

@守望



101

基督教北京守望教会
网络期刊
20170405

户外敬拜6周年

教牧书信

八福——2017年2月28日圣餐分享/孙毅长老

世上的光——2017年4月4日圣餐讲章/孙毅长老

户外敬拜6周年

户外敬拜6周年纪念之祷告会专场/新雨

户外敬拜6周年之启发专场/佑伟 代金波 徐蒙

跨越信心与爱心的一小步——二进海拘有感/宪法

迷途羔羊的回家之路/海洋

我在守望教会蒙福的三件事/岩松

那些和守望有关的记忆的碎片/陈亮

户外期间诗班服侍有感/利平

美好见证

北京联祷会牧师代表探访小白牧师/宋婕

夫妻学堂

夫妻之间，你真的会沟通吗？/晓峰 牧师

■ 3月19日、3月26日、4月2日、4月9日、4月16日这五个主日没有弟兄姊妹去平台敬拜。

■ 复活节洗礼于4月16日下午2点在长远天地举行，有7位弟兄姊妹受洗归入主名，荣耀归主名！

■ 祷告部从3月22日开始在长远天地聚会处门口设立代祷箱，弟兄姊妹可将需要代祷的事项放入代祷箱，各事工部门负责同工也可将为事工进展代祷的事项放入代祷箱，祷告部的同工会定期收集整理，在祷告会中一起代求。

■ 第二十四期启发课程于2017年4

月8日晚在西屋举行，特招募餐会服侍同工，邀请和欢迎各家庭小组或有负担的弟兄姊妹组团报名参与到启发的饭食服侍中来。报名请联络：徐弟兄或亚新姊妹。

■ 小白牧师于4月7日顺利进行心脏搭桥手术，教会弟兄姊妹同心为他祷告；

4月12日，天明牧师申请到医院看望小白牧师，这是自2011年4月10日以来，两位分别被看押在家里的牧师首次见面；

4月13日，北京牧者联祷会主席周明牧师和执委刘主泽牧师、陈慧丽牧师到小白牧师家中探望祷告。

@守望 网络期刊 征稿启事

《@守望》主要收录、编辑本教会内的弟兄姊妹的生命见证，欢迎投稿。

下一期(102期)截稿日期：5月5日

投稿邮箱：shwchurch3@gmail.com



亲爱的读者，本期PDF版新设计了文章目录与内文之间的链接功能，读者只要在目录页点击文章标题，即会显示出相应的正文。同样，点击正文标题，则会返回到目录页。



教牧书信

05 八福——2017年2月28日圣餐分享/孙毅长老

我们若是没有经历到这样的失败，没有经历里面的贫穷缺乏、被打击到痛不欲生的哀恸，生命因此没有在基督里发生重生与转折，那么我们还理解不了耶稣所说的福气是指什么。

11 世上的光——2017年4月4日圣餐讲章/孙毅长老

生命经历第一层的翻转是指：当我们来跟随耶稣基督的时候，竟然是效法他的死，与他一同经历世间的逼迫与羞辱。生命经历第二层的翻转意味着：本以为是与他一同受苦，遭受羞辱，却没有想到，在他里面却经历到生命中从来没有的满足与喜乐。



户外敬拜6周年

17 户外敬拜6周年纪念之祷告会专场/新雨

守望教会走过六年的户外之路，回顾这六年，有失败有得胜，有欢笑有泪水，六年了，作为祷告事工部的一名同工，在祷告服侍中也同样经历高山低谷，刚强软弱，信心灰心，但却让我更深晓得：至高者在人的国中掌权！

21 户外敬拜6周年之启发专场/佑伟 代金波 徐蒙

翻看这几年迎新部的年度事工总结记录，特别为启发小组感恩：在这六年的时间里，启发小组已经进行了完整的13期启发课程，每年2期，一次也没有中断。

29 跨越信心与爱心的一小步——二进海拘有感/宪法

尽管我对上平台看得很平常，但这一次的平台敬拜却对我有着非同寻常的意义，对属灵争战的严峻性我丝毫也没有掉以轻心。

34 迷途羔羊的回家之路/海洋

如今，回首过往，教会户外的六年，也是我的生命从无到有，不断成长的六年。我开始明白了户外背后所隐藏的属灵争战；开始尝试理解并体会牧者们的艰辛与不易，并为他们和教会代祷；开始意识到自己祷告的不足与亏欠，并努力操练……

39 我在守望教会蒙福的三件事/岩松

自2012年的12月30日，我在守望教会受洗归入耶稣基督的名下，到现在已经过去四年半的时间！来到教会这些年，我从一个孤傲的愤青变为有家人关爱的弟兄，从户外敬拜经历了上帝的信实和保守，由单身汉变成丈夫，并升级为爸爸。



42那些和守望有关的记忆的碎片/陈亮

初次结识守望，居然是通过《环球时报》。我第一次知道“守望教会”这个词，是通过媒体知道的：2011年的一天，我上网的时候看到了《环球时报》的那篇社评。

44 户外期间诗班服侍有感/利平

六年前，得到教会的任何一点文字，我都贪婪的阅读，渴望了解这间教会，倾听那一个个鲜活的故事。六年后，认识了那些故事中大部分的作者，也认识了更多不见于纸面的人。我已经和这个共同体难舍难分。

美好见证**46 北京联祷会牧师代表探访小白牧师/宋嫂**

小白牧师说经历了这次大手术，他已经准备好了随时被主接走。这个破碎的世界真的没有什么值得留恋，唯舍不得的就是所在的守望教会……

灵光片羽**48 我的牧者/书拉密****49 有那么一群人/ Esther(15岁)****51直面十字架·自恋主义/小方****夫妻学堂****52夫妻之间，你真的会沟通吗？/晓峰 牧师**

勘误：本刊上一期的文章《吃从天上降下来的吗哪》作者应为传清，特此致歉。

八福

文 / 孙毅 长老

讲道经文：太 5: 1 - 12

1、

今天我们看八福的时候，看到的好像都是褒义的词语，似乎表达的是我们所向往的状态，“虚心”、“温柔”、

“饥渴慕义”，谁不向往呀；或许就是哀恸，如果理解为在神面的痛悔，也是我们心中向往的。可是如此以来，它们似乎又离我们很远，很难应用在我们的生活中。我们真能够达到“虚心”、“温柔”与“饥渴慕义”吗？

可以把八福分为三组：四三一。前四福为一组，特点是人在一种被动的情况下经历并显出的生命形态或品质；后三福为一组，特点是人在一种主动的情况下寻求并彰显出来的生命形态或品质。而最后一福以及其后第九个有福的展开（11节），主要说明一个过程，而非指到生命的形态，说明我们如何得到上面的祝福，特别表达出只有在为义为追随基督而受到的逼迫中，人的生命才有可能经历到上面的形态以及随之而有的祝福。

让我们来看前四福，如果从字面的角度来看的话，涉及到“贫穷（灵里）”、“哀恸”、“卑微”、“饥渴”。从表面上看，其实都是人们所不愿意具有或面对的状况。

“贫穷”是人经历到一种缺乏、不足或残缺。路加福音没有特别强调是灵性层面的，路 6:20 说，你们贫穷的人有福了，因为神的国是你们的。可以指生活需要方面，因此福音书中讲的“贫穷”可以有一个从物质生活到灵性层性的幅度。其实，无论是物质生活还是心灵层面的贫穷，就人的自然本性来说，都会导致内心的焦虑与空虚，是人下意识要避之不急的，并非我们所主动向往的。即便是灵性层面的，贫穷一样会让人内心感到愁苦与不安。唯有来自基督的救赎与更新，才有可能让我们去承认与正视它，而一旦当我们可以面对与承认它，灵里的贫穷才有可能转化为一种虚心，以敬畏来到上帝的面前，承认自己的残缺与不足，愿意放下自己来顺从他，接受他的引导与管理。这种生命的

形态会经历神的国带来的内心的满足。

哀恸，字面上指人因着所遇到的苦难或灾祸而内心极为难过，哀伤到不能自持。若是按人的自然本性，落入到这样的灾祸或难处，可能会落入到自恋自怨，怨妇的心态。哀恸可能会让我们自显为义，以为所有带给我们哀恸的问题都是他人或这个社会处境所造成的。转折在于，惟有在基督里有圣灵的光照，才有可能看到自己原来也在问题之中，而为自己哀恸。真正让人蒙福的是哀恸转化为痛悔，是在哀恸中为自己痛悔。

同样，温柔也不是我们本性中就有的。这个字在旧约出现在诗 37: 11，谦卑人必承受地土。如果我们看上下文，就注意到诗人在讲，“不要为作恶的心怀不平”。按照人的自然本性，看到或经历到不义的人或现象，特别是自己受到欺压，被人踩在脚下，我们总会心怀不平，因为看到这些不义的人似乎在世上占尽了优势与资源，似乎地上流行的是强权让人承受地土。唯有我们经历到圣灵的光照与安慰，才会在内心经历转折，认识到“唯有等候耶和华的必承受地土”，只有他们会“以丰盛的平安为乐”。（诗 37: 9-11）在这个背景下看，温柔字面的意思是卑微，转化为温柔意味着，即便从人的角度看自己确实有理，也不自以为义；就算是自己

经历不公，也不因此怨恨；而是默然倚靠耶和華，以温柔和卑微的心接受上帝的安排，带着饶恕或宽容去看待不义的人。以生命的这种形态等候耶和華神的人，会承受地土。

饥渴，我们再次回到了里面的不足与缺乏。当我们里面空虚饥渴的时候，我们也会下意识地反应为是身体上的饥渴与缺乏。很多人内心不安空虚的时候，会不停地吃东西。但当我们在生命中经历过哀恸与温柔的转折之后，我们就会承认正视我们里面的饥渴，并且知道，惟有抓住神的话语，抓住神自己的义，我们的里面才有可能得到满足。确实，知道在哪里能够让心灵得着满足的人一定会蒙神的祝福，内心得着满足的。

就是说，就我们的自然本性来说，我们期待不缺乏的人有福了，这里却说贫穷有缺乏的人有福了；我们期待不要在世上遇到打击与难处，这里却说，被打击达到痛不欲生的人有福了。我们世俗八福的观念是这样的：

成功的人有福了，因为这个世界是他们的；

快乐的人有福了，因为他们心里有安慰与满足；

强硬的人有福了，因为他们不会在生活中吃亏；

一无所求的人有福了，因为他们不

会失望；

奴役人的人有福了，因为他们在世上会出人投地；

城府深的人有福了，因为他们深得应对之道；

制造麻烦的人有福了，因为他们能得人的关注；

逼迫人的人有福了，因为强权可以统治世界。

在日常的生活中，我们都希望能够成上面这些类型的人，特别反映出了我们这个世界的适者生存的价值观：适者生存就是指强者生存，生存就意味着竞争，竞争就意味着有成功者，有失败者。

上面所说的世俗八福祝福的是世人看来的成功者，而耶稣所说的八福中所祝福的都像是失败者。如果我们真意识到这样的对比，特别是在当时历史时代的背景下，知道这里所说的意味着什么，那么我们的心灵就会被震动。用杨腓力的表述：你们这些被世人看作倒霉失败的人，你们真是太幸运了，太祝贺你们了。耶稣这样说，并不是在用虚假的阿Q式的安慰来安慰那些失败的人，耶稣在这里确实是在说，世人眼中的失败者是有福的。我们若是没有经历到这样的失败，没有经历里面的贫穷缺乏、被打击到痛不欲生的哀恸，生命因此没有在基督里发生重生与转折，那么我们还理解不了耶稣所说的福气是指什么。

2、

过去，我读这八福的时候，常常将其理解为：这是对一些特别不幸的人说的，上帝怜悯他们（指的是他们），所以给他们一些将来的应许，好像是对他们今生太不幸之生活的一点补偿。后来虽然认识到，其实八福中的应许不只是指未来的应许，同时也包含着现在的应许。不过，我还是很难让自己与这些人完全认同。如果之前是因为这些人过于边缘，那么现在是因为这里所描述的是我们难以达到的生存状况：我们只在个别时候会表现出贫乏、哀恸、温柔、或清心等。这里我们涉及到两个重要的问题。

第一，当我们还把八福中所描述的如贫穷哀恸的人看作是其他人，神会借着我们带给他们安慰的话，那么八福就还与我们没有关系。人从其天性上不愿意成为弱势群体中的一员，而下意识地认为自己应该是弱势群体之外，愿意帮助弱势群体而已。不过，除非你战胜了与弱势群体相处时会有的那种焦虑与恶心，否则你也不会真正地帮助到他们。

这里顺便讲一下第五福中讲的怜恤的人。注意与温柔所指不同，温柔主要是相对不义而强势的人，而怜恤特别是相对于那些不如自己的，有缺乏有需

要的，甚至是生活不能自理的人。而与他们接触时所出现的心灵上的焦虑与身体上的反应（恶心），正是人下意识地要将自己与他们分开的一种反应。在我们还没有经历生命的转折，没有胜过被扭曲的本性中生发出的内心焦虑与身体反应，那么我们还是可能带着自恋去怜恤人，我们的怜恤有可能是自我中心的（目的是让我们不被自己的焦虑所折磨），而非真是以对方为中心，对他人的帮助与服侍，并不一定会祝福到对方，真正传递出基督不计回报、不计代价的爱，也因此难以从这个过程中得到祝福。按照卢云的表达，不是他给所服侍的弱智人群带来的福气，而是他借着服侍他们得到更大的祝福，因为他已经成为了他们的一分子。八福中不是说服侍贫穷或哀恸的人有福了，而是直接说，贫穷与哀恸的人有福了。

第二，我们可能会将八福中所描述的当作是某种特别处境下的举止反应。只是在个别情况下，人们会有哀恸、温柔或清心。这只是生活中的个别状况，如果刚好遇到了，再用这些祝福来安慰自己吧。这意思是说，平时我们生活在A模式中，按照A模式流行的价值观生活；如果在某些时刻不幸地落入到B模式中的某一种状况的话，再用这里的祝福来安慰自己吧。我现在认识到，其实这不是耶稣在这里所说的意思，他

在这里讲的不是某些行为举止或生命的个别状态，他就是在讲什么什么“的人”。八福中的每种人都是在指一种生命的样式而非其在某种处境下的举止或行事方式；并且更进一步说，不是说有八种人代表八种生命的样式，而是同一种生命的样式可以有这八个方面的表现。这里是在说“什么的人”有福了，他要他的门徒成为这样的人，有这样的生命。

可以想象，表现出这种生命样式的人是怎样的一群人？这样的人可能会被世人看不起，可能会被人嘲笑，可能会被边缘化，可能会被人欺压。然而，耶稣说，正是有这样生命样式的群体会受到祝福，因为神的国是他们的，只有他们与神的国有关联。

3、

从上面我们看到：八福中所讲到的虚心、温柔及慕义等都不是我们能够直接追求的某种品格，而是我们在经历了贫穷、卑微与饥渴之后，生命在基督里转变后达到的结果。每一种祝福都与我们生命在基督里经历的转变有关。如果没有在他里面的这种转折，这些祝福都还与我们没有关系。这里不是在讲我努力地去达到耶稣设定的某个要求，然后就会得到这些祝福。后三福有点这

个意思，要人主动地参与到其中。不过前四福中，人基本上是被动的。得到这些祝福的唯一可能在于：在基督里经历转变。如此，贫穷才会变成虚心，哀恸变为痛悔，卑微成为温柔，饥渴成为对义的渴望。

我说的这种转变，就是甘愿放下自己，以耶稣基督为自己生活的中心，回到基督的里面。而这种转变，只有在我们愿意为着追随基督而付出代价，愿意为义甘心受到逼迫的时候，才有可能。所以第八福讲的就是这个过程。

1) 我们人都是被迫放下自己的。如果比较我们在生活中所遇到的自然的患难（如疾病或无工作等）与为着信仰的原因遇到难处，这两者有什么不同呢？前者的情况下，我们的心还缠绕在是他人的、环境的原因还是我自己的原因带来了这些问题，但在后者的情况下，原因很显明，我们似乎也有选择的机会，就是看我们是否甘心为他的名去承受这些难处，是否愿意为他受苦，也正试验出我们是否真愿意放下自己。随着生命的成熟，而越来越主动地乐意放下自己，来跟随他。生命的转变就发生在我们愿意放下自己来顺服他的那个时候。

2) 当我们甘心为他的名承受苦难时，我们开始品尝到耶稣所说的“有

福”远超过我们之前所追求的世俗的八福。这里，在耶稣那个时代，“有福”这个字的意思是指一种神圣的喜乐和完满的快乐。这个字原不是用来形容人类的，而是形容神灵或人去世后才有可能经历到的那种喜乐。意味着一种内里深处的满足和充裕，只与人自己的生命样态有关，是不必依靠外在条件而得到的那种满足与快乐。我们原来寻求的都是外物带给我们的满足，唯有在基督里，我们才有可能经历一种内里深处的满足。希伯来书的作者将此看作是品尝过天恩的滋味，并尝过神善道的滋味，觉悟来世权能的人，（来 6: 4—5）这样的人真是与神的国有份的人，天国就是他们的。

4、

耶稣在登山宝训的开篇首先讲八福，而不是讲律法的要求真是极有深意。就如约翰福音中所总结的，律法本是借着摩西传的，恩典和真理都是由耶稣基督来的。（约 1: 17）耶稣所带我们的首先是恩典与祝福。登山宝训中，耶稣首先不是在讲他对门徒的要求，门徒生活的基本准则，而首先是在讲他们在神的国中要领受的祝福，这祝福除了在他里面，在世界上其他任何的地方、通过任何的手段都是不可能得到的。他

先给他的门徒展现了一幅神国福分的美好图景，让我们看到他所应许的天上的赏赐是何等的浩大。

当然，他接下来也不是不讲生活的原则，不过我们得到这些祝福的前提不是我们在行为方式上达到了怎样的要求，而是我们真在基督里变成了怎样的人，我们的生命是否真在他的里面经历过更新与转折。如果说得到这些祝福真有什么要求的话，那就是我们是否甘心愿意放下自己来跟随他。某种意义上说，这比律法要求的更高。按照福音书的记载，那个青年官员问耶稣怎样才能承受永生，耶稣开始说到律法，他说这些他

从小都遵守了。耶稣听见了就说，你还缺少一件，要变卖你一切所有的，分给穷人，就必有财宝在天上。你还要来跟从我。他听见这话，就甚忧愁，因为他很富足。（路 18: 20 - 23）不过，在另一种意义上，耶稣也说，我的轭是容易的，我的担子是轻省的。（太 11: 30）如果我们单从生活的原则要求来看，就会看到上述之间产生的矛盾。跟随耶稣的生活首先不在生活的原则（律法），而在内心不惜代价地要抓住恩典的愿望与信心。☺

（本文是孙毅长老 2017 年 2 月 28 日在圣餐聚会的分享）



世上的光

文 / 孙毅 长老

讲道经文：

你们是世上的盐。盐若失了味，怎能叫他再咸呢。以后无用，不过丢在外面，被人践踏了。你们是世上的光。城造在山上，是不能隐藏的。人点灯，不放在斗底下，是放在灯台上，就照亮一家的人。你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。（太 5：13 - 16）

一、经文解释

这里接着登山宝训的上段，所说的“你们”就是指上面所说的那群贫穷、哀恸、卑微的人群，他们被人所歧视，为义为着基督的名而遭受迫害；可正是这群可能是社会的弱势、边缘的群体，耶稣却说他们是地上的盐，世上的光。这让我们有些好奇，这群人怎么可能是盐，能渗透到地上一般人的生活领域中，甚至会让整个地上的生活因此具有一定的味道呢？怎么可能会是光，会将这个世界的公共领域照亮，就如人在黑夜中看到所企盼的地上之城一样？

无论是作为盐让这个地上不至于败坏而有味道，还是作为世上的光让这个世界的公共领域照亮，最终的目的还都

不是为了这个世界，而是让人们看见带来这一切的最终源泉，即将人带到上帝的面前，“便将荣耀归给你们在天上的父”。（太 5：16）这里我们注意到，盐在地上的渗透作用本身是无形的，地上之城所照在这个世界的那个光本身也是看不见的，重要的是渗透与光照的结果：生活的意义或味道，在光亮中照出的这个世界的真实，以及由此显出的上帝的作为。

这里讲“天上的父”，强调上帝在天上，人们原本看不到这位上帝的作为，或者上帝之国在这个世界中的表现，因为他实在是“天上的”的那位神；现在借着我们这一群人的“好行为”，人们开始看到了天上的那一位，并且不只是看到了，还知道这位神是可以作为

他们的“父”。这也让我们产生了这样的问题：我们这群人在世上是盐是光究竟意味着什么，我们怎么活出这盐这光，才能让人看到“天上的父”的荣耀，不仅把人带到这位神的面前，并且不得不颂赞这位“天上的父”？

就对我们所生活的一般生活领域所产生的影响来说，作为“山上之城”的基督徒群体在这个日常生活世界中发出了怎样的“光”亮？从以往教会的实践中，可以看到有如下的几种方式：

1) 生命 / 福音性的，即在生活领域中有生命见证及福音传播；2) 救助 / 慈善性的，在日常生活中提倡救助、慈善与环保等。3) 政治 / 体制性的，即在公共领域中发挥公义方面的影响，就如那些维权律师所做的工作。这些理解或许都有文本的依据，不过似乎都还不能够完全或完整地体现出文本的意思。

看到 16 节说，你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父，我们会自然地理解为：我们的光就指我们在日常生活中的好行为，一种信仰的见证，这种“好行为”将人带来“天上的父”的面前。这里的问题是：是怎样的好行为能够将人带到“天上的父”的面前？当然，“好行为”的标准是圣经中神的话语带给我们的生活原则，因此我们谈论“好行为”的时候，我们就是在谈

论照着圣经的原则生活。不过，主耶稣在登山宝训中对我们的要求可不止于此，20 节说，“你们的义若不胜于文士与法利赛人的义，断不能进天国。”可见，若是我们在按圣经原则（律法）生活这个方面不能够胜过文士与法利赛人的义，那么结果显然是十分严重的，就是我们与神的国没有关系。

二、

16 节中所说的“好行为”，行为这个字的原文用英文来表达即 works，可以指人的行为，也可以理解为借着多方面的作为显出来的果效。这里不是指某一方面的行为能够为神作见证，让人将荣耀归给在天上的父，而是借着多方面的行为所显出来的生命的品质或样式，这种生命的品质或样式才显出见证的果效。回应到前面讲的八福，祝福的对象并不是某种符合原则的行为，而是他们是某一种“的人”。或许怜恤、使人和睦都是通过一定的行为表现出来，但这行为已经是那种生命形态的自然表现。

怎样的生命形态能够见证“在天上的父”？除了神的儿子，没有什么人可以认识天上的那位神，只有父怀里的独生子将那天上的父显明出来。（约 1：18）这个意义上，只有从耶稣基督而来

的生命能够见证那位在天上的父。所以这里所说的“好行为”不是直接行律法的问题，而是与基督关系的问题；从而在我们的生命中显明出基督生命的道，就如保罗在腓立比书所解释的：你们显在这世代中，好像明光照耀，将生命的道表明出来。（腓 2: 15 - 16）这好行为所发出的那光就是来自基督的“生命之道”。“好行为”将门徒生命中来自基督的义彰显出来，若不是从他而来的义，我们自己没有胜于文士和法利赛人的义。“生命在他里头，这生命就是人的光。”（约 1: 4）

“你们的光”要显在人的面前，语气中显明我们里面已经有生命的光，问题是要将这光显出来。这里首要不在于照着律法去做，好像要“成为光”或者“作为光”，不是的，是说我们就是光。这里表达的不是我们与律法的关系，而我们与基督或者内住于我们里面的圣灵的关系。律法的操练是生命成长的初阶，有助于操练和规范我们在生活中的心思与举止。而生命的果效则显明在自然流露之中。过去我刚信主不久，就发现在自己身上，以及我认为生命应该比我好一些的弟兄身上，存在着第一反应与第二反应。遇到某件事的时候，当时多数情况下，第一反应是过去旧人的下意识反应，然后思想一下，发现不对，似乎不合圣经的原则，于是

才有第二反应。唉我真后悔，当时不应该发脾气，不应该说那句话，第二反应意识到了，但最初的结果已经造成了。这里，无论是第一反应还是第二反应，都没有把那生命的光自然地流露出来。

要想把那生命的光自然地流露出来，律法的操练是一个方面，但更重要的是与基督的关系。只有源自基督生命的光能够把人带到天上的父的面前，没有其他的途径。就是说，在社会公共生活中，人们要想认识天上那位神的作为，被带到天上那位神的面前，仍然需要借着复活后仍在日常生活中活动的基督。他不仅是我们的生命得赎的中保，同时也是我们过成圣生活的中保。我们依然是透过他来理解上帝在日常生活中的作为与引导，如此我们才能够真正去跟随他，将生命的光照在这个世界上。朋霍费尔这样表明地表达，“究竟什么是我们决定性的权威呢？是基督还是律法？我们究竟归附谁呢？基督说过，祂与门徒之间不容许有任何律法存在。”（《作门徒的代价》108页）

这里不是不要律法，而是唯有基督成全了律法；我们若不是紧跟基督，没有人能够达到律法的要求，也不可能有过胜于文士所法利赛人的义。这更好的义只能来自于耶稣基督，而他代表了律法的成全：“直到现在耶稣在登山宝训中都不曾谈到祂自己。在门徒与

他们需要的更好的公义之间，是基督本人。……门徒比法利赛人优越之处在于，事实上他们服从律法更彻底。这怎么可能呢？因为在门徒与律法之间有一个人已经完全成全了律法，而门徒也和这个人保持交往。”（《做门徒的代价》，109—112页）

三、

全心全意地跟随耶稣基督，就意味着服从律法更彻底。那么跟随耶稣意味着什么？十字架上的光如何显明在我们的生命中？

“耶稣又对众人说，若有人要跟我，就当舍己，天天背起他的十字架来，跟从我。因为凡要救自己生命的，生命或作灵魂下同必丧掉生命。凡为我丧掉生命的，必救了生命。人若赚得全世界，却丧了自己，赔上自己，有什么益处呢？”（路 9：23—25）跟随耶稣的唯一方式就是背起自己的十字架来跟随他。这十字架就是钉死自己的那个十字架。就是说，只有舍己才有可能跟随耶稣。舍己就是放下了自己，让他来做我们生命的主。人为了赚得全世界却丧了自己，这句话特别是对那些想要跟随耶稣的信徒来说的。这里，我们愿意照着圣经的教导去生命的基本前提：愿意放下自己，顺服在圣灵的引导之下。

过去我刚信主不久，听过一个传道人讲道时这么说，生命的每一次长进都是在那个阶段再次放下自己，甘心顺服所带来的结果。这句话给我留下印象是因为，这与我当时对生命长进的理解有所不同，我想着生命长进的路程是不断操练圣经生活原则的结果，一段时间学习好了某个原则，生命就长进一些；再学习另一个原则，又长进一些。后来我意识到，这些原则的学习与操练，都还是铺垫与初阶操练，真正挑战我们生命深处的就是：是否愿意顺服。无论什么样的生活原则，学好的意思只有一个：顺服当下的引导。

这里生命深处的顺服意味着生命的翻转。生命经历第一层的翻转是指：当我们来跟随耶稣基督的时候，本来是把他当作弥赛亚，一个能够让我们成功的帮助者，一个可以战胜竞争者的大能者，却没有想到，跟随他却是要背着自己的十字架来跟随他，跟随他竟然是效法他的死，（腓 3:10）与他一同经历世间的逼迫与羞辱。这让我们与当年门徒一样，经历十字架事件。生命经历第二层的翻转意味着：本以为是与他一同受苦，遭受羞辱，却没有想到，在他里面却经历到生命中从来没有的满足与喜乐。他是谁？在我们经历这两层生命的翻转中，我们实际地经历到耶稣基督的既是人同时又是神的两重性，经

历到十字架上的死却同时带来生命的复活这种神的作为，就如保罗所说：我们若在他死的形状上与他联合，也要在他复活的形状上与他联合。（罗 6：5）生命在经历死与生的翻转中实现了整合，超越了原来凭着自己的理性或能力永远也无法把握的悖论与矛盾。

四、公开的见证

只有这种生命翻转的见证之光能够把人带来天上的父的面前，而不是我们的道德水准比一般人要高出多少。对于基督的门徒来说，道德水准只是基本的底线，不至于让基督的名受到亏损；但道德水准高并不因此能够将人带到神的面前，使人将荣耀归给在天上的父。

就如保罗说，他过去是一个罪魁，而他现在成了何等样的人，这种生命翻转的见证把人带到天上父的面前。“我们众人既然敞着脸得以看见主的荣光，好像从镜子里返照，就变成主的形状。”

（林后 3：18）这里“好像从镜子里返照”，也可以理解为“我们众人（敞着脸）如同镜子返照出主的荣光。”（中文标准译本）特别表达出来：我们的生命唯有与主基督有直接连接，在圣灵的帮助下被其光照的时候，生命才会有所改变（变成主的形状）；而这改变的过程也正是返照出主的荣光的过程。

这说明，一个被更新的生命自然具有公开性或见证性，向这个世界发出光来。

一个有见证的生活是基督徒生活的不可少的维度。见证可以通过两个层面表现出来：1、行为举止或生命方式上的见证，甚至不需要我们讲。如果我们生命的见证能够直接被人看到，带来人的思考，自己得出结论更好。2、有时人没有看到，或者人看到了还不能理解，就需要我们用言语来为做见证。

从应用的角度看，用言语做见证时，我们需要注意如下几个方面。

1) 生命真实地经历神的工作与恩典，才可能有见证。可能有人会说，怎么听到其他人生命中的见证很多，我生命中的见证怎么就不多呢？我告诉大家一个小窍门：当你更多地为那些看似日常的事情来祷告神的时候，就会更清楚地发现，原来神在那些看似平常的事情上有很多的作为。很在意思，过去我很少为上课来祷告，上课对我来说太平常了。但近两年来，当我每次为上课祷告时，就发现上课的效果确实不太一样。对于那些重要的事情也是一样。如果我们在做之前事先祷告了，并且你祷告时里面就这件事情看到的越具体，那么当这件事情成就的时候，你就越清楚地看到这里有神的恩典与作为在其中。这就让我们的生命与生活中更多地充满见证。

2) 见证是见证神的工作与恩典，

是以神为中心的，而不是以自己为中心，不是落在自己的作为如何如何上，而是让人看到神的恩典如何在我们生命中显出来。通常的情况下，这种恩典的显出时常是透过我们生命经历转变的过程彰显出来。我们自己的失败是真实的，同时我们在他里面的得胜也是真实的。见证的真实性要求它不是断章取义，摘取一些片断，报喜不报忧，给人带来一种误解或错觉。生命的见证其实是要求我们生命的敞开性，真实透过里外一致体现出来。如果我们的生命还没有经历完这种翻转，还只是停留在自己的失败阶段，就还没有见证性。

3) 我们经历神的恩典与祝福并不总是达到我们所期待的眼见之祝福，或者世上意义的成功。或许在我们初信主的时候，神知道我们生命的承受力

还很弱，所以时常通过成就我们所企盼的，好的工作、好的住所等，来扶持我们的信心。而当我们生命长进到可以承受更多的压力时，他就让我们更多地经历到我们没有预计的难处，特别是上面所说，为着基督的原因放下自己(舍己)，好让我们的生命能够有所突破。当我们放下自己的时候，与我们之前所经历到那些眼睛可以见的祝福不同，我们会特别经历到天上赐下的那些眼不能见的属灵福气。这些属灵的福气有时伴随着世俗意义上的祝福，有时则相反，不仅没有，可能还要付出代价。然而，正是对这些天上赐下的属灵福气的见证，把人带向天上的父。☺

(本文是孙毅长老 2017 年 4 月 4 日在圣餐聚会的分享)



户外敬拜 6 周年纪念之祷告会专场

文 / 新雨

守望教会走过六年的户外之路，回顾这六年，有失败有得胜，有欢笑有泪水，六年了，作为祷告事工部的一名同工，在祷告服侍中也同样经历高山低谷，刚强软弱，信心灰心，但却让我更深晓得：至高者在人的国中掌权！所以，依然靠主恩典说：感谢主垂听祷告，感谢主祷告未蒙垂听。

藉着这一幕幕祷告会的场景，我们一同回顾神带领守望儿女走过的这户外六年的十架窄路。

第一幕 祷告会的火热期 (2011 年 4 月 — 2011 年 12 月)

“我想 神把我们使徒明明列在末后，好像定死罪的囚犯；因为我们成了一台戏，给世人和天使观看。”（林前 4: 9）这是 2011 年户外刚刚开始的时候，新树教会的双燕牧师在讲台上分享的信息——我们成了一台戏。直到现在我们仍在这台戏当中。回想当年，从户外开始到那年年末，从周一到周五，在西屋国际 1202 的房间里，每一天都有祷告聚会，新树教会的牧者承担了祷告聚会很大的牧养服侍，尤其是这节经文，给在一线争战的弟兄姊妹、给在派出所陪伴的弟兄姊妹、给在后方祷告的弟兄姊妹很大的鼓励。是的，我们就是一台戏，导演是天父上帝。

在第一阶段“派出所阶段”，每晚上的祷告的聚会都带下圣灵同在的大能，当时守望的牧者长老都被软禁，兄弟教会的牧者尤其是新树教会的教牧同工在守望的讲台上分享信息，带领我们一起祷告，一起与黑暗的权势争战。那时的祷告聚会是众教会合一争战的聚会，有从美国来的刘同苏牧师、有从成都来的王怡牧师等，神藉着他们的分享和祷告，带给守望儿女从神来的信心和力量。持续不断地祷告、持续不断的平台敬拜、持续不断的派出所陪伴，在派出所内外，我们看见了神的得胜，弟兄姊妹坚强的爱胜过了黑暗权势的恐吓和欺骗，经历到因信仰失去工作、住所但仍有的平安的得胜！哈利路亚！是的，当年我们在北京各区派出所内外所上演的这台戏，是演给世人和天使观看的！

第二幕 祷告会的见证期 (2014年5月—2015年3月)

“因为 神赐给我们的不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。你不要以给我们的主作见证为耻，也不要以为我为福音同受苦难。”（提后 1: 7-8）户外三周年刚刚过去不久，守望教会迎来了更大的争战——第二阶段“十月海拘行”。

这一阶段的来临正如天明牧师在《告会众书 -2014.5.6》中所言：神已经用三年的时间来操练我们，所以我们就当更好地预备自己，估算可能要付的代价，照着神所赐的信心来跟随主，勇敢地与神一同去面对现在的挑战，从而在他的荣耀的工作上有份。

因着户外争战的升级，这一阶段祷告会中我们守望儿女更加迫切地向神呼求。不依靠势力、不依靠才能、单单依靠耶和华的灵方能成事。祷告会上，弟兄姊妹常常经历到“身隔两地心合一”的感受。常常是上平台的弟兄姊妹主日被拘，周三祷告会我们众弟兄姊妹在教会切切地为在拘留所里的肢体祷告。

也就是在这争战升级阶段，教会的祷告会迎来了一个又一个鲜活有力地真实感人的见证期。每一次从海拘回

来的弟兄姊妹在祷告会为主作见证，每个见证都成为教会宝贵的属灵财产，沉淀在教会的历史中，更流淌在守望儿女的心中。因着这段见证期，祷告会中一同经历神的信实和丰富！

第三幕 祷告会的升华期 ——一夜的通宵祷告 (2016年1月29日—1月30日)

“我实实在在地告诉你们：一粒麦子不落在地里死了，仍旧是一粒；若是死了，就结出许多子粒来。”（约 12: 24）

从接到国永弟兄在美国遭遇车祸的消息到接到国永弟兄脑死亡的消息，这 12 个小时，是教会户外以来最刻骨铭心的一次通宵祷告聚会。弟兄姊妹伴着伤痛的泪水、伴着等候奇迹出现的泪水，在祷告中同心呼求生命的主，将我们至亲的弟兄的生命气息存留在地上继续为主争战。但我们的天父在 1 月 31 日下午 4: 11 还是让国永弟兄的心脏停止了跳动，安息主怀！神让他行完了 39 年在地上的路程，回归天家，与乐义相聚，与天父和众生徒相聚。

那一夜的祷告，让我们守望儿女经历了同为基督身体的肢体血脉相连，肢体分离时撕心裂肺的伤痛，那一夜，让我们经历了祷告未蒙垂听的现实，那一夜

我们向神求问、也向神抱怨，那一夜我们面对结果都很茫然。心里面也一次次地涌出“我的神，我的神，你在哪里？”

但当那晚过后，看到弟兄姊妹同心协力帮助国永的家人一起办理一系列复杂的事情，看到海内外的弟兄姊妹为国永和家人发出的代祷、奉献，以及在基督教出版中心—大激流城所举办的追思礼拜上，不同肤色、不同国家的弟兄姊妹为国永弟兄送行的场景，不能不说，神回应了我们的祷告。

那一夜的祷告，让我们对祷告有了更深的认识，“不要照我的意思，只要照你的意思”。那一夜的通宵祷告，让我们领受到神的意念高过人的意念，神的道路高过人的道路。不是无耐地接受祷告未蒙垂听的事实，而是看到神藉着这一粒落在地里死了的麦子，结出许多籽粒来。国永弟兄的离开，给多少认识或不认识他的人带来的生命的更新，给活着留在地上的人灵魂深处的震荡至今还发挥着他的影响力。

“所有美善力量都默默围绕，奇妙的安慰保守每一天。让我与你们走过这些日子，并于你们踏入新的一年。”

第四幕 祷告会的默默等候期 (2016年3月—2016年12月)

“耶和华啊，我呼求的你，你不应

允我，要到几时呢？”（哈 1: 2 上）

“惟义人必因信得生”（哈 2: 4 下）

“耶和华啊，求你在这些年间复兴你的作为，在这些年间显明出来。”（哈 3: 2 中）

户外敬拜 5 周年的时候，天明牧师引用哈巴谷书的经文，表达了牧者在耐心等候耶和华的作为。这一年，教会的祷告会也在平静安稳中度过，没有大起大落的起伏，没有轰轰烈烈地火热场面，来参加周三祷告会的人数除了圣餐聚会也不超过 30 人。每一周我们一起带着负担为教会、为牧者、为国家、为肢体默默祷告。

这一年，神的爱特别藉着芳洲姊妹和丰羽弟兄一家所遭遇的癌症艰难显在神的教会中。守望儿女在祷告中经历了神对芳洲姊妹超然的保守、看顾、怜悯和医治。在祷告中看到弟兄姊妹坚强的爱胜过疾病带来的黑暗和恐惧，在祷告中看到神的福音藉着这对夫妻在病友中所做的拣选和救赎的工作。

这一年的祷告服侍，如同静静的溪水，流到了肢体的生命中，这一年神也让我们看见神的爱超越环境、超越疾病的痛苦，神的爱带给人真实的盼望和信心。

这一年，默默等候神的作为。在年末的时候，教会祷告会开始了为万国祷告、为宣教祷告、为在外面参与宣教的

弟兄姊妹祷告。这一年，教会的祷告会的祷告内容从单一为户外和建堂祷告，拓展到为神的国度祷告。也在这一年中国众家庭教会在韩国济州岛成功举办了2030 宣教大会，看到神在中国教会的心意——拓展、宣教。

正如天明牧师从哈巴谷书中看到的“从神话语而来的信心使先知祷告的视界从本国拓展到了列国，把神的作为从神的百姓扩展到了当时的世界中。”（户外敬拜5周年纪念文，天明牧师语）。这一年的祷告我们也从本教会拓展到了众教会，从中国的未得之民扩展到了世界上其他国家的未得之民！感谢赞美主！

第五幕 祷告会的复苏期 (2017年1月—2017年4月)

2017年伊始，我们得知教会购买的新堂一大恒科技2层被原业主装修，并打算用作员工餐厅。2017年春节过后，已经装修完毕，2017年4月初这里已被正式改为餐厅使用。

“大恒科技一新堂”被装修被使用的消息如同一粒石子落入平静的水中，激荡起的涟漪触动了守望儿女的心，似乎里面的灵被搅动了，被提醒了。我们守望儿女为新堂守望代祷的太少，

给仇敌留了破口，为教会代祷的不够，以致仇敌可以趁虚而入。于是，2017年教会的祷告会转向以祷告为主听道分享为辅，弟兄姊妹来参加祷告会就是在参与代祷服侍，就是在与仇敌争战。2017年一些弟兄姊妹自发组织起来晨祷，为教会灵性复兴、为教会建堂祷告。周三祷告会弟兄姊妹开始在圣灵的江河中轮流开声祷告，不仅为教会、为建堂，国度性的祷告也越来越有负担。为万国祷告成为祷告会的固定内容之一，为宣教的肢体祷告也更有负担，为疾病中的牧师、姊妹祷告也更有负担。2014年开始的姊妹祷告会如今也走过3年的时间，参加的姊妹很委身，2017年也有新人加入。

2017年开始祷告会中感受道圣灵复苏的工作，祷告中与神同工，祷告中与神亲近，祷告中信心被坚固，疆界被拓宽。教会的复兴从祷告复兴开始。

愿神继续不断地向祷告会中吹入属灵气息，让参与祷告服侍的弟兄姊妹更被圣灵所吸引，快跑跟随。愿神兴起更多代祷勇士，向着黑暗完全的世代发出呼喊，呼求公义圣洁的主怜悯这个国家，怜悯万邦万国因为至高者在人的国中掌权！愿神的旨意行在地上如同行在天上！阿门！🙏

户外敬拜 6 周年纪念之启发专场

一、启发小组“户外”感恩小记

文 / 佑伟

从 2011 年 4 月走到 2017 年 4 月，守望教会户外争战转眼六周年了。感谢神用他的慈爱托住他自己的教会，虽然面临外部和内部的挑战，但靠着神的恩典，我们依然站立得住。

翻看这几年迎新部的年度事工总结记录，特别为启发小组感恩：在这六年的时间里，启发小组已经进行了完整的 13 期启发课程，每年 2 期，一次也没有中断。据不完全的数据统计，期间不少于 80 名慕道友稳定参加了大部分课程并听到完整的福音，其中至少 23 人决志，至少 11 人最终受洗。

感谢神在启发小组不断兴起忠心服侍的组长。从 2011 年户外开始时的崔晶晶姊妹、郝明明弟兄，到后面几期的郭鹏程弟兄、代金波弟兄、蓝顺芳弟兄和徐蒙弟兄，大家性格不同，恩赐不同，但对慕道友灵魂的关心却是相同的，服事的心也是火热的。单从时间上来说，启发就不是一项轻松的服事。参与一期启发，意味着在至少 3 个月的时间里，要把每周六天时间分别出来，如

果连续参与，对时间和精力要求就更高了。感谢主，每位启发组长都连续带领过数期启发小组，在主里的劳苦，神纪念。

户外刚开始时，能委身启发服事的同工并不多，除组长外，能够连续参与服事的同工更少。但从 2015 年第 20 期春季启发开始，情况有了改变：愿意稳定在启发连续服事的同工增多了；单期稳定参与的同工，也从此前的 10 人以下，增加到 15 人以上。参与连续服事的同工，基本都委身在牧养小组。户外以来，同工在牧养小组中得着真理的装备、建立肢体生命的联结，这些都带来事工服事上的果效，结论是显然的。

但是，我们也要看到，在启发服侍和教会的户外背景之间，的确存在着某种张力关系。正如启发课程队工训练中，甘力克牧师说道，启发的目的，是要把慕道者带到上帝面前。就守望启发小组此前的目标，是要让新朋友进入小组，融入教会，建立起稳定的教会生活。但目前的处境，很难在对信仰经历尚浅的慕道友和初信者中形成教会认同，“主日到哪里聚会”也是一个需要向初信者解释的问题。在目前户外争

战的处境下，启发小组后续的推介工作以及使新人融入教会的工作并不容易完成。

我们目前的应对方案就是贝塔小组。贝塔小组目前已经进行了完整的5期，它的服事对象，主要是还未融入教会，未进入牧养小组的初信者，也包括经过了完整的启发小组学习，愿意在基要真理上更多成长的慕道者。如何更好地服务于他们，帮助他们在基要真理上建立扎实的知识基础，更好地融入教会、小组和团契，是贝塔小组需要不断探索和改进的课题，衷心希望在真理层面上，牧者们给予贝塔小组更多扶持。

希望更多的人关心启发，也更愿意参与到启发服事中来。让我们一同在服事中见证神的荣耀。阿们！🍷

二、在启发爱的团契中成长

文 / 代金波

自我介绍

在教会里，大家习惯叫我金波，所以，很多人以为我姓金，其实不是的，我要重新介绍一下我自己，我姓代，名金波。每当我跟弟兄姊妹们介绍说，我是在2005年来守望教会的时候，我才发现原来我已经很老了，是“老弟兄”了。我当初来守望教会的时候，还是处

于守望教会的团契时代，在那个温馨的家庭聚会点里，我在动听的赞美诗中、在每周的主日证道以及随后的提问和分享中、在跟弟兄姊妹们一起团契中不断的成长，从一个已经受洗但还未真信主的慕道友变成了一个渴慕神，也愿意在团契中委身和成长的基督徒。

06年、07年守望教会开始了从团契模式转型为堂会模式。而我所在的聚会点并没有跟着教会一起转型合并。2009年11月15日，在守望教会11月1日雪中敬拜后的第三个主日我离开了聚会点回到了守望教会，之后就一直委身在葡萄树小组。正如大家所知道或所经历的那样，在经历了短暂的安稳的老故事餐吧的聚会之后，我们进入户外敬拜阶段。

对于我个人而言，因为各种原因，虽然我一直有坚持委身在葡萄树小组，可是户外敬拜我参与的不多，因为主日我大都在别的教会聚会，除了参加小组、祷告会和偶尔的户外陪伴，我并没有怎么参加守望教会的服事。可是，看起来我在别的教会聚会也很好，但是我的心里却始终想念和牵挂守望教会和教会里的弟兄姊妹。不断地被催促着，最终，我放下了心中的纠结，顺从我自己内心里的感动，完全回到守望教会，委身在守望教会，跟守望教会的弟兄姊妹们一起经历，一起成长。所以，报名

参加守望教会的第 19 期启发课程也是我顺从内心的感动所做的决定之一。

我为什么要参与启发事工？

在参加了郭鹏程组长带领的第 19 期启发课程后，我对启发课程有了一个初步的、直观的了解，也经常跟小方一起探讨关于启发和教会福音事工的话题，我们也在在这个过程中彼此鼓励，一起服侍。所以，这也是后面接下来的启发和贝塔共同进行的原因之一。

回到我为什么看重和愿意在启发中服事这个问题。当我看到经历了长期的户外敬拜的争战，很多弟兄姊妹们疲惫了，软弱了，可是面对当下的处境，怎么办呢？逃避、纠结、抱怨能解决问题吗？当我问自己这些问题的时候，心中很清楚的知道，不是的，一味的逃避、纠结和抱怨就像是在挖自家门口的墙角，使得破口更大，我们受到的敌人的攻击也会更大。所以，无论如何，我们不能成为挖城墙造成更大的破口的人，而是应该成为在其中堵住破口的人。

我自己认为参与启发的服事就是一个最好的堵住我们生命破口的方式。原因有以下几点：第一，启发是福音事工，在参与福音事工的过程中，我们不仅自己需要再一次的回到我们生命中最基本的，也是最核心的问题：那就是福音是什么？福音对我究竟意味着

什么？在分享和回顾中时常思想福音带给我们的感动能够再一次地更新和改变我们自己的生命。第二，在启发的小组分享中，无论是慕道友的提问和分享，还是弟兄姊妹们的分享都会让我们对信仰有更深的思考、更多的体会，更多的启发，也有更多的收获和感动。第三，在启发服事中，弟兄姊妹们之间彼此的代祷和联结，也可以帮助大家彼此扶持，共同成长。第四，启发是福音事工，在这个过程中，很容易经历和感受到圣灵的同在和工作。

所以，当 19 期启发结束后，郭鹏程弟兄邀请我做第 20 期启发组长的时候，我没有拒绝，就直接答应了。在接下来的几期启发服事的过程中，也有了更多的收获和感触。

积极主动地邀请

在郭鹏程弟兄的帮助下，第一次当启发组长，很多事情都需要自己去学，就拿招募同工和学员来说，以前我们启发的招募主要是通过教会公告和群里发通知。可是，正如我自己以前看到通知后的感受一样或许脑子里想了一下，我可以邀请谁去参加呢？之后就没有下文了。因为教会的特殊时期，我们就自己通过互动吧作了一个启发报名的邀请，通过微信朋友圈转发和邀请。转发的弟兄姊妹挺多的，可是报名的同工和

弟兄姊妹却不多。

后来，我在各种场合见到弟兄姊妹，跟他们聊天的时候，就主动地去邀请他们来参加启发，第20期的锐利姊妹、郝明明弟兄都是我在弟兄姊妹的婚礼上见到他们后直接把他们拉到启发的。同工如此，报名的学员也是这样，所以，我们就鼓励同工私信或电话邀请朋友来参加，这样效果果然不一样。

可是，有的时候，我们邀请人了，别人同意来，可是就一直见不到人或者来了一两次后就再也不来了，我们也觉得挺沮丧的，甚至都不好意思再邀请了。前两天，徐蒙弟兄跟我分享说，有个慕道友，他邀请了一期都没有来过，这期继续邀请，他终于来了。我也想到了我上上期邀请的一个同事，他来过一次后就再也没有来了，我前段时间见到他又跟他聊，邀请他过来，他终于还是答应过来了。所以，看到徐蒙的坚持，我们也再一次的发现和证明，积极主动地邀请人是启发事工中第一个我们需要学习的功课。这个不仅仅适用于我们邀请弟兄姊妹们参与服事，弟兄姊妹们邀请学员参加启发明白福音和认识主，也适用于我们生活的其他方面。

建立友谊，爱的联结

启发课程的一个很重要的原则，就是跟学员建立起友谊，在友爱的关

系中彼此的了解，敞开的分享。所以，除了每周六的大家一起的爱筵和分享，我们也期待大家能够有更多的机会能够一起活动。

我不记得我当初把青年团契的锐利姊妹拉到启发来，是否是“有心机”地让启发的弟兄姊妹们和慕道友能够更多的参与周末的羽毛球活动，事实上，后来锐利姊妹来启发之后，我们经常推广羽毛球群，让喜欢运动的弟兄姊妹和慕道友一起去打羽毛球。这样就多了一个彼此联结，建立友谊的机会。记得有段时间，每次去打羽毛球的都有二三十人。一起运动，本身就是一种建立友谊的很好的方式。

除了运动，我们也策划过两期启发之间的各种活动，像看电影、读书、讲座什么的，但因为考虑各方面的因素，最容易操作的，而且我们确实落地的活动目前只有看电影。

虽然，我们在想各种办法让弟兄姊妹们和慕道友能够更多的联结，建立友谊。但是，我发现真正的友谊的建立却是在一起的服事。不知不觉中，我发现跟启发的弟兄姊妹们有一种说不出的亲近的关系，看到启发的弟兄姊妹们就会觉得很亲切，大家在一起无论做什么都很喜乐。正因为大家彼此之间有这样美好的关系，很多慕道友和启发学员也很乐意跟大家在一起，也很愿意

参与到启发的活动中。我们好几次的启发晚餐的准备，都是我们启发的学员主动参与做的。

最近两期的启发我们邀请了一些弟兄姊妹为我们代祷，也邀请了一些家庭小组参与到了启发的饭食服事中来，甚至我们不仅邀请他们来做饭，也顺便邀请了他们给我们启发的学员们分享了他们自己的见证，这种配搭和联结不仅仅让启发学员们很受益，也让弟兄姊妹们有更多的联结，更加体会到了我们在一起同工的喜乐。

启发私房菜

记得当初参加第19期启发的時候，整期启发的饭食都是秀娟姊妹做的，虽然其他弟兄姊妹们也帮忙打打下手，但是秀娟姊妹从一而终地这么辛苦的服事也是特别让我感动的。

到了第20期的时候，为了减轻大家在做饭方面的压力，我们开始分组做饭。这样不仅可以发现更多的大厨，也给大家一个互相学习各家私房菜的机会。本来，我也期待有不会做饭的弟兄姊妹能够通过启发的饭食服侍中学会做饭的。但后来发现，这个期待效果并不没有出现。不过，参与其中的弟兄姊妹们都在厨艺方面（包括洗菜、切菜）有很大的长进。

后来，我发现启发的大厨越来越

多——不仅有各个家庭小组的弟兄姊妹们来支持我们，也有同工们的家属来启发帮忙做饭，甚至也有很多学员也很感兴趣，他们主动要来启发做饭，有的自己在家做好了带来给大家吃。启发美食的宣传照片都是出自小方弟兄之手，在启发美味的各家私房菜的诱惑下，据说好多人中午都不吃饭，就等着晚上的启发爱宴了。好吧，我坦白吧，我有的时候也是以上“据说的好多人”中的一个。

一同经历的悲伤

当然，我们在启发的服事中，不只是有喜乐、有友谊、有美食，也经历过悲伤。2016年年底的时候，我们听到一个很悲伤的消息，前一个月还跟我们一起参加启发的一个很年轻的弟兄，回家后因为一些事情非正常的离开了这个世界。这个事情发生的太突然了，对我自己而言，听到这个消息的时候非常的惊愕，也有很多的遗憾，心里不住的在问上帝为什么，上帝允许这样的事情发生究竟要告诉和提醒我们什么？不仅我如此，很多弟兄姊妹们心中也都很难受，也有些不太理解。

我自己在思考这个问题的时候，觉得这件事情的发生在我内心中敲响了一个警钟，那就是不要误以为什么都是按部就班、按照我们习以为常的方式发

生或进行的，正如我们常唱的一首赞美诗所写的那样，“万物的结局近了，所以我们要警醒祷告”。后来，晓峰牧师也专门跟启发的同工弟兄姊妹们一起就此事分享交流，帮助大家来正确的面对和处理这件事情。当我们大家一起分享，一起面对，一起祷告的时候，我感受到了一种特别的从神而来的爱和安慰，也特别的为弟兄姊妹们能够一起服事，一起经历，彼此相爱，一起成长而感恩。

不经意间的爱情

16年3月份，在新一期的启发还没有开始之前，我们跟青年团契一起在仁爱家看电影。在看电影之前的聊天和分享中，我们也不失时机的为启发打广告，招募启发同工和学员。在这之后，一起看电影的人中有一个个子很高的姊妹报名参加了启发。因为之前我们也不认识，所以我只记得她个子很高，外号叫长颈鹿。

后来，在启发一起服事的过程中，我慢慢发现了她做事情很认真，说话做事分寸感很好，分享的内容也很真诚，跟我在一个小组的时候顺手就把我们讨论的简单记录发给了我。慢慢的我开始关注她，经过了一段时间的祷告确认后，我通过跟我们俩个人都认识的王莹姊妹私下打听，结果是她对我有好感，

经过祷告后愿意跟我开始交往。没有想到我们进展的也特别顺利，17年春节，我就去她家见了她父母。

刚好，今天（2017年4月16日）晚上，我们找晓峰牧师做了第五次婚前辅导，进展的也比较顺利，我们也都确认对方是上帝给我们预备的另一半，愿意共同进入婚姻，可以开始确认和讨论婚期和为婚礼做预备了。

回想起来，这一路真的是有主特别的带领和保守，在我周六周日基本上没有太多自己的时间，也不知道怎么跟姊妹约会的情况下，上帝亲自带领我们在启发认识，也在服事的过程中彼此的了解，使我们在不经意之间，很自然的走到了一起，这真是上帝的恩典。

说起启发，我还有很多让我觉得很感动的弟兄姊妹和学员们，我想把他们的名字都写出来，但是我发现要这样写的话，我就写不完了。但我特别提一位弟兄，他就是第20期参加启发贝塔还是刚信主不久的学员，21期参加启发阿尔法课程的已是同工，22期开始到现在一直在启发做组长的徐蒙弟兄，他的成长之快，我不得不感叹上帝工作的奇妙。我也特别感谢参加启发的每一个弟兄姊妹和朋友们，因为这两年多跟你们一起走过，让我的生命特别充实，也有特别多的收获和感动。也感谢主的恩典，使我们有机会能够在启发一起成

长。虽然我们还有很多做的不好的地方，还有很多需要补足的地方，但是主的怜悯和供应也让我们知道，这一路有主亲自的带领和保守！

最后，顺便再给启发打个广告，北京守望教会 24 期启发课程已经开始了，欢迎弟兄姊妹们推荐和邀请身边的朋友一起来启发经历上帝的同在和恩典。耶和華祝福满满！🍀

在启发服事中数算恩典

文 / 徐蒙

去年网刊约稿，我以文笔不佳为由搪塞过去了，因为实在觉得生命尚浅，不宜如此公开分享，以致一想到要写东西就会有些紧张……今年再被提及此事，又觉得不好再推脱，且佑伟弟兄鼓励说可以写一些启发服事的感受和经历，便开始意识到，我们所领受的恩典是常常需要数算的，且记录下神的带领、赐予和感动便是最美的生命见证了。

初到教会，已经是在户外以后，因为姐姐、姐夫委身于守望教会，便对教会有了一种归属感，后来思及此事，会觉得之所以如此，是因为这里有家人，是他们让我觉得可以信任，当然还有最重要的，便是他们告诉了我福音的消息。信任并非只在于他们对我的帮助和

关怀，更多是因为他们生活状态让我觉得是好的。福音消息是有能力的，他自然会用各样的方式吸引属他的民。这也就是启发服事中很重要的三个方面：美好的关系，生命的见证，神自己的动工。

一个人信主是不容易的，在启发总会经历慕道友逐渐减少至最后有部分稳定下来的过程，常常也因为慕道友的流失感到失落。但主权在于神，所以我们学到的功课便是交托和祷告。同时从中也能感受到的是，我们本是如此不完全，所做的也并非足够，但神仍然使用，也因此而感恩。

回想自己的信主过程，总能寻到神的带领。还清楚的记得初识福音的画面，姐姐拿着一本红色福音小册子和我聊信仰，并最后问道说：“耶稣和你自己，你更愿意谁做你心里的主？”我怯怯地给出了一个我以为会让她满意，能表现我还比较自信的答案：“我要做自己主……”我是如此自我中心，既倚靠自己，又愿在人前得荣耀。虽然如此，但那本小册子在很长一段时间里我一直留在了身边，福音就像一粒种子，在心里孕育等待发芽的时间。让我在其中的安慰的是，神对每个人都有他的带领，当启发的慕道友开始出现流失的时候，我们虽有失望，但神有他的时间，愿福音就像那粒种子，能够埋在听到人的心里。启发服事就像在

松土埋种的过程，虽然一时看不到果子，但真的当听到多年前的慕道友说我信主了的时候，会不由的感叹神有他的带领和时间，那种感动真实而又让人得激励。

谈到启发服事几个字，我其实更想说的是，我们并非只是在服事别人，更多的也是在启发中被服事，这也是神借着服事所跟我们的很大的恩赐了。金波曾说：他自己在启发组长的服事中很得造就，也愿意将这个机会传递给更多人。我们每期结束后也会请大家分享一些自己的感受，其中也不乏有同工说，自己收获的比付出的更多。圣经中提到说：你们不可停止聚会。同样也说到：因为无论在哪里，有两三个人奉我的名聚会，那里就有我在他们中间，当我们聚集的时候，会更有力量，当神与我们同在的时候，生命也得更新……

在启发小组中，我们有欢乐，有激励，有美好的关系，也曾共同经历悲伤，在其中也常常感动于神与我们同在；

感动是大家能在周六的下午一起准备晚餐，祷告分享，唱诗赞美，聚集总能给我们力量：

感动是弟兄姊妹间彼此的关怀；

感动是在微信中看到有慕道友回复说：我今天刚在想，我想受洗了；

感动是有人说：我们上次在启发吃的鸡翅，是我吃过的最好吃的一次；

感动是一个人坐在回家的公交车上，看着车窗外倒退的路灯，心里满有的充足和平安；

感动是启发结束后，三几个弟兄在一起回去的路上，所感受到的彼此支撑和激励：

……

我想感动终是有源头的，源于主所成就的，且为主做工是美好的。☺



跨越信心与爱心的一小步

二进海拘有感

文 / 宪法

第一次进海拘，我写了一篇文章，重点在海拘的生活及传福音。第二次进海拘，换个角度，专门谈谈感想，以纪念海拘之行及对户外敬拜的思考。

平台敬拜是我当年新年心愿的一部分，以此来表达对教会的支持和陪伴，这跟教会最近的形势没关系。上次文章我就分享过，对上平台我确实是报着一颗平常心，就像最近五年我在户外度过的每一个主日一样，没有像某些政府部门人员所说的英雄情结。如果没进去，我感谢神！这年头，年假贵如油啊，省下六天年假可以做多少事情啊！如果进去了，我也感谢神，相信神有美意和祝福。

但今年的平台敬拜与往年相比还是有些许的不同：

首先：去年我读了教会史，尽管对教会史中教会的败坏之前我就略有耳闻，但二千多年教会史中记录的基督教会的败坏、软弱还是给了我很大的冲击，教会被神称为真理的柱石和根基，本应该作为社会的良心，成为遏制罪恶一股最重要的力量，然而在历史中敌基督的强权面前教会却多半是软弱的。尤

其是二战德国法西斯掌权的历史给了我一些触动，那时德国基督徒的比例我估计应该在百分之七八十以上，然而敢于与法西斯政权抗争的只有朋霍费尔等少数的基督徒，教会总体上在强权面前屈膝了，教会屈膝的结果是几百万犹太人被屠杀和第二次世界大战，给全世界也给德国人民带来了空前的浩劫。然而神的旨意不受拦阻，”为你祝福的，我必赐福与他；那咒诅你的，我必咒诅他。”（创 12:3）即使教会跌倒了，神也能借着盟军的手审判抵挡神的势力，来显明他的得胜，然而教会却在这样的得胜面前无份了。由此我想到守望教会能够在目前政治及宗教环境比较压抑的环境下，能够喊出“独尊耶稣基督为主”这样响亮的口号，这间教会真是太了不起了，这是真教会，是神圣洁的新妇。我也在问自己：当我倾佩朋霍费尔这样的勇气的时候，今天我是否也能同样效法他的榜样呢？当我在为德国教会的软弱而扼腕叹息的时候，我今天是否也能以同样的信心和勇气来面对现在的试炼呢？当环境对我们的信仰有限制的时候，如果我们只是作一个吃

瓜群众，发发恼骚，环境是不会有任可改变的。要突破环境的限制我们需要顺服神的带领，要有顺服的行动。想到此，今年我去平台敬拜的心就比往年迫切了。

其次：之前我已经被拘留过一次了，按照属灵争战的规律来讲，通常第二次被拘考验肯定比第一次要更大。而且，今年平台敬拜的背景还是发生在教会灵性低迷，教会购置的新堂在“被装修”的情况下。我这时候上平台就像这样一幅场景：我们属灵的仇敌撒旦以为牢牢地控制住了教会，趁教会不备借着新堂“被装修”还给了教会一记重拳，心里正得意着呢，而这个时候教会也趁撒旦不备，冷不防扇了他一耳光。撒但恼羞成怒，利用人来攻击报复，是在所难免的。

所以，尽管我对上平台看得很平常，对属灵争战的严峻性却丝毫没有掉以轻心，这一次的平台敬拜对我有着非同寻常的意义。我提前一个月就请小组的弟兄姊妹为我祷告，自己也在神面前禁食祷告了四天。如果我进去的话，我求神赐给我属天的信心和勇气，能够胜过一切属灵黑暗的压制。同时我也知道：政府部门人员不是我争战的对象，所以我也求神在我面对他们的时候，有一颗平静，温柔而坚定的心，也赐给我智慧的言语，让我能够回答他们一切的

问题。我也求神感动弟兄姊妹的心积极送钱送物，不是为我自己，而是为了号子里那些没有得救的灵魂，让他们能够经历神的爱。最后，我也把自己的工作、住所也交在了神的面前，求他来保守和看顾，希望工作单位和房东不受搅扰。

事情的发展和我想象的差不多。在上平台之前，我妻子就反对了，在家里给了我一点颜色看看，因为半年多教会没有人上平台，我这次上去就像出头鸟，枪打出头鸟，她不想过提心吊胆的生活。我为此也特别的恳求神，求神赐给她一颗平安的心，我不希望背负着妻子对我的怨气上平台，感谢神，最后她还是顺服了，这是我妻子最宝贵的品质，我们结婚十几年没怎么吵过架靠的就是这一点，天国的祝福自然有她的一份。

上平台之后，没多久我就被没收了手机，送进了警车。政府部门人员接待我的待遇上了一个档次。在派出所和办案中心那些正常的问话笔录流程我就不说了。海淀分局警官、两个国保、管教都找我谈话，有的还要求我写保证书，保证不再上平台。尤其是海拘管教，每次谈话估计都在一个半小时以上。应该承认，大多数人谈话是比较文明的，而且非常有经验。刚开始我还想把话说得周密一点，但有时话未说完，就被打断了，感觉自己的观点没有充分表达

出来，有一种被压制的感觉。后来我就吸取教训了，回答尽量简短，两句话之内解决问题。跟不同人的对话于是就变成大致这个样子：

问：“你们教会怎么样啊？”

答：“还行吧，还没被按死。”

问：“入教这么多年，你怎么连个一官半职都没混上？”

答：“守望人才济济，他们都比我优秀。”

问：“那他们怎么不来？”

答：“神感动我，每个人都得对自己的感动负责。”

问：“那你为什么不在家敬拜，你在家肯定没有人抓你。”

答：“可是教会指定的是这个地方，在家里敬拜差点意思。”

问：“你作为中国的公民，首先你是不是要守法？”

答：“那得看什么事了。”

问：“什么话！守法还讲条件啊！”

答：“没办法，这就是我们的信仰。”

问：“你说你，老进拘留所，有意思吗？对你孩子难道会没影响？”

答：“当然会有影响，他们会知道爸爸对信仰是认真的。”

问：“你说，你是不是为了骗钱进来的？你要是骗钱，我要让你教会一分钱都送不进来，你信不信？”

答：“教会的这点钱对于我的工资来说是九牛一毛，要是为钱，我就不来了。”

不过后来我也看出来了，他们的信仰和我一样坚定，回应的话也是各执一词，谁也改变不了谁，有的回应还会让他们更生气，所以有些我就不回应了，求神来改变人的心意，也让以后的历史来显明我们今天坚持的价值。

政府部门有人对守望教会抱着极大的敌意，言语上对教会颇多攻击，我一边回答问题，一边就充满了感叹。神啊，你的爱真是太伟大了！你看这个人，这么攻击你的教会，可是，你居然也爱他，也为他的罪而死。我心里对他没有半点的敌意。所以总的来讲，这次平台敬拜，我上去了。面对政府部门人员，我胜过了敌意和血气，从属灵争战的角度来讲，这次争战基本上就得胜了，对我而言这次平台敬拜主要的目的和意义就达到了。

最后我想谈谈对守望户外试炼的几点感想：

第一：政府部门有的人挖苦我，说我信得太狂热了，尽管知道上平台会被拘留，还是要去。连工作、家庭都不管了。其实他们不了解我们的信仰。我们相信：只有神才是祝福的源头，而顺服神才是我们真正的蒙福之道。这几年我参与户外也上过平台，可是我并没有

觉得我的生命受亏损，相反在鲜活的征战经历中对教会、对圣经的真理有了更多的认识。我时常感受到神话语对我的更新，越来越多的经历神所赐的平安及自由。在我的工作单位，去年我基本上胜过了工作的试炼，我的老板主动邀请我在部门同事面前分享圣经道理，作为对管理项目的指导及参考。我也非常重视家庭，也爱孩子。这么多年，如果没有对神的追求，我们家的夫妻关系，亲子关系肯定要比现在要差。顺服神的人，或出或入，神都赐福。很多生活的细节我都能感受到神的看顾，就像去年我刚拿到驾照，国庆节我开车往返两千六百公里探望母亲，带我母亲旅游，非常平安，没有堵车，没有车祸，让我母亲的心很得安慰。甚至在我的业余足球俱乐部，像我这么瘦弱、基础也很差的队员，却已经在球队踢到了主力前锋的位置，神的祝福真是丰丰富富。

第二：即便是在患难中也会有从神而来的安慰。在海拘那种属天的平安我就不提了，我想绝大多数进过海拘的弟兄姊妹都会有体会的。这次在海拘虽然弟兄姊妹送钱送物受限制，但是神依然在细节上特别看顾我。我是一个睡觉特别轻的人，在家里稍有动静就会醒。可是在那里七天，在号友鼾声此起彼伏的情况下，晚上我基本上都睡

着了。在号子里，我连值了七天中班，虽然中班的时间比晚班多二十分钟，可是中班的时间特别安静，特别适合我背诵经文，这是我最喜欢的时间。我分配的第一个号子 207，简直可以称为文明号——大家凡物公用，共同劳动，号子领导班子也身先士卒，主动干活，厕所一尘不染，被子整整齐齐，少有色情故事，简直是一番人间天堂的景象。刚进 207，他们都以为我信邪教，我有过经验，就耐心跟他们解释，基督教是合法宗教，不是邪教，我不是因为信耶稣进来的，而是因为聚会扰序进来的。可一到干活，领导班子还是这么叫我：“哎哎，那个邪教的，擦板去！”可是过了几天，事态就发生了微妙的变化，领导班子成员主动邀请我坐到他们旁边吃饭。刚开始我不明白什么意思，等我坐过去一看，呵！原来领导班子还是有特权的，有牛肉！别人没有，他们就一个劲儿的劝我：“教主，吃点牛肉，你吃啊！多吃！”其实我对他们也没做什么，这次在号子里我没有主动传福音，只有被问到的时候，我才会给他们讲上一段。我很感谢他们，也把他们的善意看作神对我的看顾。周五管教调号，我从 207 被调到了 401，号子的条件就差了很多，厕所很臭，因此号子的窗户始终是开着的，1 月份的晚上号子冷得像冰窖一样，散板的时候我就冻得头疼了。我跟神祷

告，第二天早上头就不疼了。

第三：我也想总结一下基督徒面对试炼的心态。户外敬拜对于守望教会是一场试炼，不管是主动还是被动神已经允许守望教会进入了户外敬拜这场试炼中。我们人的本性不喜欢试炼，因为试炼中我们会经历痛苦和惧怕。可是《雅各书》说得好，“你们在试炼中，要以为大喜乐。”因为神的心意是要透过试炼，让我们经历他的能力、他的同在，让我们变成不一样的人。守望教会这么多年，经历了这么多的试炼，我们岂不是比以往更多了几分刚强、从容和老练吗？守望的弟兄姊妹们在患难中岂不是更加的彼此相爱吗？“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处。”

（罗 8：28）这是我们可以从约瑟的故事中看到的。虽然我们不一定能马上看出背后神的心意来，但我们相信在逆境里对神尽忠总会有祝福。神给我们的命令是要常常喜乐，可是在环境与信仰有冲突的时候，如果我们总是被环境辖制，心里被捆绑，我们只会品尝到苦涩和压抑，怎么可能有喜乐呢？我们只有靠着神突破环境的辖制，那种得胜的喜乐才是真喜乐，是可以给我们带来长久的满足和生命的祝福。

在这里我不由的想起了守望的姊妹们，在这几年的征战中，她们虽然是神创造的软弱的器皿，可是他们却在争战中冲到了最前沿，她们是真正的精兵，是我们弟兄学习的榜样。我常常在想，在福音书里像玛丽亚这样的妇女，她没有做什么惊天动地的大事，可是主耶稣复活后就第一次向她显现，主把这样的荣耀给了姊妹，我想神也是看中了姊妹这样的爱心。愿主的荣耀也多多向守望的姊妹们显现。我也盼望像我们做弟兄做丈夫的，在教会灵性低落的时候，在家庭里承担起“灵性发动机”的责任，按着自己的力量跨出信心和爱心的一小步。我们不一定每个人都得上平台，但我们却需要靠着信心在具体的顺服的行动上有所突破。这可能是多一次户外的陪伴，多一天的禁食祷告，也可能是鼓足勇气多向一个陌生人传福音，甚至也可能是向外邦人多一个善意的举动。我们的一步虽然很小，但是神却可以使用我们的一小步做成大事。这大事可能是我们进堂，也可能是建造一个圣洁成熟的教会，也可能是祝福这个国家和社会，也可能包括其他我们知道或者不知道的，很多很多……

愿神祝福他自己的守望教会! 🍷

迷途羔羊的回家之路

文 / 海洋

距离 2011 年 4 月的那个主日已有六年。当我重读教会发的“2011 年 4 月 6 日北京教牧联祷会代祷信”时，仿佛一切就发生在昨天。我眼前依稀浮现出老故事餐厅那宽敞的大厅，正中台上安放讲台、诗班的电钢，台下是整齐的椅凳；耳旁响起熟悉的赞美诗旋律，还有牧师证道的声音。

六个寒暑，教会经历了很多，也在成长；同样，我也在经历中成长着。现在，我已经从当初诗班的羡慕者转成诗班中的一员，从坐在台下的聆听者，转成站在台上身穿诗袍的服侍者。一路走来，恩典满满。

“一百只羊有九十九，在主圈中悠悠；但有一只离群远游，荒山空谷逗留；隐闻豺狼四周怒吼，远离良牧，性命堪忧！问主：“你已有九十九，难道还嫌不够？”主说：“那只亦我所有，何忍任他漂流？”……得救之羊从未测透，主爱何等深厚！……”（《圣诗精选》第 34 首“一百只羊有九十九”）

2010 年，我就像这迷途的羔羊，荒山空谷，离群远游；漫漫长夜，独自奔走；路深道远，荆棘刺透。努力工作了 5 年，我突然发现工作再拼命，能力

再突出，都比不过别人工于心计，苦心钻研来得快。世俗世界巨大的冲击使我开始质疑从小受到的教育。我试图迎合世界，改变自己，可自身的价值观又把我拖了回来。在强大的张力面前，我迷惑了。我该何去何从？我想证明自己的能力，却一筹莫展；我想改变单身的现状，却毫无希望。我仿佛置身漆黑的暗室，看不到丝毫亮光。于是，我几乎花光了工作几年攒下来的钱，买了去往美国的机票，独自一人开始自以为的放逐之旅。当时的我并不知道，原来一切都在神的计划之中。

2010 年 6 月 12 日，我来到了大洋彼岸的美国芝加哥，接待我的是大学曾经的室友。多年后异国重逢，自然兴奋不已，可我也被她震惊了：她是基督徒。什么？你是基督徒？你不是党员吗？基督教，这不是西方人的信仰吗？你是被西化了吧？排山倒海的问题接踵而至，而更令我吃惊的是她说她打算离婚。初到美国的我，还没来得及享受异域风情，就这样被她搞得晕头转向了。但我选择尊重她的信仰，陪伴她度过这最艰难的时期。

就这样，我跟着她第一次踏入芝

加哥当地的一间教会。很奇妙，我坐在人群最后一排，没有烦躁，也没有因不能去参观景点而心生遗憾和抱怨。我跟着他们敬拜，唱英文赞美诗。唱着唱着，我困惑地发现眼角流下了眼泪。诗歌的旋律优美却不哀伤，歌词也不能完全理解，可我为什么却流泪了呢？仿佛内心深处某个被遗忘的角落被触动了一样。多年后，我才知道，这叫圣灵的感动。是的，我就这样被一首完全听不懂的英文赞美诗感动了。这也注定了我与诗班的不解之缘。之后，我在参加他们小组聚会的过程中被劝说受了洗。但当时却并不明白受洗意味着什么。也完全不明白基督信仰的意义。只是觉得盛情难却，不知道如何拒绝。我心里盘算着，反正回国以后这一切都与我无关了，只要我不提，谁会知道呢？然而，我却不知道，这一切都有神的美意与带领。

内心的感动很快被美食和美景冲淡。回国后的自己果真再也不提教会和受洗的事情，仿佛一切从未发生过。然而主的带领真是奇妙无比。罗马书8章28节说：“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。”2010年8月的某一个主日，应同事的委托，我再一次走进了教会，目的是帮她买一本圣经。奇妙的是，我没有去距离较近的海淀堂，却通过同学来到了守望教会。那时我还并不清楚

三自教堂和家庭教会的区别。再一次参与敬拜，起初的感动再一次临到我。留下的泪水提醒我，这一次，我真的该正视信仰了。听着牧师的证道，心里有个声音说，下一次我还要来。

于是，真的有了下一次和一次又一次的主日敬拜。然而，那个时候的自己信仰的根基并不牢固，主日的敬拜也并不能坚持。在一次去往老故事的车上，我遇到了正在阅读手里圣经的孙老师。后来才知道，原来他是教会的长老，我们住的地方居然很近。在他的介绍下，我来到了世纪城小组。还清楚的记得，欢迎新人的时候，小组的弟兄姊妹说“小组亲切的就像我们的家，欢迎你，也希望你能常来参加。”但是，每次的查经都让我觉得枯燥，因为我一点也不明白。唱诗赞美也让我感觉受挫，因为我一首也不会唱。分享祷告更是让我觉得无力，因为自己连一句祷告的话也不会说，心里更是没有替大家代祷的感动。我并没有感受到大家所说的家的感觉，也并不能感受到大家的爱。那个时候我心里充斥着失望与抱怨。然而，今天我才明白，一个心里不明白什么是真正的爱（也就是基督之爱）的人，如何能感受到爱呢？

每次参加小组都是一场属灵的争战，去还是不去，这是个问题。因此，小组的查经我时而参加时而缺席。就在

这样的生命状态下，2011年4月11日，教会迎来了户外敬拜。这也是我来到教会以后参加的第一次户外敬拜。记得那时有姊妹分享，说不会参加，因为会有警力出动。然而，我却很不以为然，“户外敬拜”，不就是从室内走到室外嘛。况且，这也不是我们的本意，而是别无选择的选择。我们没做不好的事情，出动警力无非是怕人多，影响治安而已。另外，自己也对户外敬拜会是个什么样子充满了好奇，所以还是决定参加。然而，弟兄姊妹的被看管和拘留，是我怎么也没有预料到的。接下来的每个主日，都会在小组的群里看到教会分享的信息，有多少位弟兄姊妹被警察带走并拘留，各个小组也相应承担起了陪伴的责任。自己这才意识到事情的严重性。片区的警察也打来电话，深夜单独约谈。如果说心里没有惧怕，那就是说谎了。听了我的分享，父母十分担心，时常劝我离开教会，离开小组。因为有一次小组聚会结束，楼下有几个警察试图将我们强行带走。然而，我却依然坚持着，虽然并不情愿，只是把它当作一件应该做的事情。直到有一天，因为信仰的缘故，和父母起了些争执，我的母亲疯了一样冲到我的卧室，跪在地上不停的给我磕头。那咚咚的磕头声就像重锤敲击着我的内心。我从未如此的伤心难过，仿佛自己真的成了不孝的儿女。

我们心自问，做错了什么吗？没有。那为什么会招致母亲如此激烈的反应？我真的不知道。我能理解经历过那个特殊年代的人，内心对拘留和被警察带走的恐惧。只是我不明白，为什么要选择这样极端的方式呢？为什么要伤害自己最亲近的人呢？从那以后，两个多月的时间，我无法面对自己的母亲。同桌吃饭，也都强忍着泪水，只能将它们和着饭一同咽下。我开始埋怨自己的母亲，怪她对我造成的伤害。然而，那个时候的自己却不明白，这是一场属灵争战。在这样巨大的压力之下，我真的离开了教会，离开了小组，两年之久。

离开教会的日子，我像往常一样的工作、生活。虽然没有被世俗的染缸染黑，但却陷在了抱怨与论断当中。抱怨社会的不公，抱怨人性的丑恶和无所不用其极。于是，我开始在朋友圈发各种愤世嫉俗的言语，排解心中的压力也显明自己的清高。然而，我的这些言语和生命不堪的状态都落在了小组姐姐们的眼中。林呐姐主动给我发微信，劝我说：“回小组吧”。那个时候，这句话仿佛往我的心中注入了一股暖流。现在回想，这都是神的怜悯与慈爱，圣灵的工作和带领。于是，我心里开始盘算着如何能说服父母重新参加小组的查经聚会。户外经过了两年多的时间，父母发现教会并没有发生令人担心的事，弟兄

姊妹也没有做出任何过激的行为。他们本来悬着的心也逐渐地被放下了。所以，当我跟他们说我打算重回小组的时候，他们并没有反对。这令我十分的吃惊，这还是那个曾经为了阻止我去教会而跪地磕头的母亲吗？一切都显得那么顺利。然而，后来听小组的姊妹们分享才知道，在我独自生活的两年中，就是那个我曾经感受不到爱的小组和弟兄姊妹们，恒切替我祷告，恳求主在我和父母的心中做工，使我能够再次回到小组，回到教会。原来，这一切顺利的背后，有弟兄姊妹们祷告的力量，还有他们那从神而来的爱心。感谢主！因祂是听我们祷告的神。“你们祈求，就给你们。寻找，就寻见。叩门，就给你们开门。”（太 7:7）重回小组聚会，我再也不是勉强着参加，而是内心充满了喜乐与盼望。每周的小组聚会，成了我心心念念的事情。我渴望从每一次的查经中汲取上帝话语中的智慧和力量。我惊奇于自己内心的变化，感谢主奇妙的带领。

渴慕的心，神必会纪念。2016年4月，在小组弟兄的邀请下，我来到了启发并参与服侍。这仿佛为我打开了一扇明亮的窗，使我能够一探究竟，明白基督徒的生命所该有的样式。弟兄姊妹的爱心使我觉得惭愧，他们对信仰的渴慕与追求也使我自叹不如。我开始有些

后悔，为什么没能早点参与教会的服侍呢？然而，神的时间不会错误。我默默的努力，更加渴慕神的话语，并从中得着智慧和力量。在服侍的过程中，也与弟兄姊妹们建立了深厚的关系。我们一同服侍，一同成长，彼此造就，彼此搀扶。我们彼此分享各自的软弱，在祷告中互相纪念。感谢主！除了感谢，我还能说什么呢？唯有跪在永生上帝、慈爱的天父面前感恩！

这一路的成长，使我内心充满了喜乐。每每数算神的恩典，都会记起那首触动我心灵的英文赞美诗。我们既然白白地得了这属灵的福气，也要白白的给出去，使更多的人蒙福。于是，我来到了诗班并参与服侍。起初，我内心充满了胆怯与不自信。诗班会允许一个生命如此不成熟的人参与服侍吗？脑子里浮现的都是身穿诗袍的弟兄姊妹那圣洁的样子。回头审视自己，更觉得不配。然而，圣灵还是感动我的心，给了我勇气来到诗班试听。从此便开始了在诗班的预备。我开始学会将唱歌和唱赞美诗区分开，学着用感恩和祷告的心来颂赞。我开始意识到，我们不仅仅是在唱诗，而是在做圣诗服侍的工作，因为我们是被神分别出来的“利未人”。带着这份荣誉感，我更加渴慕与神的相交，好使自己的生命可以成长，从而配得上圣诗服侍的意义。

如今，回首过往，教会户外的六年，也是我的生命从无到有，不断成长的六年。我开始明白了户外背后所隐藏的属灵争战；开始尝试理解并体会牧者们的艰辛与不易，并为他们和教会代祷；开始意识到自己祷告的不足与亏欠，并努力操练；开始意识到自己白白得的这一切的恩典与慈爱都当白白地给出去，不能自己独享。这一路，有神的恩典和慈爱，有弟兄姊妹祷告的托住，有圣灵的工作，有自己的努力，有悖逆远离，也有“死而复生”。如今，对我而言，小组真的就像弟兄姊妹形容的那样，就像我的另一个家，亲切温馨。在那里，我们

一起哭，一起笑，一起成长；彼此分享软弱，分享振奋人心的见证。感谢主，赐给我这样的教会和小组。感谢主，赐给我虽不完全，却努力实践基督之爱的弟兄姊妹。愿神的恩典继续临到祂自己的守望教会，愿祂的圣灵引导我的心。

“有一件事，我曾求耶和华，我仍要寻求。就是一生一世住在耶和华的殿中，瞻仰祂的荣美，在祂的殿里求问”（诗27:4）愿我不住的祷告，寻求神的面。愿我不住的祷告，托住我们的教会。愿我不住的祷告，更新与神的关系。愿一切的颂赞和赞美都归给我们在天上的父。阿们！☺



我在守望教会蒙福的三件事

文 / 岩松

自 2012 年的 12 月 30 日，我在守望教会受洗归入耶稣基督的名下，到现在已经过去了四年半的时间！来到教会这些年，我从一个孤傲的愤青变为有家人关爱的弟兄，从户外敬拜经历了上帝的信实和保守，由单身汉变成丈夫，并升级为爸爸。感谢主怜悯我，一路走来，他让我在守望教会承受了无比丰盛的恩典。

1、成为家人

还记得 2012 年 5 月份，我第一次来到清枫小组，平生第一次看到基督徒坐在家读经唱诗，我的心被一种说不出的平安和喜乐所吸引，全人和全心完全放松下来，非常享受和大家在一起的氛围。

最后分享祷告的时候，张阿姨和虎兰说了她们在平台被警察粗暴对待并被带到派出所的经历，我听了以后既震惊又气愤，觉得警察怎么可以这样对待老百姓！

同时，我也疑惑信耶稣还要被带到派出所吗？到底是怎么回事？我以后还要不要再来？后来，有两三次来到组长樊弟兄家的门外，我犹豫要不要按门铃进去，前两次都走人了，第三次还是选择进屋再听一听、看一看。

进了门我就见到晓峰牧师，第一次听他关于真理的教导。那个时候我对圣经不熟悉，但很喜欢听晓峰牧师的分享，他看似简单平常的几句话，恰好进入到我心里，让我觉得圣经的道理真是奇妙，我知道的太少，我自己实在太有限太渺小。

后来，我就盼望着每个周五小组聚会的日子，觉得再没有比与弟兄姊妹一起敬拜神更加重要的事情了。随着我委身在小组的时间变长，对教会和弟兄姊妹的了解就更多，看到兄弟姐妹生命里流淌出来的美好见证，特别是大家为户外敬拜同心合一的祷告和参与，让我大受触动。我也开始为户外敬拜祷告，也参与到户外敬拜中来。在清枫小组的委身、扎根和成长，使我深深感受到我的生命在发生改变。

从离开老家来北京上学，一直到

留在北京工作，我就像一个浪子，活自卑、孤独、迷茫和痛苦中，不知道人生的意义在哪里，不明白生命的价值为何物，没有可以诉说心声的地方，没有可以心贴心说话的人，整个人就如行尸走肉一般活着。直到神带领我来到守望教会，我找到了伟大的上帝，认识了忠心爱主的弟兄姊妹，给我解开人生的谜题，告诉我人生的价值和意义，生活变得丰富而美丽。

2. 户外敬拜

户外敬拜由刚开始的拘留48小时升级到了送往拘留所，不论那个阶段都是一段与主同行的经历。平台上的敬拜，派出所的陪伴，拘留所的探望，家门口的等待，都让我看到上帝的爱在我们中间，即使有艰难和痛苦，但上帝的恩典和祝福胜过了一切。那些日子，不用多说，想必弟兄姊妹都历历在目。不过，让我记忆犹新的一个美好的瞬间，想特别和大家分享一下：

有一次主日前一天晚上，为了去平台，JH和我住在小白牧师家，我们一起读经、祷告，祷告完我的心好平安，晚上睡得特别香甜。早上起来，师母为我们准备了早饭，小白牧师带我们一起为这个主日的争战祷告，为去平台的每一位弟兄姊妹祷告，也为有可能被拘留的

弟兄姊妹和家人祷告。后来，小白牧师接过冰霞师母为他准备的胃药，揣在他经常穿的那件灰白色的夹克兜里。就在准备出门的时候，小白牧师回转身来紧紧地拥抱了冰霞师母！那个瞬间留给我的感动太美好，至今想起来心里都会觉得很温暖。

那天，小白牧师在去平台的半路上被拦截，一些弟兄姊妹和我们被带到各自片区的派出所，大家作好了被送往拘留所的准备。我心里总是想起小白牧师对冰霞师母的那个拥抱，会想到我们无论在哪里，都是被主耶稣用他温暖的怀抱紧紧拥抱，被守望教会的弟兄姊妹用爱在灵里拥抱。

感谢主，户外敬拜期间，教会一切的事工都照常进行。对于外人来说，户外敬拜或许是又大又难的事，然而对于经历者们来说，却是在暴风雨中与神同行并遇见恩典。

3. 结婚成家

感谢主让我来到守望教会后，开始参与对孩子们的服侍，并认识了爱我的妻子。

在2015年6月我们结婚了，现在也有了娃，当爸爸了。感谢我们夫妻俩小组（清枫小组和耶和華沙龍小组）弟兄姊妹们的祷告和帮助，谢谢他们给

我们的接纳，愿意倾听我们的想法。他们都有自己的家需要照顾，工作也很繁忙，但仍旧甘心尽其所能地帮助我们，把我们当弟弟和妹妹照顾，让我们感激万分。感谢晓峰牧师的婚前辅导和 ZRX 伙伴们的齐力支持，还有很多默默祷告、支持、鼓励和祝福我们的牧长和弟兄姊妹。

作为一个丈夫，我在经历孩子出生、抚养、成长的过程，真实体会妻子在产期的艰难和痛苦：挺着大肚子去公司上班，回到家里还要做家务，生孩子的时候没打麻药、术后疼得死去活来，回家后有时连吃饭的力气都没有，还要忍受奶水不足、孩子哭闹、伤口疼痛、酷暑炙烤……每当看到妻子被孩子的屎尿哭闹整得狼狈不堪、疲惫崩溃时，我才能稍稍体会到做妻子的付出和牺牲是何其大！

当社会上一些夫妻的婚姻走向破裂，甚至不顾伤害年幼孩子的生命时，我和妻子庆幸结婚之前，牧师给我们做了全面的辅导，也有教会的弟兄姊妹对我们一直默默的代祷，否则我们的婚姻又会是怎样的景象呢？

我常常想，如果把一些事件的主角换做我们自己，谁都无法夸口说可以避免那些问题，因为我们都是罪人，都是骄傲自义、自私自利的人。如果没有上帝的恩典遮盖我们，我们不懂什么是爱，也不可能爱的能力，更不可能爱人如己。

还记得在婚前辅导课上，牧师语重心长地告诉我和妻子：婚姻是盟约的关系，婚姻的誓约是终身的承诺，对上帝和彼此都是不可违背的誓约：“无论顺境还是逆境，无论贫穷还是富有，无论疾病还是健康，永远彼此相爱，直到死亡将我们分开。”想想我和妻子一路走来，婚姻中也有争吵和难过的时候，但是在上帝面前立下的誓言，让我们可以在他的保守下持守婚姻的忠诚，面对未知的明天。

我要感谢主耶稣，他打开了我心灵的眼睛，让我接受他成为我生命的救主；我要感谢主耶稣，他带领我来到守望教会，让我委身在这里与弟兄姊妹一起争战，见证神的爱在我们中间；我要感谢主耶稣，赐给我贤德的好妻子，借着牧者的辅导和祝福，建造一个彼此舍己、荣耀他名的家庭。📍

那些记忆的碎片

文 / 陈亮

初次结识守望，居然是通过《环球时报》。我第一次知道“守望教会”这个词，是通过媒体知道的：2011年的一天，我上网的时候看到了《环球时报》的那篇社评。当我看完那篇社评的时候，我当时的感受有两点：一是充满好奇。当时我尚未归信，以我对《环球时报》的印象，我倾向于教会。但我很好奇，守望教会是一个什么组织？二是心生敬意。从那篇所谓社评来看，我当时知道的信息是教会因为信仰的缘故户外敬拜，因此我对守望教会萌生了尊敬，并误以为守望教会里面的成员都是神学家。就这样，那篇社评让我对守望教会产生了好感以及距离感。回想起来，上帝的工作妙不可言。也许，当时我上网只是为了看八卦新闻。

年轻人喜欢上网，“无独有偶”这个词已经不足以形容我与守望的缘分了，虽然信主之后，我尽量避免使用“缘分”这个概念。同样，又是因为上网，我加入了我们大学校友群。在群里，我结识了一位校友，她说她是基督徒，在守望聚会。我当时心想：“怎么可能？别逗了。”通过校友群，我又与一位同专业的师姐取得了联系。后来看到她分享了一篇“文化守望”公众号里面的文章，

才得知她也是基督徒，并且委身守望。后来，在她的帮助下，2013年，我来到了当时位于惠新西街的杏花二组。初次来到小组的时候，我作为一名慕道友，没有觉得不适应，大概是因为当时我已经开始了解基督信仰以及阅读相关的书籍，并且第一次跟着唱赞美诗的时候，我也能照着谱子跟唱，一切都很自然，只是当时有两点好奇：原来教会里的聚会，不同于世界里的聚餐，没有互赠名片、攀比身份地位，有的是互吐衷肠、分享祷告事项；我们称呼祂为“上帝”，还是“主”、“神”？是不是称之为“上帝”显得更“高端”一些？就这样，我开始了接触和融入守望。

在这期间，我上了启发课程，当时是郭鹏程弟兄带领的。启发课程的最后一次的营会上，我第一次见到了晓峰牧师。当时，我与晓峰牧师以及另一位慕道友安排在同一间房间，那个房间只有两张床位，有一个人晚上睡觉需要睡在地上。峰牧说：“那就我睡地上吧。”这件事，我印象特别深刻。在2013年的时候，我阅读到了一篇对我影响较大的讲章，题名是《我信教会》，是袁灵传道在一次圣餐聚会上的分享。读过之后，我明白：天上的教会是得胜的教会，

地上的教会是争战的教会。在那年，我学习了受洗课程，并于2013年年底受洗成为基督徒。在受洗课上，我第一次见到袁灵传道，之前我一直以为这个名字应该是一位姊妹。2014年的时候，我决定去zrx服侍，服侍之前需要通过师母的面试。我的面试在世人开来是失败的，因为之前没有见过师母，也因为特殊的原因，无法使用手机取得联系，结果我竟让她在麦当劳里面等了一个小时，而同时我在麦当劳外面等，直到她出来问我，我才恍然大悟。进去聊的时候，我想已经让她等了这么久，我肯定不会面试成功，于是我就天马行空地敞开了聊，简直是在“翱翔”。我说我喜欢唱歌，师母问我赞美诗唱得怎么样，我竟回答“唱得不怎么样，我通俗歌曲倒是会唱不少”。但没想到，我竟然面试成功了。这次面试，是我所经历的最意外的面试，不同于世界上的任何一家企业机构。

说起来到守望的日子，“户外”这个词是无法回避的。我第一次知道守望，也是因为户外敬拜受到了《环球时报》的社评。在上启发课程的时候，我询问鹏程弟兄、大宇弟兄以及虎兰姊妹关于户外的事情，他们告诉我教会里面的弟兄姊妹的确对此有不同的观点，并且跟我说了平台位置以及警车会停在那里。由于户外敬拜的初期，我还没有

加入守望，于是我又上网了解了之前的一些情况。从我所侧面了解的那些印证来看，建堂和户外是出于神的。于是经过祷告后，我决定去平台敬拜。那几次派出所的经历，我印象也很深刻。有一次，我从派出所出来，已经是23点多了。当时袁灵传道在外面陪伴，他几乎一天都站在了外面，他跟我说：“太晚了，如果不方便坐车回家，可以去我家。”我感到有弟兄姊妹在外面陪伴是特别温暖的，使我一下子忘记了派出所里面的铁椅子以及个别警察的恶语相加。在户外敬拜参与陪伴的时候，有一次我与弟兄姊妹们交谈，好智弟兄说：“一琨小组那次的活动是这样的……”我感到很惊讶，因为信主之前我新浪微博上就关注过黄一琨，但我当时不知道他是守望教会的会友。于是我打断好智：“等会儿！哪个一琨？”估计我当时的惊讶表情是很夸张的。好智说：“就，就那个一琨啊……”。于是我内心感慨，上帝使用网络，让我总是提前遇到守望教会的弟兄姊妹。

从网络知道守望、在陪伴期间结识到弟兄姊妹、思考家庭教会与三自教会的区别，等等，所有这些都是因为守望教会的户外敬拜所引发的。以上记忆的碎片，我相信是上帝的预定，而无论我是软弱还是刚强，上文提到的袁灵的那篇章题目便是我的观点：我信教会。🔴

户外期间诗班服侍有感

文 / 利平

户外六周年，就是我到守望教会六周年。六年前，得到教会的任何一点文字，我都贪婪的阅读，渴望了解这间教会，倾听那一个个鲜活的故事。六年后，认识了那些故事中大部分的作者，也认识了更多不见于纸面的人。我已经和这个共同体难舍难分。

还记得，第一次和晓燕一起乘车时，她仔仔细细的告诉我在教会附近有哪里吃饭的地方。还记得，第一次去被软禁的天明牧师家，路上直担心善良的牧师被欺负。还记得，第一次和红雨姊妹见面，不能想象怎会在这样一位打扮入时的姊妹家住下。

更多的第一次和许多次都已经记不得。但有些事，深深的定格在心里。比如出了派出所，迎接的弟兄姊妹的微笑；比如牧者第一时间打过电话，问“还好吧？好好休息。”比如看到那时期某个姊妹的见证，不由自主地痛哭；比如好智第一次被拘留，我和瑞玲去家里时，艳青热情爽朗的接待；比如2013年婚礼时，远道而来的弟兄姊妹从山下上来；比如立水桥小组的热闹温暖和世纪城小组的真诚稳重；比如圣经学校的多姿多彩……

如今，远在密云，几乎只是挂名在教会的网友了。但在教会的经历，教会的教导，仍是影响我生活最大的因素。记得在世纪城小组时，我常常对解经的正误直抒己见，同时觉得其他人过于主观，直到学习认识团契的真意的时候，才知道正确并不是唯一重要的，甚至很多时候不是最重要的。我也抱怨组长虹洗太安静，不止一次跟人说过，最极端的时候，我去参加小组查经，从进门到出门，组长没有说过一句话。直到离开小组，在密云和另外的几位弟兄姊妹一起敬拜的时候，才意识到，那样不张扬的品格，是多么可贵。全面的看，虹洗既低调又对小组的事情尽心尽力，虽然话很少，但从来不缺微笑。但凡开口，对圣经的解释总是很中肯。关于活动的安排总能在众人中赢得“听组长安排”的一致顺服。这靠的不只是学识和组长的地位，更是长期默默的付出。就像乍暖还寒时的阳光酝酿着生机勃勃的春意，时间也塑造着品格。美好的行为如同冬季种下的种子，纵使暂时没有长出地面，也会慢慢发芽。

之前已经融入教会，所以虽然现在在跟大家见面的机会少，但习惯了网络

联系，并不觉缺少什么。在晓峰牧师关于夫妻沟通的文字中，我深深觉得“律法是叫人知罪”。对照沟通中的错误，几乎没有不中招的。而悔改之路，似乎漫长而艰难。在得知丰艺姊妹突发疾病时，我突然有对生命强烈的无力感。在小白牧师的手术前后，我从群里有限的信息看到的仍是牧师生母一如既往的刚强（或者软弱只自己扛着），反倒让我心里也格外踏实。妈妈群里发的探访照片，让我觉得家里总有喜事；诗班群里的排练信息，让我看到教会的坚韧——天上的怜悯不断绝，地上的歌声也不断绝。

说起诗班，这是我服侍最久的地方。但两次请长假，实在不算合格成员，感情也较复杂。说起她的好呢，最简单的，这是我听到赞美诗最好听的地方。还有，成为诗班成员意味着只要没有特别的事，就可以受邀参加婚礼和葬礼，与大家一起经历那些重要的时刻。说她不好呢，就是对我来讲，这里对人来人往处之过于泰然。有人走了，就走了，可能过了很长时间才被意识到。有人请长假，过了很久又来了，就来了，好像也没什么特别的。有人呆了很多年，可能还是互相连名字也叫不出来。每次看到

庄老师，看到其他人，很面熟，却又很不熟，感觉真是不太好。我不是怪谁，我也没有做什么让别人感觉更好些。

仔细想想，可能这些年诗班的活动还是受到些影响，关于如何看待诗班、如何看待敬拜、服侍，我还是进诗班前在网站上看到一点信息，到诗班后就只偶尔听到只言片语，或许因为没有主日在台上的服侍，这方面的信息也缺失了。而我是非常理性的人，缺少理论支撑，好像就只成了唱歌的。可惜我唱歌并不好。诗班接二连三排大型曲目，正是我的软肋。音准不好，就费力许多，勉强跟着，很难见长进。太多精力在音准上，就难以体会整个作品的感情。到最后，既没有在花了很多时间的练习中变得更专业，也失去了简单赞美诗中体会到的情感，反而常常有挫折感。这也是自己的亏欠。明知每天练习一会儿的重要，却始终没有养成这样的习惯，也就只能在低水平徘徊。盼望经过较长的休整，可以更加勤奋一些，走出止步不前的阶段。也盼望度过技术上的瓶颈之后，可以借着大型剧目更好的亲近神。也或许，经过更长的时间，我会重新看待这段似乎没有成果的日子。🍷

北京联祷会牧师代表探访小白牧师

文 / 宋嫂

4月13日，北京牧者联祷会主席周明牧师和执委刘主泽牧师、陈慧丽牧师到家中探望了刚刚做完心脏搭桥手术的守望教会李小白牧师。

小白牧师术后第六天，但恢复非常好，说话仍然那么有力。凭周明牧师过去多年行医经验，都觉得很意外，相信这是神的保守。

小白牧师详细介绍了就医、手术过程中的经历，其中不乏意外，更多恩典。几位牧师也回忆起2008年北京牧者联祷会第一次在守望教会举办时的情景。小白牧师更回忆到，那年在一个主日因为教会所在华杰大厦停电，他从公交车站匆忙赶到华杰，又一口气爬上八楼，心脏病突发，幸好教会的一位弟兄对心脏病紧急处理有经验，在稍微处理之后小白牧师被迅速送医，第一次做了心脏支架手术。冰霞师母提及往事不住感谢主的保守，说若不是在教会发生，自己都不知道如何处理，后果不堪设想。

一晃九年过去了，而自那以后守望教会进入了建堂阶段以及户外阶段。几位牧师为守望教会这些年的见证而

感恩。

小白牧师说经历了这次大手术，他已经准备好了随时被主接走。这个破碎的世界真的没有什么值得留恋，唯舍不得的就是所在的守望教会。他提到了前日天明牧师被批准和恩平师母到医院探望了他，这是六年来他们二人第一次见面……小白牧师说到这里眼中有泪流出。在场牧者无不感慨落泪。

他提到守望教会过去几年的道路，觉得很有亏欠，尤其最近两年，他觉得我们失了锐气和勇气。他还提到了贵阳的活石教会，仰华牧师被判刑、生病不得医治，师母备受压力。和他们相比，我们守望的经历真不算什么。他甚至有些激动地说，希望各教会能向仰华牧师、师母表达爱心，通过肢体的爱来安慰他们、支持他们。

关于守望教会过去几年的经历，小白牧师总结说，这些年：1、增长了我们的忍耐。不是个人的、而是教会的忍耐；2、充分激发了我们兄弟姐妹的爱。对此他特别感慨：教会不久前患白血病的姐妹需要输血，马上有兄弟姐妹自动组织，安排每周两名肢体义务献

血来提供姐妹每周的血小板需求。因为献血有体重等对身体的要求，有的小妹妹因为体重不到九十斤，为此而在努力增重。他还提到了教会为一位患癌症的神学生姐妹的治疗而奉献，通知发出后不日就达到了十五万的奉献金额。说到这小白牧师泪流满面。他更带着哽咽的声音告诉我们，在他手术后，很多弟兄姐妹自觉来送饭食，他们是在吃着百家饭。他说“我们不配得到这些爱”，并动情地哭出声来。

这是我第一次看到平日如军人般不苟言笑的小白牧师这样深情流露！因为自己经历过癌症手术、化疗期间兄弟姐妹如倾倒下来的爱，特别能理解他此刻的心情，也不由泪流满面，同时也不免担心哭泣对他伤口有影响，很是纠结。

主泽牧师和慧丽牧师不禁感慨：

感恩这样主内深度的交通。因担心小白牧师过度疲劳——毕竟这是他开胸手术后第六天，周明牧师做了祝福祷告后准备离开。离开前，周明牧师还给小白牧师听了诊，看了他的药单。听诊需要打开包裹的绷带，结束后周明牧师又给小白牧师包裹好。大家感慨这通常是护士的工作，现在是主治医生亲自动手呢。周明牧师告知了些注意事项并详细解释了一些术后护理常识，让小白牧师和冰霞师母豁然开朗了很多。

小白牧师代祷事项：良好睡眠。他自入院后一直夜晚无法入眠。求主看顾他有好的睡眠，好的休息，好的恢复。同时也求主加添冰霞师母力量，她在照顾牧师同时还要兼顾家内外诸多事物。

“我信圣徒相通……” 感谢主！！🌀



我的牧者们

文 / 书拉密

有一种牧者，你会羡慕他 / 她的恩赐，但不想成为他 / 她那样的人，因为他 / 她的生命状态与恩赐不相称；

有一种牧者，你会忽略他 / 她的恩赐，单单羡慕他 / 她的生命，希望也能够成为他 / 她那样的基督徒——清心、坦荡、诚实、谦卑、温厚，以朴素的心爱主。

守望的牧者们，属于后一种！
我有多幸运，曾受他们的牧养
愿我的牧者们平安康健！☺



有那么一群人

文 / esther (15岁)

有那么一群人
他们和别人不一样

有那么一群人
当别人忙着抢夺与争闹
他们却会随时随地地来祷告

有那么一群人
当别人忙着抽烟与喝酒
他们却依旧在真理道上坚定走

有那么一群人
当别人忙着看杂志和小说
他们却阅读上帝话语并从来不嫌多

有那么一群人
当别人忙着听最近流行的歌曲
他们却唯独在乎上帝得应许

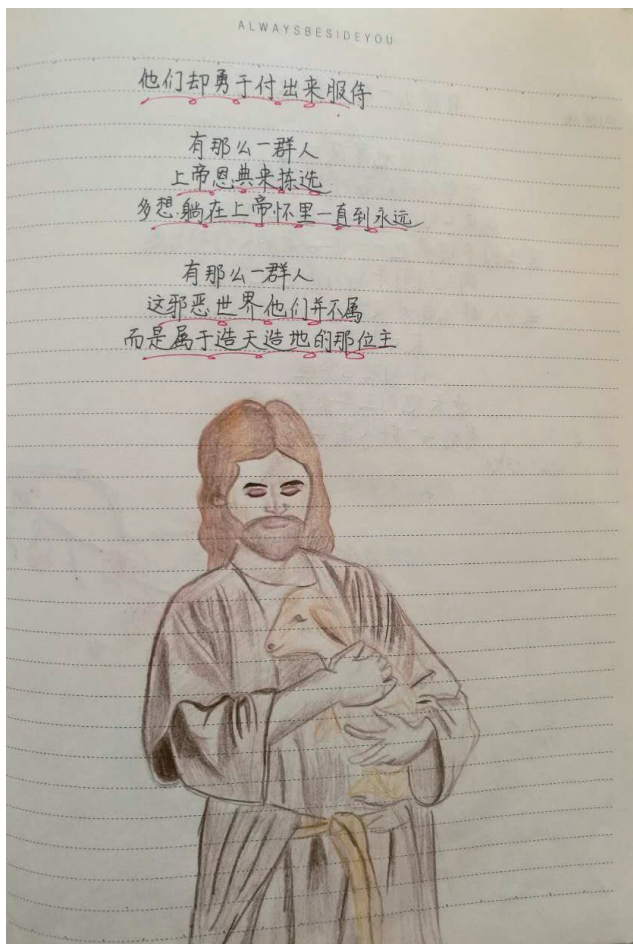
有那么一群人
当别人取笑嘲讽那位主
他们却甘心乐意为他受屈辱

有那么一群人
当别人互相辱骂与呵斥

他们却勇于付出来服侍

有那么一群人
上帝恩典来拣选
多想躺在上帝怀里一直到永远

有那么一群人
这邪恶世界他们并不属
而是属于造天造地的那位主☺



直面十字架

文/小方

“若有人要跟从我，就要天天背起他的十字架跟从我”。

习惯了思想十字架的苦难

1 分钟

然后用接下去的

59 分钟

享受造物主得胜的喜乐与荣耀

还有弟兄姊妹们的接纳和认同

人极其惊恐

因为担心天天都要背起自己的十字架跟从主。

如果可以成功逃避十字架，或者至少不是天天背

得救恩之后立马直接被主接走(不要慢性病)

那该多好

就好比人的本性

是喜欢耶稣在荣耀里裂天而降

摧毁罪人和那恶者

而不是以无力的羔羊之身

被鞭打刑罚

在十字架上死于流血疼痛和窒息。

自恋主义

自恋主义者依靠思考，沟通，阅读，搜索，审时度势和分析来权衡利弊，解决问题，制定决策；敬虔人在思考和分析前，交给了膝盖和时间，就是迫切祷告和等候忍耐。

自恋主义者思虑多，烦这烦那，杞人忧天，敏感纠结，寝食难安，为伊消得人憔悴；敬虔人患难中却有大喜乐，虽悲伤却是自由和盼望，他一生的道路，充满“超纬度”（借用）的不可思议的祝福。

附评论一则：

如果硬说世界上只有两种人，那么可以从这角度出发，人分为“自恋主义者”和“敬虔人”。

庆幸的是，“自恋主义者”只要谦卑下来，是可以变成“敬虔人”的，因为“敬虔的对象”主基督是主动寻找人的；而“敬虔人”却会随时变成“自恋主义者”，因为人的罪性顽固，每天都需要灵魂日用的饮食，稍微挨饿，就放纵论断。在动态平衡中，无论教内教外，“自恋主义者”大概不比“敬虔人”少。☺

夫妻之间，你真的会沟通吗？

文 / 晓峰 牧师

“所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。”

——新约·雅各书 5:16

“一切苦毒、恼恨、愤怒、嚷闹、毁谤，并部分一切的恶毒，都当从你们中间除掉；并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。”

——新约·以弗所书 4: 31—32



学习沟通前必须知道的事 沟通有多重要

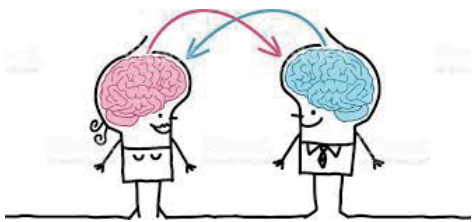
今天分享的内容，是在婚前辅导关于沟通那一课的基础上扩展而成的。这个主题我们计划分为两大部分，第一部分讲夫妻之间沟通的一些

原则，第二部分分享情绪和愤怒这两方面的内容。

在婚前辅导的课程里，有关沟通的内容是放在夫妻在家庭中的角色和责任那一课之前就要学习的。这个次序可能令一些弟兄姊妹觉得惊奇。因为在我们通常的观念中，夫妻的角色和责任可能更重要，例如很多婚礼上的证道，都会讲圣经以弗所书中教导的内容——丈夫是家庭的头，妻子要顺服自己的丈夫，丈夫要像基督爱教会一样爱自己的妻子。婚礼证道很少涉及沟通。但是在婚前辅导课程中，却是先讲沟通。把沟通放在婚姻的意义

和要求之后的第一位，这样的安排，就表明了沟通是婚姻当中一个非常大的挑战。

很多家庭中，夫妻之间的矛盾百分之九十都是由沟通引起的。例如，往往不在于你说了什么，你说什么可能对方都没有听清，反正你说了对方就发怒了，因为你说话的方式，对方不喜欢。所以，沟通方面的问题常常成为家庭矛盾的焦点，而且会产生非常严重的后果，严重到这方面的问题可能会给婚姻带来巨大的危害。甚至，有时候离婚就是长久以来沟通所遗留的问题造成的，没有什么大问题，就是不好的沟通模式积累矛盾所导致的。

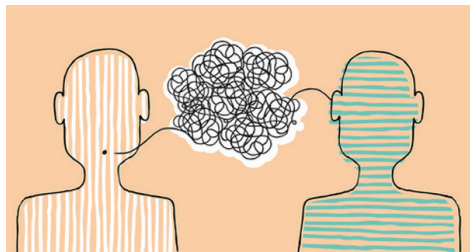


沟通是一项大多数人自以为掌握但却并未习得的技能

但同时我们会发现一个很有意思的现象，就是我们常常觉得我们都会沟通。大多数人以为，自己不需要学习沟通，天然就会。而实际上，沟通是一

项需要学习的技能和一种需要训练才能获得的能力。我们的孩子，从上幼儿园就开始学钢琴、学跆拳道、学轮滑、学英语等等，每一个人从上学到大学毕业到参加工作，都会上各种培训班，学各种各样的东西，学各种技能。但似乎我们却很少去学习如何与人沟通。虽然现在职场上有关如何沟通的训练很多，如工作当中怎么和你的上级、同事去沟通，但很少有培训是讲家庭当中怎么沟通的。

为什么婚姻中如何有效沟通的学习这么少呢？因为我们觉得我们都会沟通。为什么会这样认为呢？是因为我们觉得我们都会说话，也就是说，我们把“沟通”的含义跟“讲话”的意思基本上等同起来了。我们认为什么叫沟通呢？就是见面我跟你打招呼说你好，或者吃饭的时候，我们说今天饭做得不错，或者晚上大家一边看电视一边说这个韩剧怎么怎么样，我们觉得，只要彼此谈话了，就叫沟通了。在宽泛的意义上这当然可以看作是沟通，但是距离我们所说的婚姻中夫妻双方良好沟通的要求还很远。会说话只是良好沟通的基本前提而已，话语只是沟通的方式和工具之一。因此，我们要特别从沟通最基本的层面来跟大家分享沟通的必要、沟通的内涵、沟通的原则以及沟通的方式。



为什么需要良好的沟通能力？

第一个原因：我们总以为我们知道别人在想什么，同时我们也以为别人知道我们在想什么。

在这方面，对于不熟悉的人，我们可能没有这样的期待，但是对于我们熟悉的人，比如自己的好朋友，熟悉的同学，尤其是配偶，我们心中基本上都有这样的期待。甚至我们心里想一件事的时候，我们还没有跟对方去说，就认为对方已经知道了。我们以为夫妻之间应该有这种神奇的感应。在我们家，我和妻子有时候的争执就是因为这一点。她还没回家的时候，我想到一件事，想完之后，我就以为她知道了。然后她一进门，我就开始跟她说，你怎么看某件某件事，她说你从来没说过，我说我早就跟你说过了，我甚至还煞有其事地说，我一定跟你说过，是你忘了。

这是夫妻沟通中常见的问题，甚至在谈恋爱的恋人之间也有这个问题。弟兄还好一些，姊妹们往往存着一种幻

想，她要找一个什么样的人呢？她要找一个“善解人意”的人，这个善解人意主要是对自己的“善解”，就是我是怎么想的，我只要说一两句话，他就必须非常清楚准确地把握我的意思。她认为，这样才叫心有灵犀一点通。然而我必须要说，这样的人很少。我们不要有这样的幻想，即使真的有一天夫妻之间默契到一个程度，一件事一发生，你还没有和对方沟通，你就知道对方是怎么想的，那也是在长期的家庭生活当中，两个人彼此磨合、靠良好的沟通模式达成的。并且，必须是靠良好的沟通模式，而不是靠不好的沟通模式。吵架的模式达不到这样的效果，吵架时说的话，往往让你无法真正了解他背后的意思，你不知道他心里是怎么想的。所以，有时候夫妻之间会让人大吃一惊，你觉得这件事他应该这么去做的，没有想到他会说，“不，我的想法是那样的。”因此，良好的沟通模式是长期磨合才能培养出来并实现比较深层的默契的。

因此，为什么说沟通是如此必要呢？首先就是因为，对方的感受和想法，你往往不知道，而你的感受和想法，对方也不知道。我们需要意识到这两个方面的问题。虽然我们常常觉得，他怎么想的、他的感受，我都知道，我怎么想的、我的感受，他也应该知道，事实上却不是这样的。所以，不能猜测，不

要凭感受。这是我们讲到为什么需要沟通的第一个原因。



第二个原因：夫妻双方的差异

夫妻双方的差异，首先是两性的差异。男性和女性有很大的差异，这是我们必须承认的。弟兄往往容易简化处理问题，弟兄们可能会想：这有什么啊，我们都是人，既然我能接受，你也就能接受，我这么想，你也应该这么想。弟兄们有时会忽视姊妹内心的很多感受。但我们要知道，感受有时候比想法重要。也就是说，感性有时候比理性重要，你的理性其实是不提供动力的，但感性往往能提供让一个人做事采取行动的力量。比如，当我们说“被爱冲昏了头脑”，就是指某种感情已经代替或者遮蔽了你的一些基本判断，家庭当中，有时候你会发现对方气急败坏了，怎么完全不讲道理了，你就知道他的情感胜过了他的理性。这种情况是客观存在的。我们后面会提到

沟通当中一些颠覆我们日常观念的观点，比如，有时候，我们需要注重感受超过注重道理。

除了上帝所赋予的两性差异之外，还有我们各自背景的差异。我们每一个人的生活经历都不一样，受的教育也不一样，家庭环境不一样，周围的朋友、同学也不一样，并且，对方经历的很多事情是你根本没有经历过的。这个差异有时候大到一个程度，会让我们完全无法理解对方，甚至你会觉得对方有问题。事实上，很多时候，是我们双方都有问题。背景的差异再加上人性的弱点可能带来的一个问题就是，我们会把我们过去所经历的，当作是普世的、所有的家庭、所有人都应该遵从的。我们可能会把我们自己的那些标准，当成了普遍适用的真理。

我曾举过一个例子：我一直认为，炒完菜就应该在第一时间、趁着锅热就把锅给刷了，我觉得全世界所有的家庭都应该这样，只要是弟兄，理工科出身的、理性一点的，都应该这么做。虽然我妻子也说，我就想让它泡一会儿不行吗？但我心里一直不服气，直到有一天我听到有人跟我说，哇，那多毁锅呀。那句话对我触动非常大，我终于明白，还有另一种“理性”视角，就是说从物理学的角度看，趁

热刷锅是对锅不好的，因为热胀冷缩的原因。

我们发现，我们的背景差异，有可能带来很多冲突，并可能持续我们的一生，你常常觉得别人的方法不好，只有你的方法最好。但是在家庭中，很多事情并不存在一个最好的方法，甚至我们可以说，即使你的看法是对的、是好的，也不一定就要在家庭当中要求别人必须照你的方式来。世界非常精彩，上帝给了不同的人不同的个性、不同的恩赐，我们必须尊重这一点。我们在考量婚姻时，有时是会考虑门当户对的因素的。不是说考虑谁家有钱谁家有地位，而是考虑他们彼此之间的差异。当差异大到一个程度时，我们会提醒，你们考虑过将来的挑战吗？如果存在巨大差异，这个差异在他们各自的生命当中造成的张力大到一定程度，会每天吵架，那我们可能会建议他们慎重考虑两人的关系。冲突可以有，但是不能让冲突构成你们生活中的主题。

第三个原因：我们都是罪人

之所以要提到我们都是罪人这点，是因为这一点关系到了沟通当中非常重要的一个问题，就是我们都有一种既定的反应模式，跟人说话的时候，我们里面会有一个我们自己可能都没有意

识到的模式，就是别人只要一说某一句话，你心里立刻就会出现一个你特有的反应。

例如，在我们家，我内心常有的一个应对模式就是怀疑模式，可能很多人都有。在某些场景下，只要这人跟我说某些类型的话，我就怀疑他是在指责我。比如说，我妻子要喝水，发现壶是空的，就说：没开水了。我马上说，你不知道我很忙吗？她其实不是在定罪我说，你为什么不烧水呢？她只是在陈述一个事实：“没有热水了”，可是我心里的第一反应就是，没有热水是个不好的事，我不能承担这个没热水的责任。

而且，作为罪人，我们很多时候是凭着在罪性当中的感受去判断一件事情的。很多事情我们是凭感觉——“我觉得就是这样的”。我们家的冲突有时就是如此，我妻子说完一句话我就说，你别说了，我知道你什么意思。她说你知道吗？我说你就是这个这个意思。她说我不是这个意思。我说我还不知道你吗？我觉得就是这个意思。我们凭着一种感觉就说，我觉得你就是这个意思。但事实呢？罪人很多时候不关注事实，只关注自己。

我常常说，我们不要把自己当上帝。每个人心灵的领域，是上帝没有给其他人开放的，是唯独属于神自己

的。这就是我们所说的“良心原则”，意思就是，一个人内在心灵当中的是非、善恶的判断，是唯独属于神的，上帝没有把它开放给其他人。你想侵入那个领域，你想代替他说这就是对的这就是错的，是不可能的。只有上帝说，来我们辩论，“你的罪虽像朱红，必变成雪白”，那是在良心的法庭上，上帝告诉他，你是有罪的，你不服的话，我来告诉你为什么我说你是有罪的。当你承认你有罪的时候，上帝还可以让你的罪被洗净，让我们天良的亏欠被洗净。但我们在家庭的沟通中，夫妻的一方、特别是丈夫，常常会代替上帝的角色：你就是这样，我已经审判了，你不用说了。姊妹有时候也会这样，说“他就是这样一个人”。

很多时候，我们沟通时看重自我的感觉超过了看重事实，就因为我们里面有这种扭曲的判断，相应地，我们可能就会有很多的臆想和猜测。

因为有这三个层面的原因，所以我们需要沟通。我们会看到，人与人之间的沟通——不仅是家庭范围内的沟通，只要是沟通，本质上就是一件“非自然”的事。也就是说，良好的沟通能力，不是天然的，不是天生的，是需要经过训练的。没有人天生就掌握了高效的、良好的沟通模式。如何与人沟通，是一个必须要学习才能获得的能力。

能够建立和深化关系，才叫沟通 聊天、讨论和演讲从某个意义上讲都不算为沟通

那么，究竟什么叫沟通？既然沟通如此重要，我们就要知道沟通的内涵。如果沟通不是简单的说话，那我们在一种比较平和的氛围当中去说一些有信息含量的话，是否就是沟通了呢？比如，聊天是不是沟通？讨论是不是沟通？在某个学术会议上，制订发言的规则，一个人做主题发言5分钟，另外两个人各发言3分钟，其他人可以有1分钟的回应，第二轮根据回应再有一次回应——这种模式算是沟通吗？

从某个角度来说，这都不是我们今天所说的夫妻间的沟通。那个学术会议可以叫开会。只是，很多时候，夫妻彼此之间的沟通模式，是连开会都不如的。开会尚且有基本的尊重，等一个人说完了，下一次轮到他的时候再发言。但我们发现，夫妻间的沟通，很多时候都是抢着说，常常打断对方说，你别说我先说。或者指着对方说，你闭嘴。我们常见到的我们以为的沟通，就是这个样子。

究竟应该怎样定义沟通？夫妻间的沟通，或者说亲密关系间的沟通，应该定义为“对关系的建立和进深”。这既是沟通的定义，同时也是沟通的

原则。如果今天你跟一个人谈话的时候，你心里已经打定了主意说，我去了就是要骂对方一顿，训斥一顿，发泄一下情绪，那我基本就会建议你还是先别去了。有时候，我们可能打着沟通的旗号，说我去跟对方沟通沟通，但其实是去告知、去通知、去教导、去定罪、去发泄，这都不叫沟通，这些是单方面的自我表达、甚至是对对方的轻视或者是伤害的行为。

当你想要沟通的时候，必须先从最基本的内涵来思考：我下面要说的话、我要采取的行动，有助于我们建立一个良好的关系吗？有助于我们原有关系的恢复吗？有助于我们原有关系的进深吗？也就是说，当你所做的，是增进你们两个人彼此的关系，这才是沟通的内涵。如果你们谈完之后，彼此之间的关系没有增进，这个沟通就是一个失败的沟通。所以一定要注意这一点：你说的话是让你们的关系更远离了，还是更增进了呢？

有一次婚前辅导的时候，参加辅导的其中一位说，曾经在一本书上看到过一个沟通的定义，说沟通就是两个原本不可接近的心灵努力试图彼此接近。这个对沟通的解读我印象很深。这可以看作《圣经》里说的，在基督里彼此之间建立肢体的关系。原本不可接近，如今在基督里就可以彼此接近了。

因此，沟通不是简单的说和简单的听。听和说都是沟通的方式，不是沟通的目标。



给对方施压或提出要求的言语不是沟通

沟通不是讲课，不是演讲，不是谈判，也不是对对方的要求、责备和改造。如果你的言语当中，已经带着向对方施压的目标的话，就已经不再是一个好的沟通模式了。但是，夫妻在彼此说话的时候，常常会带着要让对方感受到压力的动机，甚至你的话语当中会带着一种训斥的语气，带着要求对方必须改变的内在要求。很多时候，我们对这些基本表达方式的理解和使用都有问题。比如，我们说，“请你帮我把那一杯水拿来好吗？”这时，我们认为我是在提出一个请求。但如果对方说，“你为什么不自己拿呢？”你心里就会升起怒火。这就证明你刚才说的

那句话不是请求。你虽然用了一个礼貌的外壳“好吗”，还带了一个“请”字，但这句话的内涵却是个命令，就如同说“把那水给我拿过来！”其实，对方完全知道你真实的意图是什么，如果不拿会出现什么样的后果，所以，对方可能因为畏惧后果，就只好给你拿过来了。这个例子说明，生活中很多沟通场景中的问题，我们可能根本就没有意识到。

沟通的内涵，沟通就就是关系的建立和深化

建立和深化关系，是沟通的内涵，也也是沟通的目标，它一直贯穿在所有沟通的原则和技巧当中。违反了这一点，技巧再高明，也难以实现沟通的目的。

（未完待续）



下篇

这些沟通模式都不好

不好的沟通模式有哪些呢？

战争型沟通

根据上面的定义我们就知道，在家庭当中，不好的沟通模式，首先是战争型的，就是我们常说的吵架。

在一次婚礼上，有位嘉宾上去做祝福发言时讲了一句话，她说，有一场战争，没有赢家，只要你进入战场，只要你参战，你就输了，所有其他参战的人，也都跟着一块输。但吵架却是很多家庭常用的沟通方式，比如过去在我们家就是常用的方式，虽然现在少了很多。每当我发现自己语速和声调都在加快加高的时候，我就开始后悔为什么我又这样了。

人们怎么会用这种模式进行沟通呢？

首要的根源，就是我们里面的罪，我们的自我。这个自我，有三重体现。

自我的第一重表现，是骄傲。我们会认为，我心里的想法、感受是第一位的，是最重要的，我对这个问题的判断就是对的，这就是我们在沟通中的“自我”在作祟。你一旦站在这个角度上，站在“我就是对的”的角度上去讲话，吵架往往就势在必行。你说话就变成了“你为什么为什么这样做”，然后会摆

事实、讲道理来证明对方有问题，对方不服的时候你可能就开始指责。

自我的第二重表现，是对对方的藐视。如果你一说对方就听从你了，你自然觉得心里很舒服。对方只要稍微提一点点不同的看法，你马上就生气，说话时的眼神和语气都带着对对方的藐视。用藐视这个词大家可能觉得很重，其实很多时候我们的态度就是藐视对方，因为你心里想的是：你懂什么啊，你算什么呀。吵架当中我们常常会用这些表达方式，背后反映出的就是你看不起对方。

自我的第三种表现，是迁怒。家庭中出现任何问题，我们都容易迁怒于对方。什么叫迁怒呢？就是家里发生了一件事，一定要把责任放在对方身上。比如说，一回家发现下水道堵了，一方可能马上就说，肯定是你昨天洗碗的时候不小心把很多东西弄下去了，要不然它不会堵。甚至有时候你心知肚明这事其实跟对方没关系，但你也非要说：都是因为你，所以这事发生了。这个就叫迁怒于对方。这可能是家庭中很多人在吵架的时候心里的潜意识。哪怕有一刹那你觉得不一定要对方的错，你也会马上忽略掉这种需要自己承担责任的感受。这让我想起当初在伊甸园的时候，上帝问亚当说，“莫非你吃了我吩咐你不可吃的那树上的果子吗？”亚当就说：“你

所赐给我，与我同居的那个女人，她把那树上的果子给我，我就吃了。”我们会发现，这句话回响在千万家庭中。不单弟兄会这样，姊妹也会这样。弟兄做了一个决定，过了一年之后，这个决定的后果显现出来了，姊妹就说，看当初我就说怎么怎么样，都是你坚持要这样，才有今天这个后果。弟兄可能会反击说，那当初为什么你不说得更清楚一点呢？这就是互相之间的责任推诿。

而“自我”的根源背后，还有更深层的东西，就是恐惧。我们心里有害怕，我们怕自己要承担这个事的责任，我们怕当一件事出现之后我承认我错了，对方就会来欺负我。我们怕这个事如果是因为我的话，我在家里的地位就会失去。我们怕这件事是因为我做错了引起的，别人就开始看不起我了。我们担心我们在对方心中的形象，我们担心对方的父母怎么看我，等等。我们会发现，在很多的时候，是恐惧在指挥着我们在沟通中去推卸责任并控制和辖制对方。

当我们努力要在一个沟通当中占据主动时，就是因为我们心里有惧怕，我们唯恐让别人觉得我是有过错的，我是软弱的。因此我们就一定不能认错，至少不能先认错。在家庭中，无论对于弟兄还是对于姊妹，这都是一个很大的挑战。对弟兄来说，这是一个更大

的挑战。其实，“爱面子”只是自我的一个浅层表现，更多的是他心里有惧怕。

内心惧怕的根源，则是因为我们与上帝的关系出问题了。惧怕是与上帝远离造成的，远离上帝是因为人要自己作王，要“更加自由”，要自己决定善恶对错。但人一旦远离上帝，他的心灵就失去了保护者和供应者，不但不会更自由，更智慧，反而会被奴役，被蒙蔽。所以，恐惧，是一个失丧者的基本特征。骄傲只是恐惧的另一面，人们很多时候是以一种自欺式的、虚假的强大来掩饰内在的虚弱和无助感。



退让型沟通

第二种不好的沟通模式叫退让型。恐惧对一个人生命的影响是双向的，向外就表现为争吵，向内就表现为退让，就是不愿意跟你冲突，或者说害怕冲突，怕吵架。这种时候，当两个人产

生不一致时，某一方马上就会说，我们今天可以不讨论这个问题吗？或者说要不我们先等一等，或者马上就顾左右而言他。比如说弟兄一回来发现，地板怎么被颜料给染了，姊妹马上就说，我去做饭了。这就是回避，就是把这个问题搁在这儿不处理，选择视而不见。

然而，退缩在本质上是另一种抗争。甚至我们可以这么说，退缩和回避比吵架还糟糕。所以我的建议是，宁可吵架，也不要再在冷漠中沉默。不要说这事我们不讨论，随你怎么看吧，然后永远把这事放下了，这种方式还不如吵架。其实吵架有时候是避免不了的，关键不在于吵架，关键在于怎么吵，这个很重要。



讨好型沟通

还有第三种沟通模式，叫讨好型。讨好型比退让型更往前走了一步。也就是说，当一方发现两人之间的不同、可

能产生冲突的时候，他采用的方式不单单是沉默和退让，他是违心地说：好吧就照你说的办，你说的挺好，我认同。也就是说，他担心因为意见不同、表达不一样的看法，就会破坏彼此间的关系，所以他就用撒谎的方式来建立他们的关系，他不是真心地去认同，其实他心里很不认同，但他用虚假来维持一种不真实的关系。

这是家庭中常见的三类沟通模式。可以这么说，这三种沟通模式都不是好的方式，但这三种里相比较而言最好的模式是吵架。其他两种沟通模式，最大的问题就是把矛盾给掩盖了。积累问题是家庭沟通中最大的杀手。有弟兄姊妹会说，我们已经沟通了，我说这问题解决了吗？他说解决了，我说怎么解决的？他说，我们都不提了，我们都挺高兴的，我跟她说话，她跟过去一样正常跟我说话。我说这就叫解决了？他说对，这就叫解决了。其实那个不是真正解决问题的方式。好的沟通模式不是这样的三个模式，而是彼此接近的模式。

良好的沟通需要这些前提

既然沟通是心灵之间的彼此接近，那么良好的沟通其实是需要前提或说基础的。也就是说，缺少这些因素就不是好的沟通。沟通需要哪些前提呢？



前提一：彼此的尊重

如果在沟通之前你心里对对方已经没有什么尊重了就想去做他的一翻，发泄发泄情绪，就想让他屈服于你，就想让他的思路改变过来，你想的是如何说服他，甚至想恐吓他，训斥他，这种时候，我的意见是，还是先不要去“沟通”。此时，还缺乏良好沟通的前提。所以，很多时候，你有件事想找对方谈一谈之前，你需要做的是什么呢？你需要先到上帝面前为自己祷告。好的沟通是需要预备的。祷告什么呢？祷告看自己心里有没有对对方的尊重。我们必须意识到，我们都是上帝创造的人，所有的人在上帝面前都是平等的。在家庭中，弟兄是家庭的头也不意味着弟兄的地位就比妻子更高，即使要求弟兄要像基督爱教会那样爱妻子，也不表示妻子可以对弟兄不尊重。我们必须意识到，那个人也是属于上帝的。这一点当然有《圣经》的根据。保罗说：“你是

谁，竟论断别人的仆人呢？他或站住或跌倒自有他的主人在。而且他必要站住，因为主能使他站住。”但很多人不是这样来看待别人，我们在家庭当中常常把对方当成我的私有物。然而，在家庭中，无论是面对配偶，还是面对孩子，虽然有秩序有权柄，但你必须知道，那个人是属于上帝的，我们不能随意对待他们，不能轻视和辖制他们。这是良好沟通的第一个前提，如果我们一祷告发现我们心里没有这个，就要先为此来悔改。

前提二：对对方的信任

信任也是沟通的必要基础。为什么有时我们的沟通是无效的？就是因为一方会说，不管他说什么我也再不信了，因为他已经说过很多遍了，过去几年一直这样说了很多次了，所以他再说什么我也不相信了，他说呗，我就听听而已。听到这种话的时候，我就会想，那双方为什么还坐在一起沟通呢？为要展现自己的涵养吗？我们必须意识到，既然愿意坐在一起面对面来沟通，你心中就应当有一个信心的盼望在里面。你必须意识到，能坐在一起谈，就表示你心里已经建立了这个信任，这也是沟通的一个目标。这是夫妻之间建立关系非常重要的一个前

提，不管对方多少次的没有做到他所说的话，但是你依然对他有信心和盼望，或者是对上帝有信心。如果没有这点，坐在一起的时候一再讲我不信任你了，另一方可能就火了：你不信任我那还谈什么。



前提三：谦卑

可以说，谦卑是沟通的所有前提中最重要的。如果你跟另外一个人沟通的时候，心里没有在上帝面前的谦卑，沟通基本上就是无效的。

谦卑的含义是什么呢？谦卑的第一层含义就是，你必须承认，你不是上帝，你也不如上帝。但很多时候，我们已经把自己置于上帝的位置上了，我们认为，我们说的话就是真理、就是不容置疑、不容挑战、不能商量了。要是这样的话，你发号施令就行了，就不要沟通了。

谦卑的第二层含义是，把对方看得比你重要。把那个坐在一起要跟你

沟通的人看得比你重要，就是你必须承认，他的感受和他的想法，比你的感受和你的想法优先级更高。没有这一点，也很难有有效的沟通。吵架的时候，为什么双方都争着说话，一定要抢在前面说？那一刻，你所表达的就是对方想什么不重要，我心里的想法最重要，你先听我说，你心里想什么对我无所谓。可能我们常常都不会意识到这一点。但当你争着抢着不让对方说话的时候，你表达的就是“我比你重要多了”。这就是《圣经》所说的，“只要存心谦卑，各人看别人比自己强。”

所以，一个良好的沟通其实是需要预备的。当你在上帝面前先为自己祷告，我的建议就是从刚才那三个方面祷告。我有对对方的尊重吗？我还对他有信心吗？我在他面前真的认为他比我更重要吗？可以说，如果这三个方面预备好了，你就真预备好了，不用使什么技巧，基本上就会有好的沟通了。你会发现，有一种爱与温和，会从你的语言、你的神态当中，表现出来。



夫妻沟通的原则

我要分享的夫妻沟通中的两个原则，或许和我们平时所听到的不一样。

第一个原则：方式比内容重要

大家可能会问，内容难道不重要吗？不，我不是说内容不重要，而是在沟通中，方式很多时候比内容更重要，优先级更高。为什么呢？因为，方式比内容更真实更深入。也就是说，方式体现的是你说话背后的动机。人是会伪装和欺骗的，语言是会有欺骗性的，你可以跟一个人说，对不起，但从你的眼神和你的口吻，对方可以感觉出，你的“对不起”是真的还是假的。有时候，很多人说“对不起”是被迫的，是一种手段，特别是不服气的时候，恶狠狠地说完“对不起”，扭头就走了。他的这种表达方式，就反映出他的内心根本就没有对不起。所以，我们说方式比内容重要，就是因为方式反应了内在的真实，反应了内心。

我看过一个TED演讲，讲怎么发现一个人在说谎。通过一个人的眼神，眼角的挑动，手势，面部表情，都可以判断这个人有没有在撒谎。我们在说话的时候，除了语言本身之外，还带着表情、手势、眼神、口气，也就意味着你的

肢体语言和你的面部其实同时在表达，可能表达的是比语言更真实的东西。人是有灵性的，稍微经过训练，仔细观察，就可以察觉一个人说的话是出于真心还是应付。

所以，如果你发现你不能用良好的方式去表达，就表明你的内心和你所说的内容不匹配，所谓的“用爱心说诚实话”，就是你说的诚实话必须配合你的爱心。因此，既然方式有时候比内容更重要，所以我们就更要关注我们说话的动机。

第二个原则：听比说优先

我们一般认为，所谓沟通就是说话，沟通是说话的艺术。但真正的沟通同时也是聆听的艺术，而且听比说优先。

听，是沟通的一个要素，沟通，首先是聆听的艺术。所谓“听比说更优先”，就是在与对方沟通的时候，你要选择一个立场，双方都要选择一个立场，这个立场就是，让对方先说。一定要选择这个立场——我听你说比你听我说更重要。这就是我们刚才所说的谦卑的基础和前提。如果你认为对方的感受、对方的想法比你的感受和想法重要，你就会选择先了解对方是怎么想的、他的感受是什么。对方的所有感受

和想法，也就是你听的目标，一定要体会对方的感受是什么，然后去理解他的想法是什么。

我们说聆听是基础，是真正有效沟通的优先级更高的环节，是因为这不单单向对方表明，我们承认对方比我还重要，他的感受、他的想法比我的重要，同时也表明，我真的想接近这个人的心灵。

怎么听才对

很多时候，我们听不是真正的听，而只是为了回应。双方有一方可能会表现的非常大度，说“你先说”。但他说“你先说”的时候，他背后的想法是，“我要听听你是怎么说的，好看待会儿怎么回复你，怎么反驳你。”

不要急于给建议

因此，我们在听对方说话的时候，不要那么快地给建议，不要充当医生的角色，望闻问切，我知道你现在出问题了，你说吧，然后我根据你说的诊断出你有这个这个问题，然后马上给一个解决的答案——你就应该这样这样这样。

有时候家庭中弟兄一旦给了建议或者答案，姊妹们就会比较生气。她

说，我不是要一个什么样的答案。很多时候，当一个人想倾诉想表达时，可能只是为了让你更多地去了解他，这个需求比你告诉他怎么解决他生命当中的问题要重要。

不要以为自己是上帝

而且，很多弟兄，之所以习惯给答案，往往是因为他已经离开了谦卑的立场。那一刻，你有意或无意地扮演了上帝的角色，因为你认为，我这个答案一拿出来，问题马上就解决了。如果你听了我说的解决方案，你的问题还不能解决的话，那就是你有问题。

但事情往往都不是这样的。如果弟兄一回应问题就解决了的话，每次牧师把《圣经》的经文读一遍，弟兄姊妹所有生命的问题就都解决了，但通常不是这样。不要试图扮演那样一个角色——“我就是解决你问题的那个人，我在家里是医生、工程师、教师、法官”，不是的，你首先是那个聆听者。这就是理解对方的感受很重要的原因，你得进入到对方的感受当中，你要体会他心里到底是什么样的感受，所以你的聆听得是非常努力地去听，而不急于回应，也不要为了回应去听。要单纯一些，而且，单纯了，你就会发现，你也没那么累了，你的大脑也不用转得那么得

快，不用时刻想着提供答案。这是聆听的基础。

聆听的器官不是耳朵，而是心灵

因此，听的器官不是耳朵，而是心灵。也因此在此听的过程当中，你需要有对对方的关注和一定的反馈，所以听的过程需要看着对方，你的眼神和对方的眼神是需要有交通的，你在语言上也需要有交流和回馈。什么情况下一定要回馈呢？当他说了一句话，一瞬间你走神了，没有听清，或者你听了之后没有理解，这个时候，一定要有回馈，要跟对方核实：你刚才说的是这个意思吗？千万不要不懂装懂。如果你没有听懂没有明白也不问，等一会你回应的时候，就可能回应错，对方就会不高兴，意识到原来你根本就没有注意听。

要有回应，一种是为要准确理解的回应，一种是总结性的回应。比如说对方讲完了，你可以有一个简单的总结，刚才我理解你说的是不是一二三四等等，有一个简单的回应。所以弟兄千万不要面无表情地呆呆地坐着，盯着一个地方不动，就在那儿听，对方说了一会，发现你没有动静，对方甚至会问“你在听吗”，如果被对方这样质疑或提醒了，就已经表明对方对你听的方式的不认可了。

有人说，听是一门艺术，但我们绝大多数人都不会。的确，听是非常费力的一件事，听的时候，不单单要处理很多信息，更是要承载一个生命、一个灵魂向你的敞开，其实，那一刻，你自己的心灵也在敞开。

说的原则和技巧

说完了“听”，就必须要说“说”了。说话有哪些重要的原则和技巧呢？

原则一：在爱心中说诚实话

这是说话的最重要的原则。爱心就是你说话的动机，诚实就是你说话的内容。可以说，你的爱心和你所说的诚实话，有点像我们吃的胶囊药一般。爱心就像胶囊的壳，药面就是诚实话。诚实话一般比较苦，要没那壳的话，药面儿没人能吃得下去，所以，你的爱心跟你所说的真实的诚实话，必须是配套的。我们不单强调爱心，也强调诚实。

可能有人会问，在夫妻关系中，我心里受伤害、不高兴、很难过，这些负面的情绪和感受要不要跟对方表达？要表达。就是你内心的真实感受是需要对方知道的，不要压抑，不要隐瞒，也不要掩饰。不要说反正过两天就没事了。只是怎么表达呢？就是要配套前面那

个爱心。

所以说，说话的艺术中，最重要的，乃是在上帝面前的预备。不是你说话时的方式，而是你说话前的功夫。你一定要祷告到你在说这个话的时候里面没有控告，没有苦毒，没有怨恨，而是带着爱心才可以说。很多时候，我们的表达都是控告，说自己受的伤害说得很多，想要说完之后令对方深深愧疚。但我们要知道，愧疚是一种压力，但愧疚这个推动力可能带有副作用，不如爱心的推动力更好。

原则二：随事说造就人的好话，叫听见的人得益处

那么，有了爱心，又有了诚实话，是不是就意味着你就可以讲了？不是。说话的第二层面乃是，“要随时说造就人的好话，叫听见的人得益处”这是《以弗所书》的经文。“造就人的好话”的意思是，你说某些话的目标是为了对方的益处。

假设我今天要出门时，妻子说，你就不能洗洗头，乱蓬蓬的，我们都不愿意跟你坐一块。其实这话里带着一些爱心，但很多时候，你对对方形象的关注，可能也带着一个私心说，我也是为了我的感受。你会发现，你认为你是在关心对方，同时你说的又是诚实话，但是产

生的效果让弟兄觉得，是吗，这样的话那你自己出门吧，既然你嫌弃我，我就不去了。

所以，不好的表达方式，会有一种适得其反的效果。因为他认为，你说的话，不是为了他的益处，是为了你自己的益处。所以，你完全可以说，你这样出门就可以，但是洗完头出门会更好。我们文化中的亲密关系很少在语言上去造就某个人。但《圣经》却是这样要求的。

原则三：污秽的言语，一句不可出口

这个原则是从负面的角度说，叫“污秽的言语，一句不可出口”。不管是弟兄还是姊妹，都不说任何污秽的话。可能很多人认为，只有弟兄们会说污秽的话、骂人的话，但我们要把恶毒的话也归入污秽的话。姊妹们有时候说的话，其杀伤力是在于那些话是恶毒的话。她可能不会说什么脏字儿，但是她说话的杀伤力会很大，比如说“废物”等等。这样的话是一定不可以讲的，但有时候我们在吵架的时候、情绪失控的时候，就容易把一些你所知道的对方最难以承受的话拿出来。所以特别要注意这点，必须要在心里为自己设置一个语言的界限。

原则四：把握说话的对象、场合、氛围和时机

《传道书》说：静默有时，言语有时。因此，说话要留意对象、场合、氛围和时机。这方面，我们分享两个与说话方式有关的技巧或说要点。

第一个技巧是，说话前需要准备。也就是说，在说话前，要到上帝面前为自己祷告。我们常见到，两人吵完架，一方说，我心里很难受，因为他刚才说了很多过火的话，那我怎么诚实地去表达这个感受、又不形成控告呢？答案是，你要到上帝面前祷告，祷告到你内心当中真的饶恕他。即使不饶恕，也要祷告到对上帝有信心，就可以讲了，例如，你可以跟对方说，你刚才说的那句话对我是很大的伤害，我非常伤心，等等。对方可能会因为刚才做了错事而愧疚、内疚、难受，因此，如果你愿意饶恕他，你表达完自己的感受之后，一定要加上说，我已经祷告了，我愿意饶恕你。如果你还没有饶恕对方，你可以说，我虽然心里还很难过，但是我相信神会帮助我们，我们能解决这个问题。这些都是需要你事先预备的。

第二个技巧是，我们说话一定要明确。在沟通的过程中，一定要说特别明确的话，不要说似是而非的话、带歧义的话、怎么理解都行的话，因为有时候

我们可能会故意说一些带歧义的、模棱两可的话。我们更不要说那些弦外之音，不要话里有话，不要说暗示性的话，不要说的很艰深，需要对方琢磨好几天才明白原来你是这个意思，一定说得非常明确。

举一个常见的小例子，比如说，姊妹说，我没有别的要求，我就要求你对我好点。大部分的弟兄听到这个话之后，反应都是：我对你还不够好吗？所以，不要说“我要求你对我好点”这样的话，一定要非常明确地说，我们能每天聊会儿天吗？你能每天扫一遍地吗？你能以后早睡早起吗？这叫非常明确的话。

你对对方有要求，有期望，有想法，要很明确地表达，这是沟通当中非常重要的一面。包括你的感受，一定要明确地表达。很多沟通培训都会特别讲到，说话不要说评论，什么叫不要说评论，就是千万不要说，我觉得你就是这样一个无药可救的人，这叫评论。你根据对方刚才跟你吵架的内容，就得了个结论。不说结论说什么呢？可以说，你刚才一共骂了我 23 句，这叫事实，对方是必须承认的，然后你要说，我非常地难过，这也是真实的，这叫感受。至于对方是不是一个无药可救的人，那是上帝的事，不要你来说。但我们往往既不说事实也不说感受，上来就说结

论：我看透你了。

发生冲突了怎么办

今天我们稍微讲一点冲突的解决。下一次，我们会特别讲情绪和怒气的控制，那时候可能还会再讲到这个问题，现在先分享一点儿解决冲突的原则。

原则一：抓住时机

冲突解决的第一个重要原则是关于时机，《圣经》告诉我们，“不可含怒到日落。”夫妻两个人吵架了，但俗话说，“夫妻没有隔夜仇”。所以，要在睡觉前解决问题。但有些矛盾不是这么快能解决的，比如说吃晚饭的时候两人吵架了，睡觉前的时间内，你可能解决不了这个冲突，那什么时候解决呢？早上起床的时间也很好，至少在下次参加教会事奉之前解决。

比如，你家里有查经小组，明天晚上有的话，那么明天晚上之前必须解决。我们家一般是下一顿饭的谢饭祷告之前要解决，要不然我没法谢饭。所以，最长的预留时间是七天，就是周日下午聚完会吵架，那么最晚下一个周日聚会之前必须解决。不可以拖太长时间，这也是解决冲突的一个重要原则，就是

冲突和问题不可以积累。大家一定要知道，冲突不可以积累，不管是大冲突还是小冲突，不能想着靠时间把它冲淡，不能说反正过了一星期他也忘了我也忘了，这事就不提了，过去了。你要知道，即使你忘了，这个事情也没有过去，一件事一旦发生了，一句话一旦听到了，你心灵的状态就再也回不到听过这句话之前了。那个刻痕，已经在你心中留下了。所以，所有积累的冲突后果所造成问题，都是非常严重的，严重到一个程度，有一天你对对方越来越冷漠，越来越怨恨，你都不知道什么原因。有人会问你说，为什么你们夫妻关系这么差，你自己想了想说，好像我们也没有什么大的矛盾，但就是出问题了。其实这就是过去无数次大小冲突、问题没有解决所遗留的后果。所以，冲突一定要解决，一定要谈，当然谈之前要在上帝面前祷告，夫妻两个人要交通，一起祷告。

原则二：矛盾不要马上公布和扩散

关于冲突解决，还有一个建议：夫妻之间发生了矛盾之后，不要马上公布。我们现在有微信群，有小组的群，各种群，你不能一吵完架，两个人都还在生气，一方早上吃完早饭上班去了，

另一方就把吵架的过程详细地“发表”在群里。矛盾没有解决之前就公开，这矛盾就会更加难以解决。作见证的时候可以这样讲，但解决之前不要公开到全教会都知道。可以找牧者，找组长，找你熟悉的弟兄姊妹来帮助解决，这些都可以，但是不要在公开场合先宣扬。

原则三：彼此认罪、彼此饶恕

虽然把这个原则放在了最后分享，但其实对于冲突的解决，核心原则却只有这一个，这个原则可能是我们很熟悉却又不熟练的，就是彼此认罪、彼此饶恕。只有走到这一步了，这个冲突才算真的解决了。要彼此认罪。你在上帝面前认罪了就行了吗？还不够。这只是个起点，你都知道你错了，但却面子上过不去，不肯向对方去道歉，这是不可以的。在上帝面前为自己祷告之后，要在对方面前认罪，表达歉意，表达悔改。然后，被伤害的那一方，要表达接纳和饶恕。只有走到了彼此认罪彼此饶恕的这一步，这个冲突才算是真解决了。

祷告

天父，我们再次到你面前仰望你的怜悯和恩典。主，你知道我们都是不完全的罪人，无论是心怀意念还是我们

的口舌都常常得罪你，也得罪我们的配偶、亲人。但主你的恩典却可以覆蔽我们这一切的过犯，你的话语也带着智慧的亮光来指教我们。唯愿你使我们能够在你面前谦卑、敬畏你，并且能够把你所领受的这些通达的知识用在我们身上，你就让我们品尝在婚姻中你预

留的美好和甜蜜。祷告奉我主耶稣的名。阿们！

（本文是晓峰牧师 2017 年 3 月 11 日在夫妻团契讲座上的分享，根据录音整理而成，全文完。）@





@守望

版权说明

本刊为守望教会的电子期刊，主要收录、编辑本教会内的弟兄姊妹的生命见证。订阅电子版期刊请登录 <http://tiny.cc/sw-ej-sub>，PDF版下载请登录 <http://tiny.cc/shwforum-ej>。期刊每月出一期，版权归守望教会文化事工部所有，欢迎转载，请注明出处（例如：本文转载自《@守望》某某期）。

本刊是非商业性刊物，所用图片除了标注说明的以外多来自互联网，可能无法确认图片的所有人，如因此侵犯您的权利请通知本刊，本刊将及时撤销图片。

欢迎投稿及提供新闻线索：shwchurch3@gmail.com