

activated

活躍人生

改變你的生命 改變你的世界

寂寞

解決之道

為何我們渴望與他人分享

喜樂和悲傷

超越人類極限
的愛

如何得到與分享這份愛

e-mail給耶穌

再簡單不過了！

這是「活躍人生」雜誌第二卷第十期。非常高興您有興趣閱讀這份雜誌，真心期望您從中得到啓發及心靈上的滋養和鼓勵。如果您有興趣想要訂購其他一些激勵人且富啓發性之刊物的話，請您立刻與我們聯繫。謝謝！

Activated-Chinese

P.O. Box 2-160
Tam Shui P.O., Taipei County 251
Taiwan R.O.C.
info@activated-chinese.org
www.activated-chinese.org

Activated Ministries

P.O. Box 462805
Escondido, CA 92046-2805 USA
activatedUSA@activated.org
(1-877) 862-3228 (toll-free)

Activated Europe

Bramingham Pk. Business Ctr.
Enterprise Way, Bramingham Park
Luton, Beds. LU3 4BU, England
activatedEurope@activated.org
(07801) 442-317

Activated Africa

P.O. Box 2150
Westville 3630 South Africa
activatedAfrica@activated.org
083 55 68 213

Activated India

G.P.O. Box 5215
Bangalore - 560 001, India
activatedIndia@activated.org

發行人：郭智慧

主編：徐玲

美術設計：古賽爾李菲爾、馬柯

插圖：麥克斯白孟德、克莉絲坦度凡爾

第二卷第十期

2004 Aurora Production, Ltd.

All Rights Reserved 版權所有，翻印必究

金曦國際有限公司出版發行

251 台北縣淡水鎮民權路40號7樓

電話：(02) 2808-5372

傳真：(02) 2808-5389

讀者服務專線：0800300006

e-mail: info@goldensp.com

網址：www.goldensp.com

郵政劃撥：19610600

戶名：金曦國際有限公司

Activated Magazine Vol. 2, Issue 10

[Traditional Chinese]

「活躍人生」雜誌引用的聖經章節大多係和合本聖經，其他版本註明：[現]—現代中文譯本；[當]—當代聖經；[新]—聖經新譯本。

personally speaking



編者的話

這個故事講的是一個名叫比利的孤兒，他在街上以賣報為生。一天，有位男士在他面前停下來，要買一份報紙，在掏錢的時候，他問比利住在哪兒。

「在河邊的木板屋裏。」比利說。

「誰跟你住在一起？」

「只有吉姆，他的腳跛了，不能工作。他是我的好朋友。」

「沒有吉姆，你的生活情況一定會比較好，對不？」那人又冒昧地問了一句。

比利不以為然的回答說：「才不呢，先生。我不能沒有吉姆。我不想回家後孤獨一人，無人與我分享一切。那你呢？」

假如你想一想，我們每個人豈不都像比利一樣嗎？我們不都需要朋友和我們一起談話、做事、分享我們的想法、情感、經驗以及生活的酸甜苦辣嗎？

友誼是人類的基本需求，對大部分人來說，它就像食、衣、住、行、運動和睡眠一樣，對我們身心健康及幸福快樂是十分重要的。然而我們每個人都經歷過孤獨的滋味。那種缺乏友誼、愛、又無人了解的生活，幾乎沒有人能夠承受。

怎麼會這樣呢？如果上帝是愛，而且祂希望我們快樂，如果祂如聖經所說的，應許會供應我們一切需要的話，那麼為什麼祂有時會讓我們孤獨呢？

本期《活躍人生》將以一種你可能從未想過的觀點來透視一下孤獨。看看上帝如何能把孤獨的時刻轉變成充實和快樂的經歷。

徐玲

「活躍人生」編者謹上



你孤獨嗎？

— 解決之道在此！

對亞當來說，在伊甸樂園裡每件事物都是完美的！只除了…他無法用言語來形容。他絕對沒有任何不滿的地方，充滿愛心的上帝在這個天堂般的樂園中為他供給了一切。每件事物都那麼美麗、奇妙，只是…在他心底，卻有這麼一種奇怪、空虛而痛楚的感覺。

上主了解這份深切的感觸。祂容許亞當有這種感覺，藉此來向他顯示，即使有上主造了的這些美麗的事物，但除非有另一個像他一樣的人來分享，否則他將永不會真正快樂。因此上帝宣告：「人獨居不好，我要為他造一個配偶。」（創世記 2:18）不久之後，亞當就得到了他的夏娃！

上帝並不想要人們孤單或獨居。祂原來想要我們與他人以家庭的方式一起生活、相愛和分享。「上帝叫孤獨的有家。」（詩篇 68:6）因此在現代的文化中，由於家庭生活變得四分五裂，而使得孤單成為有史以來更大的問題了！

像耶穌預言在「最後的日子」（馬太福音 24:12）裡會發生的一樣，「許多人的愛心漸漸冷淡了」，所以人孤單的

情形愈來愈多。那不再只是老年人有的問題而已，在兒童和青少年之間，也有這個嚴重的問題。在美國，一個最新的研究顯示，都市中的小學兒童也深受孤獨所擾！

醫學界甚至可以證實，現在愈來愈多醫生認為，孤單對一個人的健康實際上是有害的！根據研究顯示，單獨生活的人比結了婚的人往往需要更多的藥物治療。

孤單也帶來如抽煙和喝酒等自我毀滅的行為，並可以使人們更想要做如魯莽地駕駛等的冒險行為。獨居人們的自殺率，比「正常人」高五倍。

但是醫治孤單的方法並不是一顆藥丸，也絕對不是自殺了，而是有個伴！孤單的人需要有人陪伴，有人與他們分享生命。人們不難明白，當初亞當為什麼不可以獨自住在伊甸樂園裏；但今日世人卻告訴自己，他們是可以單獨生活的！

我們在每日的廣告和其他傳播媒體中，看到它們讚揚有關「獨立」這個不務實的事，它使人們覺得若承認我們需要彼此的話，那是一個軟弱的象徵。人們告訴我們，每個人最重要和首先應該做的是照顧自己，而不是關心別人。

難怪今日有那麼多寂寞的人！這情形在城市中更是如此，有人曾適切地形容城市的生活是「上百萬人孤單地在一起」。有許多人在你四周，並不一定可以解除孤單的感覺，因為孤單不但是來自孤立而已，它也是來自與人隔絕。可悲地說，孤單通常是人們自己帶來的。人們在他們自己四周建造牆壁來隔絕他人，然後卻抱怨他們是孤單的。他們建造隔絕他人的牆，而不是建造與人溝通的橋！


➡（後文在第 9 頁續登）

如何驅走 孤獨



維珍尼亞·布蘭特·博格

維珍尼亞·布蘭特·博格(1886-1968)是位著名的福音佈道家和牧師，也是美國最早的女傳教士之一。她曾主持福音先鋒電臺的《冥思時刻》節目達十五年之久。下面是摘自她的一篇廣播稿：



心有個神秘之處，那就是總有些時候，我們會有一種完全的孤獨感。

世上一些最孤獨的人，是那些時時為別人所環繞，卻又覺得無人真的認識或瞭解「內心自我」的人。在物質的所需上，他們甚至可能應有盡有，然而卻又抱怨孤獨。他們渴望有人來分享自己的愛好，傾聽自己的苦惱，並表示同情。

我們或許已有一位終身伴侶或一些親密的朋友，他們很愛我們，同時也為我們所愛，

但他們卻又永遠無法完全真的認識或瞭解我們。我們可以登上成功的寶座，或創造顯赫的業績，然而卻又無人能完全了解抵達目標那一刻的喜悅。最親密的朋友也不見得能明白我們至極的快樂，或感受到我們內心的痛苦。有些眼淚常常只能一個人悄悄地灑落。沒有人能進入我們思想和心靈的深處。

「沒有人真正了解我，也沒有人能分享我心中的一切感受！」這是我們每個人共同的心聲。不管我們做什麼或身在何處，我們的心徘徊在一條孤

獨的小路上。即使似乎是個謎，但每個人的內心都必須過孤獨的生活。

但是為什麼會這樣？為什麼所有人都深深渴望有人了解自己？為什麼他們會那樣強烈地盼望有人來分享自己的快樂和勝利，憂傷和失敗呢？

難道創造生命的上帝在創造我們人類——祂的精心傑作時，犯了什麼錯誤嗎？是不是祂在創造我們時少放了什麼東西？祂提供了我們生命所需要的一切，為身軀提供食物，為心智提供知識，為心提供愛。

難道祂卻會讓心靈得不到滿足，欠缺完全的了解和真正的友誼嗎？祂會無視我們的孤獨嗎？

這些問題有一個共同的答案。我們所感覺的這種欠缺，這種不完全，乃是我們靈魂對上帝的渴盼。祂知道，當我們無法找到人的同情時，我們便會尋求上帝的同情。祂曉得，這種孤獨和不為人所了解的感覺，會驅使我們去親近祂。

上帝為祂自己而創造了我們。祂渴望我們的愛。祂在你的心坎上寫著：「為我保留。」祂希望是每個人心中的首位。因此祂將那把打開我們心門的秘密鑰匙留給自己，又把完美的同情和平安賜給那些凡到祂面前來的孤獨靈魂。

上帝本人才是那使我們獲得充實人生的答案。除非由祂本人來填滿我們內心的渴望，否則我們永不能得到真正的滿足。除非有祂來完全充滿我們的生命，否則我們總是會感到孤獨的。

使徒保羅寫道：「因我們的大祭司，並非不能體恤我們的軟弱。祂也曾凡事受過試探，與我們一樣，只是祂沒有犯罪。」（希伯來書 4:15）耶穌體恤了解我們的每一個渴

這就是當你有耶穌在你心中的美好之處！你永遠不會是完全孤單的，你總是有耶穌。即使當所有事物都消逝，你仍然有耶穌。當所有其他人都離棄你時，耶穌仍然與你同在。當這個世界的情愛和你的朋友們離棄你時，你將仍有耶穌。耶穌許諾說：「我必常與你們同在，直到世界的末了。」（馬太福音 28:20）當世界無法再給與你什麼時，你將仍會有耶穌，而耶穌是你唯一所真正需要的！

— 大衛博格

望。當祂進入我們的生命中時，就使我們得到滿足。上帝的話語說祂是「使人得到滿足的福分。」（詩篇 107:9[現]；73:26[和]）祂滿足我們心中的每個渴望。

上帝是那麼偉大，祂足以滿足任何心靈。祂是最好的伴侶，是最理想和完美的朋友。祂創造了你，也只有祂才能滿足你生命一切的需求。我們不需感到孤獨。耶穌說：「我總不撇下你，也不丟棄你。」（希伯來書 13:5）又說：「我常和你們同在。」（馬太福音 28:20）

所以，當你感到孤獨時，是耶穌在告訴你：「到我這裏來吧。」每當你感到無人了解你時，這是祂在召喚你再次到祂那裏去。當你在重重壓力之下感到軟弱無力時，你說：「我無法一個人負起這擔子」，你這麼說是對的。基督故意讓情形這樣發生，好使你再次到祂那裏去。你那無人可以了解的悲痛實際是在傳達「國王」要給你的一個秘密訊息：懇求你再次到祂那裏去。你無論去多少次，都不會太多。

因為祂的同在，為孤獨的靈魂帶來滿足，那些每天與祂同行的人永不會品嚐孤獨的滋味。◆

Love Beyond Human Limits

超越人類極限的愛



The world is dying for the kind of love Jesus talked about and lived

這個世界非常渴望得到耶穌所談及、表現出來的愛

Maria Fontaine

Consistently thinking of others and trying to help meet their needs, especially when that involves personal sacrifice, is a tall order! It's so easy to be lazy, selfish, and self-centered. Most of us are that way naturally. Our first reactions are usually about ourselves—what we want and what will make us happy. But if we ask Jesus to help us and put forth a genuine effort, we can develop new habits and reactions, which, with time, will help us become more loving, caring, sacrificial individuals.

Jesus understands that we don't naturally have enough love to live in the loving manner He has said we should, but that's really no excuse. Just because we can't do it doesn't mean He doesn't expect it of us, because He will do it for us and through us if we want it badly enough and ask for His help. He is happy to give us all the outgoing, sacrificial love we need, because that's what He wants for us too.

It's human nature to be self-preserving, self-seeking, self-satisfying. It's human nature to put our own needs and survival above others. But here's where those who have received God's love in Jesus have a great advantage, because the Bible promises, "If anyone is in Christ, he is a new creation; old things have passed away; behold, all things have become new" (2 Corinthians 5:17). Jesus helps us break those natural circuits. He rewires our minds and hearts to do His bidding, which is to love others.

What a marvelous thing that is! Jesus told His original disciples, "By this all will know that you are My disciples"—followers of His teachings—"if you have love for one another" (John 13:35). In that

瑪利亞芳婷

常常想到別人，和嘗試幫助他們得到他們所需要的，尤其會涉及個人的犧牲時，那真的很難辦到！大部份人天性易傾於懶惰、自私和自我為重。我們第一個想到的，通常都是自己——我們想要什麼，什麼可以使我們快樂等等。但我們若請求耶穌幫助我們，並努力嘗試的話，我們可養成新的習慣和反應。而這樣過一段時間後，可以幫助我們成為更有愛心、關懷他人與富犧牲精神的人。

耶穌了解我們天生沒有足夠的愛，來照著祂所期望的那樣過著充滿愛心的生活，但這不是藉口。只因我們做不到，並不代表祂不期望我們那麼做。因為我們若真的想要去過有愛心的生活並向祂求助，祂必會幫助我們做到，經由我們去愛他人。祂很樂意賜給我們所需的愛，使我們採取主動，富有犧牲的精神，因為這也是祂對我們的期望。

保護自己、只顧自己、滿足自己是人類的天性。把自己的需要和生存在他人之先，是人類的天性。但接受上帝在耶穌之內的愛的人擁有優勢，因聖經應許：「若有人在基督裏，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。」（哥林多後書 5:17）耶穌可幫助我們破除天生的反應和習慣，更新我們的心和思想去做祂要我們去做的事，也就是去愛別人。

那真是件多麼神奇的事啊！耶穌告訴祂最初的門徒們：「你們若有彼此相愛的心，眾人因此就認出你們是我的門徒了。」（約翰福音 13:35）門徒指的就是那些跟隨祂的教導的人。當時，耶穌的門

*When you
give of
yourself, you
will find it
brings you
a special
kind of
satisfaction*

當你付出
自己，你
將發現這
一切會帶
給你一種
心靈上特
別的滿足

day, the love Jesus' disciples had for each other, their friends, and even strangers drew much attention and was a powerful example to others of the Lord's love, and it spread.

How much more is this kind of love a miracle in this day and age, when most people are so caught up in meeting their own needs and fulfilling their own desires that the thought of sacrificially loving someone else hardly enters their minds. Today there is an even greater need to see love in action, because people are no longer sensitive to the reflection of the Lord's love in the many blessings He gives them, even when they don't deserve those blessings (Matthew 5:45).

The need is greater, but the testimony is also much greater. When people see love manifested in truly extraordinary ways—love that they know they aren't capable of themselves—they take notice. They cannot deny that such love is out of this world. "Where do you get such love?" they ask. "And where can I get it?"

The world is dying for the kind of love Jesus talked about and lived and now offers us. This is why He challenges us to manifest deep, sacrificial, impartial love for others, even though He knows such love is far beyond our human capabilities. It's impossible for us to show such love on our own, and if we try to do this ourselves, we'll be disappointed, frustrated, and wear ourselves out trying. But if we will simply ask Jesus for that love and then be willing to put it into action, He will give it to us. In fact, He will give us His love in such tremendous volume and power that we and everyone else will know it's a miracle!

To become the new creation He wants to make you, all it takes is a willing mind and heart, a believing spirit, prayer, and following through with many small deeds of unselfish love. As you begin to do your part, you will find that you think more of others, feel their needs more readily, and have more genuine concern for their happiness and well-being. More wonderful still, you will find yourself gladly giving up some of your own plans or things you once held dear for the sake of others.

When you give of yourself, when you go out of your way to be a friend, when you take time to talk to someone who's lonely or comfort someone who's

徒對彼此、對他們的朋友、甚至對陌生人所表現出的愛，吸引了許多人的注意，成為上主之愛有力的榜樣，而祂的愛也就此傳揚出去了。

今天這個時代，大部份人是那麼注重滿足自己的需求和慾望，根本不會想要犧牲自己去愛別人，所以說，這種愛更是個大奇蹟。今日看到愛被付諸行動的需要性更大，因為人們已變得麻木，無法感受上帝給與他們祝福所顯現的愛——即使他們不配接受那些祝福。（*馬太福音 5:45）*「祂叫日頭照好人，也照歹人；降雨給義人，也給不義的人。」

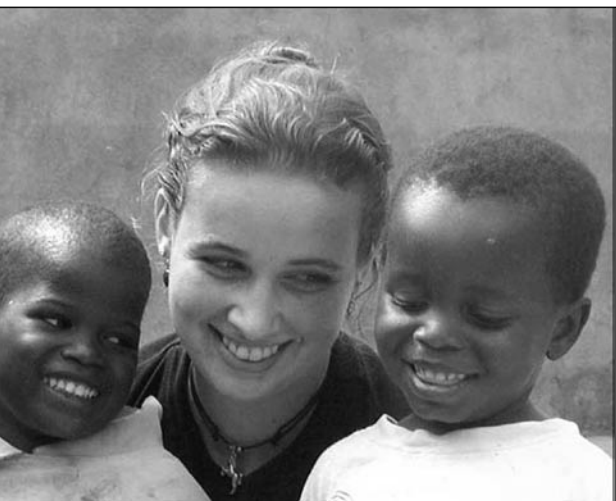
對愛的需要雖更大，但愛的見證也就更大。當人們看到愛被非常真實而特別的方式表現出來，是一種他們知道自己無法做到的愛時，他們就會注意了。他們無法否認世上找不到這種愛。他們便會問：「你是從哪裡得到這種愛的？我可以從哪裡得到呢？」

這個世界非常渴望得到耶穌所談及、表現出來，而祂現在要給我們的愛。這就是為什麼祂向我們挑戰，要我們對他人表現出深厚、富犧牲性、無私的愛，即使祂知道這種愛是絕非凡人能力所能做到的。憑我們自己的力量要表現出這種愛是不可能的，我們若嘗試這麼去做的話，我們結果一定會感到失望、挫敗和精疲力盡。但我們若只是請求耶穌給我們那種愛，並樂意把它付諸行動的話，祂是會給我們的。事實上，祂會給我們那麼多而有力量、以致我們和其他每個人都會知道那是個奇蹟！

變成祂要你成為之新造的人，你只需有一顆樂意的心和意願、相信的心態、禱告，以許多無私之愛的小行為來實踐祂的愛。當你開始做你的那部份，就會發現自己會更為他人設想，更容易體會到他們的需要，也更真心關懷他人是否快樂與幸福。更奇妙的是，你將發現為了他人的緣故，自己會很樂意放棄一些以前認為是很重要的計劃或東西。

當你付出自己，多努力一點去做他人的朋友，花時間與某個寂寞的人談話或安慰某個病了的人，同情某人並幫助他們解決問題，讓別人覺得被人需要，

sick, when you sympathize and help someone with their problems, when you make someone feel needed, and when you point someone to the source of this extraordinary love you share—Jesus—you will find that it brings you a special kind of satisfaction and reward of spirit. Through performing these little acts of love and unselfishness you will be blessed personally with happiness that can't be gotten any other way—the happiness of knowing that you have been a blessing to someone in need.



In loving and giving unselfishly, you not only allow God to use you to help others, but you allow Him to pour His blessings upon you, for He blesses the unselfish and the sacrificial. He blesses those who are giving, and He withdraws some of His blessings from those who selfishly always think of themselves first and insist on having their own way (Proverbs 11:24-25; 13:7).

Human love can only go so far. To be all you can be and accomplish all you can, you need to be filled with the love of God, which you find in Jesus Christ. He has more love to give you than you've ever dreamed possible! He is waiting with a flood of love to pour upon you, if you will only believe that such love is possible, ask, receive, and then be willing to put it into action.

So let's let Jesus' love for others shine through us. Let's love one another more. Let's do unto others as we would have them do unto us. Let's let the Lord's love be manifested in more forgiveness, understanding, communication, sharing, support, sympathy, and practical, loving, caring action. Let's give of our time, be a listening ear, and open our hearts and lives to others. Let's be swift to forgive and forget. Let's do our best to be our brother's keeper. Let's not hold back the simple affection that so wonderfully communicates the Lord's love. Let's be a strong shoulder to lean on or cry on. Let's not jump to conclusions or judge unfairly, but instead give others the benefit of the doubt. Let's try with all our hearts to set a good example of the Lord's unconditional love. Let's bear one another's burdens, and so fulfill God's supreme law: love. ♦

指引他人找到你所分享的這份特別的愛之源頭——耶穌時，你將發現這一切會帶給你一種心靈上特別的滿足和獎賞。藉著這些小小充滿愛與無私的行動，你個人會得到的祝福是任何其他方式也無法帶給你的快樂，因為你知道你曾幫助過某個有需要的人。

當你無私的去愛和給予他人時，你不僅允許上帝經由你來幫助別人，也在允許上帝將祂的祝福降在你身上，因祂祝福無私與富犧牲精神的人。祂祝福那些付出的人，而對那些總是自私地先想到自己、堅持隨己意行事的人，祂則會由他們身邊收回一些祝福。(箴言 11:24-25; 13:7)

人類的愛是有限的。要成為你能夠成為的人，完成你所能完成的一切，你需要被上帝的愛充滿，而這愛是在耶穌基督裏。祂要給你的愛遠超過你所能想像的！你若相信這種愛是可能存在的，並請求和接受它，願意將這份愛付諸行動的話，祂愛的洪流將隨時傾注於你！

所以讓耶穌對他人的愛，經由我們而閃耀吧。讓我們更加彼此相愛。讓我們要別人怎樣待自己，便怎樣待人。讓我們把上主的愛用多一點的寬恕、諒解、溝通、分享、支持、同情和充滿愛心與關懷的實際行動來表現出來。讓我們對他人付出自己的時間，聆聽他們的心聲，並打開我們的心與生命。讓我們快快地寬恕與忘懷。讓我們盡力去看顧我們的兄弟。讓我們不要保留溫情的表現，因為

它在美好地傳達上主的愛。讓我們成為別人可依靠並哭訴的堅強臂膀。讓我們不要那麼快就下定論或做不公平的評論，讓我們願意聆聽並接受對方的解釋。讓我們全心去成為上主無條件之愛的好榜樣。讓我們分擔彼此的重擔，來實踐上帝最重要而至高的律法，也就是愛。♦

Vocabulary 字彙

1. beyond—[介系詞] 超越；跨越
2. sacrificial—[形容詞] 奉獻的；犧牲
3. bidding—[名詞] 要求；命令
4. disciple—[名詞] 信徒；門徒
5. testimony—[名詞] 證言；見證
6. impartial—[形容詞] 公正的；無私的
7. unselfish—[形容詞] 不自私的；無我的
8. sympathize—[動詞] 同情；同感
9. extraordinary—[形容詞] 特別的；非凡的
10. supreme—[形容詞] 最重要的；至高的

你孤獨嗎？

— 解決之道在此！

我們怎樣「醫治」孤單呢？答案在這個小小的箴言裡簡單地表達出來：「愛他人，使我們快樂；愛自己，使我們孤單。」請思量一下這個真實故事：

從前有一非常孤單的女人，她總是在尋找一位新的愛人、一份新的愛情，但是她從沒有找到一位可以滿足她、解除她孤單或是與她長相廝守的人。為什麼呢？那是因為，她總是想要獲得愛、接受愛和被愛！但後來有人建議，她也許該學習如何付出愛，如何無私地為了另一個人的福祉和快樂而去愛。這建議對她來說，是她完全從未想過的全新主意！她出去尋找，而不久就找到她一生都在尋找的，那就是真愛！她找到一個她可以愛並使他快樂的人，這就是真愛！

因此這就是解除孤單的秘密和簡單答案！這與人類最初被造時的答案是一樣的：你若給與愛，你就會得到愛！你若誠摯地關心他人，向他人表現愛的話，那麼他們也就會關心你和向你表現愛了！

事實上，孤單另有一個原因！我們有時感到稍微孤單，對我們或許甚至有好處。上主有時讓我們這些祂的孩子們感到一點孤單，來加深我們與祂的關係！

這使我想起有關著名的基督徒作曲家喬治馬費遜的故事。快要結婚的他，醫生發現，在六個月內他會完全失明。

當他把這消息告訴未婚妻時，突然，感到她顫抖的手從自己的手中拉回，淚流滿面地說：「啊，真對不起，喬治…但是我無法和一個盲人結婚！」

愛不是要被保留在心中的，除非你把愛給出去，否則愛就不是愛了！

他心碎的回到家中，獨自坐在桌前想著：在這世界裡，他只有耶穌。之後他寫下那首安慰上百萬人的著名詩歌：《啊！不會離棄我的真愛》——耶穌！

「啊！不會離棄我的真愛，
我疲累的靈魂在您內安歇
我把您給我的生命還給您，
所以在您那像海洋般深廣的愛中，
我的生命可以變得更豐盛、更充實！」

因此上主讓基督徒們感到孤單是有兩個主要原因：第一，這樣你便會向耶穌尋求最深切的滿足感和陪伴。第二，這樣你便會以耶穌的愛和安慰來接觸其他孤單的心靈！在你身邊有那麼多孤單和渴求愛的人，就如你以前一樣，而他們只是在等候你採取主動來接觸他們罷了！

因此今天就靠著信心採取行動，與他人談及有關耶穌和上帝的愛，和幫助他們永遠完全滿足和快樂吧；不只是用人的愛和友誼來幫助他們，要用上帝的愛，因為上帝就是「愛」（約翰一書 4:8），而祂會永遠滿足你和他們對愛的需要！

今天就去愛別人吧！看看愛可以做到哪些奇事！你將找到一個全新之愛的世界！只要試試看，你自己和其他孤單的心靈可以一起感受到愛的奇妙！

願這些愛的話語，可以幫助你找到所需要的愛，使你快樂，不再孤單，並且藉著你的愛，他人也會找到快樂！願上帝以祂的愛來祝福你，保守你和使你成為一個祝福！

請記著：

生命中所有那些最美好的經歷，都是靠著分享而來的！愛不是要被保留在心中的，除非你把愛給出去，否則愛就不是愛了！

e-mailing jesus

e-mailing jesus



When a close friend moved away, I felt alone and worried about not having anyone to talk to, seek advice from, and confide in. I very much missed having that special link with someone, but I soon discovered that I could have the same kind of personal connection with Jesus that I had enjoyed with my dear friend.

I decided to get up earlier each morning than I had been in order to take an hour to read God's Word and hear from Jesus in prophecy before I did anything else. These have become my daily "talk times" with Jesus, and they really do the trick!

Since I can type faster than I can write, I do this on my computer. I start by typing a prayer in which I share my heart with Jesus—just as though I were writing Him an e-mail. I tell Him what's been happening with me, what I expect to face that day, and anything that may be bothering me. He already knows these things, of course, but it really helps to commit it all to Him in prayer. When I type "Amen," it's like clicking on the "send" button on my e-mail program. My prayer, like an e-mail message, has been sent off to the courts of Heaven for Jesus to read.

That's great, but even better is that I don't have to wait for hours, days, or weeks for a reply. As soon as I send my e-mail, the reply comes. I just type out the message as I hear Jesus speak to my heart, and it nearly always contains all the answers, comfort, instruction, peace, and inspiration I need to see me through the day. If not, I shoot off another e-mail to Jesus asking Him to fill in the gaps, and He does.

當我的一位知心好友搬到別處去時，我心中頓時有種孤單的感受，擔心沒有可以交談、尋求建議和傾吐的對象。我十分想念那種與某人特有的心靈溝通，然而不久我發現我可以和耶穌有同樣的個人親密聯繫，有如和我的知心好友一般。

我決定每天早上早一點起床，所以我可以在做任何其他事情以前，先花一小時的時間來閱讀上帝的聖言和聆聽耶穌要給我的預言。這段時間如今已成為我和耶穌之間的「每日對話」，得到的成果是多麼豐碩啊！

因為我打字比寫字還快，所以我就用電腦來對耶穌禱告和從祂那裡得到預言。我先把要和耶穌分享心事的禱告打下來，就像打一封 e-mail 給祂一樣。我會告訴祂我的近況，今天會面臨的事件，和任何令我煩惱的事。當然祂早就知道這些事，但像這樣在祂面前坦承一切，對我的幫助很大。當我打下「阿們」的那一刻，就像是按下電子郵件「傳送」的按鈕一樣。我的禱告就如一封寄給耶穌的電子信件，已被傳送到天堂大廳讓耶穌閱讀。

那種感覺真是太好了！然而更棒的是我不需要等上幾小時、幾天或幾星期的時間得到回信。信一寄出去，我就會馬上得到回函。我將耶穌在我心中的細語打下來，這些話幾乎包含我一天裡所需要的所有答案、安慰、指引、平安和鼓勵啟發。如果有些地方沒有得到回答的話，我就會再寫一封 e-mail 請祂補上遺漏的地方，而祂也會這麼做。

永不孤單

每一個人在生命中都有過孤單的經歷，但聖經中有許多應許可以幫助我們度過這些時刻。

This special time with Jesus in the morning has been such a help that I've gotten in the habit of e-mailing Him a couple of times a day, especially when things come up unexpectedly and I need His opinion or advice. Usually it just takes a few minutes, and the clear, simple advice and solutions He gives always make it time well spent.

I now enjoy the companionship and confidence of new friends and co-workers, but I am hooked on my e-mail times with Jesus. They have become my way of telling Him how much I love and need and depend on Him, as well as thank Him for all He does for me. In return, He sends me all I need to meet and make it through the day a winner. ◆

清晨與耶穌共度的特別時刻，對我的幫助很大，使得我養成每天非得寄上幾封信給祂的習慣。尤其是當有突發事件時，我更需要得到祂的意見或忠告。通常這麼做只須花上幾分鐘的時間，但祂總是會給我一些簡單而清楚的建議和解決之道，讓我覺得花這些時間是值得的。

現在我已經享有一些新朋友與同事的陪伴和信賴，然而與耶穌通 e-mail，是我最喜歡做的事，且愛不釋手。我可以藉此告訴祂我有多麼愛祂，多麼需要和倚賴祂，並感謝祂為我所做的一切。而在回函中，祂告訴我如何在今日得勝。 ◆

今日的禱告

耶穌啊，我有時十分緊張而又憂心忡忡，但只要我停下來，將問題交託給您，讓您去解決，您總是會幫助我，並先從我本身開始。您提醒我，一切都在您的掌控之下，您隨時可以幫助我。您還提醒我，對您來說，沒有什麼事情會太困難，無法解決。您總是那麼平靜地去處理每件事，又那麼樂觀地去解決每個問題，讓我所有的憂慮全都消失無蹤。取而代之的是對您的信靠，使我對事情完全改觀！

耶穌啊，我需要您再次幫助我。我把最近的一些憂慮交給您，請用您完全的平安來取代。感謝您，耶穌！

我們心裏一旦有了耶穌，
就永遠擁有祂的陪伴和祂的愛。

約翰福音 14:18

馬太福音 28:20b

羅馬書 8:38-39

希伯來書 13:5

世上的友誼可以讓我們失望，
但上主卻永不會讓我們失望。

詩篇 38:11, 15

詩篇 142:4-5

以賽亞書 49:15-16

提摩太後書 4:16-17a

有時上主讓我們感到孤單，
是為了使我們更加親近祂。

詩篇 63:1, 5-7

詩篇 73:25-26, 28

腓立比書 3:8

歌羅西書 2:10

連耶穌有時也會感到孤單和被遺棄。

以賽亞書 53:3-4, 6

馬太福音 27:46

約翰福音 1:10-11

希伯來書 4:15

向別人伸出友誼之手是化解孤單的一劑良藥。

箴言 11:25

箴言 18:24a

帖撒羅尼迦前書 3:12a

問：

有時，我覺得自己太過憂慮。我該怎麼做才不會這麼擔憂呢？

回答你的問題

誰不曾憂慮過呢？我們擔心世況的發展，我們擔心學校的成績不好，或工作業績不佳。我們擔心經濟上會入不敷出，我們擔心會失去所愛的人。我們又擔心未來。我們擔心的事情真的很多！

大多數的憂慮只有兩種：一是為過去的失敗和出錯之狀況而煩惱，二是為將來擔心害怕。

我們怎樣做才能不致受到這些擔憂的影響呢？有個極令人意想不到的比喻可以解釋這個問題的答案，那就是現代的遠洋客輪。當輪船有火災或嚴重滲水的情況時，它可以關閉那些既防滲又防火的鋼門，使輪船不致受到被損毀部份之影響，將問題之處完全隔離，使輪船可以繼續漂浮在海上。

我們的「生命之船」也應如此。為了充分利用今天，並為將來做最好的準備，我們必須學會將自己與昨天隔離，不去憂慮過去的錯誤和失敗，同時也與明天隔離，遠離那些不必要的憂慮。否則，這些憂慮可能會使我們下沉！

耶穌說：「不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮。一天的難處一天當就夠了。」（馬太福音 6:34）不知

你有否注意到，那些似乎永遠都不會發生的事，反而總使我們最為擔憂？就如幽默作家馬克吐溫晚年時所說的：「我人已經老了，也曾有過很多煩惱——可是大部分的煩惱之事卻從未發生過！」

有位商人畫了張被他稱為「憂慮」的圖表，他把他的憂慮全都記錄在上面。他發現圖表中的百分之四十的事，可能永遠都不會發生。其中百分之三十，則是一些以前他曾做過而現在無法改變的決定，其中百分之十二則是別人對他的批評，另外百分之十則是些與他的健康有關的無稽之憂慮。最後他發現真正有理由需要憂慮的事只佔百分之八。

身為基督徒，我們不須為任何事感到憂慮，因為我們曉得「萬事都互相效力，叫愛上帝的人得益處。」（羅馬書 8:28）著名的福音佈道家杜威慕迪（1837-1899）過去常說：「你去天國可以坐頭等艙，也可以坐二等艙。二等艙是：『我懼怕的時候要倚靠您。』（詩篇 56:3），頭等艙則是：『我要倚靠祂，並不懼怕。』（以賽亞書 12:2）因此，為何不買頭等艙的票呢？」◆

擔憂有如搖椅一般；它可以讓你保持忙碌，但卻一事無成。

忘我的生命

如果你能確實地去冥想我們打從內心與你分享的這些思潮，我相信你一定會有所收穫。說到冥想，不禁回想到二次世界大戰前的某一天，我們到美國南部的一個家庭拜訪。

我們被邀請去參加這個家的兒子的歡送會，他在隔天便要去當兵。這位年輕的男士問我們：「你們想看看我最近到加拿大時拍的一些照片嗎？」當他給我們看那些幻燈片時，我大感驚訝，因為每張照片的主要人物都是他，他身後的景色完全朦朧不清，他遮蓋了加拿大的落磯山脈，魁北克的田園美景只是一片模糊。

不只如此，他談話的主題全是有關他自己。他唱了一首有關他自己的歌，又不斷談論它。在他聽起來是餘音繞梁，卻使他人感到疲憊不已。

嗯，由照片顯示，「自我」去了趟美好的旅程，帶回來的也只有「自我」！他錯失了整個美好旅程，因為他只想到自己和只顧自己而已。然而接下來的故事，告訴我們他有多麼大的改變！

戰後我們再次到那裡拜訪，不期而遇地再見到那位年輕人。他目睹許多的前線戰役，也曾受過重傷，眼見他的弟兄們在他身旁死去，他最摯愛的軍中牧師壯烈犧牲。

某天，在戰場上的無人之境裡，「自我」被滿是刺的鐵絲網刺穿，深埋土中，與世長辭。在談話不久後，我們問他：「你有帶回什麼照片嗎？」他說：「只有幾張，你們想看一看嗎？」而在那幾張照片裡，我們沒有看到他，「自我」完完全全地在每個情景裡消失了。現在，雖然他曾是個受難者，但他熱衷服務大眾，因顧及到他人極大的需要，使得他的「自我」已不見蹤影。

他確實曾受過痛苦，人跛得很嚴重。但在

我們拜訪時，他一次都不曾提及他的需要、他的痛苦，或是甚至有關他自己。這真讓我想起一句聖經章節——約翰福音 12:24：

「一粒麥子不落在地裡死了，仍舊是一粒。若是死了，就結出許多子粒來。」乍聽之下，這麼說似乎自相矛盾。生命會從死亡中產生；除非你曾經歷死亡，否則你永不會真的生活過。同樣的道理，除非你給與出去，否則你不能真正獲得。

生活眼界狹隘、封閉又自憐自艾的人，總以為宇宙繞著他們旋轉，因此他們過著最孤獨的人生，也總是孤家寡人。通常他們也感到生命毫無價值、徒勞無益。

有人曾巧語說：「世上最小的包裹是自己包裹著自己。」真是一點也沒錯！這與一個真正基督徒的生命，一個全心奉獻、捨棄自我的基督徒是多麼不同。他們已與耶穌同釘十字架，並重生成為新造的人。

如保羅所說：「現在活著的，不再是我，乃是基督在我裡面活著。」（加拉太書 2:20）不再自我沉迷，不再以自我為先，相反地讓心中的耶穌做主，把生命投資在更大的利益上——把生命奉獻給他人而從中得到真正滿足的財寶。

不是自私自利，而是把生命奉獻出去。上帝應許：「若是死了，就結出許多子粒來。」這個讓耶穌掌控的新生命願意為他人犧牲，因此便能真的結出許多果實——與他人的心靈互動、與上帝的心靈溝通，並帶來永恆的平安、喜樂和財富。

這才是幸福的生活！這才是有用處的生命！這才是沒有孤寂的人生！「自我」的死亡將為你帶來前所未有的無限喜悅。

——維珍尼亞·布蘭特·博格



為他人



主啊，幫助我每天
以如此忘我的方式來生活，
即使當我跪下禱告時，
我的禱告也是為了他人。

請幫助我無論做任何工作
都是誠摯而真心的，
並知道我為您所做的一切
都必須是為他人。

讓自我被釘十字架、被殺死，
並被深埋在地下，
因我的努力全是白費；
除非我生活是為他人。

而當我在世上的工作結束，
我在天堂的新工作開始時，
願我會忘記我已贏得的冠冕
而仍然只是在想他人。

他人，主啊，是的，他人！
——但願這是我的座右銘。
請幫助我去為他人生活，
所以我才能更像您一樣。

——伊莉莎白 A. 芬雷

下期預告…

你可曾有過非常沮喪的經驗，以致你甚至無法自拔呢？其實這種情形發生在很多人身上。我們全都知道，生命本身就是一場戰鬥，我們會面對不同的挑戰、困難，每天要面對各種不同的人和事。我們明明清楚知道，事事不會都像我們所希望的那麼順利。可是，當我們真的與那些困難、阻礙，甚至於失敗面對面時，我們的心情便會沉到谷底，並無法如我們所希望的那樣，去勇敢地面對問題。在另一方面，有一場屬靈的戰爭正在進行著，我們靈魂的敵人，會嘗試使情形看來似乎更糟，所以我們會感到更為沮喪，有時無法再站起來，結果甚至會變成長期的問題。但在隧道的末端，總是一片光明、充滿希望！那位創造了我們的上帝，知道這一切，祂不會免除我們生命中的考驗試探，但祂非常樂意幫助我們克服這一切！今天，憂鬱症是個大問題，那就是為什麼我們在下一期的《活躍人生》中要談到這個主題，與大家分享如何戰勝和克服它！或許你現在沒有這方面的問題，但或許你的朋友或家人有，那麼你便能了解他們，並進一步幫助他們。請千萬別錯過！

末世的 十四個要點

概觀聖經對末世的預言（三）

本文頭兩部分概括末世頭十一個主要的階段或事件：1) 各種不同的末世徵兆。2) 世界獨裁者「敵基督」的興起。3) 「盟約」的簽署——「敵基督」七年統治的開始。4) 三年半後，盟約被中斷。5) 空前絕後的災害和苦難時期——「大災難」。6) 一場核戰將在一小時之內摧毀「大巴比倫」，即那大淫婦。7) 「升天與主相會」——耶穌將在「大災難」末期再臨，並把自己的兒女救出這個世界。8) 耶穌為祂的教會在天堂裏舉辦盛大的「羔羊婚宴」。9) 上帝的大怒傾覆在惡人身上。10) 善惡之間的浩大戰爭——哈米吉多頓之戰。11) 千禧年——耶穌基督統治世界的千年。

12. 歌革和瑪各之戰

在千禧年的尾聲，撒旦會「暫時」從囚禁的無底深淵裡被釋放出來，讓他有短暫的時間來欺騙那些尚未歸依上帝的反叛者。他們會再次全心追隨撒旦，公然反叛上主及祂的政府。

這場叛亂將以慘烈的歌革和瑪各之戰收場。在這場戰爭中，上帝將從天上降下大火，徹底把這些叛徒毀滅。事實上，這將會是一場浩大的彌天大火，以致徹底燒毀地球表面；而且天際將會像卷軸那樣地被捲起來，並隨著一聲巨響而消失。（啟示錄 6:14；彼得後書 3:10）在此之後，上帝將重新創造整個地球成為一個美好嶄新的世界，不再有海洋（可能還會有許多湖泊），不再有污染，不再有魔鬼，因為魔鬼將會被扔到「火湖」裡去（啟示錄 20:7-10; 21:1）。

13. 白色大寶座前的審判

歌革和瑪各之戰的高潮過後，所有尚未得救的人都會復活，接受「白色大寶座前的審判」。在

寶座前「書卷打開了」，這些人都得按照生前的行為來接受最終的審判，並且被指定他們來生的去處（啟示錄 20:11-13）。最壞、最殘暴和最邪惡的人將會被送到地獄裡或煉獄中接受懲罰和潔淨。與此同時，那些曾力圖行善卻因沒有聽過福音而未能得救的人們，他們的名字將會被記載在「生命冊」裡。他們可以得到接受耶穌的機會，並在神奇美好的新地球上安居樂業（彼得後書 3:9；提摩太前書 2:4；彼得前書 3:18-19）。

14. 新天新地

上帝的龐大「天堂城市」將會降臨到這個由上帝重新創造的美麗地球上。上帝將會親自與我們一起生活在地球上（啟示錄 21:1-3）。這座天堂城市大約有 1,500 哩（2,400 公里）長，1,500 哩寬，1,500 哩高（啟示錄 21:16）。

整座城市是用純金造成的，像玻璃一樣明淨（啟示錄 21:18）。透過這些透明的牆壁，我們將可以看到城外已經完全重新整頓和重新創造了的美麗大地。地上居住著新的國民，他們會切實認識上帝的公義、良善和愛。到最終，由於上帝的憐憫和公義，地上和地下的一切懲罰都會終結。幾乎每個曾經活過的人，最後都會與上帝和好，他們或是與上帝的選民生活在天堂城市裡，或是住在城外。「上帝不願有一人沉淪（滅亡），乃願人人都悔改。」（彼得後書 3:9）「祂願意萬人得救，明白真道（真理）」（提摩太前書 2:4）「叫一切在天上的、地上的、和地底下的，因耶穌的名，無不屈膝，無不口稱耶穌基督為主，使榮耀歸與父上帝。」（腓立比書 2:10-11）

* * *

你將升天與主相會和參加「羔羊的婚宴」，並享受千禧年裡的人間天堂，及住在上帝那永恆的天堂城市裡嗎？你是否已經得救，被上帝允許住在這座偉大的城市裡呢？如果你還未得救的話，那麼就接受耶穌為你的救主吧！你將立刻可以成為這座偉大黃金城市的永久居民，並且在此生就能預先嚐到天堂和永生的滋味！◆

>> 約瑟坎德爾

根據大衛博格的
著作編撰 >>

幾乎每個曾經活過的人，最後都會與上帝和好，他們或是與上帝的選民生活在天堂城市裡，或是住在城外。

永遠伴你左右

在你孤單時，到我這裏來。我深摯地愛著你，並總是隨時在你左右。我是你忠貞不渝的伴侶、你最好的朋友。

當你感到無人在乎、真愛無處可尋時，我要你躺在我的懷抱裡來得到平安。當你沮喪灰心，覺得自己一無是處時，請凝視我的面容，看我對你展開笑靨，因為我愛的就是這樣的你！當你感到擔憂或受挫時，奔向我。我會是你完美的伴侶。當你覺得沒有人可能了解你所經歷的困境時，我要你奔向我，我能了解一切。愛慕思念我吧！我將滿足你的每個需要。

你我在一起共度的這些特別時刻，會使我們的愛日漸堅定，使你我之間的關係更為深切，超過任何世間上的愛或感情。與我結合為一，會為你帶來最大而持久的幸福，和無比的充實和滿足。

愛你的耶穌



來自耶穌的愛