

更新

RENEWAL

原生家庭的困擾

提姆·連恩 (Timothy S. Lane) / 著 孔玫 / 譯

你是否只要一想到又要家族聚會就心生恐懼？你會常為自己在家人面前的表現後悔？甚至有時會故意躲避他們？

如果你與家人之間有許多說不出來的難處，這一點也不奇怪，許多人亦與你有同感。為什麼與家人處好關係這麼困難？原因可能各有不同，這包括：童年受的重大傷害、長輩不現實的期待，以及一再重複的舊行為等等。面對這些挑戰，怎麼辦呢？

世間沒有無缺陷的家庭

世上有多少種不同類型的人，就有多少種不同類型的家庭。但有一點是所有家庭都可能有的：那就是每個家庭都有缺陷，甚至連大衛王，這位偉大的聖經人物也不例外。他本人就是一個問題家庭的父親。然而上帝的恩典遠遠大於人的罪惡，大衛在哀

傷中所寫的許多詩篇，多少世紀以來都成了上帝子民的安慰。而且日後大衛家中還出了耶穌基督——這位世人的拯救者。你我的家庭也像大衛家一樣，需要上帝的恩典。只有上帝能為我們這些有缺陷的人，和有缺陷的家庭帶來救贖，也惟有祂可以給我恩典，讓我們有智慧和用愛心來回應傷害過自己的父母和手足。

你我的價值並不取決於家庭的出身

上帝的恩典很大，祂不只要救贖我們家庭的罪，同時也要將我們從我們的家庭背景中救贖出來！

我們常常假設，那些在「好的」家庭裏長大的，必定會成為「好的」人，而那些在「壞的」家庭裏長大的，最後必定會成為「壞的」人。

沒錯，我們原生家庭的確會影

響我們，因為我們身上或多或少總留有原生家庭的痕跡。然而，我們也要認清，你的身分和未來，並不單單取決於你的原生家庭，有許多人源自很糟糕的家庭，卻變得善良、謙卑，成為周圍所有人的祝福。

人有一種慣性，每當我們有過某種不好的經歷後（比如像是在一個受虐的環境中長大），就會讓這個經歷處處限制我們，甚至還使它變成可以代表我們身分的記號。但是上帝定意要拯救我們，當你憑著信心來到耶穌的面前，祂就會將祂自己的寶貴生命，以及一個全新的身分——上帝的兒女——賜給你。

當然，你的生命仍會受到過去經歷的影響，但這經歷卻不能決定你的人生。你的身分不應該讓你的家庭出身來決定，而是你在基督裏的新身分來決定。當你倚靠上帝來決定你的身

發行者：更新傳道會 | 編輯：李陳長真、龐慧修 | 排版/美術設計：楊順華 | 總會董事：〔筆劃順序〕張麟至（主席）、石懷東、李力彌、李定武、徐立、時梅、許仰興、黃智禮

美國總會 200 N. Main Street, Milltown, NJ 08850, U.S.A Tel: 732-828-4545 Fax: 732-745-2878 E-mail: info@crmj.org

台灣分會 237新北市三峽區大學路118號二樓 Tel: (02) 2673-3600 Fax: (02) 2673-9801 E-mail: crmtaiwan7@gmail.com 郵政劃撥：13913941 戶名：財團法人新北市基督教更新傳道會

台灣董事：〔筆劃順序〕杜榮華（主席）、王麗華、李定武、李勝雄、林震玉、黃珍輝、蘇義雄

新加坡分會 Christian Renewal Mission 35 Kallang Pudding Road, Tong Lee Building, Block A, #10-01, Singapore 349314 Tel/Fax: 65-67481994 E-mail: crmsg77@yahoo.com.sg

更新傳道會是一個基督教福音派、輔助教會的事奉機構。它是一個超宗派的組織，信仰宗旨與世界華人福音事工聯絡中心完全相符合。它的目的在傳道、門徒訓練、講習班及文字工作，來裝備聖徒，幫助教會，以達到信徒更新，教會更新的目標。更新傳道會在1971年由華人信徒們在美國成立，1977年美國聯邦政府稅務部，1989年香港稅務局及中華民國列為非營利宗教性免稅機構，1995年及1996年分別在新加坡及馬來西亞政府註冊，它的經費大部份由信徒及教會自由奉獻來維持。更新月刊全年共出共十期，即一、二與七、八均兩月合為一期出版。本刊免費贈閱，函索即寄。

分時，祂就能夠開始幫助你，使你和家人的關係逐漸有一些良性的改變。

如果你成長於一個非常不易相處的家庭裏，家人不斷地傷害你，請不要絕望，因為這對上帝來說一點也不意外。祂知道問題家庭的一切，也知道你的痛苦和悲傷。祂並不遙遠、不沉默，也絕不消極，祂想要拯救你的家庭，不僅如此，祂甚至呼召你去愛你的家人，並參與祂的拯救工作。耶穌呼召你去愛你的鄰舍，就像愛你自己一樣，這鄰舍也包括那些待你像仇敵的家人。

耶穌這樣勸誡我們：

「你們聽見有話說：『當愛你的鄰舍，恨你的仇敵。』只是我告訴你們，要愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。這樣，就可以作你們天父的兒子，因為他叫日頭照好人，也照歹人；降雨給義人，也給不義的人。你們若單愛那愛你們的人，有什麼賞賜呢……你們若單請你弟兄的安，比人有什麼長處呢？」（太5: 43-47）

但耶穌會怎樣幫助你去愛那些與你如此接近，卻又常常傷害你的人呢？關於這點，祂首先說了一些讓人吃驚不已的話，祂說：

「有極多的人和耶穌同行。祂轉過來對他們說：『人到我這裏來，若不愛我勝過愛自己的父母、妻子、兒女、弟兄、姊妹和自己的性命，就不能作我的門徒……凡不背著自己十字架跟從我的，也不能作我的門徒。』」（路14: 25-27）

但這段經文怎能幫助我愛我的家人呢？耶穌似乎在鼓勵我恨我的家人嘛！但若真是如此，這個教訓就與耶穌在別處教導我們去愛人，甚至愛敵人的話相矛盾了。恨家人的教導也違背了十誡中的第五誡，保羅也說供養我們的家人是我們的責任：

「人若不看顧親屬，就是背了真道，比不信的人還不好；不看顧自己家裏的人，更是如此。」（提前5: 8）

耶穌是什麼意思呢？我們可以對比馬太福音裏耶穌所說的同一主題：

「愛父母過於愛我的，不配作我的門徒；愛兒女過於愛我的，不配作我的門徒；不背著他的十字架跟從我的，也不配作我的門徒。得著生命的，將要失喪生命；為我失喪生命的，將要得著生命。」（太10: 37-39）

耶穌在此使用類比的詞語——「過於」，來比較我們對祂的愛和對我們家人的愛。祂不是說我們應當恨我們的家人。祂乃是說，除非你看重祂過於看重別的一切，你不能作祂的門徒。我們對祂的愛必須遠遠超過我們愛任何別的事和別的人，包括我們的家人和家人對我們的看法。我們對祂的委身必須是如此特別，以致相較之下，所有別的愛都像是恨一樣。

我們成長在父母和兄弟姐妹都曾得罪過我們，並使我們失望的家庭中。如果我們需要他們的認可，比我們對上帝的愛還重要，那麼當我們受到不公平對待時，就很容易心懷怨恨，變得有苦毒。但如果在我們心中上帝是第一位，我們就可以把他們的疏忽和過犯，放在一個以我們與上帝關係為基礎的更大情境中來看。這樣我們就不會被苦毒和失望所吞噬。

魯益師 (C. S. Lewis) 說：「當我學會愛上帝過於愛我這世上的最愛時，我就能比現在更好地愛我這世上的最愛。如果我犧牲掉愛上帝的愛，卻想去愛我這世上的最愛，這完全是緣木求魚。當我們把首先的事放在第一，那麼第二的事只會得到提升。」

當你愛上帝過於愛任何別的事時，會有什麼樣的事發生嗎？你可以更自由、真正地去愛那些在你生命中的人。你不會比較少想到你的家人，反而會更多地想到他們。因為他們的愛和接納已經不再是你的最終目的了，對人的期望不可避免地會帶來失望，但此事不再能捆綁住你。

耶穌呼召你把對自己的愛轉向愛祂。想一想耶穌多麼愛你——祂為你付上你本當付上的死亡代價。當你每天早上醒來，與這位為你做了這一切的耶穌有個人的互動時，你家人對

你的怠慢和冒犯就不會再那麼煩擾你了。

這樣的改變並不會自動發生，也不是一件容易的事。耶穌說我們每人每天都當背起自己的十字架跟隨祂。你必須透過耶穌所做的一切——祂的生、死，以及復活，來找到你的身分，使自己活出每天向自我中心死的生活。

門徒的成長是漸進的，就像釘十字架的苦難也是漫長和痛苦的一樣。當我們向著自己死了，並來擁抱我們在基督裏的新身分時，上帝就逐漸地、有耐心地終結我們的老我，並將基督的生命充滿在我們裏面。

被基督的十字架改變

當你以基督的恩典、愛，以及在基督裏的身分來定義自己時，你就能夠逐漸得著釋放，好好去愛你的家人。在這成長過程中，你會愈來愈能夠放下自己對家人的期望。你內心中那種希望家人應如何對待你的吶喊，會被謙卑取代。當你意識到自己也是罪人，也曾讓別人受苦時，謙卑將取代你的自以為義。你心中輕視父母、兄弟姐妹的那種試探，會愈來愈少，你的優越感情結會逐漸被願意反省自己罪和過犯的心思意念所取代。因為你是在基督裏找到了你身分和生活的真正根基，而非在家庭裏，因此你會從父母或家庭對你的不當期望中得到釋放，不再受其控制。

以恩典回應家人

當你意識到你在基督裏的身分時，這對於你如何愛你的家人會有很實際的影響。讓我們這樣想：假如你很窮，而有人偷了你一塊錢，你會非常憤怒。但是如果你是個百萬富翁，而有人拿了你一百甚至一千塊錢，這雖然也是個冒犯的行為，卻不會比你很窮時那麼讓你惱火。同樣地，當你成為基督徒時，你就成了一個屬靈上的百萬富翁！屬靈上的富足會讓你有一顆更寬廣的心。

透過耶穌的生命、死亡和復活，上帝已經向你傾倒無限量的恩典、赦免、愛、應許和保護，祂還承諾進入你的生命。因著你屬靈裏的這些豐富，你生命中種種蔑視卑微、未達成的願望，以及來自父母、兄弟姊妹的傷害等，都會被帶入新的亮光中。這並不意味著你會忽略或不再感到痛苦，而是比起你在基督裏所得到的，它們顯得多麼黯淡渺小。

但如果你成長於一個非常有虐待性的家庭，你需要智慧來知道怎樣與家人分享上帝的恩典。如果你對人身安全有顧慮的話，你仍然可以給他們恩典；但在這種情況下，你能做的可能只是原諒他們先前加諸於你的傷害，並祈求上帝的恩典大大地充滿他們。

你的人身安全若不是問題，而你的父母和家人仍善於操縱並控制他人，你還是應該試著接近他們。可以請教一些主內有智慧的弟兄姊妹，聽取他們的忠告來幫助你知道怎樣愛你的家人是最好的。總之，要有耐心，並要一致；愛別人的努力絕不會徒勞無功，因為上帝會祝福你的努力。

為自己的罪，而不是為家人的罪負責

生活在一個長期不和的家庭中，有時我們很難分辨哪些罪是我應該承擔的。特別是在一個有虐待性的家庭裏更是這樣，因為受害者常常反而會為所受的虐待而責備自己。如果你是受虐者，小心不要為受到虐待這件事感到自己有罪，然而，對於如何回應施虐者，你確實是有責任的。

有沒有可能你忙於背負施虐者的罪，而看不到你自己的罪呢？你是否還在自義、苦毒、憤怒，和令人麻痺的恐懼裏掙扎呢？求上帝幫助你，不要再背負施虐者的罪了，並且求祂幫助你看見，自己在哪些方面需要悔改。

尋求有智慧的基督徒朋友或牧師來幫忙也是必要的，他們能使你了

解自己的態度或行為中哪些部分是有罪的，需要上帝赦免。你更需要明智的牧者或輔導的指導和鼓勵，才能以上帝的辦法妥善地來面對及處理困難。

成為恩典的器皿

耶穌基督已賜你新的身分，你也將看見聖靈透過你做出十分令人驚奇的工作。你將能斷開之前一直纏繞你的苦毒、惱恨和失望，並以簡單明確之良善和愛心的舉動代之。

以下所列一些事項，也許正是上帝現在要呼召你去做的事情：

A. 為你的家人禱告

開始定期為你的家人和你與家人的關係禱告，讓這改變你的恩典也充滿他們的生命。當你信實地為他們禱告，你會發現上帝能幫助你變成上帝賜與他們恩典的管道。

B. 試著透過多種管道交流

要時常和家裏聯絡，可透過電話、信件，或網路媒體來溝通。記住家人們的生日和紀念日。如果過去曾受過家庭虐待，就應尋找有智慧的朋友從旁協助，一同幫你決定如何保護自己。

C. 就自己的過錯請求原諒

所有的人際關係中都至少牽涉到兩個罪人，換句話說，你可能至少需要請求一位家庭成員的原諒。你曾經與他們敵對？輕易地發怒？有過自義的情況嗎？現在就去向你曾錯待的家人請求原諒。

D. 不要偏袒，也不要捲入新的家庭糾紛中

拒絕再用舊的模式和方法與家人相處，讓他們知道你無意偏袒某一方，也不願參與背後的說三道四。相反地，要用話語和行為顯出你關心他們，想與他們有親密的關係，但並不想參與家裏這些權力鬥爭。

E. 不要試圖勸告父母應該怎樣對待你的兄弟姊妹

扮演勸告者去告訴你父母應該怎樣教養你的兄弟姊妹，這樣做看起

來很有誘惑力。然而，記住上帝在你和父母的關係中已經給了你清楚的責任，你只當為他們禱告並孝敬他們：

「當照耶和華你神所吩咐的孝敬父母，使你得福，並使你的日子在耶和華你神所賜你的地上得以長久。」
(申5: 16)

但是你沒有責任去為他們決定該怎樣教養兒女。上帝知道怎樣在非常混亂的家庭關係中作工、並同時在這過程中教導你負起責任，然而這不是讓你去操縱別人。有時候對父母或長輩提供一些有幫助的建議是合適的，但是我們要小心不要去擔不該擔的擔子，也不要陷入自義的作法。

F. 試著以新的方式相處

當你拜訪親人時，可事先計劃去一些雙方都感興趣的地方，或雙方都能夠合力一起做的事，你可以設計一些有建設性的談話。當你們在一起的時候，要積極，不要太被動。

持守在愛中

聖經告訴我們，在恩典中成長的重要標誌之一，就是堅持做對的事。所以，當你努力嘗試去愛你的家人，而他們仍然選擇忽視及逃避，不願意適當地回應你，你也要堅持下去，好好地繼續愛他們。從你如何面對及處理家人對你那種忽略及冷淡的回應，就可以看出你內心的真實情況。你親近他們的舉動到底是出於真誠？還是出於你的自我中心？

以弗所書4: 1-3裏勸告我們說：「我為主被囚的勸你們：既然蒙召，行事為人就當與蒙召的恩相稱；凡事謙虛、溫柔、忍耐，用愛心互相寬容，用和平彼此聯絡，竭力保守聖靈所賜合而為一的心。」忍耐和用愛心互相寬容的意思，就是說你願意真正長久的謙虛和溫柔！

當你家人沒有如你所願的改變，或改變得沒有你想像得快時，你的真愛程度就會受到考驗。在這樣的處境中，你需要問兩個問題：「上帝啊，你想在我身上做的是什麼呢？」以及

「在此困境中，上帝想要透過我做什麼呢？」即使你與你家人的關係尚未得到醫治，上帝仍然會作工。祂要你全心依靠祂，祂要使你變得更像祂。當你不斷堅持地去愛你的家人，你就是在讓上帝在你裏面作工。

用這樣的方法去愛你的家人，意味著你向著自己原本的自我中心是死的，你的新生命不斷地在基督裏成

長。當你求上帝的靈來改變你時，你之前堅立在你和家人之間的隔閡就會倒塌，這種情況也會鼓勵你的家人開始拆下一些他們立起的籬笆。隨著你對上帝的愛逐漸成熟，你對待家人的方式也會隨之變得更加明智。你的內心不會因有需要過度索求家人的認可或贊同，反而能以基督犧牲自己來愛你的那種愛來愛他們。因為上帝已經

在基督裏接納你，祂的愛已經澆灌在你心裏，所以你也能夠接納他們。「盼望不至於羞恥，因為所賜給我們的聖靈，將神的愛澆灌在我們心裏。」(羅5: 5) 上帝的愛將透過你，流進你和家人的關係中。只要依靠這從不失敗的上帝之愛，你必能改變你和你家人的關係！

(節譯自更新傳道會更新關懷輔導系列)

這是一套針對全人健康所寫的輔導小冊

誰的人生沒有掙扎？
 誰的婚前婚後都一帆風順？
 誰的原生家庭保證帶給我們平安穩妥的未來？
 誰家的孩子是從來不帶給父母眼淚的？
 教會中又有誰沒有特殊的關懷需要？



這些聖經輔導小冊
 能帶給我們正確的應對方式
 自用送人兩相宜！



第1套

- 《注意力缺乏症》... 新幣 \$6
- 《家有易怒兒》... 新幣 \$7
- 《亞斯伯格症》... 新幣 \$6
- 《單親父母情》... 新幣 \$7

第2套

- 《墮胎後的心靈醫治》... 新幣 \$6
- 《照顧慢性病人有祕訣》... 新幣 \$7
- 《如何愛難相處的人》... 新幣 \$6
- 《走出幼年受虐的陰影》... 新幣 \$7

第3套

- 《離婚後的恢復》... 新幣 \$7
- 《處理婚外情》... 新幣 \$6
- 《面對家庭暴力》... 新幣 \$6
- 《外遇後的重建》... 新幣 \$7

第4套

- 《原生家庭的困擾》... 新幣 \$7
- 《我們應該結婚嗎？》... 新幣 \$7
- 《捉襟見肘怎麼辦？》... 新幣 \$7
- 《誰來洗碗？》... 新幣 \$7

(郵費另計)



如何愛你的鄰舍？

珍妮佛·赫倫 / 著 夏樂蒂 / 譯

「你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。」

——路加福音 6 章 31 節

「你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。」耶穌講的這句名言，亦被人稱為「屬靈黃金律」。許多人把這個教導，視為一種互惠人際關係的實踐。然而，如果繼續往下看，就知道其實不然，最主要的原因在於路加福音 6: 31 的總結——我們如此做的動機是要慈悲像我們的天父慈悲一樣！

天父是我們效法的榜樣，我們願對人慈悲，因為天父對我們慈悲；我們願意愛人，因為天父先愛了我們。然而愛人是多麼不易的事，怎麼辦呢？

然而耶穌也給了我們遵守這個誠命的祕訣，祂在馬可福音 12: 30-31 說道：「『你要盡心、盡性、盡意、盡力，愛主你的神。』其次就是說：『要愛人如己。』再沒有比這兩條誠命更大的了。」耶穌在此把愛人與愛神連在一起，這就是祕訣的所在：我們若不能盡心、盡性、盡意、盡力愛神，我們就不可能真正的愛人，因為當我們盡心愛神時，聖靈就會幫助我們有愛人的能力。

有人說，人有憐憫之心，人一定會有愛心幫助人的。其實不然，我們平常幫助人時不出以下幾個因素：

- 我們的朋友或親人。
- 順手之勞。
- 當時自己的心情不錯。
- 期望日後有好報。

然而這卻不是聖經的教導，神要我們經常隨時隨地愛人，甚至要善待那些惡待我們的仇敵（太 5: 47），那怎麼可能呢？是的，正因為不可能，我們才需要聖靈隨時的幫助。是的，我們若希望別人對我們好，我們要先對別人好，而且能夠不看自己當時的心情如何、環境是否順利。然而你對人慈悲就一定有善報嗎？多半不會，然而「報復」一詞卻不應該存在我們基督徒作人的字典裏。

脫下自己過去的傷害

沒有人不會受過傷害，因為我們是生活在一個善於犯罪的世界裏：我們會傷害人，也被人傷害。我們所受的傷害會讓我們的心變剛硬、有苦毒，結果讓我們變成一個只知隨時保護自己、凡事只顧自己的人。但自私之心不會讓我們成長，讓我們變得愈來愈有人生的智慧，

反而會讓我們落在一個不自覺的惡性循環裏：容易受傷，也容易傷害周圍的人！結果為自己編織了一個空間狹窄的繭，生活其中，成天想到的就是自己的需要。但如果我們生活在一個很容易被人傷害的環境裏，那又該怎麼辦呢？

最重要的是我們的心態要改變。我們可以感到深受傷害，卻不將之視為困難反而把它變成自己成長的過程。那可不是埋首沙丘，設法騙自己沒有受傷，而是在經歷傷痛時，求神賜我們新的視界，幫助我們想到，我周圍一定也有人受過同樣的傷害，讓我成為他的同路人，兩人一同走出這個痛苦的經歷！這就是「怎樣待人」的意思。願意與人分享你的受創是一個很好的開始，展示自己軟弱的一面，或冒險自己被聽者拒絕，會讓他看出你的真心，藉此說不定，對方就願意把自己向你敞開了。

撇下自我中心的心態

我若老是想到如何保護自己時，我就很難關心到我周圍人的問題。今天每個人都很忙，但我們若要跟隨主，就要願意停下來看看周圍的人，只要有心，一定能看見某些人有需要。我們通常只擔心自己的責任、工作的目標和遠景，然而聖經卻提醒我們：「無論何人，不要求自己的益處，乃要求別人的益處。」（林前 10: 24）

為自己的目標和遠景努力是好的，也是應該的，但如果我們能在鄰舍、校園裏或公司中，把幫助周圍的人也當作人生目標之一，豈不是更好？

與人相處時，有兩個陷阱要逃避：一個是看自己比別人強；一個是看自己不如別人。將自己與別人相比是不好的，因為我們會不知不覺地眼睛看著他，心中想的卻是自己。若要相比，我們可以將今天的自己與昨天的我相比，萬一發現與昨天相比並沒有進步，也不必灰心，就求聖靈幫助，因為沒有人能靠自己勝過自己的。

牢記自己在基督裏的新生命

我過去悖逆神，死在罪中，但基督在我還作罪人的時候為我死，向我顯明祂愛我。如此恩典，情何以堪？現在我裏面有了新的生命，我從此有了新的機會，可以

做與以前完全不同的事，而且內心可以變得一天新似一天，更何況神也應許我，祂總不撇棄我。

既然神是如此待我們，我們也當用每天得來的恩典去善待我們周圍的人，並設法與人和睦相處，將保羅的話實行出來：「所以，在基督裏若有什麼勸勉，愛心有什麼安慰，聖靈有什麼交通，心中有什麼慈悲、憐憫，你們就要意念相同，愛心相同；有一樣的心思，有一樣的意念，使我的喜樂可以滿足。」

(腓2: 1-2)

以助人為己任

主耶穌提到「愛人」二字，其實愛人是有行為表現的。在愛人之前，我們要先與他人和睦相處，與人相處需要耐心，因為每個人領會的程度有別。想想神對我們學習祂的話語是何等地有耐心，所以我們也不要隨便放棄要幫助的人。在這忙碌的世界要學會專心聽他們述說自己的難處，不要捨不得讚揚與鼓勵，也不要厚此薄彼，尤其不要有貧富之分。

在幫助人時，記得不要責人太盛，即使他錯得離譜，要給他時間學會改正，並存憐憫的心去領會他為何會如此做的原因。總不要忘記他也是按神的形像造的。你的勸導也許不會讓他改變，但你經常的譴責卻會讓他失去自己還能變好的盼望。更不要在他面前談他的事，那會給他帶來意想不到的傷害。

學會善於教導、分享、鼓勵，與鞭策他人。如果你有音樂天分，就為他唱歌或教他欣賞音樂；如果你有藝術天分，就為他做點手工，讓他看出一個墮落世界中仍有美麗的東西。神造我們的目的就是要我們學會愛人、關心人、建立人，並與人分享，讓我們都能成為一個感恩又滿有恩典的人。

我們今天所生活的世界是冷酷的，大家彼此默不關心，你可曾想過你的一個微笑能使看到的人心情開朗很多，偶爾一次在你家中的茶會能讓一些人得享家庭的溫暖，試著發覺他們隱而不說的需要可以讓你得到一個知心的朋友。我們周圍充滿了各式的需要，讓我們成為耶穌的手跟腳，為這世界帶來一絲光明。

赦免那些不稀罕你赦免的人

讓我們脫下自己過去的委屈，讓神去處理。否則當我們在蹣跚學習愛人時，這些沒有處理過的委屈往往就成為我們靈命突破的障礙，使我們不願再往前行。誠實是最好的策略，對得罪你的人敢說出自己的委屈，敢告訴你想幫助的人他可能不想聽的實話，而分享時也讓對方看出你的誠懇與仁心；對自己的軟弱肯坦白述說；敢與他人分享你的罪；對該說的勸導不要吝嗇不語；對該說的見證能盡快說出；用神所給你的特殊恩賜盡力服事人，更要學會不因被所幫助的人傷害，從此裹足不前。

經常仰望基督而不看自己

我們願意愛人，全是因為我們敬畏主的緣故。我們的主從來沒有為自己著想，祂謙卑自己來到這世界，為要成為一條可以帶領罪人回歸天家的路，並讓我們知道如何能在世活得有意義。祂甚至藉著在十字架上流出的寶血，讓神人之間的約得以永遠立定。主耶穌為我們立下了榜樣——祂時時為他人著想，少為自己作打算。當我們愛人時，我們就是在愛祂了；當我們盡心、盡力愛祂時，我們就很自然能愛人了，這是美妙的一個環，也是神要我們每個人經歷的。

(原文譯自 Jennifer Heeren, "What Does 'Do Unto Others' (The Golden Rule) Mean in the Bible?")

更新宣道部主任魏愛梅傳道
2019返美述職行程，請代禱。
欲了解參與宣教細節，請與更新
事工部主任李力彌長老連絡。
info@crmnj.org；或電732-
828-4545 x 11

Date	Location / 教會
8/7 Wed.	NJ若歌教會
8/11 Sun.	Pittsburgh教會 中文堂
8/11 Sun.	Pittsburgh教會 英文堂
8/13 Tue.	更新傳道會禱告會
8/14 Wed.	主恩堂禱告會
8/18 Sun.	BCCC紐約布魯克林 華人教會
8/21 Wed.	美門教會
8/23-25 Fri.-Sun.	底特律宣道會北堂
9/6 Fri.	北卡夏樂市華人教會
9/8 Sun.	北卡沐恩教會
9/12 Thu.	回California
9/16 Mon.	下南加州
9/22 Sun.	中華基督恩典之家 教會
9/24 Tue.	南加中華商會
9/25 Wed	亞凱迪亞華人浸信會
9/25 Wed.	南加羅蘭崗教會 RHCCC
9/26 Thu.	洛杉磯女全福會
9/27 Fri.	Ontario豐收教會
9/29 Sun.	洛杉磯中美家庭教會
9/29 Sun.	Meet 宣道組同工 * 山景城會堂
10/2 Wed.	三谷會堂CCIC
10/9-10 Wed.-Thu.	德州奧斯汀華人教會
10/11-13 Fri.-Sun.	路易斯安那州貝城華 人基督教會

更新讀經營

作個與眾不同的女人

[密西根州]

更新姊妹讀經營

2019

——彼得前書選讀

講員：傅麗秀／王美玉師母

在一個高舉婦女解放運動的今天，
我們該如何培養自己成為一個與眾不同的
傑出女性？且看彼得怎麼說！

10/11-13 [禮拜五傍晚到禮拜天中午]



Christian Family Resort & Retreat Center
1800 Burlington Drive, Hickory Corners, MI 49060



2019年讀經營

雙打出擊



更新傳道會主辦

更新讀經營與眾大不同，它不是培靈會，
而是鼓勵學員如何由聖經中掘寶！
請大家告訴大家 邀親朋好友同赴屬靈盛宴

更新弟兄讀經營

[新澤西州]

講員：傅強弟兄（三一神學院博士生；加州柏克萊大學團契輔導）

屬靈低潮的超越

——以利亞與我

服事主的低潮有誰沒有經歷過？
且看以利亞怎麼說！

10/25-27

[禮拜五傍晚到禮拜天中午]



America's Keswick Christian Conference &
Retreat Center 601 Rt. 530, Whiting, NJ 08759



歡迎索閱 敬請支持 | 地址變更 請即通知

MICA (P) 001/06/2009

編者的話

Editor's Note

神賜人自由意志實在是極智慧的一個決定，這也是祂給人類的最佳禮物。這是我活過大半個世紀後特有的心得。

想想看，神當初若不賜人自由意志，我們不都成了機器人嗎？上了發條，就能對神百依百順，要神愛這種人類，大概也有難度。

自由意志是一份寶貴的禮物，因著這份禮物，不論背景、學識與文化的高低，人人都有自我選擇的空間。我們那個三歲的外孫，天性愛水，夏天一到，不是被爸爸帶去湖裏游泳，就是在院子裏玩水。他最近學會了玩水槍，發現能隨心所欲地對著花草、家裏的貓狗，和老爸老媽射水，是他人生最大的快樂。在賜與人自由意志一事上，神沒有年齡方面的歧視，這點我最欣賞。

自由意志讓我們可享受到不少自由，我們可以自由決定選用哪種牙刷，或嫁給哪位男士。再說，即使有人逼我們作我們不願意的選擇，最後選擇聽或

不聽，主權還是在我。這就是為何亞當吃了禁果，雖自覺有理，還是被神責備，因他主動選擇聽夏娃的建議！

而自從亞當犯了這第一個錯誤以來，自由意志的運用就給人帶來無盡的麻煩。君不見目前的同性戀婚姻、變性手術的使用、臨盆前的墮胎，不就是自由意志任意運用所作的決定？政府領導若不謹慎使用神所賜他們的特殊地位與自由意志，就會給老百姓帶來不少災難，無論東方或西方歷史都能向我們後人見證這個事實。

我覺得自由意志有點像海水，海洋的特色是四面必有旱地環繞，海水不得越過神為它所定的界線。自由意志也是一樣，有一定的界線。我們在這自由意志的海洋中，可以任意遨遊，然而一旦越過界，對自己和他人就都沒有好處。

我們基督徒理當比世人更有智慧知道，該如何使用自由意志，而能不嚐其惡果。在使用自由意志上，神留給我們很大的空間，比方說，你今晚該上餐館呢？還是在家裏吃牛排？我們有絕對的自主權，但另一方面，神也用其他原則來限制我們：其中一個就是我們

的普通常識。如果你的經濟很緊，為何要上餐館呢？又如果你的血脂很高，老是吃牛排又有何好處呢？我們以前認得一位老煙槍，他信主後，就不再抽煙，我們覺得他怎能戒得這麼快？他竟然告訴我們，他裏頭的那個老闆告訴他，神造我們鼻子是用來呼吸，而不是拿來當煙囪！可見擁有一些普通常識是很重要的。

其次，能約束我們濫用自由意志的，是家族的教導與社會的輿論。然而當一個家族或社會不認識真神時，這些約束力絕對是有偏差的。

其實神所賜最重要的人生原則都記在聖經裏，若身為基督徒，卻很少碰這本權威又永遠不會過時的書，那我們不是就跟美國的幽默大師馬克吐溫一樣嗎？他說過一句很有趣的話：「聖經上我看不懂的那些部分倒無所謂，最怕的是我看得懂的。」就讓我們先由那些神的旨意已經十分明顯的地方開始，學習如何順從神！惟有這樣，我們才能學會如何運用自由意志活出一個有意義又快樂的人生。（長真）