

棕树

FOR THE PEOPLE WHO WILL SURVIVE IN THE LAST DAYS



受特别的印



生活中常说的印记是指在某个地方留下痕迹或形状，并将它固定住。从属灵的角度而言，世界上每个人都因自己的选择而处在受印的过程中。有人因真理而烙上上帝的印，有人被假道烙上了魔鬼的印。

受上帝的印是指“人的理智和灵性扎根于真理中不致动摇。”

一棵树刚种下去，可以轻轻地拔出来。第二天也能很轻松地拔出来。一周之后，虽然能拔起来，但是很费力。一年之后，就很难再拔起来了，因为它已经根深蒂固了。同样，受印是一个扎根于真理的过程。

首先通过理智理解并接受真理，然后通过经历真理来巩固灵性，以致于无论遭遇什么事情，什么灾难，什么逼迫，甚至要献上生命，都坚守真理不动摇，这就是接受上帝印记的过程。

魔鬼用尽一切诡计诱使我们在真理上动摇。

施洗约翰入狱后疑惑了：“主舍弃我了吗？”这位为主预备道路的先锋此时也在困苦中动摇了。于是差两个门徒去问耶稣：“你是要来的弥赛亚吗？还是要再等另一位呢？”耶稣一整天都在治病，治好瞎眼的，瘸腿的，也治好了大麻疯。最后，耶稣对约翰的门徒说：“回去把今天所看见、所听见的告诉你们的夫子。”约翰听到这话，心中充满了确信与安慰。

我们也常常会动摇，这时要研读上帝的话语，恢复对上帝的信靠，按真理改变自己。如此反复锻炼，才能不断在真理中扎根、受印。

不久，世界范围内的各种考验：假神迹、谬道、饥荒、瘟疫、逼迫等将会临到上帝的百姓。哪怕再困难、再绝望，仍要信靠上帝，坚守真理，不被动摇，这就是受了永生上帝的印记。这个特别的印记是通过末世患难的人必须接受的。我们一定要为此做好准备。

目录

Contents

信仰人生

04 基督徒与鹰的浴血奋战

本期主题：大脑前额的“印”

- 08 part 1: 上帝的印
- 10 part 2: 额叶上的印
- 13 part 3: 不是突然盖上的印
- 15 part 4: 受印之人的特征

牧者之声

18 末时代的印

健康园地

- 24 恐惧感
- 26 征服压力

幸福家庭

29 您是哪种父亲？





基督徒与鹰

的浴血奋战

您知道基督徒和鹰展开的大争战吗？这是一场必须杀死对方的激烈战争。保罗告诉了我们如何杀死这只鹰取得胜利的方法。

“因为知道我们的旧人和他同钉十字架，使罪身灭绝，叫我们不再作罪的奴仆。”（罗 6: 6）“旧人”就是罪的本性，我们在这里称之为鹰。为了杀掉这只鹰，我们必须经历将自我钉死在十字架上的经验。

然而现今很多人都拒绝“死”，他们问：“需要死吗？一定要死吗？”比起“死”，他们更希望通过努力开发自己内心的善良而成为一名基督徒。所以他们的结论是：“我们一出生就是自私而罪恶的人，即使我们被称为基督徒，但还是免不了犯罪。”他们认为最好的方法就是积极向善成长就好。

自我死去和开发心中的善，这两者的差异犹如创造论与进化论之间的差异。使徒保罗的观点是：“自我先要死去，然后再重生成为新造的人，”这就是再创造的过程。另一种观点是：“要发展自己心中的善，然后不断地提高就好。”这就像是谈论进化。到底哪种观点才符合走天路的基督徒的经验呢？

只有认清鹰才能抓住它

“惟独出口的，是从心里发出来的，这才污秽人。因为从心里发出来的，有恶念、凶杀、奸淫、苟合、偷盗、妄证、谤讟，这都是污秽人的。至于不洗手吃饭，那却不污秽人。”（太 15: 18 ~ 20）外在的表现源于内心。心中若有基督的灵，自然就会结出圣灵的果子。倘若凶猛、卑劣、自私的鹰的本性活在我们里面，支配我们时，我们的言语行为和思想就如同鹰一样。为了杀掉鹰，必须先抓住它。只有理解鹰的本性，知道鹰喜欢什么，讨厌什么，才能抓住并杀掉它。我们都知道，鹰喜欢吃腐肉。它

可能会若无其事地从麻雀或鸽子这类鸟身边飞过，奋力冲向动物的尸体。为什么呢？因为它是鹰，鹰的本性就是这样。它不喜欢新鲜的水果、蔬菜和谷物，而是喜欢腐烂发臭的死尸。

有个人，有一次抓了一只鹰，很努力地培养它的性情和习惯，企图让它变成温顺的动物。他首先为鹰做了一只巨大的鸟笼，然后把它放进去。每天都给它吃苹果、橘子和香蕉等水果，希望改变它的饮食习惯。这只鹰按照主人的食谱吃了好几个星期。但是有一天，主人发现鸟笼被钻出了一个大洞，鹰迅速地飞走了。它翱翔在高空，发现了一头死驴，立刻如离弦的箭一般俯冲到地面，吐着小红舌，美味地吃着腐肉。虽然主人为鹰预备了看起来似乎更高品位的生活，但它绝不会改变自己的旧习惯。为什么？因为它是鹰。

只有成为羊才能活得和羊一样

亲爱的弟兄啊，我们必须承认自己心中有一只鹰。只有准确地理解我们心中鹰一样的本性，我们才能发现成为真基督徒的道路。我们可以和鸽子一起在一个槽子里吃食，也可以模仿羊和羊一起在羊圈里玩耍。但是，主人没有看守我们时，或者周围没有其他人时，我们鹰的劣根性一下子就暴露出来了，毫不留情地向周围的羊伸出锐利的爪子。这时，守护在我们身边的天使就流着泪回到天上，向上帝展示有关我们言行记录的报告。

这就是耶稣对彼得的警告：“如果你没有真心悔改重生，你会经历非常可怕的事情。所以你必须警醒祷告，要警醒！”彼得对主的吩咐却这样回答：“主啊，不要担心。就算其他人都抛弃了您，我也会跟随您到底。”但危机真的临到时，彼得在第二

遍鸡叫时三次不认主。难道彼得故意对主撒了谎吗？不是的。他说的确实是实话。他真的愿意跟随主到底。但是他不认识自己心中隐藏的那只鹰。“人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢。”（耶 17: 9）您是否知道自己内心的真实状况呢？您能准确地认识自己，正如耶稣洞察人心一样吗？

我们罪恶自私的本性不会随时间而有所好转。只不过是我们的面子和伪善制造出了更完美的面具而已。鹰只要活着，它永远是鹰。那我们怎样才能成为羊一样的基督徒呢？唯一的方法就是以羔羊的身份重生。如果我们培养的是鹰的本性，却模仿羊生活，我们一有机会就会再次显出鹰的性情。所以鹰一样的我们必须经历重生为羔羊的经验。若没有这种重生的经验，我们就无法开始过真正基督徒的生活。没有重生的基督徒在较为完美的假面具和伪善中不仅欺骗邻舍和家人，最终会陷入自欺欺人的深渊中。

杀死鹰的方法

重生的唯一的方法就是杀掉鹰。圣经告诉了我们牺牲的榜样，那就是耶稣基督的牺牲。我们必须像耶稣钉十字架一样将自我钉死在十字架上。所以使徒保罗说：“因为知道我们的旧人和他同钉十字架，使罪身灭绝，叫我们不再作罪的奴仆。”（罗 6: 6）我们必须在耶稣的牺牲上有份。我们罪恶的老我，就是鹰一样的本性必须钉在十字架上，当然这是十分痛苦凄惨的。我们必须狠下决心拒绝鹰的要求，不给它所想要的食物，任凭它因饥饿而挣扎叫唤。但是靠着自己的力量无法杀掉自我。唯有藉着仰望基督才能做到。当我们仰望基督的牺牲和生平时，我们的心就会因他的牺牲带给我们的饶恕和救恩而充满感恩，同时盼望像他那样圣洁而敬虔的生活。我们心中发生的这种完全的变化是靠着天上的能力获得的再创造。只有每天都经历这种变化的基督徒才能拒绝心中鹰的要求并将自我钉死在十字架上。当我们每一天都拒绝鹰的要求时，鹰最终会失去它的势力走向死亡。曾经觉得是巨大的诱惑现在却对我们无法造成任何影响，其原因就是鹰失去了支配我们的力量。

最危险的两误解

亲爱的弟兄啊，鹰与基督徒之间的战争是一辈子的经验。今天的胜利无法保证明天的胜利。所以使徒保罗以自己为见证说：“我每天冒死。”现今很多

基督徒对重生的经验有所混淆。上帝会将一个新的本性（新心）赐给那些将自己献上并真心悔改的人。虽然有了这样的经验，里面的老我仍会时常冒出来。当这样的经验不断反复时，有些人就误认为是上帝没有悦纳自己的献身和悔改，他们就在失望和挫折感中彷徨不前，最终离开了真基督徒的道路。有些人总是屈服原来罪恶的本性生活，最终就引用圣经为自己罪恶的经验辩护，使之完全合理化。于是就得出危险的结论——已经重生了一次的基督徒，上帝不会再定罪与他了。

这种结论含有以下两个谬论：

① “十字架废除了律法”

基督为了按律法的要求彻底偿还罪的赎价，钉死在十字架上。十字架不是犯罪的许可证，而是告诉人类犯罪的代价多么可怕，并以基督的宝血发出的呼求：要停止犯罪！十字架没有废除律法，反而完全地树立了律法的权威和意义。所以基督说：“莫想我来要废掉律法和先知。我来不是要废掉、乃是要成全。”（太 5: 17）

② “一次得救永远得救” Once saved, Always saved

某些基督徒被老我的欲望牵引着生活，他们想要从圣经的角度让自己的经验合理化。便说，过去获得过的一次救恩无论在什么情况下都不会失去，甚至拒绝不了。然而，救恩必须每天维持。哪怕昨天得救了，今天若是拒绝基督和他的真理，得救就不再是自己的了。太多的人相信只要一次得救，无论信心和生活如何，自己都永远得救。不要忘记使徒约翰的警告：“凡不洁净的，并那行可憎与虚谎之事的，总不得进那城”（启 21: 27）。要记住，得救并不是过去某一瞬间的决定就完成了。一次决定之后，必须在基督的恩典中持续不断地成长。哪怕自己重生了，也必须持续不断地拒绝肉体本性的欲望。

如此说来，真实的基督徒就感受不到犯罪的冲动吗？不，能感受到。为什么呢？“因为情欲和圣灵相争，圣灵和情欲相争，这两个是彼此相敌，使你们不能作所愿意作的。”（加 5: 17）即使经历了重生的经验，肉体的欲望，即鹰的本性依然会在我们里面呼喊。它

不要苹果或香蕉，依然想要吃腐烂的食物。但是，无论鹰多么强烈地要求，我们也没有必要惊讶或是失望。因为感受到诱惑并不是罪。屈服诱惑并且选择随着肉体的要求去做时才构成犯罪。对于鹰怂恿我们屈服诱惑的要求，我们究竟是选择屈服还是拒绝，这将成为我们是否能成为真基督徒的关键。圣经说唯有重生的人才能得胜。所以基督徒必须每天将自己的心献给基督，选择拒绝听从鹰的要求。

二选一的选择

让我们从另一个角度看待这个问题。基督徒的心中一边有十字架，另一边有心灵的宝座。如果我们将基督接到心灵的宝座上，旧人，也就是鹰的本性就要钉死在十字架上。试探和诱惑临到时，我们必须回应耶稣，拒绝鹰——这就是基督徒每天必须经历的人生。可惜太多的基督徒对耶稣做出回应的同时对鹰也回答“是”。他们没有将任何东西钉死在十字架上。虽然没有公开钉耶稣，但是也没有杀死鹰。这样的人就会成为不冷不热的老底嘉教会的人。他们希望鹰、耶稣和世界同时都在自己的心里。但是“真基督徒”意味着心灵的宝座上唯有耶稣，同时将鹰一样的本性钉死在十字架上。

钉在十字架上的鹰唯一能做的就是求救，喊着“放开我！放开我！”被钉的鹰挣扎着要求放开它，让它去想去的地方，犯想犯的罪。它拼命挣扎着，可能会说：“请放了我！先放开，然后下周再钉我也行啊！”被钉的鹰说服我们的时候常常显得很有道理。被这种逻辑影响的基督徒会重复过一种生活，那就是今天钉死鹰，明天再放了它。他们始终过着一种被鹰牵着走的疲倦的信仰生活。最终一边想着：“明天又要放开鹰了”，一边也就停止了将鹰钉死的工作。因为他们认为：“反正还要再放，何必那么累！”但是请记住：就在我们停止钉死鹰的瞬间，我们又开始将上帝的儿子钉在了十字架上。

自我死去的含义

如果我们真领悟到自己就是鹰，我们就无法骄傲。我们必须看清自己里面有一只鹰在散发着味道，拼命地呐喊。我们必须承认这就是自己真正的样子。当我们看见自己如此丑陋的模样，感到失望、

憎恶、怀疑时，我们才会渴慕良善，“也要赐给你们一个新心，将新灵放在你们里面”的应许就开始成就在我们心里。

我们不可能同时接受圣灵的声音和鹰的要求。若是顺从一种声音，自然就拒绝了另一种声音。在我们心里不可能有两种鸟，一种是象征罪恶本性的鹰，一种是象征圣灵的鸽子。如果我们选择爱鸽子，选择养育鸽子，我们给它吃的食物就是鸽子吃的食物。我们不可能给鸽子和鹰同样的食物。因为鸽子完全不吃腐烂的肉或是动物尸体。

同样的道理，我们不可能同时满足罪的本性和圣灵的要求。我们在一天的生活中选择喂养哪种鸟呢？当我们乐于接受电视节目中的各种腐朽之物作为食物时，当我们享受各种书籍或杂志中污秽的思想时，觅食而来的鹰就会高兴地欢呼：“这就是我所等待的！请给我一些更刺激的，更污秽的吧！我要更快乐！”此时我们会变得没有任何抵抗能力，屈服于鹰的要求。如果我们的意念中充满了鹰所喜欢的食物，鹰就会获得能量，变得更加强壮，扑腾着翅膀牵着我们到处飞。

我们必须果断地拒绝鹰的要求。但是有些人以一种模棱两可的态度被鹰牵着走。“鹰啊，不行！我绝不能打那个人。但是我可以背后暗暗地对付他。鹰啊，我绝不能按照你的想法打他一巴掌。但是我可以抓他的弱点针对他。”我们很多时候是不是以这种态度向鹰妥协呢？

我们必须明确地知道，即使献身给了上帝，但是隐藏在我们里面的鹰的劣根性依然能够折磨我们。我们也必须明白，即使鹰在我们里面昂起脑袋，发出呼喊，这也不是我们没有悔改的证据。我们只是承认鹰的劣根性存在于我们心中。但是我们能通过真正的悔改获得来自天上的能力，让鹰的劣根性无法掌管我们。真正的悔改是抓住鹰，钉死它。虽然鹰被钉了，肉体的欲望会呼喊，但是我们没有必要听它的声音。我们只要当鹰是死的，竭力地过基督徒的生活。当我们选择拒绝鹰的要求，垂听鸽子般的圣灵的声音时，鹰最终会被钉死。我们不要同情垂死挣扎的鹰发出的哀号。

“所以不要容罪在你们必死的身上作王……将自己献给上帝”（罗 6：12，13）亲爱的弟兄姊妹，让我们无论吃什么，喝什么，做什么，都养育我们心中的鸽子——圣灵吧！让我们忍耐前进，将鹰钉死在十字架上，唯独彰显基督的荣耀吧！

本期主题



大脑前额的 “印”



上帝的印



印 (seal)

在古代，很多时候都会将一些重要的文书或是属于自己的物品封印。古人多使用图章作为印，图章上刻有主人的名字，有时还刻有异教的神或是奇怪动物的形像。盖印，表示承认这是属于盖印之人的物品，同时认可盖印之人的权威。印是和法律文书有关的用语。在所有公文中都有负责人盖的印。每一个国家的政府都有盖在法律文书上的印章。盖印的目的是为了赋予文书权威性。特别是通过一些国家性的法律文书时，必须盖上国家领导人的印。

印一定要包含以下三种内容：

1. 统治者的名字
2. 统治者的头衔
3. 统治区域

上帝的印

1 永生上帝的印

“我又看见另有一位天使，从日出之地上来，拿着永生上帝的印。他就向那得着权柄能伤害地和海的四位天使大声喊着说：“地与海并树木，你们不可伤害，等我们印了我们上帝众仆人的额 (forehead)” (启 7: 2, 3) 启示录 7 章描写了天使要在得赎之人的额上盖上永生上帝的印。在启示录 14 章 1 节，描写了十四万四千人额头上写有羔羊的名和父的名。这两节经文是相关联的。

上帝的印盖在得赎之人的额上，这表明他们得到了上帝的认证，成为上帝的儿女。因为他们靠着圣灵的恩典和能力获得了像上帝那样的品格，即十诫命之中所彰显的上帝之爱的品格。只有额上盖有永生上帝之印的人才能通过

最后的患难并得蒙拯救。他们的额上有羔羊的名和父的名。

永生上帝的印记和圣灵的印记是有区别的。以弗所书 1: 13 节说到圣灵的印，这是所有得救之人必须接受的印，是指每位基督徒悔改重生时接受圣灵的经验。启示录 7 章所说的永生上帝的印记，则是天使放开四方的风时，最后的患难来临之前，生活在末时代的人必须获得的经验。

只有那些接受了圣灵的印记，有持续重生的经验，在生活中不断地结出圣灵果子的人才能获得永生上帝的印记。所有得救的圣徒都要接受圣灵的印记，但生活在末世代的圣徒必须要接受永生上帝的印记。这是指他们必须拥有靠上帝的能力遵守诫命的经验，是内心深处完全顺从，完全胜过罪的经验。

2 上帝权威的标记

印不仅指明了所有权，而且是权威的标记。统治者的印，证实了他所颁布之律法的权威。上帝律法也因为上帝的印而更具权威。上帝的律法（十诫）和上帝的印之间有什么关系呢？“你要卷起律法书，在我门徒中间封住（seal，盖印）训诲。”（赛 8: 16）上帝的律法要在跟随他的门徒中盖印。盖在哪里呢？“主说，那些日子以后，我与他们所立的约乃是这样，我要将我的律法写在他们心上，又要放在他们的里面。”（来 10: 16）将上帝的律法刻在心上，在《圣经》中也表达为系在额上。这就是将上帝的律法盖在门徒中间的方法。

那么在上帝的律法中，有没有上帝印记的部分呢？在上帝的十诫命中有没有显明上帝能力和权威的诫命呢？

上帝是宇宙的创造主，这就是祂的权威。“惟耶和华是真上帝，是活上帝，是永远的王。……你们要对他们如此说：‘不是那创造天地的神，必从地上从天下被除灭。’耶和华用能力创造大

地，用智慧建立世界，用聪明铺张穹苍。”（耶 10: 10 ~ 12）“外邦的神都属虚无，惟独耶和华创造诸天。”（诗 96: 5）

区分真神假神的唯一凭据就是创造的权能。上帝以创造为证据，显明祂是真理，是独一的真神。上帝希望我们随时记住祂创造的权能，作为祂是真神的证据。所以上帝在创世之初的一周中设立了安息日，证明祂就是创造主，并以此作为彰显祂权威的标记。“到第七日，上帝造物的工已经完毕，就在第七日歇了他一切的工，安息了。上帝赐福给第七日，定为圣日，因为在这日上帝歇了他一切创造的工，就安息了。”（创 2: 2, 3）安息日是纪念创造权能的日子，是区分上帝与假神的标记。

3 诫命中的印

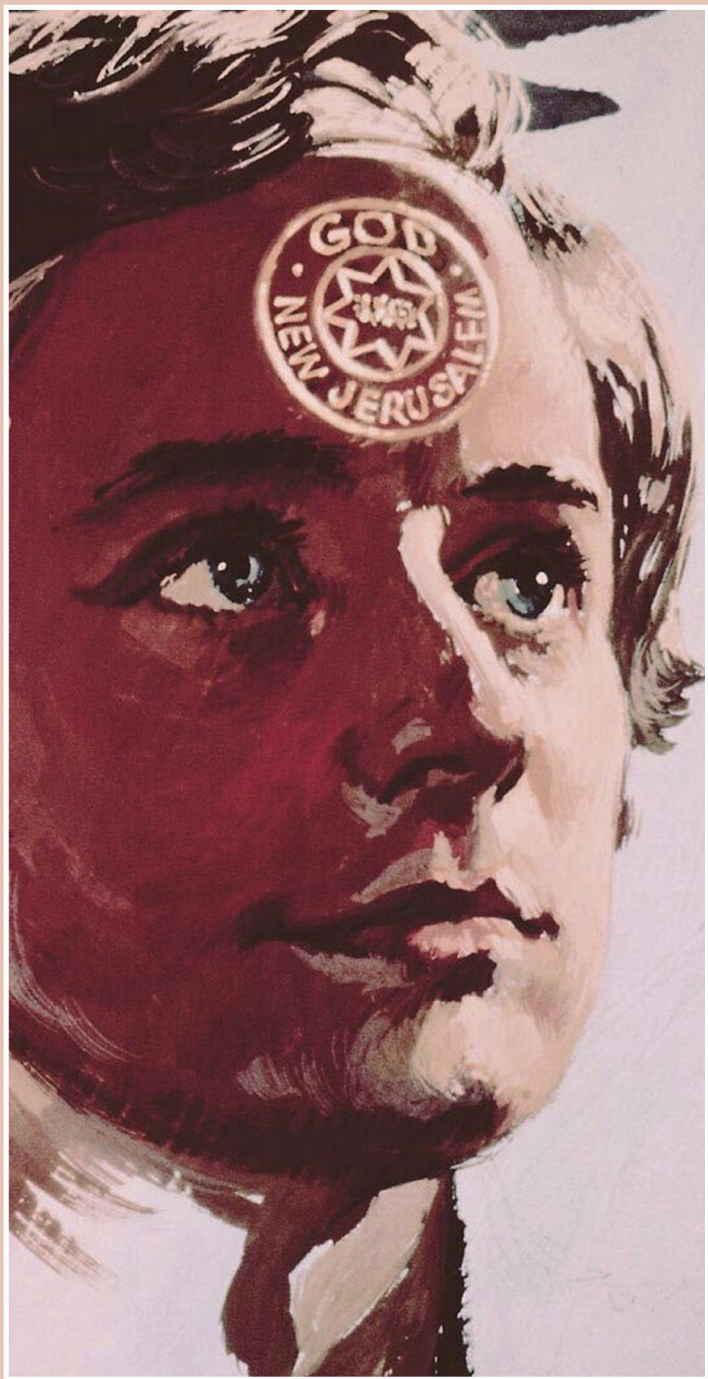
上帝的印记坚定了律法的权威。在十诫命中，有没有体现上帝权威的印记呢？印必须包含统治者的名字、头衔和统治区域。在上帝亲手所写的诫命中，唯有一条满足印的条件，那就是第四条诫命，其中有统治者的名字是耶和华，统治者的头衔是创造主，统治的领域是天、地、海和其中的万物。（出 20: 8 ~ 11）

第四条安息日的诫命就是上帝律法中的印记，这条诫命指明了掌管宇宙的真神，创造世界的主宰是律法的颁布者。上帝将自己的印记，印在第四条诫命中，同时也证明了其他诫命具有同样的权威。

遵守上帝的圣日，意味着承认上帝是创造主，我们是被造物，我们可以依靠祂创造万物的权能和能力，战胜并终止罪恶，获得安息的经验。

上帝的印记，是特别属于上帝的标志，也是认证祂权威的记号。上帝的印记存在于祂的诫命之中。在末时代，靠上帝的能力得胜撒旦所有试探的百姓将要接受永生上帝的印记。

额叶上的印



大脑额叶

1 前额和性格的关系

1848年9月13日，25岁的罗伯特和往常一样在山区铁路工地进行爆破工作。不幸的是，由于助手操作不熟练而引发了炸药意外大爆炸。两个大铁棍在剧烈的爆炸中像火箭一样冲着他们发射过来。一根铁棍猛地穿过罗伯特的眼睛和大脑。那个时代还没有发现抗生素。但是罗伯特躲过了致命的感染期，幸运地活了下来。罗伯特的身体逐渐恢复了健康，只是一只眼睛失明了。同时他面临的最大问题是，他再也不是以前的罗伯特了。

事故前的罗伯特是一位细心而有责任感的丈夫，工作能力也很强。人们对他的品德评价很高。他也是一位虔诚的基督徒。他所在的铁路公司评价他是一名高效的职工。事故之后，罗伯特身体的健康没有问题，但是他出现了道德落后症状。他变成了一个非常感情用事的人，很容易发火，对教会以及属灵的问题完全失去了兴趣，容易陷入一些不好的嗜好中。他成了没有责任感的人。罗伯特出现的这些道德落后症状让他无法履行肩头的责任，所以公司解雇了他。罗伯特前额遭受的致命伤害使他丧失了自己的个性、道德标准，同时失去了教会、家庭以及所爱之人。有关该事件的研究曾经发表在著名的杂志《Science》上。科学家利用电脑和X射线全面细致地调查了罗伯特大脑受伤的部分。研究结果表明，罗伯特大脑额叶的左右两边受到了不同程度的损伤。这种损伤使罗伯特变成了另外一个人。

2 额叶的功能

人的大脑就像是一部非常精密的机器，有很多零件，每一个零件都发挥着不同的作用。这部机器就像是人体的控制中心一样。人的喜怒哀乐、思维、行为举止，都是在大脑的控制下完成的。额叶位于大脑的前部，也就是我们常说的额头部位。它是大脑发育中最高级的部分。额叶的功能广泛复杂，包括记忆、判断、分析、思考、操作，它控制着人的性格、意志、聪明的程度等等。

3 额叶受损后果

大脑额叶受损时可能会出现以下症状：不能集中注意力进行观察和思考问题，更不能进行周密的逻辑推理，对突发事件束手无策，对事物总是健忘，行为反应迟缓，性格偏执、孤僻、情绪波动、喜怒无常。研究表明，大脑没有受伤的人往往更愿意说真话，而前额叶背外侧皮层受损的人行为模式则有所不同，一旦诚实与私利相矛盾，他们更多做出不诚实的抉择。

4 影响额叶的因素

有关额叶的研究告诉了我们额叶直接关系到一个人性格和品格的形成。但是现今发生的额叶受损问题不都是因为事故或是手术造成的，错误的生活习惯不知不觉中影响着我们的额叶。健康的额叶对我们的人生，特别是对信仰生活非常重要。当我们选择健康的生活方式时，额叶的功能就会得到增强和改善，从而管制我们错误的习惯，塑造一个健康的“我”。

健康的选择包括健康的饮食、阳光、运动，以及避免使用一些不必要的药物，例如咖啡因，尼古丁，酒精等。此外，看电视的习惯也会弱化额叶的功能。还有一点是人们不熟悉的，那就是音乐对额叶的发展也有重要的影响。音乐能越过大脑的判断直接进入大脑，在整个大脑中发生作用。人们每天都会听音乐，但是知道听音乐的习

惯会影响自己身心健康的人并不多。好的音乐固然可以使人放松身心。但是研究发现，经常听悲伤的或者消极的音乐的人们会更加焦虑以及神经质。

额叶和意志

1 意志的作用

当外部信息进入大脑时，大脑的三种功能——理智，情感和意志就会活跃起来。所谓理智，就是理解、认识、判断并分辨的功能。情感就是渴望、感觉、冲动等感情。意志就是选择的能力，决定的权力。当我们决定接受福音，跟随真理时，主要就是这三种功能使我们立定决心。位于额叶的这三种功能对输入的信息迅速做出反应，进行分析和判断，最终做出选择。人受到诱惑时，理智和情感各自都会发表自己的意见。但是对理智和情感做出判断并做最终抉择的则是“意志”。三种功能中最重要的就是意志。在人的本性中，意志起着支配的作用，其他一切官能都受它左右。人的意志是一切行动的泉源。意志的运用决定了一个人的人生方向。人类的意志若是选择上帝的声音，就能过基督徒义的人生。若是听从肉体的声音，最终走的就是恶人的道路。

2 重生的意志

意志不是兴趣爱好，它是一种决定的力量，在人心中运行。无论是做出道德方面的抉择，还是日常生活中的一些决定，我们无时无刻不在运用意志做出选择。小小的决定汇聚在一起，最终决定我们永恒的命运。可是上帝赐给人的自由意志在人堕落时竟被交给撒但控制了。从此他一直在人心中工作，叫人立志行事都照着他的意思，结果造成了人类的完全毁灭和不幸。

人的意志因为罪恶的缘故变得非常软弱，结果人类无法自己拯救自己脱离罪恶。所以保罗在提摩太后书 2 章 26 节说：“叫他们这已经被魔

鬼任意掳去的，可以醒悟，脱离他的网罗。”没有重生之人的意志是被魔鬼掳去的。若是没有圣灵的作为，人类只能在犯罪的倾向中无法自救。罗马书 7: 18 节说：“我也知道在我里头，就是我肉体之中，没有良善。因为立志为善由得我，只是行出来由不得我。”人类软弱的意志根本无法遵行上帝的旨意。所以，人类必须接受超自然的能力。

很多人都在自问：“我如何才能屈服自我，让自己脱离各种疑惑以及魔鬼的网罗呢？我如何才能摆脱罪的习惯呢？”当他们回想起过去的种种错误以及三天打鱼两天晒网的决心时，陷入了绝望之中。但是耶稣说：“在人是不能，在上帝却不然。因为上帝凡事都能。”这就是希望！虽然我们做不到，但是上帝能为我们成就。只要我们选择按照上帝的旨意生活，将自己的意志献给他，他就会藉着神秘的能力赋予我们意志惊人的力量。

电磁起重机的末端挂有强大的磁石，能够举起笨重的铁块。但是如果没有电流经过磁石，它是无法举起铁块的。电流让磁石发挥了强大的作用。我们的意志也一样，必须源源不断地接受圣灵恩典的电流，只有这样，我们的意志才能发挥强大的作用。“因为赐生命圣灵的律在基督耶稣里释放了我，使我脱离罪和死的律了。”（罗 8: 2）

任何人也不要说：我无法挣脱魔鬼的网罗，使自己脱离罪恶。“无法挣脱”，“无法脱离”只是一个借口，正是因为我们不愿意，或者只是停留在某种程度上，并没有完全献上。真正的困难就在于不圣洁之心的败坏和不愿服从上帝的管束。上帝不会强求改变我们的意志，或是在我们没有恳求的情况下私自强化一个人的意志。若我们只是相信福音，却没有献上自己的意志，与上帝配合，救恩的能力在我们面前便束手无策。我们的得救在于配合圣灵的能力。

献身于上帝，是要作出牺牲的。有人觉得这种

牺牲太大了。但这种牺牲是舍低就高，舍世俗而求属灵，舍灭亡而求永恒的。我们要明白，我们的意志必须降服于祂，经过洁净和提炼之后重新收回，而与上帝的旨意完全和谐一致。这样，祂就能藉着我们倾下祂慈爱和能力的洪流。只有藉着意志的运用，我们才能完成祂所要我们去作的事。在这场义与不义的的斗争中，我们只有靠上帝的帮助，才能取得胜利。

罪人必须向上帝祷告：“主啊，这是我的意志。我愿意将自己软弱的意志献给主。我愿意行善，却没有能力。但我将自己的意志屈服在主面前，求您改变它，强化它！让我能够按照主的旨意生活！愿一切不要照我的意思，乃是照主的意思成就！”

盖在前额的上帝之印

“地与海并树木，你们不可伤害，等我们印了我们上帝众仆人的额（forehead，前额）。”（启 7: 3）圣经说上帝的印要盖在他百姓的前额上。为什么是在前额？因为前额有我们的良知、意志、判断力、性格和品格。圣灵通过我们的前额动工。上帝赐给了我们自由意志。当罪的诱惑袭来时，究竟是选择听从撒旦的耳语还是选择垂听圣灵的声音，这完全取决于我们前额的选择。启示录 22 章 4 节说上帝的名要写在他百姓的额上。也就是上帝的品格要重现于百姓的额（额叶）上。这种品格是人的理智、情感和意志斗争的结果，是将意志持续屈服于圣灵，同时通过圣灵的能力得胜罪的结果。

我们的思想和习惯记录在前额部位。我是谁，在额头上都有我们真实的面目。我们真的是按照上帝话语生活的人，还是适当地按照自己的便利而信的基督徒，这些都记录在额头上。只有额头上记录着遵守上帝的诫命、只尽忠于上帝话语之品格的人，才能接受末时代永生上帝的印。





不是 PART.3 突然盖上的印

接受永生上帝的印，指的是我们的品格完全改变，就像上帝那样。不仅认识了真理的知识，而且知识化为实际的经验，自己因真理得到了完全的塑造，所以能在真理中扎根不再动摇。无论是在知识层面，还是属灵的经验，都完全立稳不再摇动并不是瞬间能形成的。上帝的印不是突然盖在我们额上的。盖印是一个过程。因为一个人领悟真理，然后按照真理过顺从的生活，最后塑造出上帝的形像，这是需要时间的。

在盖印或刻图章之时，必须紧贴物体之上，等一段时间，才能将要印的字或是图形刻上去。上帝的形像刻在人的心灵和品格之上，岂不也需要时间和过程吗？一个人不可能在瞬息之间获得上帝的品格，接受上帝的印记。圣灵必须长久在我们心中动工，同时我们自己也必须与他合作，不断选择屈服、顺从，最后才能获得像上帝那样的品格。所以，接受上帝的印是一个过程，品格达到完全时就盖上了上帝的印。

什么是盖印的经验？

1 属灵的成长

接受上帝之印的经验就是品格的变化和成长。从耶稣撒种的比喻中可以看出这一点：

“地生五谷是出于自然的：
先发苗，后长穗，再后穗上结成饱满的子粒。”
(可 4: 28)

撒种：领悟真理

撒种在地上，即真理的种子撒在心田之中，比喻人发现并领悟真理的经验。在盖印的过程中，必须首先获得理智扎根在真理之上的经验。只有对真理和福音有了正确认识才能产生正确的属灵经验。种子本身就有发芽的因素。上帝的话语就是种子，其中有生命，能在接受真理之人的心中发芽。种子怎样依靠上帝的能力才能发芽和生长，照样，种植在人心中的真理的种子也必须靠圣灵的帮助才能发芽成长。人必须接受圣灵的早雨，并依靠他的光线，具有医治之能的主耶稣，来治疗品格中罪的毒素，接受上帝的能力得胜罪恶。

发芽：属灵的成长

种子发芽代表属灵生活的开始，长穗代表基督徒的成长。属灵的世界和自然界一样，没有成长就没有生命。植物若是停止生长，就会死亡。基督徒的品格和人生也必须每时每刻向上发展。凡违背真理的地方必须抛弃并悔改；必须因真理成圣，顺从并屈服于话语；必须抓住一切机会塑造上帝那

样美好的品格。这乃是基督徒应当获得的经验。

植物的成长需要养分。基督徒属灵的长成也需要养分,那就是每日对话语的研究。不仅要研究话语,还要默想,将话语运用在自己的生活中,也就是按照话语去生活。即使肉体的欲望促使自己随着自己的意志和心意行事,但还是愿意运用意志选择屈服,选择按照上帝的话语生活。这就是属灵不断成长的证据。在基督徒的生活中,必须通过每一天的光阴获得更深的悔改,更深的重生,更成熟的领悟,以及更大的信心。我们越是理解真理的奥秘和含义,越是行真理,我们属灵的人生就越是成熟,在我们的言行中,生活中也会不断结出圣灵丰盛的果子。

长穗、结出饱满的子粒

只有获得了基督徒成熟的品格,才能在末时代接受上帝的印,通过患难,并以自己洁净圣化的品格见证上帝的公义和圣洁。结出饱满的子粒是植物成长的最后阶段。植物的果实成熟才能进行收割工作,照样,只有获得成熟品格的基督徒才能接受上帝的印。具有成熟品格的人过的是得胜罪的生活。对他们来说,顺从话语,屈服自我已经成为了时刻保持的习惯。他们的特征是维持重生的经验,每当诱惑临到时,他们因实在太爱上帝了,所以不愿意去犯罪。

当我们每一天为了获得耶稣那样美好的品格而恳切求主时,主就会将他的品格作为礼物赐给我们,同时让我们的人生中结出圣灵成熟的果子。当我们越来越爱基督时,我们也会越来越返照他的形像。“谷既熟了,就用镰刀去割,因为收成的时候到了。”能够收割到仓里的成熟的品格就是能够接受上帝之印的品格。当基督的品格完全重现在他子民身上时,他就必降临,把他们接去归己所有。

2 审判的过程

上帝的印和审判有着关联。现在我们生活在审判时代,耶稣正在至圣所中为涂抹我们的罪做中保祷告。他正在接受我们罪的忏悔,打开记录着我们罪的册子,查看每一个人的案件。审判的工作在耶稣再来之前就开始了,耶稣再来时不是为了进行审判,而是要迎接已经通过审判而得救的义人。我们现在生活在罪得饶恕,得涂抹的严肃时代。当我们

悔改时,主会饶恕我们的罪,但是只有当我们获得不再犯罪的完全品行时,也就是完全遵守上帝诫命的品行时,我们罪的记录才能完全涂抹。所以,只有当我们预备好得胜所有罪的品行时,上帝的印才盖在我们额上。因此,上帝的印和审判的过程有着密切的关系。

但以理先知在启示中看见了审判的场景。“我观看,见有宝座设立,上头坐着亘古常在者……其轮乃烈火。从他面前有火,像河发出,事奉他的有千千,在他面前侍立的有万万。他坐着要行审判,案卷都展开了。”(但7:9,10)现在大祭司长耶稣进入了至圣所中,站在上帝面前为全人类做最后的服务。撒旦即将控告每一个人,但是耶稣将要为一切显明配蒙救恩的人赎罪并涂抹他们的罪,为那些预备好的人盖印。

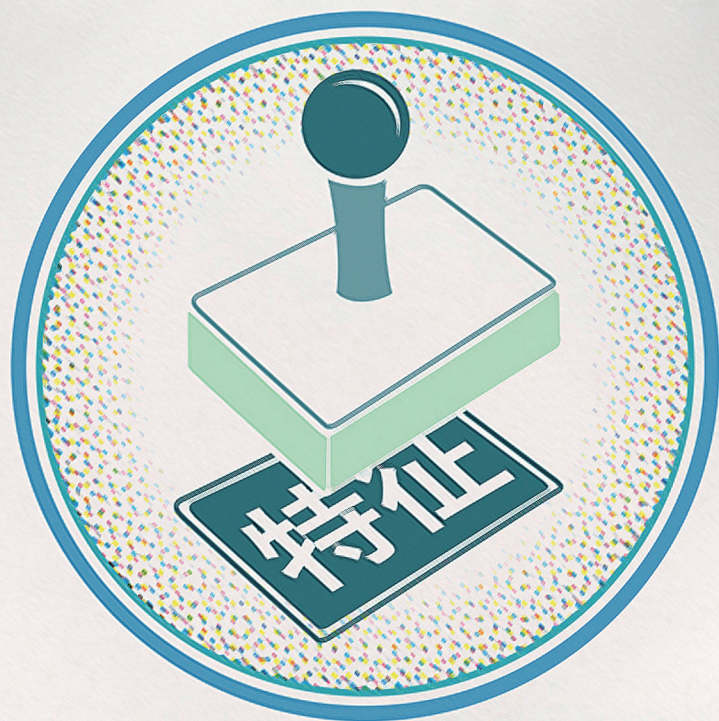
3 查案审判和上帝的印

从旧约的圣所制度可知,只有通过赎罪祭物的血将自己的罪转移到圣所中的人才能参与大赎罪日的侍奉。也就是说只有悔改自己罪的人才能来到上帝面前。同样,在天上的大赎罪日,只对上帝真正的百姓进行审判,通过审判决定哪些义人能得救。恶人的审判则留到义人审判结束之后的时期才进行。

“因为时候到了,审判要从上帝的家起首;若是先从我们起首,那不信从上帝福音的人将有何等的结局呢?”(彼前4:17)

“有些人的罪是明显的,如同先到审判案前;有些人的罪是随后跟了去的。”(提前5:24)

慈悲的上帝在审判人之前会通过各种方法暴露出人的罪,让他们有机会看清自己真实的面目。因为人只有认识自己的罪才能悔改并抛弃罪,同时得到洁净。所以盖印需要一个过程,查案审判也需要一个过程。主必须要显出我们的罪和瑕疵,让我们认识到自己的罪并且悔改。上帝一步步地引导他的儿女。他允许试炼和试探临到我们身上,为的就是显出人内心隐藏的东西和偶像。所以,得胜所有试探和试炼的人才能成为接受上帝之印的合适人选。上帝的印绝不会突然盖在我们的额上。只有坚定不移地跟随上帝的引导,始终过顺从的生活,时刻依靠主的恩典和能力得胜一切罪恶的人才能接受上帝的印。



受印之人的特征

叹息哀哭之人

“耶和华对他说：“你去走遍耶路撒冷全城，那些因城中所行可憎之事叹息哀哭的人，画记号在额上。”（结 9：4）

圣经以西结书 9 章描述了天使在上帝百姓的额上盖印的象征性的场景。从 1 节仔细阅读就可以发现受印之人的特征是“因城中所行可憎之事叹息哀哭的人”。那么，他们为什么哀哭呢？

1 为自己的不足哀哭

领受上帝之印的人是悔改的谦卑之人。他们从不认为自己已经圣洁，已经完全了，能够站在上帝面前，反倒常为自己的不足和罪恶叹息哀哭。他们想到自己的品格还没有圣洁到足以在全宇宙和世界面前彰显上帝的公义和慈悲时，不禁忧伤痛悔；他们想到自己还不配与天使以及宇宙其他生灵一同生活时，便觉对上帝充满了亏欠；他们每一天都将自

我钉死在十字架上，竭尽全力获得上帝那样的品格；他们因自己的罪在上帝面前降卑，他们与耶稣越亲近，越注意他的圣洁，就越憎恶自己的罪；他们明白了上帝的恩典和大爱，热心地向其他人讲述自己悔改重生的经验；他们的盼望不是世界，而是永恒的天国；他们放弃了所有属世的野心，以一颗感恩的心与上帝同行。所以在他们的额上印有其他人无法识别的上帝的标记，他们是接受上帝之印的人。

2 为不认识真理的人哀哭

人发现真理和正确的福音时，起初会非常喜乐。但不久就会对那些还没有认识真理的灵魂产生负担。当他们看到被预表为现代耶路撒冷的基督教所教导的假福音和假平安的信息使他们所爱的朋友和亲人昏昏不醒，逐步走向灭亡的道路时，心中叹息哀哭。当他们看到自己的教友为了维护教会的传统和尊严，而以人的固执和眼光拒绝真理和福音时，心中叹息哀哭。

“耶和华对他说：你去走遍耶路撒冷全城，那些因城中所行可憎之事叹息哀哭的人，画记号在额上。”

3 为耶路撒冷可憎之事哀哭

领受上帝之印的人不仅为自己的罪，还为地上充满的各种罪恶之事，特别是自称为上帝百姓的基督徒以及教会中的种种罪恶叹息哀哭。他们看到现代基督教中流行的妥协和堕落时叹息哀哭；他们看到像世人一样追名逐利，贪爱宴乐的现象席卷教会时叹息哀哭；他们看到人们陷在虚假的平安和廉价的恩典中，却一边确信自己得救了，一边过着世俗的生活时叹息哀哭；他们看到指导者也认为过犯罪的生活乃是正常的，同时只追求教会外在的繁荣和兴旺时叹息哀哭。上帝的印要盖在那些因目睹世界的罪恶和教会的堕落而真心忧伤哀哭之人的额上。

洁净的人

领受上帝之印的人是洁净之人。在撒迦利亚书3章，撒迦利亚先知在异象中看见大祭司长约书亚穿着污秽的衣服站在耶和华的使者面前，为他的百姓求上帝的慈悲。

“大祭司约书亚站在耶和华的使者面前，撒但也站在约书亚的右边，与他作对。耶和华向撒但说……约书亚穿着污秽的衣服，站在使者面前。”

（亚3：1～3）

约书亚不仅悔改自己的罪，还为全以色列百姓求上帝的饶恕。但是他受到了撒旦的控告。那时耶和华上帝命令说：“你们要脱去他污秽的衣服。”又对约书亚说：“我使你脱离罪孽，要给你穿上华美的衣服。”我说：“要将洁净的冠冕戴在他头上。”他们就把洁净的冠冕戴在他头上，给他穿上华美的衣服，耶和华的使者在旁边站立。（亚3：4，5）即使撒旦揭露百姓的罪，控告并诽谤他们，但是约书亚降卑在上帝面前，恳切地悔改，祈求上帝的饶恕，于是上帝将“洁净的冠冕”戴在他头上，作为饶恕的标记。这个洁净的冠冕是以色列百姓的大祭司向上帝献祭时所戴的冠冕。

出埃及记39章30节说：“他用精金作圣冠上

的牌，在上面按刻图书之法，刻着归耶和華為圣。”这象征上帝百姓的圣洁，不仅从罪中得洁净，而且得胜了一切的罪。头戴洁净的冠冕是额上接受了洁净的标记，象征着接受了上帝的印。

前额得洁净指的是圣灵常常居住在我们的额叶，也就是担当意志、思考和理智的部位，我们所有的选择都按照上帝的旨意运行。上帝的印绝不会盖在一个野心勃勃，迷恋世俗之人的额上。它更不至盖在一般口吐谎言，心地诡诈之人的额上。连那些将真理教导别人的人，也有许多不能在额上领受上帝的印。他们持有真理的光，也知道主的旨意，又明白信仰的每一要点，但他们没有相符的行为，缺乏献身和敬虔，没有达到信仰的最高标准，那又怎么能带领其他人达到更高的属灵标准呢？在我们的品格还有一点瑕疵或玷污的时候，我们就绝不能领受上帝的印。

纠正我们品格上的缺点，并从心灵的殿中洗去一切的污秽，责任在乎我们自己。

有十四万四千人的特征

启示录14章出现了十四万四千人站在锡安山上唱歌，赞美上帝的场景。十四万四千人接受上帝之印的人。他们的特征是什么呢？“我又观看，见羔羊站在锡安山，同他又有十四万四千人，都有他的名和他父的名写在额上。……这些人未曾沾染妇女，他们原是童身。羔羊无论往那里去，他们都跟随他。他们是从人间买来的，作初熟的果子归与上帝和羔羊。在他们口中察不出谎言来，他们是没有瑕疵的。”（启14：1～5）

1 未曾沾染妇女

在旧约圣经中，“行淫”是与异教的偶像崇拜相关的单词，“未曾沾染妇女”指的是未被异教教导渗透的纯粹的真理。在圣经中，圣洁的妇女指的是真教会，淫妇则象征参杂着虚假道理的“巴比伦教会”。所以十四万四千人是在末时代的真百姓，真教会，他们与犯了奸淫的巴比伦教会形成鲜明对比。他们没有被淫妇（巴比伦教会）的教导所沾染，他们一直持守着纯正的真理。

2 羔羊无论往那里去、他们都跟随他

耶稣无论引导他们去哪里，他们都愿意跟随。他们原原本本地经历了耶稣的经验。这意味着他们踢掉了凡是拦阻他们跟随耶稣脚步的所有石头，忍受了所有的苦难和试炼，冲破了一路的逆境，为忠诚于真理放弃了自我，放弃了世界的名誉、财富和快乐。

3 初熟的果子

初熟的果子预表的是末时代得救的十四万四千人。在上帝命令以色列百姓必须遵守的三大节期中，一定要有献上初熟的果子的仪式。在每一个节期中，若是没有献上初熟的果子，就没有办法进行收割工作。初熟的果子必须是地里最先成熟的，拥有最好品质的果子。同样，只有先预备好十四万四千人，然后才能做最后的收割工作。上帝等待着末时代初熟的果子。这些初熟的果子就是十四万四千人。他

们有耶稣的信心，遵守上帝的诫命。他们得胜了所有的罪。他们被称为女人余剩的儿女。

4 口中察不出谎言来，没有瑕疵

在他们口中察不出谎言，没有瑕疵，这意味着品格的完全。因为言语是人内心思想和品格的外在表现。人生之所以有很多艰难的事，不愉快的事，大多是因为没有控制好感情所造成的。没有得到控制的感情爆发言语往往成了祸根。控制自己舌头的人能在所有考验忍耐的试探中得胜。人无法靠自己的力量控制自己。但是可以通过基督的能力将自己的思想和言语服从在上帝的旨意之下。真正的信仰就是让自己的感情受意志的支配，训练自己的舌头。“若有人在话语上没有过失，他就是完全人，也能勒住自己的全身。”（雅 3：2）每一天都能控制自己的感情，管理自己的言语，口中没有一句不平和责难，这正是十四万四千人的特征。他们将要接受上帝的印。



结束语

“此后，我看见四位天使站在地方的四角，
执掌地上地方的风，
叫风不吹在地上、海上、和树上。
我又看见另有一位天使，
从日出之地来，拿着永生上帝的印。
他就向那得着权柄
能伤害地和海的四位天使大声喊着说：
“地与海并树木，你们不可伤害，
等我们印了我们上帝众仆人的额。”
（启 7：1 ~ 3）

《圣经》告诉我们：当四方的风放开时，将有大的自然灾害以及人类自己制造的灾害；当天使放开四方的风时，我们从未见过的惊人灾害将临到地上。那日，只有领受了永生上帝之印的人才能得到圣天使的保护。永生上帝的印是不久的将来生活在末时代的百姓必须接受的印，是得到上帝特别认证的印。《圣经》也告诉我们，得救之人要被印上印记，没有得救的人也要接受灭亡的印记。得救的印，灭亡的印；上帝的印，兽的印……这是唯有上帝和天使才能识别的印。愿每一位读者朋友都能够为领受上帝的印预备自己！

末时代的印

上帝赐给人类最宝贵的礼物就是圣灵。虽然是圣灵上帝，但我们在谈论圣灵的作为时，常称之为圣灵。在上帝所赐的一切恩赐中，没有比这更大的了。上帝既将圣灵赐给我们，就没有必要再添加别的东西了。因为圣灵若动工，我们所需要的一切就都能预备妥当了，我们得救所需的一切都在圣灵的作为中。如果圣灵在我们心中运行，我们不仅能在地上得胜，还能承受永远的生命。在任何事情上，都可以得到能力的供应，成为得胜的人。圣灵是智慧的根源，是将我们引向永生的安慰者、保惠师。因此我们若被圣灵充满，就一无所缺。

【路 11:13】“你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况天父，岂不更将圣灵给求他的人吗？”父母无论多么恶，都会把最好的东西给自己的子女。当孩子要吃饭时，父母会给他石头吗？要吃鱼时，会给他蛇吗？何况天父岂不更将圣灵给求他的人吗？这样看来，上帝已经保证和应

许了要将圣灵赐给我们。只要我们祈求，他就会随时赐下圣灵，这是上帝的恩赐和礼物。再没有比圣灵更好的礼物了，如果我们领受了圣灵，就不会觉得缺乏了。因此，我们要以十分恳切的态度祈求圣灵的动工。

在一天中，你有几次为获得圣灵而献上恳切的祷告呢？几次祈求圣灵的引导呢？即使未用言语表达，但你的心灵是否在恳切地呼求：“求您赐下圣灵感动我的内心！”这种恳切的心愿能维持多久呢？一天 10 秒？30 秒？一分钟？太短了。五分钟？十分钟？一小时？五小时？我们为什么没有被圣灵充满呢？因为我们没有祈求圣灵，心中没有对圣灵恳切的渴望。让我们再读一遍：“你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况天父岂不更将圣灵给求他的人吗？”为什么无法得到圣灵呢？因为没有求。为什么不求呢？因为并不饥渴，不想要。再没有比圣灵更好更大的礼物，我们若领受圣灵，就别无所需。



【约 3: 3、5】耶稣回答说：“我实实在在的告诉你：人若不重生，就不能见上帝的国。”耶稣说：“我实实在在的告诉你：人若不是从水和圣灵生的，就不能进上帝的国。”我们如何重生呢？通过圣灵重生。当耶稣说“你若不重生，就不能见上帝的国，无法理解属灵的事情”时，身为律法师的文士尼哥底母便起了反感：“你怎能如此对待我？我降贵纡尊来拜访你这个木匠的儿子，你连招呼也不打，也没有说声称赞的话，反而对我说这样话。人已经老了，难道还要再进母腹出来吗？”耶稣明确地说：“人若不是从水和圣灵生的，就不能进上帝的国。”这里说我们是通过圣灵而重生。

《圣经》将通过圣灵而重生的经验称为圣灵的印。领受圣灵的印是指我们的内心因圣灵而重生。重生并不是歪鼻子变正、皱纹消失或龅牙被矫正，而是指我们内心的变化。我们的思想、感情、动机、欲望和追求改变了，我们的意识结构改变了。曾经讨厌的，现在开始喜爱；曾经喜爱的，现在开始厌恶，完全变成一个属灵的人，这就是重生。这不是通过人为的努力，而是通过圣灵的感动在心中成就的超自然的神迹。

【弗 1: 13】你们既听见真理的道，就是那叫你们得救的福音，也信了基督，既然信他，就受了所应许的圣灵为印记。使徒保罗将重生的经验表达为受圣灵的印记。

【弗 1: 14】这圣灵是我们得基业的凭据，直等到上帝之民被赎，使他的荣耀得着称赞。将来的基业是蒙救赎、得永生、拥有永不朽坏的完全品行，而圣灵就是我们承受这基业的凭据和保证。这是我们很熟悉的理解，但真理的知识必须实际地进入我们内心。如今我们成为了天国的子民，所以要像天国的子民一样思考和感受，像天国的子民一样改变自己生活的方向。我们人生的目标、世界观和价值观都要改变，这就是我们成为永远国度的子民，在天国生活的保证。

“直等到上帝之民被赎。使他的荣耀得着称赞。”我们来思考一下，被赎意味着什么？意味着生命是一个成长的过程。当我们重生时，主种植在我们心中的话语的种子就发出新芽。这时，上帝将新的生

命赐给我们，作为天国基业的保证。从此我们开始进入到恩典的国度中，成为了天国的居民。接下来，主每天救赎我们，使我们脱离魔鬼、脱离世界，脱离罪与罪的习惯，使我们不断成长，引导我们走向圣洁，直到使他的荣耀得称赞的那日。从我们重生、悔改、得蒙饶恕、在耶稣面前领受圣灵作为永远得赎的保证时开始，直到我们回到永远的家乡，使上帝的荣耀得着称赞的时候为止，我们都是持续不断地在主里成长，结出圣灵的果子。这就是圣灵的印。当我们重生后，我们的意识结构、思想与方向也会随之改变，接下来还会不断地成长，每天得到救赎，直到使上帝的荣耀得着称赞的那日。《圣经》将这个过程称为圣灵的印记。

不仅如此，《圣经》也通过耕作的比喻来说明圣灵的作为。在种子生长的整个过程中都需要雨，所以用早雨和晚雨象征圣灵。早雨是在发新芽的全部过程中所需要的经验。早雨圣灵是为了引导我们的品格达到完全而赐下的吗？是的。早雨圣灵是我们结出果子之前的全部过程所必须的恩赐。而晚雨圣灵是给我们盖印，并赐下能力，使收割的工人能完成福音事业。《圣经》将这样的能力称为晚雨圣灵。所以我们必须领受圣灵的印记。

朋友，你是否还没有在主面前完全屈服和重生呢？是否看似相信耶稣，但事实并非如此呢？那些至今仍未重生、未能控制自己里面罪的本性的人，是有问题的人。虽然罪的本性有时会让我们失误和跌倒，但我们若一直不能靠圣灵的恩典控制心中罪的习惯与本性，就不是一个重生的人。或者是曾经有过重生的经验，后来又丧失了的人。对此我们需要非常明确。在圣灵里重生的人绝不会像跷跷板游戏一样，在过去与现在之间反反复复。很多基督徒以为自己既信了耶稣，就是重生的人了，但事实上并非如此。凡领受了圣灵为凭据的人，必须不断被早雨圣灵所滋润。

在西雅图举行聚会时，虽然聚会场所很大，周围的环境也很优美，有湖水，还有几百年历史的大树，但五天之久连连下雨。从早晨直到晚上，天空一直下着蒙蒙细雨。打伞也不是，不打伞也不是，出去走一走，衣服是湿漉漉的。有的人感叹说：“下雨真好！”对我来说，虽然雨景好看，但我很不喜

欢淋雨。下毛毛雨时，乍一看好像没有下雨，但走出去就会被雨淋湿。当时我领悟到：原来接受圣灵就是这样！虽然看不见很大的雨点，但它却在安静地下着，像雾一样。人们如果走进雨中，就会被淋湿。同样，我们若要度被圣灵主管的生活，就要在圣灵的恩典中被淋湿。如果我们至今仍被从前的习惯与本性所辖制，就不是重生的人。现今基督教没有明确这一事实，因此许多人在没有经历重生经验的同时却以为自己已经重生了。这是非常严肃的问题。

《圣经》将在圣灵里重生的经验称为领受圣灵的印，这是在我们的品格成为完全之前一直要持续的经验。在将来获得永生，进入天国的子民当中，没有任何人是未曾领受圣灵印记的。因此我们每天要确认自己是否被圣灵的恩典所滋润，是否拥有领受圣灵印记的经验。怎么判断我们有没有被圣灵掌管呢？受试炼的时候，心灵突然郁闷的时候，灰心绝望的时候，焦躁不安的时候，罪的诱惑来到的时候，灵性似乎要昏厥的时候，那时我们就能知道自己究竟受谁的支配。在受试炼时，谁主管着我的内心呢？在遭受困难时，我心中发出的是什么样的祷告呢？是惊慌失措、坐立不安，不知道该倚靠谁吗？还是在试炼和痛苦中发出更恳切的呼求呢？由此便可知道谁是我们生涯的主人。所以《圣经》中说到了圣灵的印记。



无论是生活在创世记时代的人，还是生活在出埃及的时代、施洗约翰的时代、路得的时代、现今时代的人，所有得救的人都要领受圣灵的印，但《圣经》说另有一种印记，是生活在末时代的人在四方的风放开之前必须领受的。

【启 7:1-3】此后，我看见四位天使站在地的四角，执掌地上四方的风，叫风不吹在地上、海上、和树上。当四方的风吹起来的时候，会有惊人的灾

难临到整个世界。我又看见另有一位天使，从日出之地上来，拿着永生上帝的印。他就向那得着权柄能伤害地和海的四位天使大声喊着说：“地与海并树木，你们不可伤害，等我们印了我们上帝众仆人的额。”这里说在末时代，天空、陆地和海洋都会遭受灾难，这不正是我们所生活的时代吗？在圣灵被收回，四方的风被放开，魔鬼兴起战争、灾难、饥荒和疾病毁灭世界之前，主的百姓一定要有受印的经验。

当四方的风放开时，七大灾会降下。海水变为血，人们将要经历难熬的饥渴，接受兽印的人全身要长恶而且毒的疮，太阳也要用火烤人，兽的国要经历黑暗，还有哈米吉多顿战争。我们常提说哈米吉多顿战争，但这战争将会在何时发生呢？第六灾的时候。魔鬼现在正在为此招聚着自己的部下，同时上帝也在各地聚集着自己的百姓。哈米吉多顿战争是上帝的百姓与魔鬼的百姓之间展开的最后的争战。魔鬼与他的部下要使出浑身解数杀害上帝的真百姓。之后会有大地震，九十斤重的冰雹从天降下，将会发生十分惊人的事情。

在四方的风吹起，七灾降下之前，上帝吩咐说：“要执掌，要执掌！因为我的仆人还没有在额上受印。”这印是过去的世代未曾有过的。创世的时代没有这样的印记，约瑟的时代也没有，但以理的时代也没有，使徒的时代也没有，宗教改革时代也没有，五十年前也没有，十年前也没有。这是现在要盖的印，是四方的风放开，末时代的患难来临以前要盖的印记。以上我们读到以弗所书 1 章 13 节的话语：你们既听见真理的道，就是那叫你们得救的福音，也信了基督，既然信他，就受了所应许的圣灵为印记。这是在描述圣灵的印记，所使用的时态是过去式——“就受了”，也就是说这个印记是一直都有的。但《圣经》如何描述末时代的印记呢？“要执掌，要执掌！因为我的仆人还没有在额上受印。”从中可以看到，这个印记是将来要有的。

所以有两种印记：圣灵的印记与末时代的印记。除了象征我们重生的圣灵的印以外，还有一种特别的印，是为了使主的百姓通过末时代的患难而盖的。这是主认证他百姓的图章，也是保护他们的盔甲。这特别的印又被称为永生上帝的印，因为这是通过

了大的试验之后才盖上的印记。虽然在四方的风放开之前，我们必须领受永生上帝的印记，但这印记只会盖在那些预备好品行并通过最后考验之人的额上。所以启示录 13 章预言了兽印患难之后，14 章才接着说到有十四万四千人，他们和羔羊一同站在锡安山，有耶稣的名和父上帝的名写在他们额上，这是特别的印记。

当那以人的权威制定的律法和上帝的诫命之间产生冲突时，为了显明谁拥有真正的信心与品行，上帝会允许最后的逼迫临到。逼迫可以区分出麦子与稗子，义人与恶人，拥有真信心的百姓与没有信心的百姓。虽然逼迫临到时会伴随着艰难和痛苦，但上帝之所以常常允许逼迫临到教会，是因为它可以洁净教会，区分真正的信心与虚假的信心，并给教会带来力量。在末时代，逼迫将要在世界性的范围内兴起。这是上帝的诫命与人的命令之间的争战，为了暴露我们的内心，显明我们是否是圣灵所支配的人，是否是领受了圣灵的印记，拥有可以承受永远基业之凭据的人。

末时代的印是通过了试炼之后所接受的特别的印记。它之所以特别，并非因为我们更优秀，而是因为我们将要经历的试炼是过去任何时代所没有过的。这是特别的试炼，所以将来我们要接受的印记也是特别的印记。将会出现像以诺一样不尝死味而活着升天的人，多么惊人！总有一天一切都会结束，总有一个时代主会举起手宣告说：“一切都成了！”而这一时代可能就是你我生活的时代。这是多么令人激动的事实！但以理、使徒保罗、使徒约翰曾经都渴望生活在我们的时代。甚至使徒保罗以为自己所处的时代就是末时代了，他说：“我们这活着还存留的人……在空中与主相遇。”但我们却生活在这个时代，一个将会产生不尝死味活着升天之人的时代，所以末时代接受的印是特别的印。

要结出果实，就必须经历成长的过程。出生的婴孩长大成人，这就是结实；如果不成长，就有问题了。孩子出生之后的第一年成长得最快。记得我外孙刚出生的时候，身体很小，抱起来很轻，但相隔一年后再抱他就得使点力气了。他经常会爬来爬去，有时我还抓不住他。孩子出生后的第一年，身高、体重和力气都是成长得最快的。我们的灵性也是如

此。你是否还清楚的记得，发现真理而重生的第一年，那如“初恋”一般的热忱呢？我在第一年读了 27 本书，因为当时灵里十分饥渴。但我们还需要成长，不断地与主同行，要刻图章一样将主的品格印刻在我们身上。



《圣经》在描绘祭司长的衣服时，提到了红玛瑙。祭司长的衣服叫作以弗得，上面有像围裙一样的蓝色外袍。祭司长的胸前还佩戴着决断胸牌，是用金链套在脖子上的。两边的肩上也都有肩带，两条肩带上各安着一块宝石，左边的宝石上刻着六个支派的名字，右边的宝石上刻着另外六个支派的名字，象征着上帝将自己的百姓担在肩上。这两块宝石就是红玛瑙。不仅如此，祭司长的胸牌上也镶嵌着十二块宝石，上面也刻着十二个支派的名字。流便、利未、犹大……他们的名字一一记录其上，这象征上帝将我们抱在自己的怀中。

在宝石上刻名字，这就是盖印。红玛瑙是一种红色的宝石，在这种宝石上雕刻字样或图案是最显明的。因此从前的埃及王族常常使用这种宝石。

“Character”这个单词源于希腊语，是指用刀在木头或石头上雕刻某种图案的意思。后来被雕刻出来的作品也称为“Character”。“Character”就是品格，是通过圣灵在我们里面印刻上帝的形像。

【出 28:9-12】“要取两块条纹玛瑙，在上面刻以色列儿子的名字，六个名字在这块宝石上，六个名字在那块宝石上，都照他们出生的次序。要用刻宝石的手工，仿佛刻图书，按着以色列儿子的名字，刻这两块宝石，要镶在金槽上。要将这两块宝石安在以弗得的两条肩带上，为以色列人作記念石。亚

伦要在两肩上担他们的名字，在耶和华面前作为记念。”上帝将我们担在自己的肩上。我们若因圣灵而重生，若接受了圣灵的印，若拥有永远基业的保证，我们就是被担在上帝肩上的人。小时候，父亲常常会将我举起来，放在自己肩上，然后用手紧抓着我。当我们坐在父亲结实的肩膀上时，是不是无所畏惧呢？我们若靠着圣灵而重生，就是接受了上帝印记的人，上帝绝不会抛弃我们，让我们跌倒，或让我们成为魔鬼的盘中餐。这是上帝的应许和保证。但我们却常常害怕：“为什么会这样？上帝去哪里了？他抛弃我了吗？”《圣经》说，那些接受了圣灵印记，成为了属灵的以色列十二支派的人，上帝就常将他们担在自己的肩上。

【出 28:17-21】“要在上面镶宝石四行。第一行是红宝石、红璧玺、红玉；第二行是绿宝石、蓝宝石、金钢石；第三行是紫玛瑙、白玛瑙、紫晶；第四行是水苍玉、红玛瑙、碧玉；这都要镶在金槽中。这些宝石，都要按着以色列十二个儿子的名字，彷彿刻图书，刻十二个支派的名字。”这里说要用刻图书（图章）的方式刻上十二支派的名字。我们是上帝的儿女，所以我们必须获得上帝所拣选的属灵以色列十二支派的品格。虽然我们都有与生俱来的性情，但上帝要在这些性情中雕刻出能进入永生的上帝的形像。

我们都是不一样的宝石。圣城新耶路撒冷有十二个门、十二根基。十二根基就是十二种不同的宝石，象征上帝的教会是由性格各异的人组成的。因此要在我们身上雕刻上帝的形象。有的人性格属于流便支派，有的人是约瑟支派，有的人是玛拿西支派，有的人是犹大支派，到了天国我们就会看到，我们与生俱来的性格是什么样的。上帝说：“你要从这个门进城！你要去那个支派！”因为十二个门上刻着十二支派的名字，将来我们会亲眼看见。圣经将刻图章的经验称为我们受印的经验。所以，十四万四千人属灵的十二支派，是被刻上了上帝之印的人。

图章是什么？图章就是属“我”的。如果我在某个文件上签名或盖章，这就代表我的承诺。这意味着我们思想、目的、人生的愿望和方向都必须代表上帝。简单地说，我们的人生就是一个图章，为

了代表上帝。当主将我们彰显出来时，人们就能看到：“原来他们的上帝就是这样！”这就是印记。这时上帝认证我们说：“这个人可以代表我的形像，他是安全的，是属我的！”于是给我们盖上印。印章并不是一次刻好的，就像果子一样，需要漫长的时间。当我们被雕刻时，也会感到疼痛。



有一次，著名的雕塑家米开朗琪罗将一块巨大的石头运到了工作室，准备开始雕刻摩西的像。三个月后，他的仆人走进工作室，大吃一惊，于是问道：“主人啊，您是如何将这块巨大的石头变成了摩西雕像的呢？”那时米开朗琪罗说了一句很有名的话：“我只做了一件事，就是把所有不像摩西的部分去掉了。”这句话意义很深刻，正如盖印的经验一样，就是将我们心中所有不像上帝部分都去掉。这是一个过程，需要经历很长的时间。

【启 14:1】我又观看，见羔羊站在锡安山，同他又有十四万四千人，都有他的名和他父的名写在额上。有耶稣的名和天父的名写在额上，说明在他们的品行中恢复了上帝形像。他们是被雕刻好并被盖上了印记的人。只有获得了这种经验的人，才能通过末时代的患难。所以，在四方的风放开之前，末时代的百姓必须经历这种盖印的经验，否则是无法站立的。

【歌 8:6-7】求你将我放在心上如印记，带在你臂上如戳记；雅歌在讲述所罗门王爱上了其貌不扬的牧童书拉密女的故事，这象征着主怜爱丑陋的、被罪恶捆绑的人类。我们并不理解所罗门王为什么爱一个被太阳晒黑的牧羊女，她因被王爱而变得尊贵。同样，我们也无法理解上帝为什么爱我们，为我们钉在十字架上。当我们回到上帝面前，与主一起永远地生活时，才能理解其原因。最初，书拉密

女并不相信王，但后来她因王的爱而产生了对王的爱与信赖，成为了王后。什么是爱？最终书拉密女说：“求你将我放在心上如印记，带在你臂上如戳记。”

接受上帝印记的人，无论有怎样的逼迫与患难临到，即使一切都被剥夺，无法做买卖而被饿死，也绝不会改变对上帝的爱和忠诚。他们拥有“爱的图章”，是接受印记的人。因为爱情如死之坚强，嫉恨如阴间之残忍。所发的电光，是火焰的电光，是耶和华的烈焰。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。受印是指我们完全投入到了对上帝的爱中。无论发生什么事情，即使面对刀枪或原子弹，也绝不改变对上帝的忠诚。这就是受印的经验，也是耶稣在地上生活时所拥有的品行。为了按照天父的旨意、应许和命令生活，他甚至走向了十字架。这就是爱，永不改变的爱！所以《圣经》称耶稣是父上帝所印证的人，就是指他与天父之间无法隔绝的爱关系。

“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。”“我会给你很多钱，你爱我吧！”“休想！”即使拿家中所有的财宝换爱情，也会被藐视。不久的将来，兽印的患难会来到，上帝的百姓会受到逼迫、被投入狱中，甚至被宣告死刑。人们要以这样的方式使他们感到孤独，动摇他们的心。当不能作买卖的命令下达时，人们忠诚于上帝就会被饿死。当逼迫者以地位和钱财诱骗人改变心意时，上帝的百姓不仅不会改变对上帝的爱与忠诚，反要藐视这样做的人。这就是雅歌中所描述的受印的经验。当诱惑和试炼临到时，我们是妥协还是得胜，取决于我们对主的爱和对真理献身的程度。

【罗 8:28-37】我们晓得万事都互相效力，叫爱上帝的人得益处，就是按他旨意被召的人。因为他预先所知道的人，就预先定下效法他儿子的模样，使他儿子在许多弟兄中作长子。预先所定下的人又召他们来，所召来的人又称他们为义，所称为义的人又叫他们得荣耀。既是这样，还有什么说的呢？上帝若帮助我们，谁能敌挡我们呢？上帝既不爱惜自己的儿子为我们众人舍了，岂不也把万物和他一同白白地赐给我们吗？谁能控告上帝所拣选的人

呢？有上帝称他们为义了。谁能定他们的罪呢？有基督耶稣已经死了，而且从死里复活，现今在上帝的右边，也替我们祈求。谁能使我们与基督的爱隔绝呢？难道是患难吗？是困苦吗？是逼迫吗？是饥饿吗？是赤身露体吗？是危险吗？是刀剑吗？如经上所记：“我们为你的缘故终日被杀，人看我们如将宰的羊。”然而，靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。这里说万事都互相效力，叫爱上帝的人得益处。那些按上帝旨意被召的人通过试炼之后对主的爱会变得更加深刻，即使立刻就会死去，也无法背叛主。这就是在爱与恩典中受印的经验。

【罗 8:38】因为我深信无论是死，是生，是天使，是掌权的，是有能的，是现在的事，是将来的事，是高大的，是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与上帝的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的。这是接受永生上帝印记之人的经验，他们将会通过末时代的患难。当上帝的诫命与人的命令，上帝的组织与人的组织之间争战时，当遵守上帝诫命之人要被杀害时，他们对上帝的爱依然毫不动摇。谁能使我与基督的爱隔绝呢？这就是我们在末时代必须领受的特别的印记，因为在末时代，我们将要经历的试炼和逼迫是前所未有的。

通过了特别的试炼与考验后，我们与基督之间爱的关系会达到无法分离的状态，恳切地盼望这样的经验充满你我的心！



祷告：我们在天上慈爱的父，求您借着您所应许的圣灵为我们盖印，赐给我们天上基业的保证。每日在我们心中动工引导我们，直到得救的地步。也恳求圣灵将耶稣基督的爱浇灌在我们心中，借着这样的爱，使我们的心与上帝、与真理无法分离。奉耶稣的圣名恳切祷告。阿们！

恐惧感

FEAR

人们的心灵常常因恐惧感而受到伤害。这种恐惧感是指人内心潜在的缺乏自信的软弱状态，导致他在面临问题和遭遇困境时不敢去战胜和超越。这种恐惧感有别于我们常说的，单纯因为外界某个事物或某种特殊情境而产生的害怕情绪。

人为什么会产生恐惧感呢？最主要基于两种原因。一种是内心缺乏安全感而恐惧。另一种是人生经历中曾经遇到过挫折与失败的打击，一旦再次受挫，过去的经验被唤起而产生恐惧。比如成长环境中受到太多的否定，又比如年幼时父母争吵给幼小的心灵造成了伤害等等。

恐惧感甚至比愤怒感的危害还要严重。因为沉浸于恐惧中的人遇到问题的第一反应通常是逃避，而不是去面对，以致生活变得一团糟。如果一个人被恐惧感所支配，就无法正确处理人际关系，每件事情都要观察周围人的眼神，揣摩别人的态度，不知道如何表现最真实的自己。这样的人结婚了，会无条件地迎合对方。“对方的需要是什么？感情怎么样？”“哎呀，我又做错了。我们的关系要是破裂了怎么办？”“哎呀，我说错话了对方不高兴怎么办？”因此分分秒秒处于自己制造的高压状态下，产生了病态的心理。

那人们该如何克服这种不健康的心理呢？



首先，必须要突破自我，敢于正面对决恐惧感。恐惧感不是某个真实存在的事物，它只是压抑我们精神的一种心理情感。我们越是逃避，它就越占上风，所以我们必须要与之争战。与恐惧相反的就是勇气。勇气来源于哪里？当我们意识到身边有支持自己的力量，知道有人爱我，有人信任我时，就会产生信心和勇气。

【约一 4:18】爱里没有惧怕；爱既完全，就把惧怕除去，因为惧怕里含着刑罚，惧怕的人在爱里未得完全。如果没有得到爱的话，我们会孤单，就会害怕和恐惧，觉得孤苦伶仃。但是我们要时刻提醒自己：即使所有人都离开了我，背叛了我，上帝仍然爱着我。所以，我们要居住在上帝的爱里，使自我和私心在上帝的爱中融化。事实上，恐惧感是过于注重别人如何看待自己而缺乏自信心的一种表现。如果我们时刻深信上帝爱我，他深深地爱着我，那么我们心中的惧怕感就会被驱逐出去，勇气就会进来。这种从上帝而来的恩典足以打败恐惧的习惯思维，使我们充满勇气去承担和面对。



克服恐惧感的第二个方法，就是要除掉心中各种的疑惑，卸掉心中各样的忧虑。人为什么会害怕呢？无非因为担心忧虑。忧虑和绝望往往是我们自己想象的结果。所以，不要为明天忧虑，只要以最好的状态去面对和度过今天。

【太 6:25-34】“所以我告诉你们：不要为生命忧虑吃什么，喝什么，为身体忧虑穿什么。生命胜于饮食吗？身体胜于衣裳吗？你们看那天上的飞鸟，也不种，也不收，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重得多吗？你们哪一个能用思虑使寿数多加一刻呢？何必为衣裳忧虑呢？你想：野地里的百合花怎么长起来；它也不劳苦，也不纺线；然而我告诉你们：就是所罗门极荣华的时候，他所穿戴的还不如这花一朵呢！你们这小信的人哪！野地里的草今天还在，明天就丢在炉里，上帝还给它这样的妆饰，何况你们呢！所以，不要忧虑说，‘吃什么？喝什么？穿什么？’这都是外邦人所求的。你们需用的这一切东西，你们的天父是知道的。你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。所以，不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。”

这里并不是指我们什么也不用做，只等着坐享其成；而是指上帝的供给就在那里，只要我们按着他制定的法则去努力，去生活，我们就不会缺乏。回顾我们的平生，得到的祝福其实多过我们遭受的艰难。过去已经成为往事，我们只要从中吸取教训，不要沉浸在懊悔之中，那样毫无益处；至于将来，我们并不知道会发生什么，不要为那些还没有临到的事情忧虑，我们可以在今天靠主而活。



克服恐惧感的第三个方法是不要成为完美主义者。百分百无差错或让所有人满意是不可能的。我们对自己高标准、严要求是对的，然而过分地追求完美，就容易产生恐惧，害怕失败，令人裹足不前，或难于从失败中挣脱出来去勇敢接受新的挑战。人一旦瞻前顾后，就可能被别人的评价所左右，他人一句无心的话也可能动摇自己的决定。如果我们总是想从别人那里得到认可，那么我们就很难拥有并表现出一种真正的勇气。我们要学会认识自己。我们不是上帝，要承认自己是属肉

体的，是不完全的。我们应尽自己的努力和本分，也要懂得从上帝那里接受饶恕，饶恕自己的不完美。上帝知道我们的缺乏，思念我们不过是尘土。



得胜恐惧感的第四个方法，就是要确信在人生的旅途和信仰道路上自己非孤军奋战。可能我们正在经历难以担当的人生重担，以至于感觉好像被世界遗弃。但看一看和我们一起奔走天路的弟兄姊妹吧！我们周围有很多彼此劝勉、彼此帮助、彼此激励的弟兄姊妹，看到他们，我们就会得到力量。我们并没有被抛弃，这只是自己身处逆境时的沮丧情绪。从那些彼此相爱、彼此交心、彼此同甘共苦的同道身上，我们可以得到莫大的鼓励和勇气，在去往天国的路上并肩作战。



得胜恐惧感的第五个方法，就是要学会感恩。或许现在的境况让你感到艰难，似乎无法感恩，但就算是流泪绝望的时候，也要向上帝表达感恩。真正的感恩不是鹦鹉学舌般时刻将感谢挂在嘴边，而是在困境中依然学会依赖和信靠上帝，寻求等候上帝的旨意并为此而献上感恩。懂得感恩的人会在逆境中深深地反思，学会吃一堑长一智。当品格又经历了一次考验和火的洗礼后消极恐惧的思想会消失。真实的感恩会带来勇敢地面对。



得胜恐惧感的第六个方法，就是要关注永恒的事物。比起地上的幸福，我们更要去关心永远的幸福。【林后 4:17-18】我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比永远的荣耀。原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。上帝会通过艰难和困苦训练人，因为它是通向天国的必经之路。即使像约伯如此义的人也通过苦难更深地去经历和认识上帝。人们因犯罪遭受苦楚，在痛苦中更能体验上帝的爱与能力，更渴望与上帝同在，渴望有一天与主在天国里同享那份永远的荣耀。上帝允许我们受苦，为了我们能进入永远的天家。我们在此世不过是客旅，是寄居的。如果懂得把自己的盼望放在天上，那么恐惧感就会全然消失。



征服“压力”

现今的时代可以说是充满压力的时代。各种外部环境因素和个人因素导致人们活在压力之中。买房、还贷、就业、升职、调薪、办公室关系、亚健康、对未来的担忧等一系列压力就像空气一样无时无刻不在挤压着人们。压力，也就是精神压力，现代生活中每个人都有所体验。压力过大、过多会损害人体健康。我们如何征服生活中的种种压力呢？

压力的危害

压力会使人体分泌激素，这些激素会藉着刺激纤细的血管壁引起严重的问题，而且会降低抗癌T淋巴细胞的功能。压力还是高血压和脑出血的主要原因。受到压力后的肌肉张力会增高。肌肉长时间的收缩可以触发张力性头痛、偏头痛和各种骨骼肌的疼痛。压力会使肠胃变弱，引起许多消化系统疾病。压力能影响人的大脑。长期生活在压力下，会导致与情绪和认知功能障碍相关的大脑内侧前额叶皮层容量减小，进而伤害记忆力和学习能力，出现丢三落四、注意力不集中、记忆力减退等症状。在生活中，我们总是会面对来自各方的压力，然而过大的压力会严重危害我们的身心健康。我们必须正确认识压力。

对压力的正确理解

假设有一根橡皮筋，当你抓着两头用力拉时就会感受到它的弹力，这相当于我们身体平常的状态；如果你继续拉这根橡皮筋，它就变得紧绷绷的，这就是压力状态；倘若你再拉紧一点，橡皮筋可能会断掉，这就是人体精疲力竭的状态。

当人的身体或心理因某些因素进入紧张状态时就有了压力。但是，无论外界因素是多么紧张、多么不愉快，都不是我们是否感受压力的主要原因，真正的决定性因素是我们自己。因为让我有压力的状况可能对另一个人来说完全没有压力。从排队买东西的人身上就能看出这点。大部分人都在

高兴地聊着天或是看着手机等着自己的顺序时，有些人就会焦虑不安，抱怨着怎么这么慢。面对同样的事件，每个人经历到的压力状态程度却可以有所不同。这就是因为个人对事件的解释不同，应对方式也不同。

其实，身体的压力反应，其本身是有益的。它是为了迅速克服威胁到生命的情况而有的身体机制。压力反应是决定“战斗还是逃跑”的反应。肾上腺素能发出“红色警报”，让我们的身体与敌军战斗或是迅速从危险之中逃跑。这样的警报能让肌肉、心脏、肺、大脑优先活动，同时让一些暂时不需要的生理机能受到抑制。当心脏加快跳动，血压上升时，氧气和葡萄糖便迅速供应给肌肉。肌肉瞬间进入紧张状态，为突然的爆发运动（战斗或逃避）做好预备。这种功能就促使人立刻跳入水中救人或是推开快要被车撞上的孩子。

以上这种压力反应能够让我们躲开一些危机或是紧张时刻。考试或是工作面试时我们会感受到精神压力。略有压力时能够帮助我们更有效地工作。因为短时间内让身体和精神的机能都集中在了一起，所以能够高效地工作。

但是对于排队或是因为堵车被闷在车里的人来说，压力会产生哪些作用呢？身体会因压力发出红色警报，这些情况会让我们的身体付出昂贵的代价。人体无法区分威胁生命的状况以及人自己的过敏反应。所以，在日常生活中因为堵车、排队这样的情况一一发火、焦躁、说抱怨的话，我们的身体会因为压力不断受到刺激，从而产生一些疾病。但是如果我们选择接受这些情况，保持心灵的平安，那么就能减少压力反应。

压力的危险水平

当我们感到威胁、压迫感时，或者发火、抱怨时，压力反应就开始了。如果控制好威胁、压迫感、愤怒等消极情绪，压力反应就能中断。但是这些压力很多时候并未被有效地控制，持续的劣性压力给人带来身心方面的诸多伤害。我们如何知道自己的身体接近压力的危险水平呢？压力越是接近危险水平，我们的身体或是心理就会发出警告信号。以下这种信号越多，就表明我们的压力越大。

身体症状

发烧、出汗、口干、呼吸短促、胸痛、心跳加快、脉搏律动、血压上升、头痛、消化不良、腹泻、呕吐、便秘、胀气、胃痉挛、疲乏、没有食欲、失眠、眩晕、皮肤瘙痒、肌肉僵化、频繁生病……

精神状态

兴奋状态、恐惧感、忧郁、情绪起伏不定、易怒、易疲乏、健忘、担忧、注意力不集中、不安、有逃避倾向……

持续性地拉扯橡皮筋时，总有一天它会断掉。如果我们忽略身体和精神上的这些信号，总是给身体加压，身体总有一天会精疲力竭。有些人会出现心脏麻痹或是精神病等可怕的疾病。甚至有人在无可奈何的状态下自杀。当我们始终处于压力状态时，就会消耗上帝赐给我们的生命力，最终造成无法挽回的局面。所以我们千万不要轻视生活中的压力。

征服压力的方法

1. 形成正确的认知

当我们发现压力不断压迫自己时该怎么办呢？首先我们必须承认，导致压力的大部分因素都是我们自己。有人可能会说：“不是的。问题不在于我，而是那个人。和他在一起真的很为难。”事实上周围的任何人或是环境都可能让我们产生压力，而压力达到的水平是由自己感受压力的程度决定的。我们无法通过抱怨改变环境，但我们可以改变自己。

没有压力的生活是不存在的。没有压力就没有动力，适当的压力是我们前进的能量，让我们有目标，有方向。“压力如同一把刀，它可以为我们所用，也可以把我们割伤。那要看你握住的是刀刃还是刀柄。”我们要认识到压力的积极面，以积极、自信的人生态度对待压力。

☀ 2. 养成良好的生活与工作习惯

我们的身体就像汽车一样。如果保养好就能开很长时间。吃有害健康的食物，随意使用身体时，怎么可能在压力突袭时做出恰当的反应呢？良好的生活与工作习惯可以有效地提高工作效率，减少工作压力；而不良的生活和工作习惯则使人手忙脚乱，疲于奔命，无形之中加剧了各种压力给个体带来的消极体验。生活或是工作都必须有规律。规律的生活会让我们处理各种事情的时候心态更加稳定，避免过多意外情况的干扰。规律的生活除了指规律而健康的饮食和作息时间，更指生活的有松有紧。疲惫的时候就需要休息。经常做脑力劳动的人更需要注意运动。呼吸性的锻炼，如散步、慢跑、游泳和骑车等，可使人减缓压力，信心倍增，精力充沛，因为这些运动能让人彻底放松。

☀ 3. 最根本的解决方案

调节压力的最根本的方法就是调节思想和感情。当我们为一些不现实的目标劳碌时，我们就会有压力；当我们喜欢和别人攀比，却总是处于下风时，我们就会有压力；当我们被孤立，受到不公平的待遇时，我们就会有压力；当我们满心忧虑自己的未来时，我们就会有压力；当我们发怒、怨恨、沮丧时，我们就会有压力。压力总是伴随着消极的思想和感情。一个人的思维模式是引起心理问题的主要根源。

为了消除压力，我们必须改变自己的思想和感情。一个人的思想能够改变吗？当然。只要我们愿意，完全能够改变。但是我们若想得到完全的变化，就必须获得全新的思想和感情。这种思想和感情不是在以前的基础上修修补补，而是彻底的更新！基督徒称之为“重生”。当一个人放弃自己独自的挣扎，迫切地感受到需要上帝改变自己的能力时，重生就开始了。我们先要回想自己，祈求上帝饶恕自己的过犯，祈求他拿掉我们错误的思想和感情，赐给我们一颗新心。这颗新心不会让我们为追求世界的物质和财富疲于奔命。所以我们不会因为苦苦寻求而有压力，更不会因为得不到而有压力。这颗新心不会让我们在乎别人的眼光。所以我们不会因为没有得到所期待的对待而有压力。这颗新心充满爱、忍耐、包容、理解、同情和怜悯。所以我们不会因为发火、愤怒或是争吵而有压力。

当我们渴望彻底地改变时，上帝必然垂听这样的祷告。如果我们凭着信心接受上帝的应许，我们就能获得新的思想和感情。但我们必须每一天持续接受上帝的这种祝福。

即使重生了，我们周围依然存在各种问题和争战。也许会比以前更加激烈。但是我们看待问题和争战的眼光已经通过重生的经验改变了。周围的环境是上帝训练我们的学习，是为了磨去我们品格中的瑕疵，让我们变得更加有爱、忍耐、温柔，逐渐返照出上帝的形像。每当压力突袭我们时，要以感恩的心对待，要恳求上帝的能力。只要抓住上帝的能力，我们就能征服压力。有压力时，我们需要倾诉，向上帝倾诉。这种倾诉就是祷告。使徒保罗说：“要一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉上帝，上帝就赐给人意外的平安。”当我们一切交托给上帝，倾诉我们的心声时，必有意外的平安进入心中，驱散所有的沮丧、恐惧、愤怒或是忧虑。

在充满各种压力的世界上，人们寻找各种征服压力的方法。得胜压力的最好方法就是改变自己的思想和感情，定睛在上帝身上，不要一边期待环境的改变，一边将压力累积在心中。一定要披戴上帝的能力，籍着改变自己征服压力！



您是哪种父亲？

《旧约·圣经》最后一卷《玛拉基书》四章6节记录了一道关于生活在耶稣再来之前的“父亲与儿女”的信息：



“他必使父亲的心转向儿女，儿女的心转向父亲，免得我来咒诅遍地。”

在现今的基督教界中往往有两种父亲的形像。

第一种父亲是世俗父亲的形像，一只手奋力地伸向世界，一只手无力地伸向自己家庭。从耶稣和青年财主的对话中可以看到这种父亲的形像。“有一个人来见耶稣说：‘夫子，我该做什么善事，才能得永生？’……耶稣说：‘你若愿意作完全人，可去变卖你所有的，分给穷人……你还要来跟从我。’那少年人听见这话，就忧忧愁愁的走了，因为他的产业很多。”（太 19: 16～22）那位青年人尊敬基督，而且他的心被救主吸引。但是他没有接受主向他提出的自我牺牲的原则。他选择了产业而不是真理。现今的很多父亲也和青年财主一样，比起跟随耶稣提出的真理之路，他们选择的是财富。比起自己和家人迫切的属灵需要，他们将自己的事业和金钱放在了第一位。他们疏忽了自己作为一家之长的责任，反而为了累积世俗的阅历和财富倾注心血。

第二种父亲是在世界和家庭中彰显出真基督徒形像的父亲。他们一只手坚决果断地维护自己妻儿的灵性，一只手用力地向世界传扬改变人心的福音。他们是像以诺和挪亚一样的父亲。他们通过训练有素的家庭向世界见证能改变人心的福音大能。他们将《圣经》的教训实际地运用在生活中，并以此教养儿女。他们是家中敬虔的榜样，是受儿女尊敬的父亲。他们不仅在家庭、职场以及教会传扬福音，还活出了自己所信的福音。他们为了引领家人走向天国而尽心竭力，无私奉献。



接下来让我们通过旧约圣经中的两位父亲的故事，学习上帝对生活在现时代的父亲启示的教训。



大祭司长以利：

撒母耳记上 2: 12 ~ 36 节讲述了以利故事。其中包含所有父母必须学习的宝贵教训。以利是以色列的祭司和士师（裁判官）。他在上帝的百姓中位分最高，责任最重。他蒙上帝拣选担任祭司的神圣职分，并作全地的最高司法权威。他在以色列各支派中有很大的影响。可惜他在治理家庭的事情上彻底失败了。

以利非常溺爱他的两个儿子何弗尼和非尼哈。他是一个性情温和的人，没有使用父亲的权威来改正他两个儿子的恶习和癖性。他没有责备他们，也没有刑罚他们，反而让他们任性作事，随他们各行己路。以利虽然是以色列的祭司和士师，但是没有正确理解自己对警戒和管理上帝所赐给他的儿女的责任。他之所以逃避自己的责任，是为了避免在指正两个儿子的错误时会与他们发生冲突。于是他就放任他的儿女妄自行动。结果他的两个儿子不但没有为天国预备好自己，也没有为履行人生职责做好预备。在大祭司长以利的家庭，不是父亲管束孩子，而是孩子管束了父亲。虽然两个儿子的品格和行为明显地表现了对罪恶的放纵，但是以利疏忽了对儿子的品格和行为的遏止和改正。

以利的两个儿子虽然完全不配担任祭司的职分，但他还是任命他们在圣所中作祭司。关于奉献祭物的事，耶和華曾赐给他们最明确的指示。可是以利的两个儿子竟以藐视权威的态度，来从事上帝的祭祀。那预指基督之死的牺牲，原是要在百姓心中保持着对将来之救赎主的信心，因此严格遵守耶和華关于献祭的指示，乃是非常重要的事。但以利的儿子对这象征性的祭祀，没有看出其中严肃的意义，而只想到他们怎样能利用它来放纵私欲。圣经对他们的罪是这样记录的：“如此，这二少年人的罪在耶和華面前甚重了，因为他们藐视耶和華的祭物。”（撒母耳记上 2: 17）

以利没有照着上帝的规律管理他的家庭；他竟随从自己的感情和判断教育儿女。他认为等孩子长大后，自然会丢弃邪恶的倾向，所以姑息儿子幼年时期所犯的过失和罪恶，而不加以管教。今日也有

许多父母犯了这同样的错误。他们认为：“儿女年纪太小，不宜加以责罚。等到他们长大之后，就可以同他们说理了。”在这种父母身边长大的孩子，小时候养成的不良习惯一直不受管束，以致成了他们的第二天性。我们的儿女若不从父母那里得到正确的教养，他们的缺点会成为终身的咒诅，而且祸及他人。父母让儿女随心所欲的做法是最大的咒诅。这样长大的儿女无法正确理解父母的权威，而且会失去对父母的尊敬，变成顺服撒但意志的奴隶。

让我们将以利的例子运用在自己身上。不知道有多少基督徒的家庭，父母一边说自己专心于信仰生活，一边却在照看孩子的事情上袖手旁观。世人看到这样的基督徒家庭，就会藐视上帝的真理。父母的信仰会在儿女教育中显现出来，而且一个家庭的信仰是通过父母和儿女在家中怎样以基督徒的身份生活表现出来的。如果父母自称自己过着信仰生活的同时却没有努力让自己的家庭训练有素而且有秩序，同时也没有立足于圣经的原则，严格地治理儿女罪恶而自私的欲望，那这样的父母就是和以利一样。他们将会看见自己的儿女走向灭亡的结果。

在儿女教育和治理家庭的问题中， 以利所犯的错误：

- ① 在年幼时期未能正确地改正
两个儿子自私、以自我为中心的天性。
- ② 父母作为家庭支配人的位置被儿子剥夺了。
- ③ 以利自己虽然是道德良好的人，
但是在教育儿女的问题上怠惰了。
- ④ 以利在改正自己性格缺陷的事情上失败了。
虽然他秉性温和，但是没有胜过
优柔寡断的性情，以至不能果断地训斥
并惩罚儿女的罪和不道德行为。
他没有将自己温和的性情
建立在原则和正确的决断之上。
- ⑤ 以利疏忽了作为父母
必须遏制儿女罪恶的责任。
- ⑥ 以利没有深刻感悟到
纠正儿女悖逆的性情以及放纵行为的责任。



亚伯拉罕：

亚伯拉罕是一个拥有千人以上成员的大家族。他最殷勤教导自己家人的一个教训就是“敬拜独一的真神上帝”。在古以色列时代，父亲就是一家之主，也是一家的祭司。所以亚伯拉罕拥有自己的家庭后，在信仰问题上行使了父亲的权威。亚伯拉罕通过这样的家庭制度保存了对上帝的信仰。全家的人必须联合一致，以便筑成一道藩篱，用以抵御那普遍流行而根深蒂固的拜偶像之风。亚伯拉罕尽自

己的能力所及，用各样的方法防止他家里的人受外邦人罪恶的影响；因为他知道家人若与邪恶亲近，自己的信仰和原则就必不知不觉地败坏。所以他努力让自己的儿女和拜偶像之风隔离。亚伯拉罕对自己儿女付出的彻底努力乃是上帝的旨意。

圣经记录亚伯拉罕必“吩咐……他的眷属。”对儿女不良的倾向，他没有不加约束的。他没有屈服儿女错误的要求，从而放弃父母神圣的责任。



给父亲的信息

现今的时代有多少人在效法亚伯拉罕的榜样呢？很多父母都在放任自己的儿女不成熟的判断以及不受约束的情欲，同时茫然地等待着儿女有一天能自己约束这些不良的习惯和性情。也有很多父母将这种没有责任的行为和情感主义视为爱。这其实是在向儿女倾注着最残忍的爱。很多父母将自己的儿女交给电视、电脑等电子产品以及不信的保姆和老师，然后用人生大部分的时间去吃喝，做生意，争名夺利。父母的放任和不负责的行为是让儿女感受不到家庭魅力的主要原因。如此成长的青年不仅没有对父母的尊敬，也不会有对上帝的敬畏，同时也不可能将自我屈服在真理要求的圣洁原则之下，反而要按照自己的意愿生活。父母必须像亚伯拉罕一样吩咐儿女听从自己的话；父母必须教导儿女顺服父母的威权，作为顺服上帝威权的每一步。

在自称信上帝的家庭中，也会出现不信的儿女。如果父母未能在家庭中通过自己的榜样教导自己所信的信仰，那么儿女就会走向世界。首先，如果父母自己没有儿女面前表现出完全顺从上帝话语的人生，就没法要求儿女顺从自己的命令。这样的父母还处于没有预备好可以命令自己儿女的状态。在基督徒的家庭中必须有大改革。必须将上帝的话语——圣经作为治理家庭的根本原则。必须让儿女知道圣经是上帝对他们说的话，是必须绝对顺从的命令。必须耐心教导儿女，仁慈而不倦地教训他们应当过一种亲切、正直，蒙上帝喜悦的生活。在这种教育下长大的儿女，无论将来遇到怎样的诱惑或是怀疑不信的言论，都不会被席卷而去！

很多基督徒家庭都疏忽了家庭祷告和家庭礼拜。大部分父母都太忙了，所以觉得没有功夫作早晚礼拜。他们不能抽出一段时间，来感谢上帝所赐的丰富恩典，以及圣天使的保护。他们没有功夫祷告，祈求上帝的帮助和引领，并求耶稣住在他们家中。他们出去工作如同牛马出去工作一样，一点没有想到上帝和天上的事。

我们的家庭必须成为祷告之殿。父亲和母亲必须谦卑地为自己和儿女向上帝恳求。父亲务要作家庭的祭司，早晚向上帝献祭，而母亲和儿女们则应与他一同祈祷赞美。在这样的家庭里，耶稣是欢喜停留的。所有基督徒的家庭都应当发出圣洁的光辉。发自爱心的亲切和温柔无私的礼貌是我们的家庭信基督的最强有力的证据。在清晨的祷告犹如馨香升到上帝面前的家庭中，上帝的慈爱和宏恩必如早晨的甘露一般降下。记住：一个有规律的基督化家庭，乃是基督徒信仰的有力论据，——是不信上帝的人所不能反驳的！现在，世界正渴望看到通过天上的感化力发生改变的基督化的家庭。

现今需要空前警醒地管教和指导孩童，因为撒但正在争取控制他们的心思意念，赶出上帝的圣灵。现代青年的可怕情形已是我们生于末世的最有力兆头之一，但许多人的灭亡，可直接追溯于父母的管教不当。抱怨责备的精神，已经生根而且结出忤逆的果子。父母虽对儿女正在养成的品格不满，却看不出那使他们成为这种人的错误何在。《教会证言·卷四》

这是一本关于爱 · 真理 · 生命的杂志



“地与海并树木，你们不可伤害，
等我们印了我们上帝众仆人的额（forehead，前额）。 ”

启7：3



网 站： www.sostvcn.com

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

电 话： 13804244366 15140501466