

活躍人生 activated

改變你的生命 | 改變你的世界

禱告的力量

讓它為你效勞

「安靜下來」

如何得到上帝最好的祝福

我那令人「謙卑」的 治癒過程

上帝奧秘奇妙的行事方式



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 8, Issue 7 July 2007
Traditional Chinese

第八卷 第七期 2007年 7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、馬柏
插圖 道格卡德爾
發行人 徐玲

「上帝總是有辦法跟那些真心尋求祂的人聯繫，」基督徒暢銷作家楊腓力寫道：「特別是當我們減少周遭活動的雜音時，更能如此。」大約三百年前，牛頓也發現了相同的事，他這樣解釋：「我可以用我的望遠鏡觀看數百萬哩外、遙不可及的太空；但我可以放下我的望遠鏡，走進我的房間，關上門，懇切禱告。這麼做，比擁有世上所有的望遠鏡及任何輔助器具之助時，更能看見許多有關天堂的事，且更能接近上帝。」

一句來自維珍尼亞·布蘭特·博格的引言，更進一步描述了沈思禱告的改變力量：「當你放開世間那些使你分心煩擾的事，來到上帝的面前，把心思集中在上帝、祂的偉大和榮光上面時，然後上帝那改變人的力量便會開始運作。」

這解釋了是誰、何時、為什麼和如何轉變的過程，但要轉變成什麼樣子呢？那是最好的一部分！使徒保羅告訴我們：「我們眾人既然做著臉，得以看見主的榮光，好像從鏡子裡返照，就變成主的形狀，榮上加榮，如同從主的靈變成的。」(哥林多後書3:18) 換句話說，我們會得到祂的神性。

既然這種安靜沉思能得到那種結果——即直接與上帝聯繫，使我們的卑微人性轉變成神性，為何我們卻不經常這麼做呢？很多時候是因為受到四周的「靜電干擾」。我們本身的職責、日常工作、四周忙碌的人們、持續面對密集的資訊和娛樂，還有我們自己的思維等常常都會使我們分心。藉著禱告來到上帝面前也的確是辛苦的工作，特別是當我們尚未把禱告養成一種習慣時更是如此。


我們如何把禱告培養成為一個習慣呢？這必須透過充份的動機和有恆的實習鍛鍊。本期雜誌應可助於提供你一些動機，而今天不就是開始實踐的最佳時機嗎？

KEITH PHILLIPS

「活躍人生」編者謹上

© 2007 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。



我那令人「謙卑」 之治癒過程

茱麗亞·凱莉

我不記得童年何時沒有口吃的問題，我記得媽媽最經常告訴我的話之一就是：「慢慢說，講慢一點。」說出每一句話對我來說都很困難，有時我需要花上十分鐘的時間才敢鼓起勇氣問人現在幾點了。我害怕和陌生人講話，因為對我來說，和我的家人和朋友交談就已經夠難了。別人告訴我說他們並沒有注意到，那是因為我避免交談之故。在無法避免的情況下，我會小心選擇要說的話，也盡可能少說，並盡快結束以避免窘迫、挫折、及別人同情的表情。

十六歲那年，我因為曾多次請求耶穌醫治我的口吃無效，以致幾乎確信治癒我並不是祂的旨意。這個問題既然不會消失，我便下定決心要找出些方法來面對它。不過有時我仍會懷疑所有那些禱告為何不靈驗。我就快得到答案了。

有一天當我與耶穌在一起享受寧靜時刻時，內心聽到祂的聲音說：不要祈求我治癒你，應祈求這個毛病使你謙卑。

使我謙卑？難道每次嘗試說話時還不夠使我謙卑嗎？

祂再次告訴我：讓我以我知道的最好方式在你生命中行事吧。一旦你學會了我要教導你的功課，我就會治癒你。

那時我便明白我必須停止要求上帝促成我的計畫，而應該要屈服於祂的計畫。

於是我不再像往常一樣為治癒祈禱，我祈禱我會因口吃而謙卑。我也開始做些我曾盡力避免去做的事—即在大家面前朗讀。我開始在與我每日一起靈修的小組面前朗讀。我相信要耐心地等我必需花很長時間才能讀完一段這件事，對別人來說確實不容易。不過每次輪到我朗讀時，雖然我都會冒冷汗，但我堅持下去。心想，我若持續強迫自己跨越本來的能力限度，到最後一定會有些許的幫助，而結果我真的克服了那個毛病！

在我祈禱使自己謙卑的那週內，我的口吃竟完全好了！那是三年前的事，自那時起我再也沒口吃過。我曾花那麼多年為治癒祈禱，事實上，我真正需要做的是祈禱找出上帝的旨意，並去做祂要我做的事！←

茱麗亞·凱莉是家庭國際基督徒聯會在美國的成員。

安靜下來

維珍尼亞·布蘭特·博格

「你們要休息，要知道我是神。」

（詩篇46:10）上主有一次使用這句聖經章節透徹說明一個至關重要的功課；並示範出當我們在禱告時聆聽祂，祂能給我們具體明確、立即的指引。

我因一件緊急事件必需得與一位婦人聯繫，但卻沒有她的地址。我心中焦慮不堪，感覺若沒立刻傳話給她，便會精神崩潰。當我在為下一步禱告該怎麼辦時，突然想到一句聖經章節的釋義：「只是靜下來。你要安靜，要知道我是神。」

於是我便坐下來，靜下心靈，請求上主去做些事，讓

災難不致發生，而後祂對我的內心細語：寫張紙條送到她以前住的公寓。也許她有事會再回去那裡；或許有人知道她搬到那裡去，在看到紙條後，會通知她與你聯繫。

因此我就寫了張紙條，然後到她以前住的公寓去。就在我剛到達那裡時，紙條還拎在手上，那位我一直想要聯繫，卻不知如何聯繫上的人正巧開車回來！

上帝能把事情順利解決，豈不是很奇妙嗎？我在那時學習到如上帝話語所說的——我的力量就是「坐而不動」（以賽亞30:7）。在如此瘋狂匆忙的現代生活裡，我們更需要這種來自天

上的寧靜時刻，來使我們的靈魂沉浸在平靜之中。唯有我們的意念和心靈平靜安寧時，我們才得以認識上帝——「你們要休息，要知道我是神。」

靜下來如何使我「知道祂是神」呢？祂以這種奇蹟般的方式來回答禱告，再次證明「祂就是上帝」這令人驚嘆之事實。

很多人誤認為這句章節裡的平靜是指某種被控制住的緊張心情，那是種被操練出來的鎮靜，能夠以某種方式來壓抑焦慮。或許他們有時可以做得到，但即使他們真的做到了，那也只是一種表面上的平靜，他們的內心還是有如一座沸騰的鍋爐。那不是我們所談論的平



靜！上帝的平靜不是消極性的。真正的靈性平靜會使我們的思路清楚，它會幫助我們洞悉上帝的旨意和計畫。

我從經驗中得知上帝賜的平靜經常來自試煉及考驗。怎麼會如此呢？因為試煉及考驗可使人在靈性上安靜下來，痛苦則可使人心謙卑。你正在經歷一段困難的時期嗎？那麼便在上主面前安靜與靜下心來，祂會告訴你如何從困難中獲取甜美的果實。祂可藉此教導你美好的道理及功課，但你必須先靜下來。就在你以甜美、平靜的方式全心與祂溝通時，祂才可以對你內心細語。

不是在地震或毀滅人的烈火中，

而是在能化解一切恐懼的靜寂中，

先知聽到了那沉靜、微小的細語。

靈魂啊，在上帝的山上保持靜默吧！

儘管憂慮和需求像大海一樣在四周翻騰，

脫下祈求和心願之靴，

靜下來聆聽上帝要對你說的話吧。

——瑪莉柔勒斯佳維斯

相信上帝的人在黑暗之中應該做些什麼呢？他應該安靜地坐下來和聆聽。讓他信靠主的名，並依賴他的上帝吧；讓他安靜地坐下來，就如聖經上所說的那樣，靜下來和聆聽。首先要做的就是：什麼也別做，只是安靜下來。這麼做雖然違反天性，卻是最聰明的做法。有句話說：「當你慌亂不安時，千萬不要草率行事。」換句話說，當你不確定下一步該怎麼做時，不要只是一心期盼會有最好的結果而急速地盲目行事。

在我生命中，曾多次遇到靈性上的迷霧，當時確實非常想憑藉自己的力量行事。我覺得我非得解開這一團亂麻或找出解決問題的方法不可；必須由自己採取某些行動。天生的能力讓我覺得必須儘快處理問題，然而我已學會儘管有時人的能力或許可以稍微有所幫助，

更好的方法還是把心靈之船的「錨」下去，讓它停泊一會兒，一心只信賴上帝！

靜下來看看上帝會做些什麼吧。只有我們靜下來信靠祂時，祂才能行事；憂慮經常只會阻撓祂所能做的一切。如果我們心煩意亂，心情沈重，祂就無法給我們多少幫助。上帝的平安一定會使我們的思緒安靜下來，並使我們的心靈獲得安歇。

把你的手放在上帝的手中，讓祂引導你進入祂那充滿著愛而又明亮的陽光裡。靜下來，讓祂為你做事。「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝」，藉著在上帝面前安靜下來，「將你們所要的告訴上帝。上帝所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。」（腓立比書4:6-7）↔



我經歷的 第一個奇蹟

多年前當我第一次認識兩位「家庭國際基督徒聯會」的義工時，他們正需要一個地方落腳，於是我便邀請他們到我家裡住，並讓他們在客廳上聖經課，但當時我並沒有立即完全了解他們告訴我有關耶穌的事。雖然我會閱讀他們給我的鼓舞人心之資料，但我仍持有懷疑的態度，與他們還是保持些許的距離。

然後，有件事發生而改變了這一切。

一天當我外出做每日的晨跑時，因背部刺痛而不得不彎下腰，這種刺痛的情況已經延續有一週了。但這次的疼痛非但沒有減輕，反而更加劇烈。那天晚上我開始發高燒，第二天我去醫院做檢查，並向醫生說明我尿裡有血

絲、疼痛和發燒的症狀。初步診斷是我得了嚴重的腎結石。在做了更多檢查之後，他們告訴我第二天會知道結果。

我身心盡悴，便回家休息。我把病痛情形告訴那兩位義工，他們提議與我一起禱告，但我卻頑固地告訴他們：「不行，我不認為我有足夠的信心。」

他們只是微笑地說：「好，我們也為那禱告！」

他們便這麼做了。他們為我禱告，祈求主能快速、完全的治癒我的病，同時也醫治我沒有信心之事。之後他們閱讀聖經裡有關醫治的章節，和要求上帝實踐這些諾言，就如祂直接而明確地要給我的一樣。

在那天結束前，我發現自己不斷的讀著那些聖經章

節，慢慢地我內心開始感到平安下來。某樣新的東西——信心的小小種子——正在我的心裡生根。

第二天早晨我感到好多了，就先到辦公室工作，然後再去醫院做更多的檢查。醫生不斷重讀檢查結果，很明顯的，他覺得非常困惑。最後他把報告給我，並設法向我解釋我已經知道的事：X光顯示我什麼問題也沒有！就連尿檢（首次尿檢時，我親眼看見尿中的血絲）也是陰性的。我已痊癒了！

醫生說我的第二套檢查結果，幾乎像是另一個不同的病患的檢查記錄一樣。但我知道發生了什麼事，它只能被稱為是奇蹟。一週以來我帶著背部的刺痛感跑步，現在那種感覺也消失了。

病痛消失了，腎結石的所有症狀也消失了，信心取代了它們。那天晚上當我與「家庭」成員一起閱讀聖經時，我以不同的心態與觀點來讀它。那些話語不再只是激發知識的來源，而是如耶穌所說的：「就是靈，就是生命」（約翰福音6:63），這些救了我生命的話語也引導我進入了一個美好的新生命。↵

查克·狄爾卡多與妮柯絲·瑪婷奈茲是「家庭國際基督徒聯會」在菲律賓的成員。

ANSWERS TO YOUR QUESTIONS

問：如果禱告後並沒有立刻或很快得到回答，我該怎麼做呢？禱告一次夠嗎？還是我應該繼續禱告，直到上帝回答，或是直到祂明確表示由於某種原因，不會回答我的請求為止呢？

答：禱告是將信心付諸行動，我們禱告，因為我們相信上帝能夠並願意回答。有時，上帝不會如我們想要或期待的那樣迅速回答，而這會考驗到我們的信心。在這種情形下，我們以一種「我仍信賴您會在您知道最好的時間回答我的禱告」之態度，而不是以一種「您為何還未回答呢？」的懷疑責問之態度繼續禱告的話，我們在向上帝表示我們並未失去信心。

不過，有時或許我們應該先暫時停止禱告，至少給自己充分的時間去評估一下當時的狀況。有時候，某些情況會因時間而改變，因此我們可能需要改變或重新調整禱告的焦點。另外一些時候，上帝不回答我們的禱

告——「你們求也得不得，是因為你們妄求。」（雅各書4:3）又或許，我們雖以正確的動機為正確的事情禱告，但從另一個角度來看，因為上帝給了我們每個人自由選擇權，而由於他人錯誤的選擇，所以上帝之手也連帶受到約束。情形若是這樣，較好的作法是祈求上帝改正那問題，或幫助我們從一個壞情況中得到最大的益處。或許上帝在利用這些情況來教導我們某些功課，比如說耐心：「你們落在百般試煉中，都要以為大喜樂；因為知道你們的信心經過試驗，就生忍耐。」（雅各書1:2-3）然而有時上帝的答案已在路上，只是我們還沒看見而已；若是這樣，祂要的是我們以「已經回答」和「在答案出現

前

先感謝祂」之態度來證明我們的信心。上帝有時也可能會用不同於我們所請求，但實際上反會對我們更有益的方式回答，倘若這種事發生，我們需要能辨識它。

無論情況如何，上帝都能向你顯示是否該在那特別情況下繼續禱告，祂也會告訴你如何以最有效的方式來禱告。一旦你確信你的禱告是正確的，你也便能夠確信在上帝所知道的正確時間和適當情況下，祂必會回答我們的禱告。「我們若照祂的旨意求什麼，祂就聽我們，這是我們向祂所存坦然無懼的心。既然知道祂聽我們一切所求的，就知道我們所求於祂的，無不得著。」（約翰一書5:14-15）

與此同時，請繼續相信上帝和祂的諾言、愛、力量、智慧，還有祂一心想要把最好的給你，而你是絕不會失望的。 ←

禱告的力量



具體明確地告訴祂我們想要祂去做的事情。

我們若真的相信，每個禱告都會被聽到及被回答。但我們若不禱告，事情便不會成就！事情絕大半是操之在我們。我們需要去想像那些我們為其禱告的人，並具體明確地請求上主為他們做這事或那事。

我們祈禱時認真或渴望的程度有多強烈，會在回

我們的信心、禱告及我們想要完成的樣子來成就。我們若激發自己為一個需要幫助的人或情況禱告，那麼上帝也會激發祂自己對此有所行動。很多人有這樣一種懶惰的態度——似乎認為無論如何，上主都會處理一切。但事實上是，許多事情是操之在我們的。祂要我們對事情表示關心，並加以禱告，而且

上 主容許很多事依照我們、我們關心的程度和我們的禱告來決定。我們若只是半心半意的禱告，我們只會得到一半的回答。但我們若全心地禱告，我們便會得到一個全心全意而強烈的回答。我們若十分懇切強烈地祈禱，那麼回應也會是強烈的。就如一束集中在鏡子上的光一樣，禱告能量發出時有多強，其回答或反射就有多強。它當初發出的力量有多少，反射回來的力量就有多少。

上主讓許多事物由我們而決定，按照



答中反映出來。就如同一束射到衛星的無線電誘導電波，我們禱告反射回來的程度，在於它原先發出的強烈程度如何。原先發出的能量強度，決定了反射回來和被接收的能量之強度。我們禱告的結果，即我們為其禱告的人得到怎樣的答案或多少幫助，是按照我們為其禱告時所發出的能量而決定。我們發出多少，他就會接收多少，他所接收到的不會超過我們發出的。

為何有些禱告需要較多時間才得到回答呢？有些禱告就像從一顆遙遠的行星反彈回來的無線電波一樣：它可能需要好幾年的時間才會反彈回來，但它最終一定會回來的。

此外，我們或許想立即得到禱告的答案，但上主可能知道這不是最佳時刻。這有點像是把一艘太空船發射到月亮一樣，發射的時間在於地球和月亮之間的位置。他們為何要選某個特定的日期呢？因為太空船抵達月球時，月球需要是在離地球最近的地方，所以當他們離開月球時，月球與地球之間的距離，還是近得足以讓他們及時返家。

撞球比賽對此也可提供恰當的比擬。這種比賽有許多的玩法，但全都在一張有六個球袋的撞球台上玩，而其基本目標大致相同：即用母球（白色球）把其他的球擊進球袋裡。

撞球員控制擊打母球的力道與方向，決定了之後進行的球況進展。最普遍的玩法有

15個編了號的撞球，剛開始時所有的球都被排放在一個三角形內，擺在球桌的一端。由一位球員首先開始擊球或開球，使球擊散在球桌上不同的位置。然後每個球員，輪流嘗試把盡多的目標球擊進球袋內。球員不可用手移動任何球被擊後的位置，而只有在特殊情況下，才可以移動母球。他必須設法以正確的角度擊打母球，使其將另一顆球撞擊至球袋中，或間接將第三顆目標球擊進球袋中。有必要時，可利用球台四周軟墊的反彈力來這麼做。

禱告發生功效的情況也類似如此。上帝制定了比賽規則，祂是開球者。人們和情勢都在祂指定的位置上，我們必須以祂的規則來玩。祂制定了原先的計畫，而我們則需努力利用祂已設立的情況來行事。

每個相關的人或情勢，與下一步會發生的事有很大關連，但我們為他們禱告的方式也會幫助決定結果如何。我們禱告時所說的話或表達方式，我們請求上帝回答的方式，就像我們撞擊母球的方式一樣。力道、角度和我們使球旋轉的程度，全都會影響最後的結果。

球員必須按照各種比賽的規則，依號碼順序將編號的球擊進球袋內。除非輪到去撞擊某個號碼的球，否則你不能預先把那球擊進球袋。而當然，球的號碼是由那位創造撞球賽者所指定的。

身為球員之一，輪到你擊球時，你不能操控那個有號碼的球或母球的位置會在這裡。這些因素取決於開球後，球被擊散的位置，以及之後球賽的進展。你必須等到你的母球與你的目標球，是在得以讓目標球被擊入其中一個球袋的有利位置時，然後，你必須以精確的角度來擊出你的球，才能把目標球擊往你要它前進的方向。

**上帝制定了遊戲規則，
祂是開球者。**

主要球員是上帝。祂是開球和最先將球擊散的人。祂、你和其他的球員，輪流擊球而不斷改變球的位置。唯一的差別是，上帝不是在嘗試擊敗你。你若站在祂這一方，祂實際上是在嘗試幫助你打贏。

這就像打雙打賽一樣：你的夥伴是上帝，你的對手是魔鬼和他的手下。你的夥伴——上帝，在盡力為你「製造有利形勢」。然而，無論上帝把形勢製造得多麼有利也好，你若不好好瞄準再擊出的話，那也是沒用的。

而無論你瞄準的擊球技術有多麼好，那個目標球（你為其禱告的那個人或情況）一定要在某個特定的位置，才能被你擊中。你所做的一切或許都是對的，但如果通向你所禱告的目標之路徑被阻塞了的話，你的禱告就無法起作用。還有很多因素在於你為其禱告的那個人。為了得到你的禱告之益處，你必須在正確的位置上，他也必須在正確的位置上才行。

讓我們用無線電波作另一個例子吧。譬如說，你想經由人造衛星，將無線電訊息發給在世界另一個角落的某人。首先，你的發報機必須接上電流才會有傳送的能力。其次，你的發報機之狀況必須良好。如果它有問題或頻率不正常，或調至錯誤的頻道上的話，它就不會正確運作，對方也就不能清楚地接收到訊息了。此外，天線也必須瞄準好，所以訊息可以對準方向發送到通信衛星上。

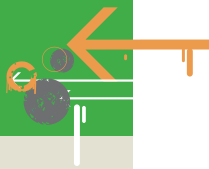
在這個舉例說明裡，你是發報機和天線，聖靈提供電源能量，而上帝的旨意是衛星。就某方面來說，上帝控制和限制你禱告的方向，因為如果你不朝祂衛星的一般範圍裡傳送，你就完全無法傳送任何訊息。上帝旨意的衛星在一個你無法改變的特定軌道上運行，就好像上帝全面性的計劃已經預定好了。你必須借用你的天線把你的禱告，往那已定好了的軌道

範圍內瞄準投射。你若隨意往其他方向傳送是毫無效益的，你必須瞄準才能正中目標。

你若憑聖靈行事，聖靈會引導你的禱告。如果你的發報機是全自動、由聖靈來操縱的話，那麼它就會自動把頻率調整得剛剛好——無論是能量、投射、方向、一切等等，都是由上主本人的電腦來操作，你就不會錯過目標了！反之，你若亂撥號碼盤及亂搞裝配的話，你會因嘗試用自己的方式做事而將整件事情弄糟了。此外，上主旨意之衛星必須在正確的位置上，好把禱告反射至接收禱告的人身上，而那接收禱告的人也必須要在正確的位置上，並打開他的接收器才能接收到你的禱告。

影響整個禱告過程的因素有好幾個，其中之一可能就是為何我們的禱告不總是立刻得到答案的原因。問題可能是在我們；又或許還未是上帝回答的時候，因為祂的旨意衛星還未到達正確的位置；又或許問題是在接收者身上。

禱告在於四個主要因素：你的位置、上



帝的位置，你為其禱告的那個人或情況的位置，還有你禱告的方式。

以撞球的比喻來說，能夠擊球入袋在於母球、目標球及球袋的位置，還有你擊球的方式。你不完全控制全局，你為其禱告的人不完全控制全局，而上帝也特別限制祂自己不完全控制全局，而是讓其他這些因素來影響禱告。

以傳送無線電的比喻來說，祂衛星的位置已固定好，但它怎麼被運用，就在於你和接收者了。換句話說，上帝整體計劃的位置已定好了，但你怎樣在祂的計劃之內配合，則在於你的位置，你在為其禱告的人或事情之位置，

還有你瞄準的方向是否射向上主旨意的衛星。

因此上帝讓事情的情況大多取決於你和他們。祂總是會做祂該做的那份，祂的軌道已設定好了，祂的衛星也總是會在它該在的位置上。因此唯一會改變事情的，就是你的位置、他們的位置，還有你傳送時的力道與方向。

這就是禱告如何發生功效的原理。如果一件事是按照上帝的旨意，也就是以祂所知道、對每個相關的人都有益的事，而你和你在為其禱告的目標都在正確的位置上，你也瞄準對了，那麼你的禱告將會擊中目標，並會得到預期效果！ ◀

**你是發報機和
天線，聖靈提
供電源能量，
而上帝的
旨意是衛星。**

沈思禱告可引領我們到上帝的面前。

詩篇4:4

詩篇46:10

詩篇63:5-6

雅各書4:8

沈思默想上主帶給我們信心、希望和內心的平安。

詩篇16:8-9

詩篇104:34

以賽亞書26:3

以賽亞書30:15

腓立比書 4:6-7

沈思禱告使我們更容易接收到來自天堂的訊息。

約伯記37:14

耶利米書29:13

耶利米書33:3

馬太福音6:6

沈思默想上帝的話語。

約書亞記1:8

詩篇1:2

詩篇119:15

詩篇119:99

詩篇119:148

提摩太前書4:15

就連耶穌也需要禱告和沈思的時刻。

馬可福音1:35

馬可福音6:46

路加福音5:16

路加福音6:12



婦人、 王子和龍 (二)

史考特·麥克葛雷格

在其中的王國，而最後一個王國則還未興起（啟示錄 17:10）。

當我們把這些資訊與但以理書加以聯繫研究時，我們可得到以下的結論：這五個已「滅亡」的王國依時間先後次序是埃及、亞述、巴比倫、波斯和亞歷山大的帝國。所有這些帝國都曾先後征服或做過希伯來人（後來被稱為猶太人）的主宰，讓希伯來人成為他們的奴隸。在聖經舊約全書時期，上帝曾選擇使用希伯來人來行事。約翰得到這個異象和寫下啟示錄那時，

故事到目前為止…

在天堂的神祕婦人生了一位註定要統治世界的小孩，我們很快就明白這小孩就是耶穌。這個有七個頭的龍（也被稱為「大蛇」），不久即被認出來是撒旦。龍嘗試殺死那小孩，但孩子被帶到天堂去，所以他無法這麼做。

之後，龍和跟隨他的墮落使者們，在靈性世界大戰戰敗後被摔到地球上。撒旦現在在地球上，無法再進入天堂宮庭，他以前曾在那裡極力控訴我們。他非常忿怒，因為他將被允許造成人間地獄之苦的時間非常有限。

在天境裡，他被描述為有七個頭的紅色火龍。每個頭上都戴著王冠或皇冠，象徵每個頭是一位國王或是一個王國。在啟示錄下一章裡我們得知，另有一隻有七個頭的可怕野獸，而在第十七章裡清楚地告訴我們，這些頭代表七位國王或七個王國。到了約翰時代，當時已經有五個王國先後滅亡，這些王國曾興盛和敗亡，另有一個是他正生存

那個將領導最後帝國的人身上。

正值羅馬帝國在掌權，他們統治當時的基督徒和猶太人，至於那個「還沒有來到」的帝國將會是敵基督的最後帝國。

從羅馬帝國到現在，沒有任何帝國曾統治過全世界。（當然，羅馬與其之前的五個帝國也未曾統治過整個世界，而只是統治過為人所知的西方世界而已；或是從猶太人的觀點來看，他們所認為的文明世界或是重要得足以被征服的版圖。）然而，這個敵基督最後的帝國，則似乎是全球性的。「也把權柄賜給他，制伏各族、各民、各方、各國。」（啟示錄13:7）因此，所有或幾乎所有上帝的子民，剛開始時將最後一次被龍以敵基督的身份所轄管，但不一定在他的控制之下。

我們也查知啟示錄第十三章裡的獸，是從龍那裡得到牠的權柄的（啟示錄13:2）。所以，就靈性上而言，可以理解龍的七頭與野獸的七頭是一致的。我們更進一步得知，那龍，當他被摔到地球上後，會附身在

龍，將藉由被魔鬼附身的敵基督，去攻擊那婦人，而她會得到一對翅膀以便逃到曠野裡，並在那裡被餵養及保護大約三「載」半的時間。啟示錄和其他一些聖經章節重覆告訴我們，大災難時期將會是1260天。我們在第十二章第六節得知此點，在第十四節更隱密地這樣告訴我們。當1260除以三又二分之一時，答案是360，這是古希伯來一年的日數。因此「載」就是年的意思。

故事繼續...

（啟示錄12:15開始：）龍吐出洪水嘗試淹死那婦人，但地卻開口吞下了洪水，婦人暫時得救了。這場洪水是什麼呢？我們知道魔鬼是說謊者，實際上，耶穌稱他為謊言之父。「因他心裡沒有真理。他說謊是出於自己，因他本來是說謊的，也是說謊之人的父。」（約翰福音8:44）因此魔鬼的行為若與他的名聲相符的話，那麼這洪水很可能就會是攻擊婦人的謊話和宣傳。但是，如壞宣傳經常會發生的情況一

弟兄（上帝的末世信徒）勝過他，是因羔羊的血和自己所見證的道。他們雖至於死，也不愛惜性命。所以，諸天和住在其中的，你們都快樂吧！只是地與海有禍了！因為魔鬼知道自己的時候不多，就氣忿忿的下到你們那裡去了。

龍見自己被摔在地上，就逼迫那生男孩子的婦人。於是有大鷹的兩個翅膀賜給婦人，叫她能飛到曠野，到自己的地方，躲避那蛇；她在那裡被養活一載二載半載。蛇就在婦人身後，從口中吐出水來，像河一樣，要將婦人沖去。地卻幫助婦人，開口吞了從龍口吐出來的水。龍向婦人發怒，去與她其餘的兒女爭戰，這兒女就是那守上帝誠命、為耶穌基督作見證的。

——啟示錄12:11-17

樣，對已聽過一切而厭倦不堪的大眾來說，只是右耳進左耳出的事而已。它遺落在地上，不久就會被忘記了。

即使在這段可怕的期間，婦人會待在某個被稱為曠野的地方，得到餵養和保護，並遠離魔鬼的侵害。這個曠野是什麼？很顯然的那是個敵基督無法傷害到她，他的勢力也似乎無法觸及的地方。這可能真的是個人煙罕至的曠野之地，但更可能是具有象徵性的意義，即敵基督的勢力無法可及的任何地方。比如說，缺乏先進科技、開發中的國家，無法實際全面採用敵基督的「獸印」和全球性的信貸系統的地方。

然而有些遵守上帝誠命和相信耶穌的人，會待在敵基督的勢力範圍內。他們留在敵基督大本營內，為要從事宣揚雙重真理的重要任務——告訴那些仍想知道真理的人有關耶穌的救恩，以及敵基督和他的狂熱隨眾會遭受天罰的事實。敵基督將宣佈這樣的人是顛覆份子、罪犯和國家的公敵，因為他們拒絕卑躬屈膝於他那邪惡獨裁的統治，

所以他將對他們加以迫害。

但所謂的顛覆份子將會獲勝，而敵基督者則會戰敗。就如歷史曾一再顯示的，雖然基督徒曾不斷受到邪惡的迫害，他們到最後總是獲勝，而迫害他們之政體則已被丟進歷史的垃圾箱裡。儘管他們需面對非常艱難的三年半時期和最恐怖可怕的敵人，但上帝會照顧屬祂的人。

她是誰？

這位神祕的婦人是誰？我們知道她在大災難期間會受到迫害，因此顯而易見她那時仍活著。但她在耶穌出生時也存在，因此這婦人不是一個凡人，而是更重要的人物。

就某方面來說，耶穌乃是生自信徒的整體，而這信徒的整體今日仍活著，並會度過大災難時期。她是一位美麗的婦人，身披日光，頭上戴著星星。你若已接受耶穌作為你的救主，那麼你就屬於這位婦人的一部分，即真教會——信徒的整體之一！ ←

心思越平靜，你的禱告就越有力量，越有價值，越深遠，越有效和越完美。

——梅思特·艾克哈

只是想花時間與上帝在一起，心中也沒有任何要求，想找出祂要我給祂什麼，而不是我要祂給我什麼，我有多經常這樣做呢？

——楊腓力

雖然我的需要可能會驅使我禱告，但就在那刻我看清我最大的需要：與上帝本人相會。

——楊腓力

弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念。

——腓立比書4:8

當轉眼仰望耶穌，
定睛在祂美好的面容，
你會領悟到，
在祂的榮光和恩典相映之下，
世上的事都變得暗淡無價值了。

——海倫H.李梅爾



完美的一天

喬伊絲·蘇婷

今天真是完美！它不是完全懶散的一天（當然我也喜歡那種晚起床、一事不做的日子），也不是大有成就的一天或沒有任何問題的一天。只是，今天從開始至結束一切都那麼完美，以致我覺得一定要回想一下這一整天所做的每件事，和嘗試明白是什麼使它如此完美。或許，我能使它再次發生。

我一大清早就醒來，然後步行了兩英里路來迎接這嶄新的一天。在我使身心都準備好來面對新的一天之際，我因我的親人而感謝上帝，並為他們禱告。之後我花時間細讀一些靈性上的刊物，並思忖我所讀的話語，祈求它會改變我。我又聆聽一些動聽的歌曲，其中讚美上帝的歌詞使我的心靈充實無比。接著再花多一點時間去感受耶穌充滿愛心地在我身邊，並欣賞由懸掛在窗邊的一個稜鏡所反射出的一束陽光，它使房間內飄逸著彩虹的色彩。

早餐後，我便著手為我在家中受教育的學生們計畫新學年的功課表，和訂購學習教材，然後教導他們做小一、國一、國三的功課。早上的日程排得滿滿的，但出人意外的，我一點壓力也沒有。真是值得花時間與耶穌

在一起。

當我為午餐準備蔬菜時，開始感到有點低沉，但我發覺在我感謝上帝如何總是供應那麼多健康的食物給我們時，不禁又再次因我的家人和他們的健康而滿心感激。我的雙手很忙，但我的心思卻在遙遠的地方——坐在耶穌腳旁，享受與祂甜美的溝通。那正是我所需要的激勵。

後來我開車出去辦事，在路上我聆聽一些令人感到振奮的鋼琴輕音樂。一路上我與車流同速，卻沒有我通常會有的緊張感。一位上了年紀的老先生的車開在我的前面，他轉彎轉得很慢，別的司機因此很生氣。但我卻在為那位老人家祈禱，並感謝上主，他年紀雖那麼大了卻仍能駕車。我也感謝上主保護我一路平安。

回到家後，除了收發電

子郵件、接電話，及鄰居短暫拜訪之外，我煮了晚餐、清掃，並花了些額外時間與我正值青少年時期的兒子相處。有時我會為他擔心，但當我們坐在一起，分享他的意見、關心之事和夢想時，耶穌幫助我看見我有時會忽略的他那甜美的個性和深度。

傍晚時分，我先生和我一起去散步，我們手牽著手一起看夕陽將雲朵染成淡紫和粉紅，並同時數算著我們所有的祝福。

我知道我不能期望每天都這麼完美，但現在我知道如何使它有更經常發生的機會：我會花時間在與耶穌聯繫上，並藉著把心思轉向祂和祂的恩惠，使一整天都能更新保持那份聯繫。

喬伊絲·蘇婷是「家庭國際基督教徒聯會」在美國的成員。

來我這裡歇息

我非常喜歡你花時間與我親密交誼。這甚至不需有任何交談、禱告或讚美。你若把心思轉向我，並讓你的意念、心靈停留在我這裡，我們就可以在靈裡溝通。

我們可以像一對相愛的戀人一樣，即使彼此間沒有交談，但只要對方在身旁就會感到很快樂。他們相互擁抱、注視著對方的雙眼，那就是足夠的溝通了。他們的心思意念是一致的。他們無需口頭上的溝通，因為他們之間的親密可讓他們知道對方在想什麼。你和我也可如此。你可先開始讚美我或想著我，把你的心思轉向我，沈思默想我對你的恩惠。當你這麼做時，我們就可以開始在靈裡的溝通。

你的心靈需要在平靜和滿足的狀態下，才能夠與我有這樣的溝通。如果你的心情激動或在擔心別的事，這種聯繫就無法發生。這就如學習如何在水裡漂浮一樣。你若掙扎，就會破壞平衡，會中斷與我的聯繫，於是開始「下沉」。但若你向後躺，並集中精神放鬆身上所有的肌肉，隔絕外界的噪音，你將發現水可完全支撐你。那種感覺是多麼美好啊！

我要你學會怎樣進入身心完全鬆弛、讓你的心思只是在想著我的狀態。在那種狀態下，我可以更直接照顧你的靈性，在重要的事情上指引你，並給你解決問題的方法。