

# 活躍人生 activated

改變你的生命 | 改變你的世界

## 以愛的方式來表達

那會造成極大的差別！

## 舌頭

你的會傷害還是醫治？

## 末世洞察

獸印會在什麼時候開始？



您若有興趣訂購內容廣泛之書籍、視聽產品，來餵養您的靈魂、激發您的精神、加強您的家庭、為您的孩子提供快樂的學習時間，請與我們以下之分發單位聯繫，或請您瀏覽我們的國際網站：  
www.activated.org

#### 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 Ministries

P.O. Box 462805  
Escondido, CA 92046-2805  
USA  
info@activatedministries.org  
(877) 862-3228

#### Activated Europe

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

#### Activated India

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

Vol 7, Issue 8 August 2006  
Traditional Chinese

第七卷 第八期 2006年 8月刊  
主編 基斯腓立普斯  
本期譯者 陳瑪莉、徐琬祥  
美術設計 吉賽爾李菲爾、馬柯  
插圖 道格卡德爾  
發行人 徐玲

生命的成功之道起始於我們個人與生命造物主有良好的關係，緊接著的是與周圍的人有良好的互動。事實上，這兩者若缺乏其中之一，

要感到真正的快樂是不可能的。耶穌說：「你要盡心、盡性、盡意愛你的上帝。這是誡命中的第一，且是最大的。其次也相做，就是要愛人如己」（馬太福音 22:37-39），祂在告訴我們這兩種關係成功的關鍵何在。

關於第一條誡命，令人驚歎的事就是當你愛上帝時，你一定會感受到祂回報給你的愛的。當你感受到祂的愛時，你不禁會對生命充滿希望及感到興奮無比。當你知道你是祂心愛的特別造物，這會驅使你以正確的觀點去看其他一切事物，包括那些令你困擾、使你沮喪、甚至有關你個人的小事情。祂以祂想要的方式創造了你，包括你的缺陷和所有一切，但是祂還沒有完工。你是個不斷在進行的工程，在上主的幫助之下，你每天都應該、並能夠有所進步。每天都是一個新的挑戰、新的機會、新的冒險，任何事情都是有可能的，因為對上帝來說，沒有事情是不可能的！

當你以這種態度來面對人生，那麼第二部分——與人友好相處——自然而然就會產生了。你在贏取或保持朋友關係上就不會有困難，因為你的愛、信心和正面樂觀的態度，將有如磁鐵般地吸引他人。

與上主之間擁有這份特別親近的感覺，也可以幫助你克服所面臨的問題。祂有你所需要的一切——愛、快樂、生活的目的、答案，還有更多。而藉著愛祂，會使你與祂協調一致，步調也一致，讓你能夠得到祂要給你的。祂離你並不遙遠，也不會使你無法理解或觸摸不到。耶穌說：「天堂的王國就在你裡面。」享受它和把它四處傳播出去吧！

KEITH PHILLIPS

「活躍人生」編者謹上

© 2006 Aurora Production AG  
All Rights Reserved. 版權所有，  
翻印必究  
www.auroraproduction.com  
文內聖經章節摘自《和合本聖經》、  
《當代聖經》、《現代中文譯本聖經》  
或《聖經新譯本》。

歡迎您訂閱《活躍人生》雜誌！請利用郵政劃撥帳號19610600，戶名為金曦國際有限公司，一年訂閱費為新台幣600元，兩年為新台幣1200元，如此類推。請在劃撥單上註明您的姓名、電話、及通信地址，及訂閱年數。如欲使用信用卡訂閱，請與本雜誌分發者或本公司連絡，以便處理細節。

# “Glafaf”

潔西卡·羅伯茨

拉著米格爾的褲管，一歲半的格蕾絲叫著：「GLAFAF！」「GLAFAF，請！」她用悅耳的音調重複這麼說。米格爾看起來很困惑。這是他幫我照顧一群剛學走路小朋友的第一個早上，他還沒有學會如何去辨識他們的學前語言。

格蕾絲的懇求變得更加急切了。「米格爾，GLAFAF，請！」

米格爾面帶疑惑地問我：「她在說什麼？」

「她想要聽一個用法蘭絨板來展示的故事，」我笑著說：「現在是講故事時間，也就是把剪出來的人物、動物，黏附在那塊法蘭絨板上來講故事。」我蹲下來問格蕾絲：「寶貝，妳想要聽哪個故事呢？」

「FLOWCAKE！」是她滿意的答覆。

「雪花（SNOWFLAKE）的故事，」我告訴米格爾。而格蕾絲則快樂的在一旁微笑著。於是我取出雪花故事裡的各個角色，把它們與故事解說一起拿給米格爾。與此同時，格蕾絲和其他的孩子在他們的椅子上坐好。我向米格爾解釋：「這是一隻任性、名叫雪花的小羊的故事，而牠學會了遠離牧羊人身邊是不對的這個教訓。我還有一、兩件事要做，但是我會在幾分鐘之內就回來。你做得到的！」

米格爾對此仍不大確定。「你是怎麼聽得懂他們講的話的？對我來說，他們的話聽起來就像是胡言亂語。」

我邊走出門口，邊這樣回答他：「你就是必須要有耐心，和願意用心去聽他們實際上嘗試要告訴你的的是什麼，而不只是他們講的詞彙而已。」

米格爾應付得很好，但是過了幾個小時後，我的日子卻變得糟透了。我與我的男友再次爭吵，我那時已經準備要放棄了。就當我其中一位年輕學生的母親麗蓓嘉詢問我那裡出錯了時，我仍然很生氣。

「男人！」我說話時禁不住把抑制在心的那股挫折感發洩出來。「他們真令人受不了！我的男朋友可以是個很好的人，但有時我就是無法了解他！



我們在一起時，其中有一半時間是美好的，但在另一半時間裡我們似乎完全無法溝通！他到底想要什麼呢？！」

當我在發洩時，麗蓓嘉同情地點著頭，就在我激烈的長篇大論快要說完時，她說：「我知道你的感受。有時我對我的先生也有同樣的感覺。」

我盯著她看。麗蓓嘉是那種溫和、平靜，好像不可能會發脾氣的人。我無法想像她會對任何人生氣或與惱怒。「秘訣是什麼？」我問她：「你是怎樣處理，和保持如此平靜而不受困擾的？」

她想了一會兒。「嗯，我學會了必須要有耐心，和願意用心去聽我的先生實際上嘗試要告訴我的，而不只是他講的詞彙而已。」

竟然聽到我自己曾說過同樣的話，不禁使我開始深思。有多少次我沒有向我的男友或他人顯示出，我學會向孩子們顯示出的、相同的愛和耐心呢？在那天，我決定要做一位更好的傾聽者。與其被惱怒的語氣、受挫時所講的話所影響，我會聆聽對方內心嘗試要說的話。我發現那麼做運用在成年人身上也很有效果呢！ □

潔西嘉·羅伯茨是家庭國際基督徒聯會在墨西哥的一位全職義工。



# 良好的溝通

## 與

人們交談，你若不確定是否了解他們想要告訴你的內容，或不清楚知悉他們對正在討論之事的想法，這時候，你就應該問他們。很明顯的應該這麼做，不是嗎？但令人詫異的是並沒有多少人會這麼做。這通常是因為他們認為應該了解的事、卻不了解，因此害怕去承認這事實；又或許是顧慮到發問的話，會使對方感到困窘。然而，你要去問，這的確會有幫助，因為有些人並不總是很快的就會打開心扉、訴說他們真實的感受。

在我上大學的第一年，我學到了與此有關的功課。我一向是個非常怕羞的人，但在大學時，我開始和一些與我同年齡的人有互動，沒多久我與一位名叫韋恩的男孩交往。他真的是一個很和善可親的男孩子，我們一起到過很多地方，並且渡過許多快樂的時光。在那時，我

從未想過我們之間的溝通其實並不好，我們也從未談論過心事。我非常喜歡他，我以為他也喜歡我；我必須說「我以為我非常喜歡我」，因為我們從未互相談論過對彼此的感覺。

我從未覺察到我們之間有問題存在，直到我開始鍾情於他。他也是個很害羞的人，或許害怕事情會變得太認真，因此他開始與我疏遠，而那真的打碎了我這個小小的心靈。藉由思考和祈禱，我試著探討出錯的原因，終於我了解了。其實我並不知道他在想什麼，而他也不知道我的想法。我意識到我們之間根本沒有任何深入的溝通。

我想：「為什麼我沒有問他呢？我們為什麼不曾互相交換自己的感覺和想法呢？」我們若曾經那麼做的話，事情就會變得單純許多，而我也就會明白他的感受了。如果我們坦誠地交談，那就可避免我不了解他的感受的這整個問題。他個性安靜，很少說話。但我若藉著發問來幫助他的話，他是可能打開心扉的。我們若曾善用些交談的機會，稍微努力嘗試向對方說出心裡的話，我們原本可能解決這個問題，或至少知道彼此的想法了。

即使是個性十分內向的人，幫助他們打開心扉通常仍是有可能的。非常內向的人大多數並不想要那樣，他們需要別人



## 如果人們能彼此誠實與互相坦白溝通的話，這將會大大減少誤會的情形發生。

的幫助。因為要他們說出心事或表達自己的感覺是很困難的，他們需要你以溫柔、機智的問題來引導他們，比如你可以問他們：「你這樣說是什麼意思呢？」或「你能解釋給我聽嗎？」

如果你用對方法，大多數人到最後是會打開他們的心的。他們通常也知道自己需要比較外向點，他們想要與別人溝通，他們其實不想要躲在自己築起的牆後面，他們需要有人能以體諒的態度來幫助他們吐露心聲。如果你真的對人們有興趣，並且愛他們，那麼你便需要學習怎樣幫助他們走出他們的象牙塔，嘗試做出反應、回答他人和溝通。

我從與韋恩交往的經驗中學到一個很好的功課。我學習到誠實、坦誠、謙卑溝通的重要性。我學習到當我不了解某人時，需要嘗試引導對方誠實的說出他的感覺，而我也需要這麼做。

有些人天生就非常坦白直率。他們心直口快，不需多久時間你便能知道有關他們的一切。但是有些人並不期望你對他們那麼感興趣，或關心他們，特別是關心到願意聆聽他們的心聲或分憂解愁的地步。他們沉默寡言，靜靜地忍受一切。嗯，你可以欽佩他們能忍受一切和不願使別人沮喪之能力，但如果他們能誠實坦白一點，便能得到一些同情、禱

告和幫助，豈不是更好嗎？

默默地受苦只會使每個人感到痛苦，因為別人通常能感覺到有些事情不對勁，因此他們也會跟著擔心起來。他們不知道你是否在生他們的氣，或你是因別的事在生氣，所以他們不知道該如何幫助你。把心事說出來能避免他人的誤解，幫助當事人得到禱告、同情和鼓勵，這些是當你感到沮喪灰心時，也會感激能得到的一切幫助。

當你心情沮喪，或在面對一些問題時，抱怨是沒有用的，但是告訴某人是無害的，因此他們可以為你禱告，也許甚至能給你一些建議或幫助。即使與你交談的人沒有什麼解決的辦法，通常也只是談論問題本身而已，但藉著這麼做可以幫助你抒發心情。有時就在你交談中，上主會給你一個解決辦法。當然，你應該盡力去尋找一位明智和成熟的人來談話，因為你不想使其他人也一起感到沮喪。還有，你至少能請求禱告，而那本身就能為你帶來很多好處！

如果人們能彼此誠實與互相坦白溝通的話，這將會大大減少誤會的情形發生。開始時這麼做可能有點難，但是當你盡心努力嘗試去做時，就會變得越來越容易了。上主祝福誠實和良好的溝通。 □



## 「兒女是耶和華所賜的產業」(詩篇 127:3)

我們任何人能得到的最寶貴的禮物之一，就是成為父母，和經由小孩子而感受到上帝的愛，他們是那麼的甜美和美麗。他們其實全都是祂的孩子，只是祂把他們委託給我們來照顧，並要我們去愛和栽培他們。他們是上帝的一個禮物，但就像在我們花園裡的花一樣，我們必須照顧他們。在這種情況下，上帝的禮物也是上帝的工作。

上帝自己表明了祂要我們怎樣與我們的孩子相處的榜樣。祂充滿公正、憐憫、愛和耐心，但當祂看見我們誤入歧途時，祂也會堅定地管教我們。就像牧羊人如何對待一隻走入歧途的綿羊一樣，祂有時必須讓我們感受到祂那牧羊杖的責打，以便幫助我們回到正途上。祂是個充滿愛心的上帝，然而當我們需要糾正時，祂也是位知道怎樣改正我們的好父親。

如果我們以正確的方法來教導、訓練和指引我們的孩子，並且以身作則、做好榜樣的話，他們的一生都會受益。「教養孩童，使他走當行的道；就是到老，他也不會偏離。」(箴言22:6)「你的兒女都要受耶和華的教訓，你的兒女必大享平安。」(以賽亞書54:13)

--大衛·布蘭特·博格



達莎艾莉米法

當我的女兒卡瑞娜還在學齡前時，我一直在想我能怎麼做，來幫助她學習明白行為不當是不對的。每當她被糾正時，就經常會大鬧一番、抱怨、哭泣，而這使我覺得相當有挫折感。

之後，我想到了一個幫助卡瑞娜克服這個困難的方法。當她對她的妹妹不友善、或對她的父親或我不敬，或沒有原因的小題大作或哭鬧時，我就會握著她的手向她解釋，她正在做的事是非常不好。然後我會帶她到隔壁的一個安靜房間裡，向她解釋她需要留在那裡一小段時間，好讓她可以好好想一想她的行為與禱告一下。還有想想如果情況牽連其他人在內的

話，她應該要怎樣做才能補救。

在剛開始時，這麼做對我們兩個人來說都很難。她通常會哭得更誇張，但是我仍會讓她留在那裡幾分鐘，之後我會進去和她談一談有關她的行為。然後與她一起禱告，為她祈禱她會因此學習更乖一點。最後以充滿了解與寬恕的擁抱和親吻，來結束我們這個小小學習功課的時間。如果她的壞行為傷害、冒犯或惹惱別人的話，我會請她去向對方道歉。在我持續這麼做幾個月之後，我看見卡瑞娜的行為有了顯著的好轉。

當我剛開始使用這個方法時，我擔心卡瑞娜對於必須去另一個房間和獨自一人待在那裡而感到怨憤，即使是幾分鐘也好，因此我小心而適度地使用這個方法。我總是會自己先做個簡短的禱告，請問上主我是否必須這麼做。我想那麼做是成功的關鍵。先禱告一下不但幫助我保持平靜鎮定，並且能以慈愛的態度來處理整件事，同時也幫助卡瑞娜更願意接受這樣的管教方式。儘管剛開始時她會抗議，但這種方式起了效用，到現在仍然有效。那減輕了我很多負擔，因為其他的管教方式對卡瑞娜不是很有效。

如今我仍然對卡瑞娜採用這種方法，這已幫助她有一個更成熟的態度。經由這個管教方式，她從中學習到了功課，而不只是害怕管教而已。讓她單獨在房間裡一會兒，自己想一想、平靜下來，然後我與她簡單的交談和禱告，向她解釋為什麼她需要以愛心來對待她的妹妹、服從她父母，或服從規則，這麼做幫助她明白我們管教她的原因。

在每次與她談話、禱告之後，我都會向她表示耶穌和我對她學會了那



麼多功課而感到非常驕傲。然後我也會鼓勵她為別人做些好事情，因此她能繼續使耶穌、我和他人快樂。在這些小小討論時間裡，我也會給她額外的溫情和愛，讓她知道她的錯誤已被原諒了。以這種方式接受糾正，不但帶給卡瑞娜安全感，而且使她樂意嘗試去做得更好。

我們做父母的經常是那麼忙碌，以致認為沒有那麼多時間可以和我們的小孩一起討論太久。不過我發現，雖然當場禱告和討論問題需要花久一點的時間，好讓我的孩子能明白其中的功課，但這麼做到最後反而節省了我更多的時間。然而最重要的事，是這麼一來，可以把重要的生命原則灌輸在他們的心中和思想裡，而且這也是他們與耶穌之間建立一種更好的個人關係的美好方法。這種管教方式可能需要花多一點的時間，可是稍後當他們更服從，和學會為他們自己做正確的選擇時，花那時間真是值得的。□

達莎艾莉米法是家庭國際基督徒聯會在蘇俄的一位義工。

先禱告一下不但幫助我保持平靜鎮定，並且能以慈愛的態度來處理整件事



# 舌頭

C.萊德·巴特斯比在她的詩「一個夜晚禱文」裡，蘊涵了我們每個人每天應該做的禱告。

如果我今天傷害過任何人，  
如果我曾導致任何人誤入歧途，  
如果我曾任性行事，  
善良的上主，請寬恕我。

如果我曾說過無益或虛浮的言語，  
如果我曾拒絕匱乏或痛苦的人，  
如果我因勞累心煩而冒犯了別人，  
善良的上主，請寬恕我。

請寬恕我已經向您承認的罪，  
也請寬恕我看不見、不知之罪。  
父親，請幫助我——  
教導我生活之道。

聖經裡多處提及關於舌頭的力量之事，它可以行善、也會做惡。「原來我們在許多事上都有過失；若有人在話語上沒有過失，他就是完全人，也能勒住自己的全身。我們若把嚼環放在馬嘴裡，叫牠順服，就能調動牠的全身。看哪，船隻雖然甚大，又被大風催逼，只用小小的舵，就隨著掌舵的意思轉動。



## 為什麼我們會說出那些輕率、刻薄的話呢？ 有任何補救方法嗎？ 是的，有！

這樣，舌頭在百體裡也是最小的，卻能說大話。看哪，最小的火能點著最大的樹林！舌頭就是火，在我們的百體中，舌頭是個罪惡的世界，能污穢全身。」（雅各書 3:2-6）

另外，箴言也告訴我們：「生死在舌頭的權下。」（箴言 18:21）「說話浮噪的，如刀刺人；智慧人的舌頭卻為醫人的良藥。」（箴言 12:18）還有，「溫良的舌是生命樹；乖謬的嘴使人心碎。」（箴言 15:4）所以如果你想要健康長壽、過一個有用的生活，你便「要禁止舌頭不出惡言。」（詩篇 34:13）為了你自己和其他每個人的緣故，務必要小心你說的話！

我們多麼常因一句刻薄的話而傷害了某人；或許我們並不是故意的，但那仍是句刻薄的話啊！我們中有些人身上因創傷或割傷留下了傷疤，雖然不再使我們感到疼痛，但它們仍會使我們想起一些也許是多年前發生的事情。然而經由苦毒、忿怒的舌頭之撻伐，而留在心上的傷疤卻會造成多麼不同的影響啊！

以下的另一首詩繼續說明了這個重點：

我若知道我的一句話，  
一句不仁慈、不真實的話，  
或許會在所愛的人臉上留下痕跡，  
我想我不會說它，你會嗎？  
我若知道一句刺痛人心的話  
會烙下不可磨滅的印象  
會在我所愛的人心裡留下又黑又深的傷疤時，  
我想我不會說那句話，你會嗎？

——喬治·馬吉阿斯·亞當斯

你或許曾聽過，又或許自己也曾說過：「棍子和石頭可能會打斷我的骨頭，但是言語永遠無法傷害到我。」噢，那並不是真實的！棍子和石頭造成的傷口是表面的，但是言語的刺傷卻是極度深入的，且需要很長的時間才能治癒。深埋在內心的傷口，通常只有受到傷害的人才能感受，除了天父之外，別人都無法理解。祂看見了，祂也了解；但我們若曾經是那個施加

傷害、造成那道醜陋傷疤的人的話，那該是多麼令人感到羞愧遺憾啊！

為什麼我們會說出那些輕率、刻薄的話呢？有任何補救方法嗎？是的，有！感謝上帝，有！補救方法要從改變內心開始，由我們的心開始。因為「心裡所充滿的，口裡就說出來。」（馬太福音 12:34）只有一種方法能改變難以控制的舌頭，就是改變那控制舌頭的心靈。補救的方法先從禱告而被聖靈充滿開始。當我們按照聖靈來生活時，我們說的每句話都會是充滿愛心和真實的，因為上帝就是愛。（約翰一書 4:8）

因此向祂敞開你的心扉吧，請祂以祂的靈來充滿你。然後在你養成閱讀和吸收上帝的話語這個習慣時，你將與祂建立起一種深入而持久的關係，而那種關係將會顯現在你說的話語和表現的行動上。當祂的話語深植在你裡面時，你就不會說閒話，或說刻薄、苦毒之類的話了。靠自己的力量是永遠無法控制住我們的舌頭的。「惟獨舌頭沒有人能制伏。」（雅各書 3:8）但是上帝能！「在人這是不能的，在上帝凡事都能。」（馬太福音 19:26）

相信上帝可以改變你！相信祂的話語永不會失敗。祂能以祂的聖靈充滿你，讓仁慈和藹之情流動在你的心中，因為祂在掌握你的舌頭和你的生命。於是，你對四周的人將成為一連串的祝福。願上帝在這方面保佑你和幫助你。祂會帶領你通過考驗而得勝的，因為上帝仍坐祂的寶座上，而禱告必會改變事情的！□

# 在孤單28年之後，終於找到了真愛！



耶穌正謙卑地等著你邀請祂進入你的生命中。祂說：「看哪，我站在門外[你的心門]叩門。若有聽見我聲音就開門的，我要進到他那裡去。」（啓示錄3:20）你可以藉著真心地做以下這個禱告，現在就接受祂：

*親愛的耶穌，謝謝您為我而死，因此我能有永遠的生命。現在請您原諒我曾做過的所有錯事和無愛心的事。請您洗淨那一切，並幫助我做更好的人。我需要您的愛來填滿我和滿足我的心。我想要您要給我的天堂般的快樂生活，不只現在就可擁有，來世在天堂裡也會享有它。我打開我的心門和請求您，耶穌，進入我的心中。謝謝您聆聽和回答我的禱告，也謝謝您幫助我去分享您的愛，在他人的生命裡造成好的影響力。阿們。*

莎拉絲曼娜

**多**年前，一名21歲的女人開始了她一生最可怕而漫長的探索歷程。那時她正值青春年華，然而生命中的一切卻在逐一的崩潰。她變得不想出門，不想游泳，也不想搭公車。她無法忍受單獨一人，但又無法與人相處。她很孤單，而孤獨成為她最糟糕的敵人。

大約一年後她結婚了，不久又做了媽媽。但是因為她自己的情況，為人妻、人母的這兩種親情都無法享受。幾年過後，第二個小孩誕生了，但她痛苦的情況依然持續下去。她的家人都嘗試幫助她，但沒有改善的跡象。她看過醫生、心理學家和精神病醫生，但是悲哀和苦惱仍舊困擾著她。到她第三個孩子快要出生時，她開始經歷驚嚇發作之痛苦。這樣的情況一直持續到她49歲那年。

那位痛苦的婦女就是我。我曾經很空虛、悲哀、憂鬱和對生命失去信心。

但就在那時，一個非常特別的「人」進入了我的生命中。我的兄弟開始與我談起這個「人」，以及祂要給我的所有美善事物——主要是祂那無限的愛。以前從未有人對我提過祂、我也從未經歷過這種愛，即使在我的婚姻中也是一樣。

這愛是那麼的美好！在渡過這種痛苦的歷程28年之後，這份愛再次給了我活下去的意志。祂就是耶穌！我每天感謝祂，並要把我的生命奉獻給祂，來回報祂給我的愛。祂為了讓我脫離孤獨之苦和生活在祂的愛裡，曾遭受最殘酷的死刑。祂親自拉著我的手，帶領我進入一個我從未經歷過的新世界來生活，祂還應允我在來生可擁有永遠的生命。因此我在這裡想要說的就是：「謝謝您，謝謝您，耶穌，您拯救了我！」□

莎拉絲曼娜是家庭國際基督徒聯會在阿根廷的一位成員。

# 以愛的方式 來表達

一種食物用不一樣的方式烹調，品嚐起來就會有多種不同的味道。以馬鈴薯為例，就有數百種的烹飪方法。有些食物以某種方式烹煮時，我會喜歡；但是當它以另一種方式烹煮時，我卻一點也不喜歡它們。生吃蔬菜與水果，相較於吃煮熟的蔬果，是兩種完全不同的品嚐經驗。

同樣的道理，不同的表達方式會影響我們的反應。這個原則適用於食物的烹調方式，也適用於我們與他人的溝通和互動上。因此我們的表達方式是非常重要的。兩個人可能試圖使人了解相同的想法，但他們表達的方式可能完全不同。一種表達方式可能帶有負面的絃外之音，不僅傳遞了消極的情緒，也會激起負面的反應。然而另一種表達方式則可能正好是完全相反。無庸置疑地，以充滿愛、體諒別人的方式來表達，成功機率會比較大。愛的表達方式使人們產生好的感受，使他們感到被愛，覺得你喜歡及尊重他們，並對他們有信心。而那麼一來，幾乎總是會贏得他們的合作。

實際上，與人溝通時，使用的詞彙不見得比溝通的表達方式重要。有些時候，我們的確需要指出問題的所在，或說出一些明知對方較難以接受的事情。甚至有時候，我們的態度必須很坦白直接。但只要當事人感受到我們對他們誠心真意的關懷，他們便不會介意我們的坦率。即使我們使用的溝通方式不完全正確，說出的話語不完全適當完美也好，如果人們能感受到你的關心，對他們來說，那才是最重要的，而且在加強你們之間的關係上才最能影響深遠。所以，對人表露出你對他們的愛和信任吧。□

瑪利亞芳婷

## 嘗試運用一點機智

在不對的時間或向不對的人說出不適當的話，經常會被認為是缺乏機智。字典裡對機智下的定義為：「懂得說與做正確事情的能力；在處理困難的情形，或與不易相處的人來往時，不會做出冒犯人的行為；體諒周到；具有外交手腕。」體諒周到的意思是指「對小小的差別方面感覺細膩」。「機智」的英文字TACT源自拉丁文TACTUS，它的本意是「接觸」。

因此，富有機智，和在適當的時機說話合宜的藝術，其實就是要敏銳地去體會到他人的感受，來建立彼此親近的個人關係。這樣做，可幫助我們注意到可能會傷害他們感情的事情，因此便會避免如此做。

我們怎樣才能學會更有機智呢？首先，祈求上主給你這份機智。祈求祂幫助你對他人的感受更敏銳，並培養說話之前先禱告的習慣。□

問：我是個誠實坦率的人。我心裡想什麼就說什麼，但有時卻因為我的誠實坦率而傷害了別人，包括那些對我來說特別重要的人，如我的家人、朋友和同事。當然，我不想要那麼做，但同時我又不想要不誠實、做虛偽的人，不表達自我。我該怎麼辦呢？

# 回答你的問題

## 這

是一個普遍、且令人左右為難的問題，它也反映出發生在今日社會裡的一個趨勢：一種難以抵制的衝動，想要非常誠實、直接和直言不諱地講出一個人的感覺和意見。在許多情形裡，這歸因於誠摯地不想做作或虛偽，這是好的，但這也有它不好的一面。正如你所知的，它能導致彼此的關係緊繃和造成雙方的悲痛。

這可追溯到什麼才是最重要的，選擇表達你自己，還是去做有愛心的事。如果這兩者總是完全一樣的話，就不會有問題了。但事實是我們天生並不總是那麼有愛心。我們不是，但上帝是，因「上帝就是愛」（約翰一書4:8）因此，這實際上是要我們做個選擇，選擇做我們自己，還是選擇做更屬上帝、更像基督的事。當我們自然的反應是說出一些會傷害或冒犯別人的話時，我們便不應該說出心裡話，而是要先禱告一下，請求聖靈給我們適當的話--充滿愛心的話--來說。「基督的愛激勵我們。」（哥林多後書5:14）換句話說，它會抑制我們「毫無保留地想說就說」，反而會激勵我們去做有愛心的事。

選擇做有愛心的事，而不是選擇我行我素，這是你要做的第一步。禱告和請求上帝的幫助是第二

步。下一步，就是要培養這個習慣，而對大部份人來說，那是最困難和需花最長時間的一步。如果你經常做以下這些事，會比較容易快速養成這個新習慣：

- 自問：「這麼做有愛心嗎？」
- 設身處地的為別人著想。
- 小心選擇你說的話。在你說話之前，先禱告一下。
- 要有禮貌。
- 尊重別人的觀點、喜好和感覺。
- 對問題作出建設性的反應。
- 閱讀、吸收和運用上帝的話語。「善人從他心裡所存的善就發出善來…因心裡所充滿的，口裡就說出來。」（路加福音 6:45）

以下這些章節可以幫助你有個好的開始：「凡事不可結黨，不可貪圖虛浮的榮耀；只要存心謙卑，個人看別人比自己強。各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。你們當以基督耶穌的心為心。」（腓立比書 2:3-5）快樂地來做轉變吧！□



# 愛、愛、愛！

--來自聖經的「愛之章節」  
--哥林多前書第13章

「愛是恆久忍耐，又有恩慈。」那表示當你遭受苦難或當別人誹謗你、說你壞話時，你仍是恩慈且願意寬恕。

「愛是不嫉妒。」愛不會嫉妒他人的快樂。愛不會嫉妒他們所擁有的好東西，或他們沒有的問題。當別人得到祝福時，愛會為別人感到高興。

「愛是不自誇，不張狂。」愛是謙虛、自我謙遜。不因驕傲而「張狂」，它也不會貶低別人。

「愛是不做無禮的事。」如果你愛別人，你會有禮貌和體諒他們的感覺。

「愛是不求自己的益處。」真正的愛是無私和給予。

「愛是不輕易發怒，不計算人的惡。」如果你的靈真的是在被上帝的靈所支配操控的話，你就不會那麼容易被激怒，或記錄下別人對你所做的錯事；相反地，你會去尋找與發現他人的優點。

「愛是不喜歡不義，只喜歡真理。」愛的注意力會集中於正確和良善的事上，和遮掩別人的過失和錯誤。

「愛是凡事包容、凡事相信、凡事盼望、凡事忍耐。愛是永不止息。」

## 聖經精粹

### 良好而有益的交談

充滿愛心、健康、明智的言辭，會有正面的影響。

箴言 10:11a

箴言 12:18b

箴言 15:1a

箴言 15:4a

箴言 15:23

我們的生活若與上主保持很親近，我們的言辭便會顯示出來。

詩篇 37:30

箴言 10:31a

瑪拉基書 2:6

我們的交談應該成為他人的一個好榜樣。

腓立比書 1:27a

提摩太前書 4:12

提多書 2:7-8

在適當的時候講正確的事。

箴言 10:32

箴言 25:11

傳道書 8:5b

說鼓勵的話，會啟發激勵和幫助別人。

約伯記 4:4

約伯記 16:5

箴言 12:25

以賽亞書 35:3-4a

以賽亞書 50:4a

好的交談乃是基於上帝的話語。

申命記 6:6-7

詩篇 119:172

約翰福音 6:63

所書 5:19

要談論上帝做過的偉大事。

詩篇 9:11b

詩篇 35:28

詩篇 66:16

詩篇 107:2

詩篇 119:24

詩篇 145:4,7

腓利門書 1:6

# 獸印會 在什麼時候開始？

約瑟坎德爾

# 聖

經啟示錄預言在耶穌返回之前，將有一位眾所皆知的世界獨裁者，即敵基督，會興起得勢和統治世界七年。他將廢除所有的宗教和堅決要求世人都崇拜他。他和他的總理，也就是啟示錄提及的「假先知」，同時也將設立施行「獸印」，以藉此得到經濟和政治上的完全控制權。

獸印將在敵基督七年統治的中期開始實施，這也是「大災難」的開端。這個結論是基於以下之聖經章節的：

「他[假先知]又叫眾人，無論大小、貧富、自主的、為奴的，都在右手上或是在額上，受一個印記。除了那受印記、有了獸名，或有獸名數目的，都不得做買賣。在這裡有智慧：

凡有聰明的，可以算計獸的數目；因為這是人的數目：他的數目是六百六十六。」（啟示錄13:16-18）

我們也知道敵基督將簽署一個為期七年的協約或盟約，而他將在盟約訂立的三年半後中斷這約：「一七之內，他必與許多人堅定盟約；一七之半，他必使祭祀與供獻止息。」（但以理書9:27）

接下來，我們知道在敵基督毀棄盟約之後，他的假先知將會在「聖地」設立一個稱為「行毀壞可憎的」像。這個「聖地」我們假定是在不久的未來，在耶路撒冷的摩利亞山上重新被建造的猶太人聖殿之處或其附近。「他必興兵，這兵必褻瀆聖地，就是保障；除掉常獻的燔祭，設立那行毀壞可憎的。」（但以理書11:31）

在但以理說出那預言的500年之後，耶穌的門徒問祂，祂再次返回和世界末日的徵兆為何，耶穌指出許多不同情況的發展，其中也包括這事件：「你們看見先知但以理所說的那『行毀壞可憎的』站在聖地…那時必有大災難，從世界的起頭直到如今，沒有這樣的災難，後來也必沒有…那些日子的災難一過去…他們要看見人子[耶穌]，有能力、有大榮耀，駕著天上的雲降臨。」（馬太福音24:15, 21, 29-30）

# 夜以繼日

讓我們回顧本文開始時所提及的章節--啟示錄13:16-18，那是關於假先知實施「獸印」的經濟體制之情形，人若沒有獸印，就無法買賣。這種情況再次看來似乎很肯定會在敵基督統治三年半之後開始發生，那也就是「大災難」的起頭。

現在，我們只能猜測這個獸印的型式，它極有可能是一片極小的電腦晶片，或無線射頻識別標籤(簡稱--射頻標識[RADIO FREQUENCY IDENTIFICATION TAG-RFID])，它可植入人類皮膚底下，並與包含持有者之個人和金融資訊的資料庫連線。

距離能夠全球施行這種體制的時間還有多久？現在要完全確定還不太可能，但是以今日科技發展的速度來看，這可能很快就會發生。自從使徒約翰寫下有關敵基督的全球經濟體制之訊息後，已將近有2,000年的時間。在以前，這樣的事情很不可思議。但現在，電腦加上網際網路、電子銀行服務、全球性世界市場和經濟的不斷增長，這已不再是那麼不可思議了！實際上，這似乎是合乎邏輯的未來驅勢，這也是敵基督所預期會發生的。

隨著植入識別晶片(VERICHIP)<sup>1</sup>和RFIDS廣泛地被運用和宣傳後，植入晶片的觀念已經在積極地被世人所推廣。然而，目前尚未到達能夠實施敵基督控制全球經濟的計畫所需之科技的地步。除非世上設立有一個使用共同、通用標準的聯合電子銀行網路，否則他還無法控制全世界的購買與銷售行為。雖然這是未來才會發生的事，但從看到世況多麼快速地往這個方向發展時，這可能很快就會發生了。

<sup>1</sup> 植入識別晶片VERICHIP是一個如米粒大小、能注射到人體內的微晶片。這是美國「應用數碼公司」(APPLIED DIGITAL SOLUTION)的產品，它已被用來監控孩子、罪犯、寵物、老人癡呆症病人等等，在政府機構、時髦夜總會和觀光勝地也用它來作為身份辨識方法。其他的運用方式肯定是會隨後而來的。

在經歷世界史上最黑暗的夜晚之後，我們將會有那最明亮的黎明！迫切逼近的夜晚就是那即將來臨、如惡夢般的「大災難」；而白日，則是基督的到來。

在事情能變好之前，它們必須先變得更壞；儘管這個黑暗世界所帶來的恐怖正在增長，我們知道萬事到最後一定會有圓滿的結局。黎明的前一刻，總是最黑暗的！而情況愈是加速地變壞，也就會愈為快速地變得更好！因此，繼續往上看吧！

我們必須經歷一段黑暗的試煉與苦難的日子，然而在這之後，我們必會進入另一個充滿陽光的境界裡，這痛苦的一切都將像一個惡夢般被除去！終有一天，耶穌將要終止這世界，而我們將離開，遠離所有現世的混亂，與祂一起進入那和平、安靜、美麗、充滿愛、如天堂般的仙境裡！只須再過一小段時間，祂那榮耀的早晨就即將出現了！

—大衛·布蘭特·博格



來自耶穌的愛

## 你的廣告牌

你的臉龐是人生道路上的廣告牌。這是你不用語言表達的溝通方式，你的第一個和最強而有力的「廣告」。

很多人不注重他們的廣告牌所展示的是不是正確的訊息。他們到處走來走去，臉上呈現著他們的擔憂、悲痛或其他的心事。他們心中的內省，和感受到的壓力不自覺地被顯露出來，而那一定會對他人造成負面的影響。若非是最了解他們和最忠實的朋友，他們臉上表現出的那種訊息足以使所有人反感。但另有些人，不管他們正在經歷些什麼事也好，就是有保持快樂的訣竅。他們臉上散發出吸引人的燦爛神采。

因此如果你想要交朋友和保持有朋友在身邊，就讓你的臉傳達出鼓舞人心的積極訊息吧。專心努力流露出愉悅的表情，從中傳達信心、樂觀、善意、容易親近，關心他人，和生活的喜悅之情，不要呈現那種隨情況或你當時的心情而改變的表情吧。

你或許會說：「說起來容易，要去做就難了」，特別是當麻煩即將逼近時。這應該更促使你藉著禱告把你的問題交給我，所以我能幫助你從我的觀點來看事情，並給你解決辦法，以信心取代你的懼怕、以讚美取代你的悲傷。然後你的臉龐便會反映出發自內心的積極感覺。