赎出来。耶稣就是这样的救主！

当时门徒充满了挫败感，沮丧地说：“哎！

别提了，没有鱼。”耶稣充满怜悯地说：“向右边撒网”，右边正是耶稣当时所站的位置。各位，请向耶稣所在之处的水中撒网吧！这句话的英文是“I bet my life, you bet your life.”意思是：我用我的生命作赌注，你用你的生命作赌注。在赌博或是做什么投资的时候不是要掷下赌注吗？我们的生涯若投向耶稣所在之处，就不用对未来担心惧怕。无论耶稣引导我们去哪里……我们所有一切都要投注在耶稣那里！但是人们往往为前途担忧，只投70%或是80%，我们的人生若是要压给耶稣就全部压给他，不管是生是死。我们一旦决定按照《圣经》去做，无论遇到什么不利的情况都要义无反顾，为了主把我们全部的生涯压进去，因为耶稣是我们的牧者！

许多人有两个牧者，有时是魔鬼，有时是耶稣。如果自己很平安，生活顺利，又可以赚到钱，似乎愿意跟随耶稣；一旦遇到不利的情况马上就改变立场。他们一会儿贴着耶稣，一会儿贴着魔鬼，忽左忽右，如今教会里充满了这样的“奸臣”。施洗约翰会对这样的人说什么呢？“你们这些毒蛇的种类……”耶稣也会说“你们这些毒蛇的子孙……”

我们对耶稣要诚信，一旦押注给耶稣，就要在每日的生活中成为信实的人，在做生意时也要信实，来到教会也要信实。为什么许多人在教会里表现得很信实，到外面却像魔鬼呢？因为这样的人有两个牧者。我们的牧者只能有一位，“耶和華是我的牧者”。第一条诫命是“除了我以外你不可有别的神……”。你在生活中有偶像吗？你贪爱钱财吗？你喜欢宽路吗？想在跟随主的道路上稍微妥协吗？如果有，那你就是犯了第一条诫命的人。我们若要信就全心全意地信，否则不如完全放弃。

即使在我的仇敌面前，依然可以安息！耶稣既然说把网撒到右边，那么我们就投到右边吧！

“哎，先撒撒看吧，那个人让我们撒，虽然不知道那个人是谁，就先撒撒看吧……”

“这个建议是好意的……”

加利利的海水是清澈的，透过水面能够看见海中游过的鱼，在岸边的人有时会恰好看到鱼群。

“哦，那里有鱼，那里有……”偶尔可能会有这样的情况。当时门徒向那边撒网时心想：“这能有多少鱼呢？”当他们把网撒下去，没想到有那么多鱼，连网都拉不动。这时约翰说：“是主！”接着彼得立刻跳过去了。他为什么会这么激动呢？因为他曾三次不认主，在他第三次否认主的时候甚至用加利利咒诅的话，他以为主已经不再爱他了，心中充满了黑暗。但是现在，主来寻找他们。“是主！”他一下子跳到主面前坐在耶稣身边，却一句话也说不出来，静静地流泪，深深地被主的爱打动了。

你感到耶稣抛弃了你吗？你有灰心、绝望吗？“主还爱像我这样的人吗？像我这样罪迹斑斑的人。”“主应该已经忘记了我吧？”你有过这样的想法吗？上帝正是为这样的人，记录了《约翰福音》21章。请你想想为那些“在痛苦中的门徒”准备早餐的耶稣。无论我们多么累，多么痛苦艰难，上帝让我们饿着了吗？冻着了吗？让我们没有地方睡觉吗？我们缺乏过什么呢？上帝不断地赐给我们所需要的一切。为门徒预备早餐的耶稣是我的救主，是我的牧者！因为我们通过经验认识他，所以我不灰心，也不丧胆。

“你用油膏了我的头，使我的福杯满溢。”

这是什么意思呢？羊在牧人的照顾下吃饱喝足后，终于可以卸下一天的疲乏回家了。这时牧人要带着羊进到羊圈中。犹太地的羊圈是没有门的，四围一般高，牧羊人就坐在地上拱起腿，让羊经过牧人的腿跳进去，这就成了羊的门。所以耶稣说：“我就是羊的门，凡不从我进来的就是强盗”。大家理解吗？耶稣是门，人只有通过耶稣才能得到饶恕，只有那些理解耶稣教导，跟随耶稣引导的人，才会住在真理之中。那些跳进去，爬进去，或用其它方法进去的人，将来会发现他们去的其实不是天国而是地狱。只有耶稣才是门。

牧羊人把羊都聚集起来后，就一只一只地点名，引导他们进入羊圈。所以牧人认识他的羊，羊也认识它的牧者。耶稣也知道我们每一个人，大家能感到耶稣知道你吗？牧羊人对着羊喊“小黑”，

那只黑色的羊就跑过去了，喊着“小白”的时候，白色的羊就来了。主知道每个人，他是把我们的名字刻在掌心上的牧者！

在羊进入羊圈前，牧羊人还要再仔细地把每只羊打量一翻。

“哎哟，你今天走路受伤了，对不起啊！”然后沾些橄榄油敷在羊的伤处，随后又膏点油抚摸着羊的头上，牧人裹好羊的伤处以后才算放心。“进去吧！”

下一只，“咦，你跑到哪条错路上了吧？真奇怪，看来那路上有刺啊！”然后牧人像刚才一样，敷油在羊的伤处，膏油在头上，然后就拍拍羊，“好，进去睡吧”。

就这样一只只地仔细察看，一只只地耐心治疗，用油膏它们的头，这就是引导他们的牧人！

**“我一生一世必有恩惠慈爱随着我；
我且要住在耶和华的殿中，直到永远。”**

这是羊的心声。
它们歇下了一天的疲乏，看着扶杖而睡的牧者就安然地躺卧入眠了，羊就这样日复一日地享受着慈悲牧人的眷顾引导。一天天过去，羊对牧人充满了感恩和信赖，它们离不开牧人，愿意永远住在这位牧人的家中。

每日引导我，带我走向青草地，领我到可安歇

的水边，除掉一切对我们有害之物，为我吹笛子振奋精神，在仇敌面前保护我，为我摆设丰盛的筵席；这位牧者就是主耶稣基督，他每天与我们同在！世界上哪有像他这样的牧者呢？“我一生一世必有恩惠慈爱随着我，我且要住在耶和华的殿中，直到永远。”我永远也不会离开这位上帝——耶和华的家。

每当一天结束，我跪在床边祷告的时候，内心由衷地献上感恩！我要永远住在上帝的家中！我知道主在过去十年、二十年……五十年对我的引导，我渴慕不断地跟随主的恩惠和慈爱，我要走永生的道路，我要永远住在耶和华的家中！

这就是对牧者之引导所表达的感恩之歌，经验之歌！其中颂赞了慈爱的耶稣对我们的引导与眷顾。我们在耶稣里能够享有安息！在主里面安息的经验是指，虽然看起来已经陷入了绝境，但心中却很平安！

假如你得癌症了，只能活三个月了，你会觉得恐惧绝望吗？“我就剩下三个月了，很灰心，求上帝救救我吧！”为什么这样呢？因为你还不知道上帝就是你的牧者，所以才会这样焦虑。“上帝啊！

既然你是我的牧者！那我就顺服的接受死亡吧。”上帝若是让我死，那就安息吧！没有什么可以担心的。就算一个人的癌症治好了，终究还是要面对死亡，何必那样灰心呢？许多信赖牧者而安息的人，当他们的平静安稳的时候，那癌症反而好了。许多特别想活的人反而死了。请将一切交托给主吧！

“主啊，即使我死了，仍然感谢你，赞美你！”这并非让你在癌症折磨的疼痛中，强忍着说：“感谢主！赞美主！”

而是要信赖地说：“主啊，帮助我！我赞美你！”这就是把耶稣看作为牧者的人，这样才能得到安息，这样我们身体自然就得到了上帝的医治。这是疾病得以恢复的秘诀。

【诗 22：1】我的上帝，我的上帝！为什么离弃我？为什么远离不救我，不听我唉哼的言语？这不就是耶稣在十字架上的痛苦呼喊吗？“以利，以利，拉马撒巴各大尼。”然而，耶稣却在父的怀中安息了，因耶稣完全地信赖天父。他死是为了成就父的旨意，这就是耶稣的人生。耶稣在客西马尼园怎样祷告呢？“我父啊，倘若可行，求你叫这杯离开我，然而，不要照我的意思，只要照你的意思”——这就是耶稣的生涯！我们的一生，也要这样把一切完全交托在主面前，到那日我们必唱“耶和华是我的牧者，我必不至缺乏。”

【诗 24：3-4】谁能登耶和华的山？谁能站在他的圣所？就是手洁心清，不向虚妄，起誓不怀诡诈的人。这是按照主的旨意而活，内心得到洁净的人，他们是永恒天国的百姓。

【诗 24：5-10】他必蒙耶和华赐福，又蒙救他的上帝使他成义。这是寻求耶和华的族类，是寻求你面的雅各。众城门哪，你们要抬起头来！永久的门户，你们要被举起！那荣耀的王将要进来。荣耀的王是谁呢？就是有力有能的耶和华，在战场上有能的耶和华。众城门哪，你们要抬起头来！永久的门户，你们要把头抬起！那荣耀的王将要进来。荣耀的王是谁呢？万军之耶和华，他是荣耀的王！这是耶稣升天时，天上的天使所唱的赞美诗。

耶稣第一次来到世界是为了召罪人悔改，耶稣第二次来到世界是为了接义人升天，就是那些因耶稣的宝血洗净的人。当耶稣将义人接到天上时，众天使都会欢呼：“门啊，开了吧，众城门啊，你们要抬起头来，永久的门户，你们要抬起头来。”谁会进来呢？荣耀的王耶稣和他的羊要进来！

我们要一同进入那城门，恳切的希望耶稣成为我们生涯中的牧者！





脱离 黑暗的感情

近年来，有关“路怒症”的消息不绝于耳。“路怒”，就是司机开车时表现出来的愤怒、烦躁的情绪。这种情绪的爆发会引发一些攻击性的行为，例如骂粗口、闯黄灯、强行超车、撞击对方车辆、打人等等。“路怒”引发了很多恶性案例，酿造了一桩桩悲剧。

作为一名驾龄已经超过八年的驾车族，虽说没有典型的“路怒症”的表现，但是内心不平不满，几乎要发火的瞬间还是有的。因为现实之中，很多人的驾车行为会激起人心中黑暗感情的爆发。例如：在拥堵的车流之间不老实排队，反复变道；高速上和你来个“亲密接触”的近距离超车；排队时后车不停按喇叭；大货车长时间占用超车道，无论你怎么提示都不会让路；晚上会车时开大灯，即使你变换远近光灯，对方依然无动于衷……我遇到这些不合理的驾车行为时，内心的情感也是翻江倒海。但是我的理智一直让我在默默祈祷：“主啊，帮助我！赐给我忍耐，忍耐！”祈祷的力量是强大的，它总是能抑制我心中即将爆发的火山，让我的感情恢复平静。所以，驾车对于我倒成为了一个训练忍耐的绝佳机会。其实，如果我没有祈祷，靠着主的能力胜过自己的感情，也很有可能爆发“路怒症”，真的会开车去撞前面别我车的人！

当我们在生活中遇到一些不顺心的事，或是受到别人的伤害和不公待遇时，难免会动怒或是内心不平不满。基督徒也不例外，或许受到的试探更大。因为有黑暗势力与我们这些称为上帝儿女的人作对。种种的事情经常临到我们身上，刺激我们天生的性情，让我们黑暗的感情爆发，以至于发怒，发怨言或是憎恨。

但是圣经告诉我们：你不可为恶所胜、反要以善胜恶。（罗 12:21）基督徒决不能允许任何事情使自己恼怒、发火或是心烦气躁。我们绝不能做感情的奴隶，随着感情指引的方向爆发。我们生活在世上最要小心对待的就是自己的感情。因为感情若不受圣灵掌管，它可能会无情地摧毁我们的整个人生。“路怒症”不就引起了很多的悲剧吗？家庭之中小的口角不也经常引起离婚、自杀、杀人这样的悲剧吗？

当世人看到被称为基督徒之人的感情因为一些微不足道的事情就轻易受伤时，能不对基督的信仰失望吗？当他们看到基督徒遇到不公平的待遇而表现出和他们同样的精神时，能相信基督的话语有改变人心的能力吗？

当撒旦通过周围的环境刺激我们时，正是我们归荣耀于上帝的宝贵机会。在不得不发火的瞬间，在不得不厌烦的瞬间，在不得不生发贪财之心的瞬间，我们若选择忍耐、温柔、宽容、无私，那么守护我们的天使以及周围关注我们的人将会颂赞在我们心中动工的上帝的大能！

试炼的时刻正是我们更加明确表明出自己是属基督的最好机会。每一个试炼的瞬间都要更亲近基督，将他接到自己的心里。每当我们通过基督的能力得胜试探和试炼时，我们的品格和信心就为预备迎接更大的患难而更上一层楼。

当别人对我们说一些无理的话时，我们会心痛；当别人用轻蔑的眼神看我们时，我们会失落；当别人诽谤我们时，我们可能会竭力为自己申辩；当别人对我们发怒时，我们可能也会愤愤不平。但是这些涌动在我们心中的感情必须屈服在圣灵的声音下。因为当我们以同样的精神回应对方时，就阻碍了我们与基督的合一以及与圣灵的交通。

你们若因犯罪受责打，能忍耐，有什么可夸的呢？但你们若因行善受苦，能忍耐，这在上帝看是可喜爱的。（彼前 2: 20）所以，我们不要报仇，必须降服心中所有黑暗的感情。在不牺牲《圣经》的原则和真理的范围之内，要尽力选择让步，与别人和好。你在祭坛上献礼物时，若想起弟兄向你怀怨，就把礼物留在坛前，先去同弟兄和好，然后来献礼物。（太 5: 23、24）当人被愤怒的精神支配时，我们应该选择静默。记着，回答柔和，使怒消退。（箴 15: 1）在别人用非难刻毒的话向我们袭来之时，要把心灵停留在上帝的话语中。心中和脑中，要贮着上帝的应许，穿过暴风雨前进。当我们受到轻视时，不要向对方投以尖锐的眼神，而是要默默背诵上帝宝贵的应许：你不可为恶所胜，反要以善胜恶。（罗 12: 21）将你的事交托耶和华，并倚靠祂，祂就必成全。祂要使你的公义如光发出，使你的公平明如正午。（诗 37: 5、6）

很多时候，我们选择了让步、饶恕、忍耐和爱，选择听从圣灵的声音，遵行上帝的旨意而行；

然而周围发生的一些事情依然显得黑暗而无出路。魔鬼加给我们的攻击似乎并没有消退。那我们该怎么办呢？要记着基督的话，我所作的，你如今不知道，后来必明白。（约 13: 7）凡临到我们的事都是经过基督的允许才临到的。除了主所准许的事以外，没有什么可以碰我们。我们的一切痛苦忧伤，一切试探患难，一切愁闷烦恼，一切危害逼迫等等，凡事都互相效力，叫我们得益处。你使人坐车轧我们的头，我们经过水火，你却使我们到丰富之地。（诗 66: 12）袭击我们的“水火”般的试炼和环境都是上帝的工具，要使我们借以获益。

我们还要记住，掩盖的事，没有不露出来的；隐藏的事，没有不被人知道的。（路 12: 2）我们委屈、孤独和痛苦的一切缘由和结果都准确地记录在了天上的册子上。所有一切都要在最后的日子显露出来并做出偿还。所以，就没有必要将困苦、艰难、烦恼和忧伤记录在心里保管了。这一切，都写在天上的册子上，必由天上照管。

如果有黑暗的感情笼罩我们，也就不要讲述自己的感情。不要把黑云赶到与我们交谈之人的头上。人们心中痛苦的感情具有传染的特性。如果我们向别人大倒苦水，和您此刻心情类似的不满就会钻进所听之人的心中。这样的人容易陷入撒旦所设的罗网里去。所以，与其诉说自己的失望、灰心 and 不满，倒不如讲述上帝的恩典和能力。当我们讲这些时，这些话语就会进入到我们的大脑中，我们奉着基督的名，能够从天上获得改变己心和感情的惊人之能。越是讲述消极的话语，越是培养心中黑暗的感情。

人生就是战场。各人都有自己的仗要打。这是一场与黑暗感情斗争的仗。我们的感情和意志必须屈服在圣灵微小的声音下。当我们靠着与上帝的合作，藉着圣灵的能力争战时，我们就能脱离黑暗的感情，品尝到天上的平安和温暖。不要让我们高贵的人生染上不满、痛苦、忧伤、自私、仇恨和孤独的色彩，而要睁开眼睛仰望天上。全天庭都苦苦等待着我们鼓起勇气，高举信心，向着天空伸开双臂！

“ The
Seven Secrets
For
Children Education ”

儿女教育的七个秘密

现今有太多的孩子都未受到良好的训练。很多父母将孩子交托给爷爷奶奶或者托儿所照管。但是父母们必须明白，儿女乃是耶和華的产业，父母们是必须为了处理祂的产业而向祂有所交代的。儿女被当作一种珍贵的委托交与他们的父母，必有一天，上帝要他们为这委托交帐。父母们当以更多的时间，更多的关切，与更多的祈祷来训练孩子们。他们需要更多正当的教训。教养孩童，使他走当行的道，就是到老也不偏离。（箴 22：6）

在子女教育的问题上，必须提到“训练”这个单词。为了训练孩子，必须有详细而深刻的计划，也需要拥有坚定不移的决心和恒久的忍耐。“训练”这个单词绝不包含“软弱”或是“懦弱”的含义。训练必须是集中实施在一个人身上的决定性的过程。

问题在于很多父母并不知道正确训练孩子的方法。大部分父母因为不知道如何管理自己的孩子陷入着急又无奈的情形。虽然内心盼望正确地养育孩子，但是因为不知道如何具体施行而把握不住方向。有些父母看到自己的儿女混在那些玩世不恭，叛逆心强的孩子中间，和他们一起堕落，被可怕的世俗吞灭，却没有任何解决方案，无可奈何地看着孩子一步步下滑。

一对夫妇在教育孩子的问题上尝到了失败和挫折，于是找我咨询。他们曾经对孩子怀抱的梦想破灭了，现在心中充满了困惑，埋怨自己命不好，没有子女福。他们想知道我是如何培养自己的六个孩子，让他们都献身为上帝做工的。他们对我说：“您真是幸运！”

幸运？抑或运气？这岂是与运气相关的问题！运气只不过是人们对美好结果的赞叹之词，与儿女教育没有任何联系。儿女教育是非常单纯而艰难的训练过程。只有在父母的努力之上加上上帝的祝福和认可，才能收获所希望的果实。从幼年时期到青少年时期，再从青少年时期到成年时期，都必须伴随着父母持续不断的努力、辛劳和牺牲。

通过这篇文章，我要告诉大家有关儿女教育的七个秘密。希望这些方法能够给大家教育孩子带来帮助。

1. 以时刻警惕的心照料你的子女

如果您希望正确地养育孩子，就不要将孩子托付给爷爷奶奶或是其他人。世上最值得信赖的教育者就是母亲。可能有些母亲会说：“在我们家里母亲必须工作！”如果真是这样，悲剧可能就是源于此。也许存在一些特殊情况，母亲不得不外出工作，但是母亲还是要尽可能地照料家庭。

也许还会有人说：“假如妻子不工作的话，房贷就一个人还，还要买车，家里买这买那的，开销大，多一个人挣钱还是好一点……”

问题就在于此。在这种情况下，大家必须二选一，一种选择就是为了活得不比别人差而努力工作，另一种选择就是专注于教育孩子。大家可以住很好的房子，在家里添置各种家具和家电，过得舒舒服服的，但同时要想一想孩子的将来。

也许您可能会问我：“您是怎么选择的？”我们夫妻首先选择的是对子女的关怀和担忧。在我们的第一个孩子出生之前，我的妻子就决

定放弃工作。这已经是很久之前的事情了。在过去很长的岁月中，妻子亲自指导并训练孩子，在孩子身上用了数不清的方法，帮助孩子克服种种困难。

您可能会问：“看来你们夫妻挺有钱的啊！”其实孩子小的时候，我们夫妻非常贫穷，连冰箱、电视等一些基本的日常家电都没有。

孩子放学回来时，我的妻子总是在家里等着他们。每当孩子们有事出去再回来时，总是能感受到妈妈温暖的爱在等待着他们。我的妻子及其深刻地关注着孩子的一切需要和要求。她始终准备着补足孩子的缺欠，及时回答他们的问题，帮助他们做出正确的选择。在他们陷入诱惑和试探时教导他们躲避的道路，同时智慧地警告他们。

没有一位女性能够在外辛苦地工作了一天之后，回到家中还能做各种散活，同时又忠实地履行母亲的义务和责任。每个人的精力是极其有限的。

2. 坚定维持上帝委任于您的父母之位

上帝的计划是让父母，而不是儿女带领一个家庭（创 18：19）。如果父母希望家中有平安和幸福，就不要放弃作为父母的权威。有些教育家建议给孩子充分的自由，让他们做自己想做的。他们说：“如果不这样做，孩子就会有自卑感。”但是从经验来看，他们的想法是不对的。父母若是不为家庭建立计划，为子女树立正确的人生方向，那父母存在的理由又是什么？

父母的肩头担负着引导、劝勉孩子的责任。父母若不忠心地履行自己的责任，最终会因自己的孩子遭致不幸和痛苦。

初生的小马驹，羔羊或是小狗在他们能够自己走动之前必须待在妈妈身边。为什么？动物界的这种现象难道是偶然的吗？显然是上

帝计划好的。年幼的孩子在父母身旁的时间在上帝眼中甚是宝贵。因为父母在这个期间能够教导孩子当走的路，同时培养他们方方面面的行为：顺从、无私、敬虔、高尚和优雅。父母不仅要为儿女的今生做预备，还要为他们将来的永生做预备。

儿女需要警戒和训练。“警戒”和“训练”是现今很多人不喜欢使用的单词。但是在儿女教育的问题上必须要用到这两个单词。这属于父母的领域。为了训练必须树立正确的方向，同时持续地维持训练。必须告诉孩子当做的事情，同时确认他们是否按照父母的指示在执行。这种训练必须以非常温柔的方法进行，必要的时候还要加以制裁。

使徒保罗提到孩子教育问题时，首先说：

你们作儿女的，要在主里听从父母，这是理所当然的。要孝敬父母，使你得福，在世长寿。这是第一条带应许的诫命。（弗 6：1-3）

使徒保罗的这句话听起来似乎是跟不上时代的脚步了。但是这句话的价值绝不会随着时代的变迁而改变。接下来他又劝勉父母：你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。（弗 6：4）

在警戒和训练时期，需要投入时间、思考、关怀以及准确的判断。而这些必须在有秩序的家庭中进行。如果因为害怕儿女出现自卑或是叛逆的脾气而疏忽训练的话，父母在以后的人生中会因自己的疏忽付出代价。儿女若是完全不知道什么是上帝所设立的有秩序的家庭，在无秩序而混乱的家中成长，到了一定时候他们就会计划着从家中的无秩序和混乱中挣脱。

3. 从小就帮助孩子自己发现上帝

这点非常重要。父母必须引导幼年的孩子对上帝的爱和耶稣有美好的概念。当他们开始阅读时，就要培养他们自己学习圣经的习惯。引导他们背诵十诫命和诗篇 23 篇等章节。要教导他们起床和晚上睡觉之前祷告。年幼时培养的这些习惯会影响他们的一生。

接下来我们再谈一谈家庭礼拜的问题。每天早晚都必须举行家庭礼拜。如果可能的话，要经常聚集孩子们，给他们讲有趣的旧约故事，一起祷告，背诵主祷文。这会在儿女的心中种下美好的回忆。但最重要的是儿女要学会独自研究圣经，独自祷告的方法。这样才能和上帝

建立个人的关系。

孩子可能会为各种奇奇怪怪的事情祷告，但是不要在意，要让他们献上自己想献的祷告。虽然他们所献的很多祷告是不能蒙垂听的，但还是有些祷告会蒙应允。上帝希望藉着对孩子祷告的回应，让他的小儿女们的信心增强。孩子若是在年幼时期将耶稣看为最亲密的朋友，他们成人后会带着自己所有的艰难和试炼毫不犹豫地来到主的面前。青少年时期的孩子要通过一场暴风雨，看他们究竟是否愿意选择天国的奖赏。那时他们会决定完全献身于服务世界和耶稣基督的工作之中。

4. 让儿女总是繁忙

小孩子总是很好动，闲不住。所以，孩子们若不专心于某些有益的事，撒旦一定会将一些悦人耳目的恶事带到他们面前。但是让孩子总是繁忙的意思并不是一天到晚指使孩子干活，使唤他们和仆人一样。这样的家庭不可能成为幸福的家庭。父母需要让孩子快乐地玩耍，但也必须指导他们将帮助父母做家务的行为当成自己的义务。哪怕是非常小的事情，如果儿女能够完成，父母就必须教导他们做事的方法。

在基督徒的家庭中，绝不能出现孩子在一边看电视或者打游戏，但是母亲却在独自干活。在任何情况下都不能允许孩子疏忽或者逃避自己的责任和义务。

经过如此训练的儿女能够成长为值得信赖的青年。信实并且尽力完成所托付给自己的事——这对他们来说会成为一件自然而然的行为。所以他们离开家庭独立时，会赢得周围人的认可。

5. 嘱咐孩子做事，察看他们是否负责地履行

这样做能够培养孩子的责任感，帮助他们将来成为值得信赖的工人。当然这需要长久的教育。让孩子做事很简单，但是确认他们是否做好就没有那么容易了。让孩子正确地做事，并且准确完成，在这个过程中需要父母的毅力和努力，随时纠正并帮助他们。唯有付出这样的忍耐和努力才能让孩子形成正确的性格。

现今儿女教育的事情上，最大的问题之一就是“责任转移”。

很多孩子都有这样的情况：要么想方设法

不做事，要么没有诚意，马马虎虎地应付父母。父母必须从小医治孩子这种“没有责任感”的疾病。必须让孩子知道：如果爸爸妈妈吩咐自己做事，自己必须尽全力去完成。接受父母的命令时，孩子必须没有任何藉口和理由地履行自己的责任。

接受这种训练的儿女会成长为值得信赖的青年。因为在所有方面忠心而信实地做事已经成为了他们的习惯。当他们长大进入社会时，社会就会欢迎他们。

6. 打开一扇能够让孩子接受圣洁而宝贵思想的大门

儿女开始自己读书时，必须向他们介绍好的书籍和杂志。这件事情需要较多的时间。因为父母必须先阅读这些书籍和杂志，弄明哪些是有益的，哪些是有害的。要记住，哪怕是一本不好的书或者搞笑的杂志，如果在儿女心中扎根，这本书将会影响他一辈子。所以父母必须检阅进入家庭的所有种类的书籍。希望你们一有机会就要向他们说明书籍的好坏。

父母自己若是不能选择一些好的书籍，就

要在周围寻找值得信赖的基督徒，咨询他们，这也是一个不错的方法。但是需要特别小心而慎重。

在看电视的问题上也必须施行以上同样的原则。如果父母无法把握好电视遥控器，家中干脆不要置办电视机倒是一种明智的方法。现今的电视节目有几个是基督徒父母和孩子能一起看的呢？若是没有电视，孩子和父母可以度过很多更有意义的，更积极的光阴。

7. 让家庭成为最有魅力的地方

要建立让孩子能够感受幸福的计划。父母要和孩子一起玩耍。要让他们明白自己是家庭必不可少的一员。父母必须努力让孩子感受到自己是爱他们的。要邀请孩子的朋友一起来家里玩，度过愉快的时间。最重要的是多给孩子读一些有益的书籍。因为这能让孩子感受到妈妈的声音是最棒的音乐。孩子放学回来后，哪怕是

大孩子，也要和他们讲一些有益而有趣的故事。

母亲的这些努力能让孩子觉得家庭是世界上最具有魅力的，最幸福的地方。他们就不会在没有得到父母的允许下就跑到电影院、游乐场或者其他朋友家。因为对他们来说，自己的家就是最幸福快乐的地方，他们不想做一些让父母伤心的没有意义的事情。



这就是我在养育孩子的过程中获得的经验，也是我想告诉大家的七个秘密。如果您在家庭中实践这些建议，我相信一定能够帮助孩子的成长。愿您的孩子能够成为得胜世界，获得永远生命的上帝的儿女！也愿上帝能够帮助您忠心而坚定地履行原则，引领家庭走向天国！

这是一本关于爱 · 真理 · 生命的杂志



网 站: www.sostvcn.com

邮 箱: sostvcall@sostvcn.com
sostvbjb@163.com(编辑部)

电 话: 13804244366 15140501466