

故事比喻(作者不详)

目录:

- 1 爱心
- 2 谦卑
- 3 平安 • 安息
- 4 喜乐
- 5 温柔 • 柔和
- 6 顺服 • 顺从
- 7 忍耐
- 8 殷勤 • 不懒惰
- 9 怜悯 • 同情
- 10 恒心 • 不灰心
- 11 中庸 • 平衡
- 12 谨慎 • 谨守
- 13 宽容 • 饶恕
- 14 真诚 • 诚实 • 不虚谎
- 15 圣洁
- 16 不自私
- 17 公正 • 公义 • 正直
- 18 知足 • 不贪婪
- 19 节制
- 20 不嫉妒

1 爱心

爱的回声

• • 一幼童在树林中游玩，嚷道：「哈罗！」回声也嚷：「哈罗！」他问道：「你是谁？」答声：「你是谁？」他想必是另外一位小孩戏弄他，就生气的说：「你为什么不出来？」答声：「出来。」他十分着急的嚷道：「我要打你。」回声：「打你。」小孩子急忙跑回家去，告诉母亲，有人在树林戏弄他。他母亲很聪明，懂得回声之理，就对孩子说：「你要去嚷：「我爱你。」」小孩子就跑去大叫：「我爱

你。回声也是「我爱你。」这是一个很好的教训。路加福音六章三十一节说：「你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人。」

谁最爱母亲

• • 四个小孩都争着对母亲说：「妈妈我爱你。」以利说：「没有人比我更爱妈妈，因为我最大，我爱妈妈最久。」安娜说：「我更爱妈妈，因为我是家中惟一的女孩。」雅各说：「妈妈，我非常喜欢你，如果有熊追赶你，我要一枪把它打死。」最后的撒母耳说：「妈妈，我爱你，但我不知道要怎样说。」说着两手弊砒母亲的颈项，亲她的嘴。接着四个孩子都和母亲亲嘴。母亲说：「很好，孩子们，我很高兴听你们说爱我。」一会儿，门铃响了，邮差送来一封信，孩子们抢着要将那信递给母亲。母亲拆开信，读完以后说：「这封信很要紧，我要立刻回信，并且今晚必须送到邮局。谁愿为我送去？」以利望望窗外，外面正在下雨，他还有五个算术题目要作。他想，这信为何不能留到明天去送呢？明天上学之时一道送去不是很方便么？雅各也望望窗外，天已黑了，又下着雨，他也不想出去。安娜想：「妈妈不会让我走的，以利和雅各不都在家里么？」母亲为好信出来，看见孩子们都在作事，独有撒母耳穿好靴子，雨衣，望着母亲。母亲把信给他，对他说：「外面下雨，又冷又黑，你不怕独自一人去么？」「妈妈，不怕，因为我爱你，」孩子回答说。你们想，谁是最爱母亲的孩子呢？耶稣说：爱我的就必遵守我的命令，我父也必爱他。

为什么要爱我

• • 一位酒汉，常常酗酒，酩酊大醉，家庭因此逐渐穷苦，妻子忧积早死，遗下一位女孩。一天，父亲对女孩说：「美丽，你为什么要跟我在一起？女孩回答说：「因为你是我的父亲，你爱我，我也爱你。」父亲一想，自己衣衫褴褛，面孔浮肿，自言自语说：「爱我，美丽，我是一个醉汉，人人都看不起我，你为什么要爱我。」女孩天真的说：「从前母亲教我要爱你，不可离开你，因为她说，有一天你会离开酒魔，那时我会多么的快乐。」父亲一听，内心立刻溶化，以后再也不喝酒了。神的爱能够领人悔改，叫人改变。

缅拉以爱报恨

• • 美国独立战争时，一位恶漠谋杀一位基督徒，名叫缅拉，未遂被捕，到处死刑。缅拉想起神的话说：「当爱你的仇敌。」就去求见华盛顿大将，请求赦免恶汉死罪。华盛顿不允，连说：「我不能赦免你不幸的友人的死罪。」缅拉说：「他不是我的友人，乃是谋杀我的仇敌。」华盛顿深受感动说「你为了拯救你的仇敌，竟然远道而来，因着你的爱心，我赦免了他的死罪。」于是写好特赦令，交他带去，赶赴刑场。临刑前的半小时，缅拉来到，恶汉一见，以为他来看他处死，心里憎恨。缅拉急忙走到执刑官面前，递上特赦令，执刑官即时宣布，特赦恶汉，恶汉即刻跪倒缅拉面前，眼中

流泪，感谢他的以爱报恨，救他免死。

印第安酋长爱仇敌

· · 印第安人报仇的心最大，凡杀人者，按照俗例，必要找到仇人，杀死方休。某族酋长马斯其彼顿有一天往远方去，将其长子交托一人照顾。此人杀掉长子，又卖掉一大群马。大家以为酋长必报此仇，不料酋长一天看见仇人，上马宾士追上，追到以后，因心伤痛，颤抖说道：「你杀死我长子，本该受死，而且你所杀的还是承继酋长之位的人，你更当被杀，但我听了很久福音，昨晚和友人在营中围炉取暖之时，又闻牧师傅道说：「神命人当爱仇敌，如你不赦免仇敌的罪，神也不赦免你的罪。」但依俗例，你不能不被杀，所以你要赶快逃走，一生不要见我。」说完非常哀伤。泪如雨下，旁观之人莫不心酸，天上的天使却在为他喜乐，因为他的赏赐是大的。

救了他人也救了自己

· · 从前有两个旅行的人，经过一个地方，看见一个将要冻毙的人，独自僵卧地上。第一个人说：「我穿得很暖，足以抵御外面寒气，我仍要向前进行。」但是第二个说：「我不能对着这个尚有一线生气的人，不顾而去。」他就俯下身子，用力把那个人擦了又擦，最后这个可怜的人勉强张开他的眼睛，总算苏醒过来。于是他和他的恩人并肩走着他们的路，你想他俩走在路上看见了什么？他们第一看见那个自私自利的人已经冻毙道旁。这一个「良善的撒马利亚人」因为尽力拯救他人，因而保全自己的性命，在他努力工作的时候，血液开始活动，增加了他自身的热力。如果你先使人得福，自己也会得福。

如同炭火堆在头上

· · 德国破美因省某一农夫，晚上偶进麦仓，遇一工人偷麦，就命工人将他所偷的麦背在肩上，跟他走出。工人以为农夫必要罚他，那知农夫对妻子说：「我们的邻居偷窃我们作馒头的麦子，他的肚子一定饿了，请你快拿馒头，牛油，牛奶，咖啡来。」妻子拿来放在桌上，农夫就对工人说：「请坐！」农夫和他一同祷告说：「求主耶稣祝福我的客人，祝福我们，并祝福这食物，阿们。」这时偷儿心中又冷又热，因为农夫这样以善待他，使他心中非常难过，好象热炭堆在他的头上，偷儿吃完之后，农夫不但不题仓中所见的事，反而和颜悦色的对他说：「我把这袋麦子奉送给你，愿你平安回去。」农夫待人以善报恶。这是基督徒的爱！

爱人不求回报

· · 有一篇文章的作者说：一九五一年，我在韩战中受伤，躺在斧山港的医院内疗养，有个美国士

兵知道我身上不名一文，就给了我一笔钱，他非要我收下不可，我请他给我他的通讯处，以便将来还钱。他说：「不必了，以后你要像我帮你一样帮别人就好了，因为有一次我在困境中，也有人帮助我一笔钱，那人对我说，要是有一天你能帮助人摆脱困境时，便等于还我钱了。」我们真需要这种「不求回报」式的爱——没有优越感，甘心牺牲的爱——来彼此相爱。

天然的爱和神的爱

· · 人靠肉体出来的爱，好象用牙膏，要挤才有，挤是不自然的，而且会挤完。神给我们的爱，好象蜂房下滴的蜜，是自然流出来的，并且源源不绝。

爱里没有惧怕

· · 不久前我到医院探望一位患肺病的弟兄，我见到一位年老的姊妹也来探望她的儿子，她一路用手帕掩住鼻子进来，因为这是个传染病房，她深怕被别的病患传染，所以用手掩鼻子，人情之常，本来无可厚非，奇怪的是当她来到她儿子病床前，她手放下了，一点不怕传染了，其实她儿子的病情比别人更重。这说明了「爱里没有惧怕」，因为是她的儿子，所以她不怕传染。

爱是一切宽容的根源

· · 宋朝时，有两位兄弟为了遗产的争执，双双跑到知县衙门里去诉说曲直。知县是一位清官，在问明原委后，就拿出一支鞭子对那弟弟说：「你哥哥太不近人情了，他没有爱护弟弟的心，你应该替我打他。」便将鞭子递给弟弟。知县回过头来又对哥哥说：「你弟弟太不尊重你，他没有敬重兄长之心，你也应该替我惩罚他。」说着，也递给他一支鞭子。两兄弟呆呆的站着，说不出一句话。知县就催促着：「快点打！你们俩还要一面打，一面呼叫「哥哥！」「弟弟！」，如果不喊，我要治罪！」两兄弟相对呆了一阵，终于开口了：「哥哥！」「弟弟！」知县在一旁催着：「还要大声点！」「哥哥！」「弟弟！」「……」叫着叫着，两个人的眼眶红了，眼泪流了下来，最后叫声变成了哭声，他俩终于相拥大哭了起来。有了爱，重新唤醒那沉睡的爱，正是一切宽容的根源。

火焰融化铁块

· · 寓言一则。一次，斧头，锯子，锤子聚集在一起，商量如何对付一块铁。斧头说：「我可以解决它」，于是斧头很用力地对着铁块砍了下去，不过，砍了几下，斧头的口钝了，越砍越无能为力了。接着锯子就说：「你不行，还是我来」，于是锯子就用它的锋利锯齿，在铁块上面来回地锯。没有多久，锯齿断的断、缺的缺，也没有办法对付了。这时锤子笑着说：「我早知道你们都是无用的。且看我来显身手罢！」说着，就向铁块一锤一锤地打了下去，声音震耳欲聋。可是锤来锤去，铁块

原封不动；锤子却脱柄掉了。竟想不到在旁的火焰插进来说：「我可以试试么？」大家都轻看它，用藐视的眼光看它要怎么办。火焰不声不响地盘绕着铁块，不住地烧，在它坚忍的热力之下，整个铁块渐渐的烧红了，终于熔化了。

•• 一个刚硬如铁的心，用凶恶的话咒骂它没有用，用强硬的武力对付它也无有果效，惟有爱火能叫它熔化。经上说：「你的仇敌若饿了，就给他吃；若渴了，就给他喝；因为你这样行，就是把炭火堆在他的头上」(罗十二 20)。你用爱来对待仇敌，会叫他的心被你的爱火所熔化。

浑然忘我

•• 在佛德烈堡一场血腥的战斗中，数以百计受了伤的联军士兵躺在战场上。整夜的炮轰和第二天整天双方军队所发的炮弹在战场上空掠过，没有一个人敢冒险去救护那些受伤者。同时在这段时间，战场上传来了阵阵的痛楚呻吟声，和乞求要水喝的呼喊声，但除了炮弹掠过的呼啸声外，没有一点回应。终于有一个勇敢的南方士兵，在堡垒的后面感到他再也不能忍受这些凄惨的哀声了，他燃起了的同情心超过了爱惜他的性命。

•• 这勇敢的士兵跑去向他的司令官说：「将军，我不能再站在这里了，在战场那边那些可怜的伤者，整天整夜的哀求水喝，我真忍受不了，请准许我带点水给他们喝吧。」

•• 司令官叫他弄清楚这种危险的举动，只要他一出现在战场上，就会立刻丧命。但由于他热切的请求，终于司令官允准了他对人类崇高的献身行为，不好拒绝他的请求，并提供给他需要携带的水。这勇敢的士兵跨出堡垒的墙，进行他那基督般的使命。交战双方的士兵都用惊讶的目光注视着他，他匍匐地爬近受伤的士兵，轻轻的用手扶起他的头，拿起杯子将凉水滋润他焦干的嘴唇。联军的士兵立刻就明白这个沉着的士兵向他们受伤的伙伴所作的是什么，一发子弹也没有射向他。他继续着他的工作约有一个半小时，拿水给干渴的伤者喝，歪躺着的扶帮他躺得舒服点，受伤的四肢把它们放妥当，帮他们把头枕在背囊上，将毯子和军大衣给他们盖好，像母亲对待自己的孩子那样体贴；他一直这样的作下去，待到这天使般的职责完成为止，杀伤人的枪炮一声也没有响，都沉寂下来了。

•• 这个沉着的士兵，为了向他敌人作出一些同情的举动，而全然忘记了他自己的安危。这种崇高的自我牺牲只须作五分钟，就比那些自私自利只顾自己的人活一辈子的价值还高。这就是像基督的人生。

不要怀恨在心

•• 托尔斯泰曾写了一篇以「天真烂漫」为题的文章，描述两个小孩在河边筑沟，因意见不合而争吵，最后双方父母竟然也加入了争执的行列。就在双方父母还在面红耳赤相持不下时，两个孩子中的一个却已向对方提议说：「别理他们大人，我们再去筑沟吧！」他们很快就和好了。不肯饶恕人是蒙福最大的阻碍。让我们向孩子们学习饶恕人的美德，不再被恨所支配与羁绊，而具有不恨人的襟怀。

基督为她所成就的

· · 有位祖鲁族酋长的妻子参加救世军举办的聚会，听了福音很受感动而决志信耶稣。当她丈夫知道这事，就以死威胁，禁止她再前往。然而，她为了渴慕听更多耶稣的事，就冒死前往。丈夫知道此事，就在她回来的路上拦住她，狠狠地毒打她一顿，并丢下她躺在那儿等死。过了一阵子，好奇心促使他去找她。发现她不在原来的地方，而是躺在树丛底下。他以残酷的眼神恶意地睨视着她，说：「现在你的耶稣将如何帮助你。」她张开眼睛，看着他，温柔地说：「祂帮助我饶恕你！」

爱是什么

· · 爱是经得起折磨的耐心；爱是寻求一条建设性的道路；爱是不占有。爱不急急要给人一种印象，也不自吹自擂自己的重要。

· · 爱是待人接物总是温温和和的，并不追求一己的益处；爱是不神经过敏；爱是不累计人的坏处，也不絮絮叨叨地陈诉别人对不起我。相反地，只要真理伸张，就与正直人一同快乐。

· · 爱是不知道容忍的限度，对人总不失掉信任，期望也不致减退；爱最耐久；事实上当一切都失败了，爱还是屹立常存。—— J.B. Philips 《哥林多前书》

什么是真正的爱

· · 真正的爱，乃是爱每一个人，不管他们可不可爱；即使我被伤害，仍要去爱。有些人天生就很惹人喜爱，但有些人却不是，他们或许只有自己的母亲才会爱他们，但真正的爱，会叫我为基督的缘故去爱这些人。有些人不喜欢我，而且直言不讳，但我也要去爱他们，他们没法阻止我这样做。弟兄们！爱不纯是感受，爱是乐意的行径，就是你能够很乐意的爱人。—— 陶恕《靠圣灵成事》

三种的爱

· · 「爱」在我们中国字内就是一个，但在希腊文中是三个：(一)普通的爱(Eros)：这个「爱」字是指爱物质的爱；(二)情感的爱(Philos)：这个「爱」字是指人与人间的爱；(三)理智的爱(Agape)：这个「爱」字是指不改变的爱。普通的爱，情感的爱，都会改变，惟有神理智的爱是永不改变的。——《五十灵筵》徐万黎

人如何才能有真爱

· · 今天世界上缺少的，不是牛奶面包，而是爱。因着缺少爱，世界到处才充满了凶杀、淫乱、偷

盗、贪心、...等等的非法现象。电灯没有电源，靠着手摇发电，可以有点微光，但不能持久。人心中若没有神的爱，靠自己情感的爱，还可以表现一点爱心，但是也不能持久。要想你爱的生命丰盛，你必须把你爱的「插头」，接在神爱的源头上，祂会使你成为一个满有爱心的人。——《五十灵筵》徐万黎

灵命八级

· · 「有了信心，又要加上德行；有了德行，又要加上知识；...有了...又要加上爱」(彼后一 5~7)。以上是彼得所提出灵命八级的进度表。第一级是信心，最高级是爱心。—— 桑安柱《这时候》

要本着爱心来责备人

· · 传道人责备信徒的罪，有时难免疾言厉色，但你对他们的灵魂须是爱之顾之，犹如慈母之于婴儿。你手中持有刑杖吗？让他们知道这杖的击打，是爱而不是忿怒。讲道出于热心是好的，但太热是会伤人的。喂婴孩的奶是要温的，但太热了他不能吃。——《五十灵筵》赵中辉

给我们的仇敌吃

· · 当一八五五年，纽西兰有一次战事。克满浪将军和他的兵士扎营在·尔撒托河旁。这时候他们正是缺乏粮草，只好坐待他们仇敌默烈司人的攻击了。现在他们看见有几只大船沿·河湾而来。上面所载的，并不是拥挤·许多凶猛的勇士，却是好些有乳的山羊和蕃薯。那些默烈司人对他们说，「我们听见你们在挨饿。一本传教士所带来给我们的书上说，「你的仇敌若饿了，就给他吃！」你们是我们的仇敌，你们是饿了，我们就给你们吃的，不过是如此而已！」这些船离开他们向曼利而去，好象并未遇·什么非常的事。

失恋

· · 有一天.....一个失恋的人在公园哭泣..
· · 这时一位哲学家走来...轻声的问他说：「你怎么啦?为何哭的如此伤心？」
· · 失恋的人回答说：「呜~~我好难过为何他要离我而去？」
· · 不料这位哲学家却哈哈大笑.并说：「你真笨！」
· · 失恋的人便很生气的说：「你怎么这样.我失恋了.已经很难过.你不安慰我就算了你还骂我？」
· · 哲学家回答他说：「傻瓜...这跟本就不用难过啊....真正该难过的是他。因为你只是失去了一个不爱你的人..而他却是失去了一个爱他的人及爱人的能力。」

仁爱的灵(提后一 7):

- • 1. 爱人，安慰人，缠裹人，以恩待人，不伤害人，不嫉妒人，不践踏人，不定罪人，不幸灾乐祸。「保罗」虽被人离弃，不归罪人(提后四 16)；人对人狭窄，他对人仍宽宏(林后六 11~12)。
- • 2. 一直想定罪人是不仁爱。「眼中刺」(太七 3)；「雷子」降火烧，是要灭人的命，不是要救人的命(路九 54~56)；「西缅、利未」趁怒杀害，任意砍断，忿恨残忍，不可有这样的灵(创四十九 5~7)。
- • 3. 灵要仁爱，也要刚强；光有刚强，而不仁爱，容易伤人，定罪人、责备人，叫人望而生畏。

爱人不是盲目没有原则的

- • 爱人不可虚假，真诚的爱是包含「恶要厌恶，善要亲近」的原则；正如神爱世人，却恨恶人的罪，我们对人也当持守此一原则。曾经有一位姊妹邀约另一位姊妹去参加通宵舞会，被婉拒后，她继而要求说：「你如果还算是我的好朋友，就打电话告诉我妈说我今晚在你家过夜。」类似这样的情形，如果是你，你会答应吗？一个好信徒爱人不可虚假，恶要厌恶，善要亲近。

爱人如己必会带来喜乐

- • 一个真心爱人如己的人，一定乐意帮助别人，也必然从助人当中获得喜乐。曾有弟兄两人到野地散步，见路旁有农人脱下的一双鞋。弟弟说：「吃饭的时间快到了，我们把他的鞋藏起来，开开他的玩笑，看看他找鞋的窘态。」哥哥说：「不可以拿穷苦人的窘态，为自己寻开心，你要叫人开心。」弟弟说：「我怎能叫他开心呢？」哥哥说：「那很容易，你放些钱在他的鞋里，看他穿鞋的时候必是很开心！」弟弟于是每只鞋里放些钱，弟兄二人就躲在树林里看究竟。不久，农人收工了，到路旁穿上鞋子。没走一两步觉得鞋里有东西，就坐下来。脱下右脚的鞋，往外一倒，有钱出来，又倒左脚的鞋，也有钱，他站起来四周望瞭望，不见一人。起初是惊，其次是疑，再后笑了。两个人听见他说：「感谢主！家里正没有钱。」手拿着钱，唱诗歌回家去了，弟兄二人，你看我，我看你，会心的笑了。哥哥问弟弟说：「你今天是否作了赔本的生意？」弟弟说：「不，决不，比看一场电影更快乐多了。」你没有喜乐吗？你若肯用「爱人如己」的心去帮助别人，你会获得无穷的喜乐。

• • ※ 有人说：「爱，是一种哑吧也能讲，聋子也能够听懂的语言。」

- • ※ 有一传道人 Booth 以救济穷人的方式来传道，当受到别人的批评时，他说：「当一个人的双脚被冰冷天气冻僵时，只想用神的爱去温暖他的心是不可能的。」

• • ※ ※ 爱人即是自爱之道，你爱人，神就爱你；你的手作在人身上，神的手也作在你身上。

2 谦卑

乌龟坐飞机

· · 有一乌龟看见老鹰飞翔高空，俯视万物，非常羡慕，于是叨来一杆，对老鹰说：老鹰哥哥，请你叨杆的那一头，我叨这一头，把我带上天去游历一下，老鹰照办。龟既飞腾空中，世人看见乌龟上天，大大喝采。众人赞叹，这个法子，是谁想出来的？乌龟骄傲起来，忍耐不住，于是开口答道：「我呀！」那知这样一喊，杆头就从口中脱出，乌龟立即摔在地上，成为肉糊。

载物越重入水越深

· · 当一只船在水中之时，载物越重，入水越深；照样，一个人的心里越有爱，就越自卑。天平上升的一边，就是空的一边；照样，人若没有爱，他也必定高傲。奥吉斯丁说：「爱是我们的重量。」让我们装满了爱的重量罢！好叫我们自卑。不成熟的麦穗竖得很高，越成熟的麦穗越往下垂。生命越成熟的人就越谦卑。

主耶稣是谦卑的好榜样

· · 我们的主一生在地上所给我们的印象，就是谦卑。祂降生在马槽里面，没有一个人的降生比祂更谦卑了。祂生长在拿撒勒，那是一个很卑陋的地方，是不毛之地。当时犹太人有一句话说，「拿撒勒还能出什么好的呢？」当我们的主出来事奉神的时候，祂的第一件事就是受浸。祂下到水里去，那就是祂接受死亡，站在死亡的地位上，向着自己死。那也是祂谦卑到极处。

神痛恨人骄傲的人

· · 圣经告诉我们说，神最痛恨的就是骄傲。箴言六章说，耶和華所恨恶的，连祂心里所憎恶的，一起有七件事。其中的头一件就是高傲的眼睛，眼睛长在头顶上，目中无人，什么都看不起，就是他最高，这是神所憎恶的。哦，神赐恩给谦卑的人，拦阻骄傲的人。

应当回转像小孩子那样的谦卑

· · 你记得有一天，我们的主耶稣把一个小孩子带到门徒的中间，要他们回转像小孩子一样。在英文里头，有两个字都是指着像小孩子，一个叫 childish，是像小孩的闹脾气；还有一个叫 childlike，是指像小孩的天真。像小孩的天真，这是好的；但是像小孩子那样的闹脾气，这是不好的。主耶稣的那十二个门徒，虽然都是大人，但是你看他们常常在那里吵架。他们吵什么呢？最主要的题目就

是他们中间那一个最大。彼得说他是最大的，雅各也说他是最大的，约翰也说他是最大的，犹大更觉得他自己是最大的。所以这十二个人都是骄傲的人，他们都要找机会表明自己是最大的。有一天，他们又在那里争吵了，我们的主就把一个小孩带到他们中间来，对他们说，我实在的告诉你们，人如果不回转变成小孩子的样子，就不能进天国。在你们中间，凡是谦卑像这个小孩子的，他在天国里是最大的。

真正认识主的人无法骄傲

• • 你知道，一个学生在小学的时候，他还有一点谦卑，觉得自己知道得有限。但是当学生到中学里头，哎呀，世界上难得有一个人像中学生那样的骄傲。他到了中学里头，稍微念了一点科学，念了一点历史，念了一点数学，就认为他什么都知道了。他非常骄傲，觉得他懂，觉得他有。但是这学生如果再去读书，他读了大学，再到研究院里去，得了博士，这时你如果去问他，「博士先生，你大概样样都知道了罢。」他要告诉你，「我连一点点也不知道。」如果我们真是认识主的丰富，我们反而骄傲不来了。

柔和谦卑

• • 有人说得好：鹰、鸵鸟、火鸡的叫声没有一点音乐趣味，只有最小的鸟，如金丝雀、鸫、百灵鸟，才能唱出悦耳的歌声。同理，只有内心谦卑的人，才有柔和的形象。

自己谦卑

• • 戴德生去澳洲领会，主席介绍时说：「今晚在我们中间讲道的是一位尊贵的客人(honored guest)。」戴德生安安静静地站起来，向会众看了一会，诚挚地说：「亲爱的朋友，我只是尊贵主人的小仆人。」生命愈丰富的圣徒，内心愈谦卑，因为他深知自己无论作什么都是借着神作的。

装作客气

• • 有一姊妹在一处带领聚会。她在讲道之先，说了一些客套话；她说：「我没口才，是顶不会讲道的；若是说得不对，请大家原谅...」然后讲到正题，人心颇受感动。会后，有位老姊妹，为要试她是否真的客气，就上前对她说：「你今天所讲的道，顶不合适，毫无精彩。」她一听此话，觉得冤枉，大发脾气地责问那老姊妹：「请你指出我所讲的，有什么地方不合适！」
装作客气没有用，经不起试验；惟有出于里面生命的谦卑，才是神所要的。我们不要装作的死行，乃要真正的生命；不要人造假花，乃要真花。

先降低后高升

· · 有一个基督徒，一日去看望一个商人，商人请他到他屋顶的塔上，观看那地方风景。最叫那基督徒奇怪的，就是商人引他进入一条路，并从那里一直往下降低，基督徒问他：「我们应该是往上走才对，怎么往下去呢？」他的朋友回答说：「是的，我们是要往上去，但我们必须从降低开始。」不久，他们到了升降机(即电梯)门口，在几分钟之间，他们很快的离开了地面，渐渐上升，直到最高处，饱览那地风光。所以，往下走实在叫我们往上升。灵命最大的阻碍，就是自满自足。要使灵命健康长进，唯一不可缺的，就是常常把自己倒空。

欺骗性的自负

· · 有一次新闻漫画家韦勃斯特开个玩笑，他发了二十通电报给他的朋友，这些人是他随便挑的，电文只有「恭喜」两字。据韦氏所知，这些人并没有特别值得道贺的地方；不久，他收到了二十封谢函，每个人都认为他很值得别人的恭贺。他们觉得他们所做的事值得收到别人的贺电。这只是欺骗性的自负很勉强的一个例证。然而我们每一个人也都同样患了这个毛病！一位调查局的官员告诉牧师说，自负是许多罪行的根基。甚至许多基督徒，置自己的灵命于不顾，遮掩自己的缺点和过错，以求博取别人的赞词。自负绝对是敌挡基督的行为！

不要自夸

· · 记得十多年前的一个早祷会，有位七十多岁的老弟兄兴冲冲地作见证说：「我感谢主，七十多岁了，身体还这样棒！我的太太、儿子、媳妇、孙子，全家都感冒了，你看神赐给我这样好的健康，独有我不染上感冒。」他作了见证，有人就附和他说：「你身体这样好，真是返老还童。」大家都在称赞他，我就在一旁害怕，怕他自以为站得稳，可能会跌倒(林前十12)。果然当天下午，他的儿子打电话给我，请我替他爸爸祷告——他进医院了，为什么？重感冒。

夫妻吵架，自尊心作祟

· · 夫妻吵架，通常双方总爱抢着说最后一句话，表示自己理直气壮，得理不饶人；事后却不肯说最先一句话，先向对方伸手来表示歉意。很多时候，我们都是看自己比别人强，所以错了也不肯谦卑认罪，不肯伸手道歉，要错就错到底，真是何等可怜。——寇世远《属灵的耳目》

谦卑的生命

· · (一)当事情成功时，由心底马上归荣耀给主，也归功于人。

- • (二)当事情失败时，由心底马上归咎自己，不推诿他人。
- • (三)某事我不在内，成功与人同喜，绝不吹毛求疵，说风凉话。
- • (四)某事我不在内，失败与人同忧，不说他们不事先与我商量，罪有应得。
- • (五)他人意见与我不同，尤其是反对我者，能虚心接受其正确见解。
- • (六)助人，人不谢恩，会无所谓、一笑置之。
- • (七)事做错了，大大方方的承认，向人说对不起。
- • (八)什么事不懂，便说不懂，不装作样样都会。
- • (九)与人做事，风头让人去出，甘愿作暗中无名的工作。
- • (十)与人做事，静静地学习，欣赏他人长处，不是急急地要显露自己才干。
- • (十一)别人责骂，不马上反唇相讥，或含怒待机而发，反而逆来顺受，苦只吐露主前，有机会时行善以感动对方。
- • (十二)当主用他人不用我时，会像施洗约翰说：「祂必兴旺，我必衰微。」
- • 一 邵庆彰《默想集》

各人看别人比自己强

• • 中国人的谚语说：「癞痢头的儿子，还是自己的好。」意思是说：人总是看自己比别人强。这是人的本性，是人类堕落以后的本性。要叫一个人看别人比自己强，比登天还难。就是作圣徒或神的仆人的，也是如此；总是以为自己最圣洁，或是以为自己所传的信息最好、最合真理。我们当怎样才能作到看别人比自己强呢？就是要「以基督的心为心」；祂不但不以自己与神同等为强夺(紧抓不放)，而且虚己降卑，成为人间最卑微的「奴仆的样子」，只有这样肯降至最卑微的地步的心，才能看别人比自己强。——《五十灵筵》宋华忠

各人要看别人比自己强

• • 中国人有句老话：「文人相轻，自古而然。」写文章的人，总是看自己的文章好。其实不仅文人如此，各业的人都如此；不仅中国人如此，外国人也无例外，都是彼此相轻，看自己总比他人强。虽然表面不说，甚至互相客气，别人称赞你，你会说：那里，那里！岂敢，岂敢！实际心里在说：阿们，阿们！不错，不错！口不应心，是假谦卑。我在日本听说，他们每年都有一本新的字典出版，因为原有的字汇不够用，必须吸收外来语以充实本国语言。日本人最会吸收别人的长处。换句话说，这也是日本人的长处。我们都应该拓宽胸襟，各人看别人比自己强，如此就有福了！你就截长补短，成为你的享受了。——寇世远《属灵的耳目》

谦卑

• • 货越多，船就越下沉；果越重，枝就越下垂；树越大，根就越下扎；多蒙神恩的人，也是这样。得恩不多的人，反多因其所得的恩而自高；谦卑的人，都是满受神恩的人。惟有神能叫人谦卑。谦卑不是少想自己，乃是不想自己；谦卑非小看自己，乃是不看自己。真谦卑的人，都是真死己的人。己不死，虽然在外面或者没有什么；但是在内里总是偷荣自己！真的，人心比万物更诡诈(耶十七9)。但是，谦卑是一件事；畏缩又是另一件事。此二者不可稍混。藉·己力和顺·天性(有的人天然很谦卑)的谦卑，都是引到畏缩；放弃就是其终局。在主里面的真谦卑，并不是遇事推诿，畏缩不前，假借谦让之名；乃是在神的诸事上，一方面奋勇进前，一方面承认自己的无用和不能，而时刻继续不断的倚赖神，「在你一切所行的事上，都要认定祂」(箴三6)。惧怕出场的人，并非谦卑，乃是灵性里有毛病。然而，谦卑服主，而又负担责任，这是何等的难呢？但是，「我靠·那加给我力量的，凡事都能作」(腓四13)的话，是可信的。我们仰望主吧！——倪柝声

我战胜了三个世界冠军

• • 有一个人洋洋得意地对朋友说，他刚才一下子战胜了三个世界冠军。朋友惊讶地看着他，按照他的实力，根本不相信他说的话。

• • 他一副不屑地撇了撇嘴说：「我和象棋冠军比赛游泳，他被我甩了一大截。」

• • 我和游泳冠军比赛骑马，一圈没跑完，他就从马上摔了下来。

• • 后来我和赛马冠军比赛下象棋，结果他输得很惨。你说我是不是战胜了三个世界冠军。

• • 朋友听到他这么说，只是哑口无言。

• • 没有一个人是十全十美，人难免有不足的地方。但请用新的观点衡量自己，神造你就是独一无二的，不需自卑，也更不要自傲，你是无人可以取代的。

自满的求道者

• • 主题：虚心、不自满 • • 一个自信的人向师傅求道，在言谈间多次流露自己的见识。师傅为了要让这自负的年轻人明白谦卑的道理，于是奉茶时，将茶倒进一已盛满茶水的杯，令茶杯的水满溢。年轻人忙于提醒师傅杯已满溢，师傅却不经意地道：一个满溢的杯不能继续盛载，一个自满的人也同样不可以再盛载别人的意见。

许多人失去谦卑却仍不自知

• • 注意：许多属灵的知识、才干或德行，都是起初未能得着，后来却得着了；惟有「谦卑」却常常是起初已经有，后来却失去了的。所以我们每一个人，应当在主的光中，常常察看自己的「谦卑」是否已经失落了，因为「谦卑」好象一件柔软的东西，它跌下去的时候，是不会发出响声的；而所有骄傲的人，却总不觉得自己是骄傲的，总以为自己还算是谦卑的人。谦卑是最没有声音的美德，

骄傲则是最没有感觉的罪。— 陈终道《基督徒生活面面观》

谦卑的人自己受益最多

• • 基督徒最重大、最迫切的需要，是学习谦卑。最谦卑的人，就是最像神的人；反之，最骄傲的人，就是最像魔鬼的人。谦卑，不但是我们基督徒最需要的，也是能使我们得到最多益处的。放在最低地方的东西，总是最不容易倾跌的；放在最高地方的东西，则是最容易跌碎的。谦卑就是使自己站在最安全，最不容易受损害的地位上。最低的山坑，总是有最多的水汇聚在那里的。谦卑就是使我们成为一个最低的坑，成为一个能够得着最多益处的人。— 陈终道《基督徒生活面面观》

自大一点变成臭

• • 「自大」意即不谦卑。中国字很有意思，如果把「自」字放在「大」字之上，右边加上一点，便成「臭」字。只要一点，不必太多，便把一切都破坏了。

• • ※ 拳王阿里曾说：「我实在伟大极了，以致我无法谦卑。」

• • ※ 十九世纪美国戏剧家奥尼尔(Eugene O'neil)自认是世界上最伟大的戏剧家。有一次他乘船旅行地中海，由于船长室视野较好，就进入船长室观看前方风景，不料船长进来后就请他出去，奥尼尔很不以为然的加重语气对船长说：「你现在是对世界上最伟大的戏剧家说话！」船长看了他一下，冒出一句话说：「对不起，萧柏纳先生(著名戏剧家)，还是请你离开这个地方！」自以为伟大及被别人认为伟大是两件事。

• • ※ 某次美国选美会上，主持人问参选的小姐同样的问题：「你认为全世界最伟大的人是谁？为什么？」有位小姐回答：「鲍勃霍伯(Bob Hope)，因为他常取笑自己，来使全世界的人快乐。」我们基督徒若能谦卑自己，不以自己为是，也许世人就能因着我们而看见主，我想这是人生最快乐的事了。

谦卑的灵(赛五十七 15；箴廿九 23)：

- • 1.不自高自大，与穷人来往(箴十六 19)。
- • 2.俯就卑微的人或事(罗十二 16)。「主受约翰施洗」(太三 14)；为门徒洗脚(约十三 4~5)。
- • 3.看别人比自己强(腓二 3)。「保罗」服事主凡事谦卑(徒廿 19)；比众圣徒中最小的还小(弗三 8)；原是使徒中最小的(林前十五 9)。
- • 4.受教、受劝(赛五十 4)。「尼哥底母」(约三 1)。

• • 5.反面为自高自大、顽固。

骄傲是人的常态

• • 蒋经国先生曾说了一个小故事：「从前我们家乡有一则故事，有一个人说：天细文章以中国人写得最好；中国人的文章以浙江人写得最好；浙江人文章以绍兴县人写得最好；绍兴县人的文章以我哥哥写得最好；而我哥哥的文章写好后，要我改几句，这篇文章才好。这就是说，天下的文章只有他自己写得最好。」经国先生结论说：「这种唯我独尊，只有我最好的心理非常普遍，这也就是我们中国没有进步的原因。」对我们基督徒来说，骄傲乃是无法引导未信主的亲友归向基督的原因。

无知却自以为聪明

• • 有一位摄影师为一位老婆婆拍照。老婆婆说要六张照片，一张寄给儿子，两张寄给女儿们，两张寄给亲戚和朋友，剩下一张自己留着。摄影师吩咐她坐好，替她拍了一次。但她却不肯离座，坚持要拍六次。她说：「要六张照片当然要拍六次啰！别以为我老太婆就懂事。」她好象说得很有道理，但却从她的「自以为聪明」流露出「无知」来。

3 平安 • 安息

卫斯理怕飓风

• • 卫斯理约翰未得救时，有一天他与好几位德国传教士以及他们家属一同航海，船到海中忽然飓风大作，危险万状；可是这班传教士以及家属毫不惧怕。正在他们唱歌赞美之时，海水冲入船面，冲破船帆，所有的人大哭大喊，以为不免葬身鱼腹；然而传教士们还在那里大声歌唱。等到风平浪静之后，卫斯理问问内中一位，刚才害怕没有。那人答道：「没有，不但我，就是我们女人以及小孩也无一个害怕，因为我们都已胜过死权了。」卫斯理立即觉得，凡是信主的人都有一种「神所赐出人意外的平安」。能够叫他「不害怕人所害怕的。」(彼得前书三章十四节)于是他就起首寻求这个平安，直到得着。

要让基督的平安在心中作主

• • 判断是非最可靠的方法，除了勤读圣经、善用神的话之外，另有一个方法是保罗所说的：「要叫基督的平安(来自耶稣的安宁心境)在你们心里作主(即继续不停的让这平安当你的裁判员)」(西三15)。一个裁判员会宣判：「你安全上垒！」或是：「你出局了！」当你心中觉得不安时，你就知道自己出局了——超出正常的限度；因为你的心在对你说：「你这个行为是不对的。」你甚至可凭不安的

程度，分辨出你正要作的事情是否适当，是否得罪神。

上面没有云雾

• • 一艘大邮轮正在横渡大西洋，遇见密雾；但是船的速度仍然不减，照常猛进。搭客颇为忧虑。于是召集一个搭客大会，推派两个代表去见船主，请求减少船之速度，并在船头船尾加派船员值班，恐因视线受雾阻碍，遭遇意外。船主接见搭客的代表，就托他们转告一切搭客，不要担心。在船的最高处，就是船主和船员站着驾驶的台上，没有云雾，他们的视线并不受阻。

信徒遭遇试炼、患难、困苦时，往往大起忧心，以为前面非常黑暗，渺茫，不知将要遇见什么。但请记住，引领我们的主在上面，他是无所不知，无所不见的，只管安心。

三个枕头

• • 有一个贫穷的女人，不但瞎眼，而且患上很痛苦的病，睡在床上已经很久了。有一位传道人来探望她，对她说：“你的痛苦真是非常的。”她回答说：“我有一次听见一位传道人说，他去探望一位将死的人。传道人问那将死的人说：‘你现今觉得怎样？’将死的人回答说：‘我将我的头安息在三个枕头上：第一个枕头是神的全能；第二个枕头是神的全爱；第三个枕头是神的全智。’我如今也照样安息在这三个枕头上，所以我的心安然无虑。”

两幅安息的图画

• • 有两个画家，相约各绘一幅图画，表露安息之意。第一个画家画下一个大湖，风静浪平，湖面如镜；山上美景清清楚楚映在水中。第二个画家画下一片极大的瀑布，旁边有棵小灌木的枝子，湾在瀑布的水中；他的顶端分枝之上架着一个小巢(几乎被浪花浸湿)，中间睡着一只知更雀。第一幅画仅是停滞；第二幅画才是安息；因为要有安息，必须先有陪衬安息的物件。在惊涛骇浪的逆境中，仍能欢颜着接受，才是真正享受安息的人。

一位残废者心中的平安

• • 身为作家、教育家的卢云(Henri Nouwen)，在哈佛大学教书之后，搬到多伦多附近名叫"Day Break"的家。家中有十个成员，其中六个人有精神残障，四个人正常，他们都是由于寻求基督的信仰而住在一起。其中有一位是患严重癫痫病的，就是廿五岁的亚当(Adam)；他什么都不能做，包括起居饮食，平常也不笑也不哭。但卢云说：「当我畏惧消失，从心中发生慈爱时，我觉得与亚当在一起，别的工作就显得肤浅而没有意义了。」

• • 这一位身心残缺的人所流露出的平安，对卢云影响至深。卢云原有崇高名誉的事业，却因为竞

争而满了困扰与威胁，心中常常猜忌、嫉妒人，或存报复之心。但他与亚当在一起后，明白了生命不只是生活与工作。他说：「亚当的平安深植在他心里，他的这种平安使我们活在一起像一个家。」

••但愿基督的平安感动我们，使我们活在一个身体内。

心境影响环境

••有一次我到监狱里布道，环境嘈杂得不得了，有些人不听，哇哇乱叫。我没有办法，只好祷告，祷告完了，再讲道的时候，底下的环境还是老样子，叫喊如故。可是有一样东西改变了，就是我的心境改变了。开始的时候他们乱，我也乱；他们在外边乱，我在里面乱。等到我祷告之后，虽然环境没有改变，我的心境却改变了。这个非常重要，我里面一改变，就能够安静下来，你尽管乱，我还是按步就班的讲，听不听话是你的事，讲道是我的事。结果，我一安定下来慢慢讲，很奇妙的圣灵就动工，慢慢的他们也安静下来了，后来那次布道还很成功，感谢主。你就看见我们人的「心境」会影响「环境」多大！里面决定外面，内容决定形式，我们里面的心境定下来，外面的环境就被控制，这样就能够驾驭环境，行所当行。

忧虑之害

••经上说：「应当一无挂虑。」因为忧虑不但夺去了喜乐，而且也破坏了你的前程。曾经有两个人去照 X 光，技术人员把名字弄错了，有肺病的 X 光片给了健康者，而没有肺病的 X 光片给了患者，结果患病者得了痊愈，而健康者因为那 X 光片而忧虑至病倒！可见「忧虑」对人身心的危害之大。我们既有父神的引导和照顾，还有什么可忧虑的呢？基督徒有不忧虑的权利。

赞美取代忧愁

••有一个母亲，她有两个儿子，一个是卖雨伞的，另一个是做米粉的。这个母亲是个多愁善感的人，心里总是不快乐。天下雨了，她就想起那做米粉的儿子，担心米粉晒不干；天不下雨，她又发愁那个卖雨伞的儿子没生意。后来她信了耶稣，结果她自己说：「下雨的时候，我就为那个卖雨伞的儿子感谢主；好天气的时候，我就为那个做米粉的儿子赞美神。这样，我也就天天都充满了快乐。」耶稣并未改变她的环境，但却改变了她的心境。由心境造成的快乐才是永恒且真实的，而这种快乐是在正确且真实的信仰中才可能获得。

第一个「不要忧虑俱乐部」

••桑斯特太太说，在这世代听到许多关于忧虑无效的说法，好象是一件新发明的事一样，人们也相继成立「不要忧虑俱乐部」。其实，第一所「不要忧虑俱乐部」——是由我们可颂的主自己开始

的。祂曾说：「不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。」祂要我们思想野地的百合花，它们没有思虑什么，就长出美丽、纯洁的花朵。祂也教导我们过真实的生活；免除操心挂虑的方法，能很轻省地背负担子，而且在我们的面孔上有恒常的喜乐。只有那些有基督内住的信徒，才能拥有爽朗、欢愉的面孔，行在今世，因为他们知道，无论发生什么事，他们的天父正很安稳地领导着他们。

不要为明天忧虑

•• 有位姊妹在一次意外事件中受伤，须接受一次大手术，并且卧疗数月之久。手术刚完，病人问大夫：「医生，我得在医院里躺多久？」医生含笑回答得很妙：「Only one day at a time, my dear! (意即不要为明天忧虑)」病人闻后，心里释然。每当她心里烦闷时，这句话不断加添她的勇气。

•• 神并没有赐给我们多余的力气去挑明天的担子。不要让忧虑捆绑你的灵魂，让神恩带领你每次过一日。因为忧虑正像明日的乌云，会遮住今日的阳光。

•• 有一个故事说，某一个人以为在他的胃里有一只猫。这事使他苦恼不已。这个幻想强烈得使他真的觉得猫在他肚子里跳动。有一天，他因为要割除盲肠住进医院，医生想：何不同时也医治他的幻想呢？于是他们费一番工夫找来一只小黑猫，准备在他清醒过来时拿给他看。当病人苏醒时，医生说：「你看，你肚子里的坏家伙，我们抓到它了。以后你可以安心了。」病人看了一眼说：「糟糕，你们抓错了，找我麻烦的是一只「白猫」啊！」

•• 这是多么可笑的故事，因为那人的毛病出在他的思想。但如果我们为明天或将来的事发愁，我们患的不也是「白猫症」吗？

•• 我们所烦恼的事，多数并未发生，以往的经验证实了这一点。如果我们花许多时间去为还没有到来的事情担忧，这种患得患失的态度实在是多余的！

挂虑太多

•• 一天，有一个太太出去打水，看见井边有一个女孩子坐在那里，双手托着下巴出神，太太就问那个小女孩儿：•• 「小妹妹呀，你来这里想什么？」

•• 「我在这里想，我不久就要长大了。」

•• 「长大了很好啊，人人都要长大的呀！」

•• 「因为我长大了之后，就要出嫁了。」

•• 「是呀！男大当婚，女大当嫁，长大了出嫁，不是很好吗？」

•• 「是呀，可是我出嫁了之后，就会生孩子。」

•• 「生孩子很好嘛！这一代又延续后一代，而且有一个小宝宝作伴，不是会带给你很多的喜乐吗？」

•• 「是呀！可是我是想，这口井这么低，孩子出来玩耍，万一落到这个井里面去，那怎么办呢？」

· · 这么小的一个女孩子，居然会想得那么远，真是杞人忧天。但是人不就是常常怀有太多的挂虑吗？

忧虑与难处

· · 人生有忧虑，也有难处。但我们总要把「忧虑」卸去(彼前五 7)，因为是属乎「明天」的(太六 34)，未必来临；却要把「难处」当起来，因为这是生活的担子，是属乎「今天」的(太六 34)。— 桑安柱《这时候》

基督徒生活得力的秘诀

· · 基督徒生活秘密的能力是什么？从那里得来这能力呢？让我用一句话回答：基督徒的秘诀就是他在基督里的安息。他的能力乃是从神所赐的地位而来的。比方一个瘸子坐在一辆机动的残障车里面，他只是坐着，但当车子前行的时候，他也在行。他不断的在行，因为他继续坐着。他的前进，根据他所在的地位。自然这是一个基督徒生活不十分恰切的比方，但可用以题醒我们，我们的行事为人基本是倚赖我们在基督里内在的安息。

处变不惊

· · 一位姊妹名叫王妙色，一天她到超级市场买东西，竟被一名黑人青年拿着尖刀抢劫。换做是我，早已吓得腿软。妙色居然面不改色的对他说：「你要钱包，我可以给你，但是我有更好的东西要给你！」妙色正要向这小抢匪传讲神国的福音，他没料到妙色的反应如此镇定，竟被吓得拔腿狂奔，落荒而逃！

深处的宁静

· · 据科学家说，最猛烈的暴风冲击着海洋，弄得涛澜山涌，樯倾楫摧。然而不过搅动海面数百呎深的水，海的深处却丝毫未受影响。表面浊浪排空，内部平静安恬。照样，基督徒可能在外环境上遭遇狂风骇涛，若与主交通，必能因神所赐出人意外的平安，保守我们的心怀意念，使我们里面平静安恬。

天天不用怕

· · 有人算过圣经中论到「不要怕」共有三六五次。那就是说，你每天起来时，神就对你说：「不要怕」！— 计志文《长成基督》

小心「自忧」

• • 我想没有比自己忧伤而流的眼泪要更自私了。神看见以色列人哀哭时，就在怒中说：「你们用眼泪玷污了我的祭坛。」你们哭，是因为没有更好的食物；你们哭，是因为在基督之外另有所爱；你们哭，是因为你们不是完全地喜悦、满足。— 宣信《基督的生命》

正常的信徒没有理由忧闷

• • 只有两个理由，能叫我们忧闷：第一，如果我们还没有得救，我们就有理由忧闷；第二，如果我们已经得救了，而仍活在罪中，那么我们也一定会忧闷。除了这两种情形以外，我们就没有理由可以忧闷。

• • 难怪作诗的人说：「我的心哪，你为何忧闷？...应当仰望神」(诗四十三 5)。一个正常的信徒，如果忧闷，是一件可怪的事，因为一切的事我们都可以借着祷告、祈求和感谢来告诉我们的神。我们一切的需要和试炼，只要相信神的大能和神的爱，样样都可以过去的。— 《荒漠甘泉》莫勒

主耶稣所赐的安息

• • 马太福音十一章 28~29 节提到耶稣所赐的安息，在原文清楚见到：不是能以金钱方法买得、获得的，乃是祂自己享受的安息而赐予我们的。这一字由 Amplified New Testament 发现有六种意义：

• • (一)安憩(Restfulness)：完全的休憩，病中知祂为我铺床(诗四十一 3)。诸事纷乱中仍会享受主，在风浪中安睡，知祂必负责到底。(二)释放(Relief)：最重的担子是良心的责备，诗篇三十八篇四节言罪孽如同重担。马丁路德言最好的枕头是清洁的良心做的，由罪中释放，由物质释放，何等安息！(三)放松(Ease)：不慌不忙，不神经过敏，安闲处事。(四)苏醒(Refreshment)：祂使我的灵魂苏醒，不垂头丧气，如罗马斗兽场受伤的武士，跳入主人园中活泉洗清尘污、伤痕，内心奋志又起。(五)重新得力(Recreation)：一夜好睡，辛劳忘记，活生生再有力量。以赛亚四十四章末段就是这种经验。(六)与主密契(Blessed Quiet)：无限深情，尽在不言中，享受主默然爱你(番三 17)，我在主里、主在我里的灵中密契。— 邵庆彰《默想集》

圣经论安息

• • 圣经对安息有三种不同的说法，即「得安息」、「享安息」、「入安息」，这是马太福音十一章廿八、廿九节和希伯来书四章十节告诉我们的。「得安息」是一个基督徒得救之时就有的。「享安息」是要每件事都顺服在神安排之下才有的。「入安息」是最高的一步；我们一切的思想、言语、行为，完全与神打成一片，神要我们动则动，神要我们静则静，完全与神采取一致的步骤，然后我们的灵

才能真正进入安息。— 张志新《七筐零碎》

多余的烦恼

· · 我想人生犹如一条路，当你停在山顶，俯视下临的山谷，遥望对面的巨山，天气这样热，你的马已疲劳，你自己也已渴倦，你实在没法爬上对面的高峰。面对这一事实，你不如先下山，暂勿考虑对山，你发现山谷很幽美而富启示，当你过了山谷，你只看见缓升的山坡，很奇怪，为什么峻峭的山岭不见了，你轻快地一路骑去，一下就到达对面山顶。回顾原在那面望见的这座高山，每寸土地我都已跨过。你看这是否幻觉，缓缓的上坡，远看犹如峻岭，但当你实际的一步一步走去，你发现这原是一条很好的旅行之路！

· · 这就是你的烦恼所在，你常是这样来预测你的不幸，当你实际到达目的地，你发现原是一条康庄大道！人们应该深自惭愧，像这种事经历了二、三次，仍旧未能举一反三，接受暗示，常为自己预测的烦恼所困扰，仍如毫无这样经验似的，你们似乎没有这小聪明，来接收人生道路上所不段发生的教训，就是：他们所感受的大部份的烦恼，乃为他们自己预测的困扰，而实际这些困扰，不是从不发生，就是可以轻易应付。— 《Leaves of Gold Beecher》

信徒从主所得的安息

· · (1)信心的安息；(2)神的安息；(3)已经「成了」的安息。

真平安

· · 有人出了个题目给两名画家，题目是「安静」，要他们各画一张表达同一意思的画。

· · 一人画了一个湖，湖面平静，好象一面镜子；另外还画了些远山和湖边的花草，让它们倒映在水面，也看得清清楚楚。

· · 另一人则画了一个激湍直泻的瀑布，旁边有一棵小树，树上有一根小枝，枝上有一个鸟巢，巢里有一只小鸟，但那只小鸟正在窝里睡觉。这个画家是真正能了解安静的真义。前面一个人所画的湖面，不过是一池死水罢了。

· · 我们要做一个在瀑布声中亦能高卧酣睡的小鸟，不为环境而冲动——

· · 胜利不骄傲，失败不灰心；

· · 光明时不自满，黑暗时不痛苦；

· · 处境顺适时不忘痛苦，处境痛苦时不妨怡然自得；

· · 在高位做事不要骄，在下层工作不要怨；

· · 顺水顺风称心如意时，不要以为一切都顺利了；

· · 不如意时，也不要以为一切都失望。

• • 这就是修养。

耶稣降生与平安归人的关系

• • 当耶稣基督降生的时候，天使曾唱歌说：「在地上平安归与祂所喜悦的人」(路二 14)。「平安」这两个字，也可以解释做「和好」。人是神所造的，却不认识神、不要神，人是背向神的。耶稣来到世界，是要人能与神和好。耶稣基督被钉十字架，祂两只手，一只手是钉在木头的那一边，一只手被钉在木头的这一边。祂好象一只手拉着神的手，一只手拉着人的手，使人能与神和好。所以平安归给世人，就是要人与神和好。为什么人没有平安？因为人离开了神，就有许多不能解决的忧愁、困难、痛苦、烦恼。所以耶稣来到地上，要把这一切挑在祂的肩头上面，只要你相信祂，祂就替你解决你的痛苦，祂就作为你一切问题的答案，所以你就会有平安。— 吴勇《生命之光》

不用害怕的理由

• • 「你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你，我必用我公义的右手扶持你」(赛四十一 10)。这里说出不用害怕的理由：(一)祂与祂的仆人同在；(二)祂是他的神；(三)祂要坚固他；(四)祂要帮助他；(五)祂要扶持他。— 慕迪《有福的盼望》

享受安息的真义

• • 享安息是否就是所谓的「灵修」或「敬拜」？是否读经、祷告、唱诗、听道就是享安息？可以是，可以不是。我们必须把「工作」与「安息」两种观念弄清楚。工作的时候是把注意力放在工作上。要把事情做好，必须专心，所以工作时注意力集中在事物或人或自己上。享安息是把注意力从工作上转移到神自己身上，享受神自己。读经时可以很用心地追求了解经文的意思，分析字句的结构，思考上下文，寻找主题等等。这样做很好，并且很需要，但并不在享安息，因注意力不能集中在神身上。所以一个信徒最好每天有一段时间空出来享受安息，把注意力转移到神身上，享受神自己。— 《扎根与结果》周功和

进入安息的方法

• • 进入安息的方法就是赞美。有些东方宗教要人享安息；他们的方法是叫人重复地念一个无意义的字，或喊一些口号，直到头脑空白。这是一种心理状态，没有什么神秘。通常这种方法的背后是一种泛神论。泛神论的宗教经历与空白的头脑很相配。可是基督徒享受安息应该不一样。我们承认头脑空白一段时间，是可以带给人某种安息，使一个忙碌的人生活有调剂，使他工作时增加效率，心情愉快。可是基督教的信仰对象不是「宇宙整体」，不是「零」，也不是「？」，乃是「耶和華」。

耶和華藉創造和救贖的作為彰顯祂的美德，所以詩人說：「要因祂大能的作為讚美祂，按着祂極美的大德讚美祂」(詩一百五十二)。享受安息的方法是思想神的作為與美德(即屬性)，並且按祂的作為與美德讚美祂。很多基督徒只會為神工作，不會享受神自己。很多基督徒花很多時間禱告，但都是在祈求，不是在讚美，這樣的基督徒會感覺心靈疲乏。——《扎根與結果》周功和

安息

•• 我們只有一個安息的地方，就是我們的主——「安息在主裡面」。我們若安息在我們的環境里、知識里、健康里、知覺里、靈性的經驗里，我們都要見得它們是會改變的，是會失敗的。它們是時常動搖的根基。感謝主，因為祂是我們安息的所在。雖然我們不能安息在任何事物里，但我們能安息在祂裡面。祂是穩固的高台。我們因•祂的大愛安息在祂裡面。祂愛我們，這愛是「永遠」的、「到底」的。這愛已經叫主耶穌基督從天上降下來，代替我們釘死在十字架上，復活、升天，為我們代禱，預備所在；以後還要再來。這愛是何等的奇妙！人的舌、人的嘴都沒有法子說出主的愛來。我們有了這位愛的神愛我們，豈有不能放心安息在祂裡面的理？凡事臨到，我們都不必•急、慌忙，我們應當安息。何故？因為神愛我們。

•• 又者，我們因•祂的智慧安息在祂裡面。祂有智能，祂不至失算。祂知道如何安排，如何進行。每件臨到我們身上的事，都已經過祂智慧的考慮了。祂知道如何使萬有互相效力，叫愛祂的人得•益處。雖然，我們以為自己已經處在絕地，沒法可施，心中起了紛亂。但是，祂並不像我們這樣。祂知道如何托住萬有，祂也知道如何為我們小事打算。何必慌忙呢？祂豈不是有智慧么？

•• 再者，我們因•祂的大能安息在祂裡面。祂的手臂永不失敗，祂能力之大是不可思議的。祂所知道如何進行的事，祂有能力作到。祂有能力拯救祂的兒女，祂有能力敗壞魔鬼的作為。祂是永遠得勝的。這能力就是為我們作工的！所以戰兢軟弱的弟兄們，我們可以大胆放心安息在主裡面，因為這個有力的主是我們的父。願主叫我們在艱難的時候，因•仰望主而安息——放心。願我们相信祂的愛心、智慧和能力，而不作無用的紛擾。——倪柝聲

4 喜乐

音乐在人心

•• 帕甘尼尼(Paganini)是一位善奏小提琴的大音乐家。一次演奏会中，他出来站在听众面前，在喝采声下，忽然发现他手中所提的小提琴有点不对。仔细一看，发觉他所提的，并不是他平日珍贵的那架贵重的提琴。他发了一回呆，然后不得不告诉他的听众，他拿错了琴。他退了下去，在幕后寻思他的琴到底留在什么地方，不久就发觉有人把他的琴偷了去，换了一架破旧的琴留在原处。他懊丧了一回，仍然出来，站在听众面前说：“诸位男女来宾，今天我要证明给诸位看：音乐并不是在乐器里，乃是在人心里。”他就用心来奏；从那破旧的乐器里，流出了幽扬悦耳的音乐。听众个个

得到奋激，喝采志几乎冲出屋顶。他果然向他们证实了音乐并不是在乐器里，乃是在人心里。

· · 人生的音乐并不是在环境里，并不是在外表里，乃是在人心里。回到里面与主交通，能叫你的内心充满喜乐甘甜。

应当一无挂虑

· · 有一次倪弟兄遇见一件过不去的事，毫无出路可想，就想起了主的话：“应当一无挂虑。”于是走到沪西的荒野地上去祷告，祷告了十几遍，仍然没有平安。他就想，难道这节圣经只可以讲给人听，自己实行是不可能的么？那时神就对他说：“我说，应当一无挂虑，你就有平安；现在你说，你没有平安...”他就跳起来说：“神啊，你说我有平安，我就有平安。我自己不说什么了。”他这样相信了，就回家，他立刻就有平安，并且这平安是他一生很少经历过的。所以，用神的话来祷告时，必须先信神的话。如果想要有了事实再相信，必无成就的可能。

用不着愁

· · 第一次欧战时，法国有一青年，胆小如鼠，就是怕被抽去当兵。在前线的一位朋友，听见他这怕死的情形，就写信去鼓励他。这封信被邮官检查出来，认为颇有价值，把它公布出来，用以劝告那些贪生怕死的人。以下就是信的内容：在二者之中有一件是确定的：不是被抽调，就是在原位。若在原位，那么你用不着愁；若被抽调，在二者之中有一件是确定的：不是送往前线，就是留在后方。若留在后方，那么你用不着愁；若是前线，在二者之中有一件是确定的：不是在危险的战区，就是在安全的地带。若在安全的地带，那么你用不着愁；若在危险中，在二者之中有一件是确定的：不是受伤，就是安全。若是安全，那么你用不着愁；若是受伤，在二者之中有一件是确定的：不是重伤，便是轻伤。若是轻伤，那么你用不着愁；若是重伤，在二者之中有一件是确定的：不是死掉，就是治好。若是治好，那么你用不着愁；若是死掉，你就不会愁了。

· · “你们哪一个能用思虑，使寿数多加一刻呢？”(太六 27)

只有“假若”的毛病

· · 一个黑种女人，在人家中作佣，生活顶苦。她是一位信主的人，一天到晚十分喜乐，口中常是满了“哈利路亚”和“赞美主”的声音。有一天，东家的姑母来了。她是一位白种的尊贵妇人，见她这么喜乐，就问她说：“你为什么这么喜乐呢？”好说：“我是信主耶稣的，他是的救主，已经救了我。”那位贵妇实在气不过她这么快乐，又问她说：“你怎么能这么快乐，毫不关心你前途的事呢？假若你的东家不要你了，假若你的背痛不能洗衣服了，假若你的儿子病了，假若你赚的钱被偷掉了，假若你发生了意外的不幸，假若...”这位充满喜乐的姊妹不等她再说出一个“假若”，立刻答复她说：“我的太太，我看你什么都好，只有一个‘假若’的毛病，如果你没有这个‘假若’的

毛病，你早就象我这么快乐了。”

不要背负魔鬼的重担

· · 有一位信主多年的中年妇人，因为饱尝人生许多苦楚，遭遇不少忧患，所以终日面带愁容。她的儿子虽然常常劝她，用尽不少方法要她欢喜，总是无效。一天早晨，她下楼来吃早饭，满面堆着笑容，与平时大不相同。儿子心中非常诧异，就问她说：“妈妈！我喜欢看见你的笑脸，究竟是什么事情叫你这样喜乐？”她说：“孩子，昨天夜里我作了一个奇异的梦。梦见自己跟一大群背着重担极其疲倦的人，走在一条大路之上。在前面有许多形状可怕的恶魔，故意把许多黑色的包袱撒在地上，要让我们拾起背上。我自己也和别人一样，一边行走，一边弯腰拾起那些黑色的包袱背在身上。越走越觉沉重，甚至压得透不过气来。过了一会儿，我抬起头来，看见一位人子，带着荣耀的慈颜，在人群中走来走去，最后走到我的身边。我仔细一看，原来就是我的救主。我就呼叫：‘主啊！我非常疲倦，实在背不动了。’他同情含笑的对我说：‘亲爱的孩子啊！你用不着背负这些重担，因为那是魔鬼给你的，不是我给你的，所以要将你的重担丢掉，摸也不要摸它，就会觉得道路容易，好象生了翅膀一样的轻松。’他说完了话，用手一摸，我的重担就都脱了，喜乐平安立刻充满了我心。正想跪在他的脚前感谢，忽然醒了，我的一切忧虑完全消失了。”从这天起，直到她离世的日子，她是全家最喜乐的人。

真喜乐是从里面发出来的

· · 有一位姊妹是个百货公司店员，老板训勉她：「顾客永远是对的，所以你看见每一个顾客都要笑，没有笑也要挤出笑容来。」她的工作就是笑，不管货品能不能成交，笑是必需的。所以她就天天笑，看见人就笑，对每一位顾客都得笑，笑就成为她工作的一部份。她说：「我真是苦啊！没有笑挤笑，挤到后来，每天下班回家，第一件事情就是用手去搓两边腮骨，因为笑得太厉害，这个地方都笑酸了。」所以人工制造的笑是痛苦，惟有靠主是自然的笑，是真的喜乐。真的喜乐是压力愈大，喜乐愈深，我们的喜乐是从灵里面发出来的。

基督徒不是强颜欢笑

· · 在我国北方当女儿出嫁时，母亲辄谆谆叮嘱说：「女儿啊，今天你出嫁作媳妇，在公婆面前要苦在心里，笑在脸上。」但是天父的旨意，不是要祂的儿女强作笑脸，而是从真实生命里表现大喜乐，是满有荣光的大喜乐(彼前一 8)。二十三年前兄弟在济南救世军传道时，一次布道会中，有位高弟兄为主作见证。他在会众面前站了三四分钟之久，虽未发一言，然而从他内心的深处，却涌露出可慕的喜乐面容，使许多朋友们均受感动。基督徒的喜乐，不是出于勉强，乃是属灵生命的自然流露。

笑容应该是内心的流露

· · 有些教会训练他们的司事和接待人员笑脸迎人，而且最好绽出雪白的牙齿，但是我每次看见这种笑容时，总觉浑身不自在，只觉那是一种应酬而已。他们的笑容只是训练出来的，并非从心里真正发出。而我就像握一握那训练有素的海豹的鳍一样，跟他们握一握手。可是，若会众中有圣灵给人的热情、愉悦与喜乐，人的笑脸就自自然然展露，内心的快乐也无法掩藏，结果四周的人也受感染，喜乐不已。——陶恕《靠圣灵成事》

基督徒自有喜乐的泉源

· · 我承认我们正生活于幽暗的世代里，国际间纷争、核子谣言与危机、地震、暴乱、种种可怕的事情，都叫人暗自沮丧，摇头叹息：「有啥用？」但我们是基督徒，基督徒就应是世上最快乐的人。我们不用寻找别的东西，只须专心仰望神的话语，就可以知道神何其信实，祂本身就是喜乐泉源！——陶恕《靠圣灵成事》

苦中作乐

- · 经文：「你已将我的哀哭变为跳舞，将我的麻衣脱去，给我披上喜乐」(诗篇三十 11)。
- · 李先生一直是个成功的推销员，但有一天医生告诉他说他患了喉癌，当然，这个打击绝不算小。经过治疗之后，癌细胞受到控制，但李先生必须要用一副电子仪器来说明发音。
- · 他照常上班，继续在教会帮忙，并且培养了一套幽默感：「我最担心的是我那个顽皮的小儿子，他每次做错事，就想法子把我那副发音器的电池偷偷藏起来，使我欲骂无声！」
- · 他收集了各式各样有关他那具发音器的趣事笑话，每逢跟陌生人说话，他就用一两句笑话来开场，令对方不再感到难为情。
- · 他的困难成了他更丰富的幽默感，而幽默感往往使他获得更大成功。
- · 「喜乐」像一朵被践踏的花，在压榨下，仍会放出香气。

喜乐的灵(路一 47)

- · 1. 灵对自己应忧伤，对神应喜乐；忧伤说出认识自己，喜乐说出认识神。喜乐不是因祝福，好境遇、经历、工作，乃因神自己，以神为乐(罗五 11)。
- · 2. 神是最喜乐的神(诗四十三 4)。「哈三 17~18」什么都没有，只因神喜乐。「保罗」以软弱、凌辱、急难、逼迫、困苦为可喜乐的，因什么时候软弱，什么时候就刚强；软弱叫人倚靠主、经历主，因此可喜乐(林后十二 10)。

• • 3.喜乐是信徒的力量(尼八 10)，也是良药，医治属灵的疾病(箴十七 22)。

• • ※ ※ 托尔斯泰(Tolstoy)在人生困难时，曾在森林中遇到一个快乐的农夫，虽然贫穷，坐在树下吃黑面包，但很有喜乐。托尔斯泰问他从哪里得着快乐？农夫回答说：「神！」于是托尔斯泰从那天就告诉自己要找寻神，直到找到为止。神乃是我们喜乐的源头。

• • ※ 保罗在监狱里叫腓立比人「要常常喜乐」。

5 温柔 • 柔和

柔能克刚

• • 有一则故事谈到老子的学生常与孔子的学生辩论，不过老是辩输，就去问老子有何办法可以赢孔子的学生。老子把嘴张开，问学生说：「我的舌头在不在？」回说：「在。」然后再问：「我的牙齿在不在？」回说：「不在。」老子就藉此教导学生说：「这就对了，你们看，牙齿是硬的，结果已经脱落；舌头是软的，现今还在。如果以硬碰硬，不是像牙齿的命运吗？何不以舌头的柔软来对付！」柔能克刚。

温柔的人不易受伤

• • 温柔的人像一团棉花常给人舒适和温暖的感觉，而自己却不容易受伤。据说某次孔子走访老子，请教做人之道。老子一句话也没有说，只是把舌头伸出来几下。那时老子年老牙齿掉光了。孔子若有所悟，但孔子的弟子却不明白。在我们口中有硬的牙齿和软的舌头，我们从未听过柔软的舌头，把牙齿抵出来，只是常有坚硬的牙齿，咬伤了舌头的事实。到了年老的时候，牙齿掉光，而舌头依然存在。

刚硬的人不能为主所用

• • 相信主容易，顺服主却不易。要被主大用，就要准备，无论如何一定要顺服主。小孩最容易对父母说：「不！」有一位母亲管教孩子，要他坐下，孩子不听，母亲就用手将他按下。小孩说：「妈妈，我力气没你大，虽然你把我按下坐着，但我心里还是站着。」由此可知，我们人是何等的刚硬。

温柔是圣灵所结的果子之一

• • 温柔的希腊原文是由两个字组成，意译为「君子风度的待人接物」。这颗圣灵果子非常难结，

不是人可由涵养、强忍、观色、待机或四面讨好、八面玲珑中获得的，乃信徒内在的生命因恒久灵修而产生圣灵性格的自然表现。这颗果子结得好，信徒彰显耶稣荣美，无形中就吸引人归主了。——R.A. Torrey "The Real Christ"

温柔的灵(加六 1)

- • 1.对神：不顶撞，不执拗，只求自己改变，来适应神；不求神改变，来适应自己。「主」苦杯可否撤去，只要照你的意思(太廿六 39)。不必豫备，即能接受引导；「腓利去旷野」(徒八 26)。
- • 2.对人：不抵抗，不报复；「被骂不还口，被害不说威胁的话」(彼前二 23)，即是羔羊灵。「以撒井」(创廿六 18~22)。
- • 3.不肯用肉体手伸冤报复，能感化人(提后二 25~26)；「可拉档背叛」，摩西俯伏祷告(民十六 4)。

6 顺服 • 顺从

堕落的人不服别人

- • 不论我们多么属灵，我们必须记得，我们是堕落的。由于我们的始祖在六千年前堕落了，我们生出来就是堕落的。一个堕落的人，是一个独立的人。所有的母亲都知道，没有一个小孩不是独立的。不论这个孩子是美国人、中国人、西方人、东方人，他们所学的第一个字是「不」！不论母亲说什么，回答都是「不」！我们堕落的天性就是不服的。

主耶稣顺服人的制度

- • 主在地上为着很小的事都是顺服的，例如纳税问题，主都照纳。即使无钱，从鱼嘴里也得拿出一块钱来纳税。祂又说，神的物当归给神，该撒的物当归给该撒。该撒虽是背叛，但因神设立了他，所以仍要顺服。

7 忍耐

待人要有忍耐

- • 忍耐的德性不只是用在事物上，更要用在人际的关系上。圣经上说：「爱是恒久忍耐，又有恩慈」(林前十三 4)。又说：「人有见识，就不轻易发怒」(箴十九 11)。心理学家说，生气是非常伤身体；据说发一次脾气比作一个礼拜的工作更累人，事实上，一个人生气，不但令对方伤心，自己也受亏损。有一本灵修书籍上说：「一个人若常在家里发脾气，必然弄得家人内心痛苦不安；一个人

若在教会里随意发脾气，对弟兄姊妹所造成的伤害，久久无法抚平。」所以我们应当培养自己忍耐的德性，不轻易发怒。

发脾气很快

•• 有一位弟兄说：「感谢神，我的脾气发得快，止得也快。我早起在家里发一个大脾气，五分钟就过去了，到了办公室就忘了。」但是，他的妻子、孩子却苦了一天。他从办公室回家，看见他的妻子难受，他还觉得奇怪，他还以为自己好得很呢！

发脾气往往是从鬼来的，要藉呼喊主名来胜过

•• 千万不要以为，脾气是从不好的性情来的。脾气这个东西的确是魔鬼，人发脾气都发鬼疯，都是被鬼附的。谁能赶鬼呢？只有主耶稣的大名能赶鬼。你的太太发脾气，不讲理，鬼就逞能。你不要和她辩论，你要喊「耶稣是主！」这样一喊，鬼就吓得跑掉了，你的太太就得释放了。

学习忍耐

•• 有个做生意的基督徒，觉得自己最需要忍耐，因他最大的弱点就是容易冒火，这使他非常难过。他就开始向神祷告，求使自己有忍耐的心。不久，他请了一个新的打字员，那知这个打字员的动作非常迟缓，是他从来未见未闻的，这使他几乎发疯。有一天，他顿悟这就是神对他要求忍耐的答应。当明白神如何答应他的祷告时，他才开始学习忍耐。我们多次不知神答应祷告的方法，以为神没有答应我们的祷告；其实神早已答应了，只是我们不知道而已。

磨光

•• 英国戴主教为人谦和可爱，人都称他为「人人的主教」。他活到七十八岁才去世。据说他多年身边常带一块钱，何时向人发脾气，即将那块钱送给人。然而好几十年，那块钱仍然在他身上，没有用去，那块钱已经磨光了！哦，我们也当效法他不轻易发怒(箴十六 32)。

保持健康的良方

•• 灵命的光景和身体的兴衰关系至为密切。你倘若希望保持健康的身体，就必须避免一切心灵的恼怒、创伤，和吹毛求疵的批评。要知道，发一个小时的脾气，比做一个星期的工作使你付出更大的代价；短短一分钟的嫉妒，比喝一杯毒液更伤身体。心灵冷静、愉快，是健康的重要因素。温柔、和平的心，比任何安眠药更为奏效。我们听到有些人说出来的话是病态的，这丝毫不足为奇，因为

他们心里充满了厌恶、成见、疑虑和畏惧，即使最结实的身材，也会被这些因素所拖垮。基督徒啊，你如果希望保持神给你的健康和能力，就当避免那些有伤身体的因素。— 宣信《如何保健》

信徒的忍耐

• • 言语义行是基督徒外表生活的见证，忍耐是基督徒内在生命性情的见证。

忍耐不是忍气求和；忍耐不是吞声讨好；忍耐不是多读道德书的涵养；忍耐不是年纪高了的饱经世故。圣经所说的忍耐，是圣灵所结生命的果子(加五 22~23)；是有神生命，肯追求进深，常住在主里，自自然然流露出来的；不是消极的忍受而已，而是积极的、带有属灵能力的美好见证。—《Living Bible》

脾气不好是贫穷的原因之一

• • 有些人贫穷，是因为脾气不好——和同事、上司处不来，辞职；和房东处不好，搬家；和配偶处不好，离婚；和人人处不好，打官司...这么一来，还有钱得了吗？而且这些人还不会承认这一点，乃要怨天尤人害他(她)穷。— 周美德《大珠小珠落玉盘》

训练我们的脾气

• • 脾气本身并不是一种坏的东西，也不是属魔鬼的。如果我们放任我们的脾气使它不受控制，它便会酿出不可收拾的祸事来；但如果它受一个奉献的意志所支配，它便成为伟大能力的一种原素。有大脾气却能完全控制它，能使人生具有一种威严。无论怎样的脾气，靠神的扶助没有不能控制的。如果我们有很暴烈的脾气，使我们常常因此生气犯罪，千万不可因此失望。我们能制服我们的脾气到一种地步，就是我们中间最急躁的人，在被人激怒到极点的时候，还能安静柔和。虽然这样，我们却仍需要儆醒，因为一只被驯服了的狮子，若是它的旧性被惹动了，到底还是一只狮子。— 王明道《灵食拾零》

发脾气会造成很大的伤害

• • 当我们怒火中烧时，最好的方式是守口如瓶，并尽量抑制我们的忿怒，勿使形之于外。生气就像一把火，如果没有氧气助燃，它很快就会熄灭。

一位姊妹有一次对布道家毕利桑戴说，她虽脾气不好，但她生气永远不会超过一分钟。桑戴牧师说：「手枪的爆炸，也仅不过一秒钟而已，但你知道手枪的杀伤力究竟有多大！」人生气时最大的伤害，就是从嘴里发出的。怪不得雅各说，若有人在言语上不犯罪，他就是一个完全的人了。

骄傲的人眼中没有神，嫉妒的人心中没有邻居，发怒的人就联自己也不存在。—《清晨露滴》

忍耐

• • 经文：「然而靠着爱我们的主，在这一切事上，已经得胜有余了。因为我深信无论是死、是生、是天使、是掌权的、是有能的、是现在的事、是将来的事、是高处的、是低处的、是别的受造之物、都不能叫我们与神的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的」（罗八 37~39）。「我靠着那加给我力量的，凡事都能作」（腓四 13）。

• • 有个年轻人特地拜访一位年高的圣者，请他代祷：「我脾气急躁，沉不住气，请为我祷告，让我有忍耐。」圣者答应了。他们一同跪在主前祈祷。

• • 圣者祷告说：「主啊！让这年轻人天天早上、晚上都受苦…。」

• • 那青年人连忙推他：「我不要受苦，我要的是忍耐。」

• • 圣者回答说：「要受苦才能得到忍耐。」

• • 你要胜利，须先参加战斗。从没有战斗过的人，没有资格谈胜利。你必须与耶稣基督一同进入战场，祂就能让你不断学习忍耐的功课。要自己有过受苦的经历，才能与在曾在十字架上受苦的主有交通。主基督自己经过了各各他山上的苦难，才得到祂那辉煌的胜利。你我在基督里夸胜的经验，一定要经过苦难的十字架才能得到。

• • 要令发怒的人息火，最好的方法是忍耐。——《新荒漠甘泉》

「忍」让一步，海阔天空

• • 有人幽默的说：台北市交通之所以混乱，是因为太多驾车的人迷信「路是人走出来的！」观念，以致任意变换车道、违规转弯回转、闯红灯、超车事件层出不穷。最近我看到在和平西路与罗斯福路交叉处有一极显目的看板，是给驾车者最幽默的建言：「路是人让出来的，我让你让，路就显得更宽广。让一步，何等潇洒！」将这句话应用在人际关系上，「忍」让人一步，何等潇洒，路就更宽广。

8 殷勤 • 不懒惰

殷勤不可懒惰

• • 主耶稣说得很清楚：我们在天上的报偿，取决于世上的工作态度；那些在小事上忠心的人，会被提升去管理许多大事。换句话说，不管你是在洗碟子，在生产线上作装配的工作，或是在学校里念书...这一切事都具有永恒的意义！你的工作态度如何呢？你是殷勤、努力，或者是马虎、怠惰？传道书说：「凡你手所当作的事，要尽力去作」（传九 10）。一个老是瞪着时钟的人，决不能成事。诗人范戴克说：「工作乃是我的福气！」切记，每个人的工作就是他人生的写照！生命是神圣的，工

作也是神圣的，我们必须尽力去做。——《清晨露滴》H.G.B.

闲话出于懒惰

· · 爱默生说：「工作最少的人闲话最多。」实在说对了，你不做事，闲话自然多；你一直在忙着做事，就没有时间说闲话了，而且一做事，自然知道不容易，你就不敢挑剔别人了。——寇世远《谨慎之道》

勤劳的蜜蜂

· · 一位元英国的生物学家，曾调查过蜜蜂的生活，他作的统计如下：一磅蜂蜜是从六万二千朵花心中采出来的。换言之，蜜蜂采一磅蜜，需要拜会花二百七十万次，一去一来，飞过的路程约有五百万英里。每次采蜜，要用它管状式的咀吸，吮花的次数需要三百七十二万次，这样才能作成一磅蜂蜜。并且费了这样多的力量之后，自己还吃不到口。基督徒要在神面前富足，必须殷勤。凡是殷勤的人，都是早起的人；清早一起来，就向神寻求食物。

龟兔赛跑

· · 乌龟走路很慢，常受兔子讥笑。一天，它们举行竞走。竞赛信号一发出，兔子一跳，不知去向；乌龟还像平常一样，慢慢的爬，很是吃力。兔子站在前面，洋洋得意，久等乌龟不来，心里想道，只要再跳几跳，就可到达终点，尽可先睡一觉再说，于是躺下睡觉了。及至醒来，发现乌龟已经爬过它的前头，将近终点。这时兔子十分着急，赶快再跳，可是已经迟了，乌龟比它先到终点了。箴言说：「懒惰人哪，你要睡到几时呢？你何时睡醒呢？再睡片时，打盹片时，抱着手躺卧片时，你的贫穷就必如强盗速来，你的缺乏仿佛拿兵器的人来到」（箴六 9~11）。

懒天鹅

· · 有一群野天鹅每年一次向北飞行，当它们飞过一个谷仓顶的时候，其中一只突然离开它的同伴，降落在那个地方，它吃了一些粟米粒后，又继续它的飞行，但是，它很快又再一次飞回来，并且逗留了一段更长的时间。它看见这个农场十分安全，并且又有充足的食物，于是，它决定留在那里渡过它的夏天。当秋天来到的时候，它听到它从前的同伴南归时所发出的叫声，于是便很想与他们继续飞行，但是，由于它的重量已经增加了，所以它飞了不远后就被迫停了下来，于是，它再一次回到谷仓附近，留在那里过冬，等待它的同伴再一次返回时再加入它们的队伍。当春天来到的时候，它再一次听见那群野天鹅的叫声，它感到非常雀跃，于是便开始拍打它的翅膀，但是它今次已经完全飞不动了。

颈上套饼

• • 传说古时有个懒丈夫，一切都要他的妻子预备，自己一个指头也不肯动。一天，他的妻子要回娘家，住些日子才能回来，怕她丈夫懒惰，不肯作饭，她就预先作好一块大饼，套在丈夫颈项之上，给他吃用。等到妻子从娘家回来，发现丈夫竟已饿死，再看套在丈夫颈上的饼，仍旧存在，只有靠在嘴边的吃了一点。他的饿死是因不肯把饼转动一下。今天神的儿女灵里贫穷，主要是因懒惰，不肯殷勤追求享受主。

幸福就在眼前

• • 经文：「世人行动实系幻影，他们忙乱真是枉然，积蓄财宝，不知将来有谁收取」(诗卅九 6)。
• • 据说，美国宪法公布后，弗兰克林就宪法的意义发表演讲多次。有一次，有一个听讲者匆匆走到讲台前面，大声问道：「这些都是空话，你保证的幸福究竟在那里？」弗兰克林对他笑一笑，恳切地回答说：「朋友，宪法只保证美国人有追求幸福的权利，不过，你仍得自己去追求幸福！」由弗兰克林的这段轶事可以知道，光有良好的制度是不够的，光懂得金玉良言也是不够的；要追求幸福，惟有起而行，并付诸实践，才能获得。若饱食终日，无所事事，将陷于胡思乱想、空思妄想，无济于事。我们不只要有所求，同时还要有所为；只是等待幸福的来临，不作积极的努，幸福仍是遥不可及！
• • 极一时荣华的拿破仑，当他被放逐到圣赫拿之后，曾说过这样的话：「我的一生，连六天的幸福日子都未曾有过。」
• • 但是既聋又哑，在肉体上是世界上最不幸的人海伦凯勒却说：「我已感觉出人生是何等的美。」
• • 其实，我们的世界所需要的，不是天才或聪明过人的人，而是实践家：行动的人。因为，使文明往前进进步的不是梦想家，而是身体力行的实践家。自古以来，有成就的人不仅是个坐而构思筹画的人，他必须也是一个奋起坐而起行的人。

总要殷勤努力

• • 台湾第一富翁——国泰企业董事长蔡万春曾对他的员工说：「再好的时机也有人破产；再坏的时机也有人赚钱；再好的事业也有人失败；再坏的事业也有人成功。」

9 怜悯 • 同情

倪请乞丐吃馄饨麦

•• 在上海，有的弄堂里面，夜间常常住着好些乞丐，瘪三，贫苦等类的人。倪弟兄常常喜欢，在深夜，卖馄饨面挑过的时候，把弄堂里那些穷人叫醒，每人请吃一碗，作后心里觉得非常快乐。

怜恤人的必蒙怜恤

•• 从前有一位贫苦姊妹，既缠足、又不识字，气貌不扬，土话重重。在她颈部又生一瘤，开刀要花很大费用，自己无钱支付，而又无人眷怜。但她既不怨天，也不尤人，爱神之心并不减退。她甘愿免费服事一位贫苦患有癌病的弟兄，三四个月之久，而且时常贴钱，送他食物。患病弟兄离世之日，流泪感谢她的服事，抱歉无以报答。就在主里睡了。次日，神却亲自报答了她，一夜之间颈瘤完全消退。主的话说：「怜恤人的有福了，因为他们必蒙怜恤」(太五 7)。这是属灵的公式。我们如何待人，神也必如何待我们。

这也是礼物

•• 俄国大文豪屠格涅夫(Turgenev)告诉我们，有一天在街上一个乞丐向他讨钱。他想在口袋里找钱，却一分钱也没有。他很自然的伸出手来说：「我的弟兄，除此之外，我不能给你什么。」这乞丐说：「你叫我弟兄，你和我握手，这也是礼物。」

10 恒心 • 不灰心

跌落六十九次

•• 谭墨兰(Tammer Lane)是一位英勇的君王，常喜欢向朋友们述说他的早年轶事。他说：「我有一次，被仇敌追逼，不得已藏匿在一所破屋中。我在那里独自枯坐了几个钟头。那时万念俱灰，再也没有志气和勇敢去干前面的事业了。在绝望中，我看见一只小小的蚂蚁，背着一粒比它大有数倍的谷，沿着墙壁尽力向上拖走。它跌下来多次，但是每一次它仍旧努力向上。我曾数过它跌下来了六十九次；可是它并不灰心气馁。第七十次，它到达了高墙顶上。由此我得着启发，兴奋；使我终身不能遗忘这个教训。」我们服事主也该如此，不可灰心丧志。「为此我提醒你，使你藉神藉我按手所给你的恩赐，再如火挑旺起来。因为神赐给我们，不是胆怯的心，乃是刚强，仁爱，谨守的心。」(提摩太后书一章六，七节)

打倒了，却不至死亡

•• 有一个信徒经营某种事业失败，垂头丧气的向牧师诉苦说：「完了！完了！一切都完了！」牧师说：「真的一切都完了吗？你有强壮的身体，又有个好太太；你在主里面，主也必在你里面作你随

时的帮助，怎么说一切都完了呢？」他听了牧师的话，然后说：「错了，错了，我一切都错了。」于是精神焕发的去重振旗鼓了。

要有克服挫折的意愿

· · 有一位牧师在牧会上虽然极其努力，但是不见成果，也未见人数增多，以致心力交瘁，甚至怀疑神为什么拣选他，他非常绝望的想要放弃服事主的工作。一天早晨，颓丧的他坐在窗前，忽然有一只八哥飞来，栖息在窗台上，吱吱喳喳的叫着，牧师仔细听着，鸟儿似乎在说：「放弃啦！放弃啦！」牧师心想，莫非是神派遣这只鸟来传达消息，叫我放弃？正在思量之际，师母进来，牧师说：「你听，神派它来，要我放弃啦！忘弃啦！」师母笑着说：「它叫得多开心，怎么叫你放弃呢？你再仔细听，它是叫你坚持啦！坚持啦！」牧师再仔细听，又看见鸟儿快乐的叫声，于是说：「原来神派它来叫我坚持下去。」于是打起精神，鼓足信心勇气，坚持在他的岗位上。

坚持到底

· · 惠顿大学(Wheaton College)的校长常讲一句话：「我们往往停止得太早(It is always too soon to quit.)」的确，多少人在多少事上停止得太早而前功尽弃。司布真也说过一句很有意思的话，他说：「蜗牛凭着坚持，终于到达了方舟(By perseverance the snail reached the ark.)」这是千古不移的至理名言一凡事不怕慢，只怕没有坚持到底的力量；有坚持的力量终究会到达目的地。— 沉保罗《真知灼见》

恒心是成功的必要条件

· · 我们都知道「恒心」是从创始到成功的必备条件；没有恒心，必然半途而废，一事无成。印地安纳(Indiana)大学的健康中心里，有生物统计学家对五百廿一人作了十五年的研究，从桡骨基质的测量去判断日后骨折的可能性。他们发现骨基质愈多，日后骨折的机会愈少；就是这种成果也都由恒心而来。

功亏一篑

· · 早年的航海要比现在危险得多。一艘英国船预定回国的时间将到，海岸边的城市要张灯结彩欢迎它回航。那知这艘船在回港的前一晚，因暴风大浪而触礁沉没，船上的人无一幸免。船公司请牧师去向船长太太报讯，牧师走到船长家，但见船长那穿得如天使般的女儿来应门，一见牧师便说：「牧师，今晨我爸爸要回来了！」满屋的鲜花，加上咖啡与早餐的香味，船长太太迎上来，笑容可掬地对牧师说：「你知道我丈夫早晨要回来，我们正等着他。」当她发现牧师脸上作难的神色时，知

道发生了变故。牧师坦诚地将恶讯告诉她，她哭着说：“Almost home, but lost!”（几乎到家，至终丧失！）

坚持到底

• • 探险家朗森在北极迷途，由于计算方位错误，他和同行的给养吃尽，最后不得不宰杀他们的狗充饥，同行的人都奄奄一息中坐以待毙。朗森却告诉他的同行说：「我要迈出最后的一步。」于是他在严酷的雪风中一步步勇往向前，突然却看到了迎面来的一支美国远征队，正是来寻找他们的。瑞德巴斯博士论此事说，当我们迈开最后特别一步时，并不知神究将如何，这也是许多人祷告时见一无回应就灰心绝望，乃至放弃祷告的写照；这也等于是以色列人当年围绕耶利哥城时，竟在第十二圈时停止下来，那岂不是前功尽弃吗？

存心忍耐奔走前程

• • 一九六八年阿克瓦利代表坦尚尼亚参加在墨西哥举行的奥运。马拉松赛跑时，阿克瓦利不幸跌倒，双脚双膝都受重伤。到下午七点时，埃塞俄比亚的选手赢得冠军，其它选手们也陆续抵达终点，并受到照顾。当只剩数千观众还在巨大的体育场时，大门口的警笛声吸引了大家的注意力。卅六号腿上裹着沾血绷带的阿克瓦利拐着跑进体育场，在场的观众们在他跑最后一圈时纷纷为他加油。事后有记者问他这个人存疑的问题：「为何你在受如此重伤后仍继续比赛呢？」他说：「我的国家远送我到七千英里外参赛，不是为了开始比赛，乃是要完成比赛。」
「...存心忍耐奔那摆在我们前头路程」（来十二 1）。

不可灰心

• • 他墨兰常欢喜向他的朋友述说他早年的故事，他说：「我有一次被仇敌追逼，不得已藏匿在一所破屋中，我在那里独自枯坐了几个钟头。那时万念俱灰，再也没有志气和勇敢去干前面的事业了。在绝望中，我看见一只小小的蚂蚁，背着一粒比它大数倍的谷，尽力向墙上拖走。它跌下来多次，但是每一次它仍旧努力向上。我曾数过它跌下来了六十九次；可是它并不灰心气馁，第七十次它到达了高墙的顶上。那时我得了奋兴，我终身不能遗忘这个教训。」

要有继续航行的信心与决心

• • 当哥伦布初次航行大西洋探寻印度时，每天在他私人航海日记上记下一句话：「今天我们继续

航行。」当时他正在极度绝望的情况下，他们共有三艘船，其中有一艘已失了舵，船上的水手已萌起叛乱之心...，但他却能坚持其信心，写下「今天我们继续航行」。这是多么伟大的信心与决心！今天的基督徒也该有这种决心，不管在任何艰困的环境中，仍有「今天继续航行」的信心，永不灰心，绝不气馁的走完人生旅程，因为那忍耐到底的必然成功。

• • ※ 爱迪生六十七岁时实验室大火，烧毁两百万元设备，他说：「这把火烧掉一切错误，我要继续研究下去。」三周后发明了留声机。

Discouragement

• • The devil decided to have a garage sale. On the day of sale, his tools were placed for public inspection, each being marked with its sale price. There were a treacherous lot of implements: hatred, envy, jealousy, deceit, lust, lying, pride, and so on.

• • Set apart from the rest was a harmless-looking tool. It was quite worn and yet priced very high.

• • "What is the name of this tool?" asked one of the customers, pointing to it.

• • "That is discouragement," Satan replied.

• • "Why have you priced it so high?"

• • "Because it is more useful to me than the others. I can pry open and get inside a man's heart with that, even when I cannot get near him with the other tools. It is badly worn because I use it on almost everyone, since so few people know it belongs to me."

• • The devil's price for discouragement was high because it is still his favorite tool, and he is still using it on God's people.

Endurance

• • Several years ago a man reported his observations of the effects of a hurricane on a southeastern Gulf Coast town. As he walked up and down the ravaged streets, he observed that the palm trees had been uprooted and flung about. Once tall and majestic, their root systems were too shallow to withstand the hurricane force winds. But as he proceeded, he came upon a lone oak tree. The leaves had been blown away and some of the smaller branches ripped off, but the roots had gone deep, and the tree held its position. And in due season it would again produce leaves.

• • So it is with us. If we are to endure in times of great stress and difficulty, we must beforehand have put down a depth of character that will sustain the blows of the trial.

Endurance

· · ” Our men were not braver than the enemy. They were brave five minutes longer.” —attributed to Lord Wellington after the great victory won over Napoleon at Waterloo.

11 中庸·平衡

孙达尔衣食住

· · 孙达尔是位印度传教士，衣服是一直穿着印度教的袍子，食饭只用粗面包。有人请他吃西菜，但他还是吃自带的黑面包。有人招待他睡弹簧床，他却以为不该爱世界，睡在地板上。因他良心过敏，过份不顾到身体。此时应用真理与常识平衡之。

矮子和小公主

· · 某皇室举行跳舞大会。一个矮子被邀和小公主同舞。当舞蹈时真是万目睽睽，同时喝采。矮子得意扬扬，以为自己是不可一世的舞蹈专家了，并未料到观众是在笑他短矮滑稽的样子。快散会时，矮子在不意时溜进王宫，突然看见厅堂对面有个形容可笑的傻矮子，就近细看，原来乃是大壁镜中反照自己的身影。他大感羞愧，悄悄走了。罗马书十二章三节说：「不要看自己过于所当看的；要照着神所分给各人信心的大小，看得合乎中道。」

基督徒也要讲求制衡

· · 世界上搞政治的人，常常讲到「制衡」原则(Check & Balance)。政治上讲制衡，是为了驾驭别人，什么「双头马车」那一套制度。我们基督徒是把这个制衡用到自己身上，省察自己，约束自己，看看自己是否平衡，才能持守我们在主面前所领受的真道，不致于走偏了正路。— 寇世远《谨慎之道》

基督徒要善于维持情感的平衡

· · 基督徒应学习唱诗赞美。赞美的时候可以发泄情感，因情感也是神所赐的。人赞美神时若没有任何情感的冲动，恐怕他根本未曾认识神。所以不用压抑情感，但同时也不要完全失去控制。过分注重情感是把注意力集中在情感上，而不是在神身上。这是以自我为中心，不是敬拜。有些人受感动时会大大地情感冲动，甚至大哭大闹，在地上打滚等等。这有时候是正当的，没有什么羞耻，但不应常常如此。一般来说，情感的发泄与控制应维持平衡。生命不成熟的人，情感没有节制，只会借口被圣灵充满，而大大地发泄情感罢了。— 《扎根与结果》周功和

天衣无缝

• • 经文：「我凭着所赐我的恩对你们各人说：不要看自己过于所当看的，要照着神所分给各人信心的大小，看得合乎中道」(罗十二 3)。

• • 韩士是一著名的裁缝师，名声很大。有一富有的人也因而向他订造了一套西装，一星期后，他去取西装，发觉一只袖扭向那边，一边肩又扭向另一边，前面钮扣位有左右歪了，费了许多气力才穿上那件西装，他为免韩士尴尬，付了钱便走了。

• • 在乘火车的途中，车上有一个乘客看了他许久，终于开口问他：「你的这件外套是不是在韩士那里缝制的？」他答：「是。」听后对方赞叹说：「真了不起，我以前是听说他是一个好裁缝，万万想不到他竟能缝出一套如此好的西装！穿在你这样奇怪形状的人身上，简真天衣无缝！」--傅士德(RICHARD FOSTER)---简朴生活操练

• • 原来这位元先生从来不认识自己的身材，这件事成为他的盲点，看自己过高。让我们不要看自己过高，也不要看自己过低，要合宜的看自己。

12 谨慎 • 谨守

不能放回

• • 有一小女孩，要一个人为她摘一朵花，因为那是轻而易举的事，所以他就作了。当他摘下之后，她又说：「将它放回去。」此人后来告诉人说，他当时感到一种从未有过的无助感。你如何向那个小孩解释，这事办不到呢？我们如何解释清楚说：有些事情一旦作了就无法挽回。有些话一旦说了就再也收不回来。

谨守的灵(提后一 7)

• • 1. 灵强而不谨守，易生混乱，肉体容易搀杂进来活动。「哥林多聚会」(林前十四)；「祷告」大喊大叫，吵闹别人。「水灌鞋」(肉 16)。「弟兄看望姊妹，姊妹看望弟兄」。

• • 2. 不可有热心不谨守。「主」夜里见尼哥底母，白天见撒玛利亚妇人，谨守。

13 宽容 • 饶恕

从不赦免人

• • 有一次，卫斯理与一位将军一同旅行，看见将军向他的仆人发怒。仆人立即向他恳求赦免。但

将军说，我从来不赦免人。卫斯理就对他说：「将军，我盼望你从来不犯罪。」信徒需要彼此饶恕，如同神在基督里饶恕了我们一样。只有我们免了人的债，才能向神求免我们的债。「你不应当怜恤你的同伴，像我怜恤你么。」(马太福音十九章三十三节)

埋斧留柄

• • 一位青年腰携一斧，终日寻找他的仇人，准备将他劈死。一天，听见福音受了感动，知道恨人杀人是罪，当场认罪悔改。过了一个礼拜，传进人看他没有得救，没有改变，问他到底悔改了没有。他说，他已悔改了，并且听道以后也认过罪了，将准备杀死仇人之斧已埋在土中了。牧师觉得非常奇怪，那有真悔改而不得救之理，遂说：「你的斧头埋在何处？我与你一回去看看。」不看则已，一看才知他的斧头虽是埋在土里，斧柄还是高高露在地上。牧师问他何故埋斧留柄？他说，准备遇见仇人之时可以立刻持柄击杀之。弟兄姊妹彼此认罪，彼此饶恕，必须是从心里作的，不该仅是口头的。「你们各人若不从心里饶恕你的弟兄，我天父也要这样待你们了。」(马太福音十八章三十五节)

沙漠中的朋友

• • 阿拉伯传说中有两个朋友在沙漠中旅行,在旅途中的某点他们吵架了，一个还给了另外一个一记耳光。被打的觉得受辱，一言不语,在沙子上写下：「今天我的好朋友打了我一巴掌。」

• • 他们继续往前走。直到到了沃野，他们就决定停下。被打巴掌的那位差点淹死，幸好被朋友救起来了。被救起后，拿了一把小剑在石头上刻了：「今天我的好朋友救了我一命。」

• • 一旁好奇的朋友问说：「为什么我打了你以后，你要写在沙子上；而现在要刻在石头上呢？」

• • 另外一个回答说：「当被一个朋友伤害时，要写在易忘的地方，风会负责抹去它；相反的如果被帮助，我们要把它刻在心里的深处，那里任何风都不能抹灭它。」

• • 朋友的相处，伤害往往是无心的，帮助却是真心的。忘记那些无心的伤害，铭记那些对你的帮助，你会发现这世上你有很多真心的朋友。

Forgetting and Forgiveness

• • A friend of Clara Barton, founder of the American Red Cross, once reminded her of an especially cruel thing that had been done to her years before. But Miss Barton seemed not to recall it. "Don't you remember it?" her friend asked.

• • "No," Came the reply, "I distinctly remember forgetting it."

• • You can't be free and happy if you harbor grudges, so put them away. Get rid of them. Collect postage stamps, or collect coins, if you wish-but don't collect grudges.

Forgetting and Forgiveness

- • A man who was telling his friend about an argument he'd had with his wife commented, "Oh, how I hate it, every time we have an argument, she gets historical."
- • The friend replied, "You mean hysterical."
- • "No," he insisted. "I mean historical. Every time we argue she drags up everything from the past and holds it against me!"

14 真诚 • 诚实 • 不虚谎

真牛奶换豆浆

- • 曹弟兄说，他在北方认识一位元长老；一天忽然得了神经病，一直喊说：「真牛奶换豆浆。」后来查知得病缘故，是因卖牛奶时换了豆浆，受了良心控告，以致神经失常。

为了敬畏神的缘故

- • 从前有一孩子，母亲是个基督徒，命他到大城市去作买卖。因为沿途治安不靖，起行之前，母亲把四十枚金币缝进他的外衣里面。母亲叮嘱他说：第一、要敬畏神，第二、切勿说谎。孩子牢牢地记在心里，就起程了。途中果然遇着一群强盗，盘问有无银钱在身。孩子记起母亲的话，就说：「我有四十枚金币，缝在外衣里面。」强盗听了，仰天大笑，勒转马头就走，因为他们以为他在开玩笑。过了一会，又有一个强盗盘问他，也照样回答。那强盗说：「这孩子是个傻瓜！」也就勒转马头走了。再走一会，盗首来了，问他有什么东西。仍是诚诚实实的回答。盗首下了马，搜查他的外衣，结果丝毫不爽，四十枚金币皆在那儿。盗首很觉惊奇，问他为何回答那样坦白。他说：「为了敬畏神的缘故。」盗首伏在长枪上思索了一会，终于受了那位孩子的感动，改邪归正，后来洗手不干强盗的勾当，很热心地为主作工，引领很多人归主。

信用油条

- • 某学院的福利社膳厅在早餐时，举办信用油条大饼。方法是将油条大饼放置桌上，附有价目，无人看管，购者自取，自己付钱，自己找钱，以为堂堂大学，些微之物谅必不致揩油取利。岂知实行以来，起初仅有少数几次没有差误，遂耳大事宣传；后则屡有缺少，而且差额激增，当事者吃亏不起，乃告停办。高等学府之学生，品性道德竟然不堪大饼油条之一试。可叹！

良心买报

• • 有一教会，设一合作社，排列许多日常用品，各各标有价格。无人销货，只放钱柜一个，各人自己取货，自己付钱。一位弟兄负责办货，每夜查点售出货品，收入金额数算结果，不但未曾发现亏损，有时反会多出一些。中华日报曾在台南火车站办过「良心买报」，阅者自行取报，自行付价；结果，常常损失，有时售出七份只收二元四角，有时卖出十二份只收六角。看报的人都是受过教育的人，但是道德仍然低落，因为他们里面缺少主耶稣。

诚实是基督徒的第二生命

• • 有一个看门工人，一天捡到一千美元，却毫不动心的急于设法寻找失主。他说：「捡到一块钱或是一百万，对我并没有分别，因为我都不能占为己有。」——梁敏夫《五饼二鱼》

政策

• • 现在的时代乃是一个商业的时代。无论什么，都是出之以政策。可怜！信徒中人，亦染此风。我们应当知道诚心与政策的分别。诚心爱人者与以爱人为政策者，其中真有天壤之别。诚心爱人，其爱是从心生；政策爱人，其爱从脑出。诚心爱人是真性真情的流露；政策爱人是外面厉害的勉强。诚心爱人是很天然的，内外相同的；政策爱人是造作的，表里不合的。属肉身的基督徒的行为，多有政策的作用在里面。他的行为不是天然的，不是真情自然而然的流露；乃是因·畏人的议论，或求人的称赞，方才有这样的行为。单讲爱弟兄一事：他爱弟兄的表示，并不是他有真爱情；乃是不如是作，好象人就要论断他灵性的深浅。噯！许多的爱人究竟是无此心的——是假的！愿主拯救我们离开这个。

保罗在哥林多前书十三章所说的，真是深深刺入我们的心思意念。事大至于舍身为火所焚，仍有无爱心的可能！这种爱不是出于诚心，乃是政策的作用。所以使徒说，这样，「仍然与我无益」(3节)！政策作用的相爱是务外的，心口不相同。不过外面盖一重壳而已，里面并无神恩的作工。这样的自欺欺人，真是撒但的诡计。究竟，这样的爱心不过常是一种政策而已。政策的作用是不能历久的。过了一时，里面的真情就要暴露！这样造作、勉强的相爱，不能帮助自己的灵性一丝一毫。弟兄们，我们应当倚赖主的十字架，除去一切心中的恶毒。你们要「切实相爱」(彼前一22；四8)。「小子们哪！我们相爱，不要只在古语和舌头上；总要在行为和诚实上」(约壹三18)。——倪柝声

• • ※ 「诚实」的原文 Sincere = without wax.

Cheating

• • The Baltimore Orioles of 1894~96 was the best team that baseball had seen up to that time, and also the

craftiest. One of Baltimore's favorite tricks was to plant a few extra baseballs in strategic spots in the tall outfield grass. Any balls hit into that area that looked as if they would go for extra bases were miraculously held to singles.

- • One day, however, an opposing batter drove a ball to left-center field, where one of those balls had been hidden. The left fielder picked up the hidden ball and threw it in. The center fielder, not seeing what his teammate did, picked up the hit ball and threw it in. The umpire, seeing two balls coming into second base, called time and then awarded the game to the visiting team by forfeit.

Deceit

- • A humorist told the story of a driver who put a note under the windshield wiper of a parked car. It read: "I have just smashed into your car. The people who saw the accident are watching me. They think I'm writing down my name and address. I'm not. Good luck."

Deceit

- • A little boy was lost during the Christmas shopping rush.
- • He was standing in an aisle of the busy department store crying, "I want my mommy." People passing by kept giving the unhappy youngster nickels and dimes to cheer him up.
- • Finally a floorwalker came over to him and said, "I know where your mommy is, son."
- • The little boy looked up with his tear-drenched eyes and said, "So do I...just keep quiet!"

Deceit

- • In some resort towns in Arizona, it is the practice of various hotels or motels to spray-paint the grass green in the winter to lure tourists to what looks like a lush vacation spot. The problem is that the first spring rains wash the paint into the gutters, revealing how false was the image of the picture-perfect lawns.
- • That's the essence of hypocrisy-pretending to be what we are not.

Deception

- • The story has been told of a woman who had acquired wealth and social prominence and decided to have a book written about her genealogy. The well-known author she engaged for the assignment discovered that one of her grandfathers was a murderer who had been electrocuted in Sing Sing. When he said this would have to be included in the book, the woman pleaded that he find a way of saying it that would hide the truth.

• • When the book appeared, the incident read as follows: "One of her grandfathers occupied the chair of applied electricity in one of America's best-known institutions. He was very much attached to his position and literally died in the harness.

Deception

• • Several years ago on the Saturday Evening Post cover was a painting by Norman Rockwell that showed a woman buying a Thanksgiving turkey. The turkey was on the scales and the butcher was standing behind the counter. The customer, a lady of about sixty, stood watching the weigh-in. Each had a pleased look, but a quick glance at the painting shows nothing unusual going on.

• • Then we look closely at the entire cover. Rockwell has shown us their hands. The butcher is pressing down on the scales with a thumb while the woman is pushing up with a finger. Both would resent being called thieves, but neither saw anything wrong with a little deception.

15 圣洁

神的生命是圣洁的

• • 鸟知道水的害处，所以高飞，它是保守自己，远远离开水。有时看错了，误认「水中天」为天，竟会向水中直撞，但当它碰着水的时候，它绝对不会说，既然到了这里，就在这里稍憩片时吧。不，它必立刻回头，把身上的水抖到一乾二净，在向上空飞翔。从神生的生命，是绝对不会与罪恶并存的。

圣洁与强硬

• • 基督徒是最不近人情的，然而也是最有亲情的。惟其所知者只是天上事，除了主耶稣以外，别无爱慕，所以是最不近人情的；惟其不择人而爱，爱所有——可爱与不可爱的都在——的弟兄，而至于仇敌，所以是最有亲情的。圣洁原是信徒的目标；然而偶一不慎，恐怕我们的圣洁反成为别人的绊脚石。在人们的经历上，圣洁多变为强硬！圣洁的信徒多反与人以难堪！因其越圣洁，所以，其眼目中所定罪者越多，而无情的议论和批评也就随之而多。不是深明神恩的人，则他的圣洁徒使人以为其人是不近人情的，是脑筋简单的。这样的人是不会助人的，徒招物议而已。在这样人的自己，他还以为他是高举神的程度，为神的真理作美好的见证咧。

• • 然而，他们却忘记了神的圣洁是神的；我们是人——这个我们应当承认，我们不能囫圇吞枣的以神的圣洁为我们的圣洁。神的圣洁是令人望之生畏、不可接近的。我们是人；虽然得救了、重生了，仍然是人。我们应当消化神的圣洁，叫它变为人的圣洁。这是主耶稣的生命。祂是圣洁成肉身

的。一方面——在心灵上——祂是与罪人分开的；就是彼得看见了祂，还应当呼喊说，我是罪人，请你离开我(路五 8)！

• • 另一方面，祂是罪人的朋友，税吏妓女是人类所不齿的男女，然而祂却与他们表同情，抚恤、可怜、安慰他们。前一方面如何表明祂的圣洁，后一方面也照样表明祂的圣洁。祂并没有不可接近——祂并不强硬。信徒圣洁是非常美好的；但不可流于强硬，叫人望之不能生敬爱之心，反凛然生畏。其实强硬并非圣洁！此二者毫不相同。圣洁不错；然而，这是对·一己说的，对于自己不怕强硬。不自怜原是十字架道路中的标帜。但是，对于别人仍免不了爱心和同情。神虽圣洁，然祂有恩典相济。我们虽圣洁，仍不可失之木石般的冷淡。神拯救我们，并非叫我们变成非人的人；反之，就是因为我们的沦于非人的境地，祂才救我们，叫我们成为人，所以，虽然我们好象是最不近人情的，究是最有亲情的。一个真正的圣洁生命才免不了温柔、和平、恩慈诸美德。牧者如何忍耐照·他的群羊，我们也当照样对待众人。一个倾倒的生命，常是结果的生命。刚硬差遣人回家；恩慈叫人心溶化，同来行走天路。

垃圾桶

• • 台中市在庆祝建府九十周年时，做了许多美仑美奂的垃圾桶，形状就像一个城府，放在每个街上的转角处，提醒市民注意市容，培养保持清洁的习惯。

• • 有人批评用城府做为垃圾桶的形状，颇不相宜，那表示台中市变成了垃圾城，虽然当初设计是为了提醒市民「吾爱吾市」，但，花了好大的功夫，做都做了，也没有办法改。幸好，每天有垃圾车来清理这些垃圾，使那「城府」不因垃圾塞满未及处理，而臭气四溢，令人厌恶。

• • 一个心理健康的人，无论他的外表怎样，都必须天天清理心中的垃圾。这些垃圾，可能是由外界所投入的，也可能是自己制造、不敢让人知道而藏在心里的；因为人际关系不好，而引起愤恨、恼怒、嫉妒，以及自己的贪欲、淫念，都是垃圾，每人每天都该清理它，免得垃圾放久了发酵、腐烂，自然成为令人讨厌的家伙。如果能常常定期把这些不好的东西拿走、清洗，那么尽管别人常把垃圾倒在我们身上，我们永远能服事别人而不受玷污。

• • 圣经上劝我们要借着神的道，把我们心灵中的污秽洗除尽净，纵使在每天的生活中，仍可能沾染污秽，但也可以不断的更新而变化。有的人，一生没有一次大清扫，他自己也厌恶从小到大所装满的一切苦毒，在他的心中滋生的全是垃圾的臭气。朋友，来到主的宝血前，祂能洁净你，天天洁净你。「若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了」(林后五 17)。

圣洁的灵(林前七 34):

• • 1. 除去污秽邪念，单纯为主，没有掺杂任何不好的意图。「与姊妹谈话有邪念」；「劝少年妇女」，总要清清洁洁的(提前五 2)。「传基督」出于嫉妒、分争、结党(腓一 15, 17)。

• • 2. 不图利，为利讲道，只说迎合人心理的道，或混乱神的道为要讨人欢喜，得人利益。「巴兰」

一面要顺服神，一面又贪爱金银(民廿二 12~22)。「洁净殿」赶出牛羊鸽子(约二 15)。「作长老」非为贪财(彼前五 2)。

• • 3.不贪图虚荣，在教会中热心服事，显扬自己，想得人称赞。

16 不自私

论打买不论打用

• • 倪弟兄说：我有近二十年的工夫，有一个习惯，买东西，一买就是半打，一买就是一打。有的弟兄在那里莫明其妙，不知道我为什么买这么多。例如我要买一副太阳眼镜，我的存心就是我要用它。所以我就说：「神阿，如果你要给我一副，你总得给我六副。」因为这样才平安。有一个弟兄来，送他一副，另外有一个弟兄来，再送他一副，送五副出去，自己戴一副，我觉得舒服。比方说，保安刀，我一买就是一打，刀片一买就是一罗。我为什么要那么作呢？因为如果只是买一个，就那一个味道是为着自己用。如果你来，送你一把；他来，送他一把；那一个味道就好。总不能一千一万人，个个都送他，是说那一个情形，变作不一样了。如果我买了一打保安刀，十一个弟兄来，一人送他一把，我自己用一把，也许神原谅我可以用它。不然的话，总有一个感觉，那一个东西，是你自己的东西。所以我想和我长久在一起的弟兄姊妹，都会知道这件事。我买东西，总是论打买的，可不是论打用的。因为这样，就有东西出去，这一个味道就好。

戴德生以别人事为重

• • 一位内地会的女教士说，戴德生先生有一特点，就是无论什么时候，你去见他，他好象什么事都没有，惟独你的重要紧。实在，他一天不知要写多少封信，要见多少次人。他却这样若无其事的顾到别人的事。这就是舍己。如果主像我们这样冷，这样不顾别人的话，就你今天在那里？主所顾的，完全是人的事。我们真当受教，作一个舍己而顾念别人事的人。主耶稣说：「人子来，不是要受人的服事，乃是要服事人。」

路上有地雷

• • 韩战初起，一位美国少尉在韩看见一位男人骑驴，一位女人拿着一大堆的东西跟在后面。这位军官见他这样不尊重女人，忿怒上前，问他说：「怎么你骑驴而叫她跟在后面走着呢？」「习惯如此。」这位韩国人一面回答，一面走了。过了几年这位军官升为上尉，仍在韩国驻防，又见这位男人骑驴；但是这次与前不同，那位女人不是走在后面跟着，却是走在前头。这位军官又上前去对他说道「你还记得我吗？」「前一次你说男人骑驴，女人跟在后面是你们的习惯如此，这次怎么你骑驴，她却走在前头呢？」他说：「路上有地雷。」人的自私到了这样程度，真是可叹！

两个弟兄一起吃饭

• • 两位弟兄吃包饭，有一位弟兄吃饭的时候，总是先吃那几块肉。另一位弟兄看见这光景，一天不说，两天不说，到两个礼拜受不住了，就和他分开。

戴德生出外住宿

• • 戴德生出门传道，最坏的房间，定规是他的；最坏的床铺，定规是他的。

信徒不该再以自我为中心

• • 是的，在我们没有信耶稣之前，什么都是以自我为中心，以自己为第一。所以信主的目的和动机，也仍然还是以自我为出发点。为什么信耶稣？信耶稣对我有好处，遇到什么困难时，有耶稣帮助。自己做不到的事情，耶稣是万能的，祂可以做得得到。所以信耶稣的目的，乃是免费请来一位大有能力的助手，免费拿到将来上天堂的通行证，免费得到灵魂上的保险。这种自私自利的心理，不是真正的基督徒所应该有的。我们既是属于神的人，不应该再以自我为中心了，什么事情都必须以神为中心才对。——《五十灵筵》何晓东

要脱离自我中心的阶段

• • 许多基督徒的信仰还停留在雅各式的阶段里面。雅各向神许愿：「神若与我同在，在我所行的路上保佑我，又给我食物吃，衣服穿，使我平平安安回到父亲的家，我就必以耶和華為我的神」(创廿八 20~21)。那是交易式的信仰，是「市道之交」，建立在利益上。这是世上一般宗教的出发点与基础。烧香拜佛就是这样一回事，完全是以自己的好处为中心。但真实长进的基督徒，乃是从以自己为中心，变为以神为中心；超越那一种市侩气的信仰，而进入爱与真理层面上的信仰，脱离自我中心，不再求自己的获得，乃是回应神的爱，寻求祂在我们身上的获得。——滕近辉《在圣灵中长进》

马克吐温讲自私

• • 马克吐温参加一个学术会议，当时适值下雨天，他手里拿着雨伞。有记者请他用罪浅近的方法说明人性的自私，于是他就用手中的伞作比方，说：「我的伞是旧的，如果在散会时错拿一把新伞，这叫做小错(mistake)；反之，如果原来是新伞，拿错了旧伞，则是大错(blunder)。意即赚了便宜是小错，吃了亏便是大错。」

挑大的吃

· · 某次两人吃牛排，侍者送来一大一小的牛排，甲不客气选了大块，乙心有不甘，说甲没有礼貌；甲问：「若你先选，选大或选小？」乙说：「当然选小的。」甲说：「既然这样，留小的给你，你还有什么好说的呢？」一个是真小人，一个是伪君子，都是自私的。

17 公正 • 公义 • 正直

久借不还的书

· · 张弟兄未得救时，曾在东北服务，借了机关一本分析大全，转赴南京作事。因为该书无处可买，新到机关正需此书参考，便把此书带走。原意暂时借用，竟成久借不还。大陆沦陷，此书也就随着沦陷。信主之后，圣灵指着这罪要去对付，但是原书已与机关一齐沦陷，无法归还。圣灵指明要向以前长官认罪，就写了一封信向以前借书处长官认罪，并附送「到底有没有神」一本，向他作点信主见证。长官接此信后，深受感动，看了此书，愿意研究信主，不久就得救了。

· · ※ 希伯来文的「义」字并不重在道德问题，而是与神的关系是否正确。出九 27 法老说：「这一次我犯了罪了，耶和华是公义的，我和我的百姓是邪恶的。」原文意思是：「我犯罪，耶和华是站在对的一边，我和我的百姓却站在不对的一边。」

18 知足 • 不贪婪

船主贪财丧命

· · 一次一只海船触礁，快沉时候，那只船的船主告诉船上水手说，请把救生船放好，我要下到船底有事，立刻就来。下到船底作什么呢？因为他有许多的钱，放在保险柜里，舍不得钱一同沉在海里，就在一发千钧时候，冒险去拿。船一分一分的沉下，船主还在那里拿钱。船一寸一寸的沉下，还在那里拿钱。船沉下去的速率，比他拿钱的速率更快。水手见他不来，就放下救生船逃命。到底船主是不来的，水到他脚底时候，他才打算走开，但已太迟，他的结果就是淹死。后来船从海里打捞起来，那个船主还是一手拿着保险柜的钥匙，还有一手拿着满手金洋。钱是拿到手了，但是没有命了！沉沦了！是钱好，是命好呢？贪财已把那个船主送到地狱去了。所以你要小心，贪财也要把你送到那个永苦的地狱里去！

贪财的水手

· · 还有一个这样的故事。就是有一只船快沉时候，船上所有的人顾不得财物，纷纷离船逃命去了。有一水手，舍不得财物沉在海里，也舍不得他的命丢在那里，所以豫先拿了一个最好的救生圈，围在自己的胸前。他就对自己说：「现在命是保险的了，现在可用一点工夫，去发横财。」他就跑到舱底下去搜括金钱，钞票。所得真是不少，他就拿块大布，包满金洋钞票，绑在自己腰里，跑到船面。现在船快沉了，时机不可再失，他就望海一跳，盼藉救生圈浮在水面，等人来救。但很奇怪，一跳下海，并不上浮，就像一块石头，一直沉到海底。救生圈失了功效么？为何沉下去呢？因为金洋太重。救生圈的力量只够救他自己，救生圈的力量不够救他和他金钱。

孩子和镍币

· · 一次，一个男子在街上看见一个孩子正在路上号啕大哭，他便问这房子，为何痛哭呢？孩子回答说：因为刚才遗失一枚镍币。这位男子见他可怜，也就给他一枚镍币，谁知他又哭起来了。男子见他又哭起来，心中大惑不解，于是再问他说，还哭什么？孩子答说：「倘若不落掉那一枚，现在我就有两枚了。」世界上人不断蹈此覆辙。这样事情叫做「贪婪」。贪婪的人心中时常想要得点什么，欲望很大，所以平时总不快乐。

有了马还要马鞍子

· · 一个传道的人，常对他的厨子说人是坏的，这个厨子不服。一次传道人说：「今天和你打赌，你如能在一个钟头之内，心裏不起一点罪的念头，我就把我骑的那匹大马送你。我要把你关在一间屋里，不让人来看你，来打扰你。」厨子说：「这个还不容易吗？」传道人把他关在一间屋里，厨子欢欢喜喜坐于椅上，心里说道，这个还不容易吗？再过一个钟头，那匹大马就是我的了。心里想想，越想越快乐，越想越高兴。后来他又想到传道人只把大马给我，没把马鞍给我，叫我如何骑呢？接着他又想到，我要如何才能得着这个马鞍子呢？一想，二想一个钟头就已过去。传道人问到他说：「你犯了罪没有？」他说：「没有呀。」传道人是懂得人的故事的，他说：「你想了什么没有呢？」他说：「我想我有了马，却没有马鞍子。」传道人说：「你再想了别的没有？」就说：「我想怎样可以得着你的马鞍子。」传道人问道：「这个想法是不是贪心呢？」他明白了，就说：「是贪心。」传道人追问道：「那么贪心是罪不是罪呢？」他说：「贪心是罪。」末了传道人说：「那么马是不是你的呢？」他说：「马不是我的了。」亲爱的朋友！你说你没有罪，难道你终日所想的都没有罪的成分吗？

欲望终你们什么工价

· · 一次有位天使，寻找歇宿地方。有两家人：一家房子高大华丽，一家很是简陋。天使去敲第一家的门，财主推窗一看，就从客人的头顶打量到脚底，见他穿着褴褛不堪的衣服，想他袋里并没有

钱，摇摇头说：「我不能留宿，我的房子堆满了五谷，还是到别处去找宿罢！」天使转身走向穷人房子，穷人出来欢迎，热诚款待，天使喜出望外。他又烤些马铃薯，拿了一些牛奶，一同吃饭。第二天清晨天使对家主说：「你们这样怜恤与虔诚，可以向我要三样顶愿意要的东西，我必成全你们的愿望。」穷人回答说：「唉！若叫我要，有什么东西能比永远活着更好呢？其次就是叫我们两个活着的时候，有健康，有力量，并有每日所需用的饭食。第三，要一座新房子代替我们的旧房子。」天使便叫他们的旧房子变成一座新的，然后走出门外。天亮以后，财主起身往窗外一看，看见邻居旧草房变为壮丽洋房，于是叫起他的妻子问道：「告诉我！这是一回什么事；昨天对面还是一间茅草棚，今天怎么成了一幢美丽的新房子呢？赶快去，问问这是一回什么事！」妻子跑去问穷人，穷人就昨晚旅客投宿的事说了一遍。财主听了立时喊道：「若我晓得是这样，一定叫他到我这里来过夜。」妻子催他说：「赶快，骑上你的马，或许能够追上他。」财主很快追上了天使，柔声和天使说：「昨晚我是进去找门上的钥匙，你就走了，不是不招待，请你回来，我很欢迎你多住。」天使答应了，财主就乘机请求天使应允给他三样东西，天使回答说：「可以的，但是与你没有好处，还是不要的好，你既一定要。我必给你。」

· · 财主骑马返家，走在路上考虑要些什么。当他思想时候，松了马的缰绳，马跳起来，被马颠的非常厉害，不能专心想他的问题。最后他不耐烦的说：「该死的东西，我巴不得你的头颈断了。」马头就落到地上，他第一个愿望已经得到了。财主的贪得天性，那肯把马鞍留下，于是背在背上走回家去。路上走的时候，太阳晒得非常难过，开始恼怒生气起来；更加鞍子压痛他的背脊，他还未决定他该要什么呢！有好几次想好了他所要的，可是马上觉得那个未免太少了。于是想到他的妻子是太惬意了，坐在家里乘着风凉，想到此处叫他非常忿怒，就不知不觉的，大声说道：「巴不得她坐在这个马鞍上，永下不来，好叫她尝尝这种滋味。」那时马鞍果然飞去，回家之后他的妻子坐在马鞍上不得下来，哭叫救命，财主不得已只好把第三个愿望花费在妻子脱离马鞍之上。贪欲的财主结果毫无所得徒受虚惊。

要学会知足

· · 有一个故事，讲到一个看园的，一天早晨，当他到花园中去的时候，他发现所有的花草树木都枯萎雕谢了。园中充满了死象，一无生气。他非常诧异，就问园门口的一颗橡树：它们中间究竟出了什么岔子。后来他才知道，橡树因为自怨没有松树那样高大俊秀，所以就生出厌世之心，不想活了。松树又恨自己不能像葡萄藤那样多结果子。葡萄藤也将自尽，因为它终日匍匐于地，不能直立，又不能像桃树那样开美丽可爱的花。牵牛花也病倒了，因为自叹没有紫丁香那样芬芳。其余的都垂头丧气，怨自己不如人。只有一枝顶小的心安草(堇属)，仍在喷香吐艳。他高兴极了，对它说：「心安草，我真欢喜，别的都悲观厌世，只有你这枝小草还这样勇敢。你似乎一点都没有沮丧。」小草儿回答说：「我绝对没有，连一丝的灰心、一毫的失望也没有。我虽然算不得什么，但是我知道如果你要一棵橡树，或者一棵松树，或者葡萄藤，或者桃树，或者牵牛花，或者紫丁香，你就会去种植；我知道你要我作一枝小的心安草，所以我就心满意足的尽力作一枝小心安草。」

知足

· · 知足是圣徒的一件美德。奉献一切与神是知足的初步。以神为万有的人，才有知足的心。萦念世界的信徒，难免贪图虚名。虚名，与世界别的荣耀一般，不能满足人的心。无论得·多少名声，这样的信徒，总无知足之一日。知道主耶稣是我们的一切之人，有福了！如果我们不是与主一同升天，看见日光下的虚空情形，则我们也是难免思念地上的事的。如果我们不是蒙圣灵光照，叫我们知道，我们所得·的乃是永远的、实在的，则我们也难免贪求。赞美神，因为信的人能以祂为宝贝。

心安草

· · 经文：「我无论在什么景况，都可以知足，这是我已经学会了」(腓四 11)。

· · 有一个故事，讲到一个国王，一天早晨独自到他的花园中去散步，他发现所有的花草树木都枯萎雕谢了。园中充满了死象，一无生气。

· · 国王非常诧异，就问园门口的一棵橡树：它们中间究竟出了什么岔子？后来他才知道橡树因为自怨没有松树那样高大俊秀，所以就生出厌世之心，不想活了。松树又恨自己不能像葡萄藤那样多结果子。葡萄藤也将自尽，因为它终日匍伏于地，不能直立，又不能像桃树那样开美丽可爱的花。牵牛儿也病倒了，因为它叹自己没有紫丁香那样芬芳。其余的都垂头丧气，怨自己不如人，只有一枝顶小的心安草(Heart's-ease)，国王见它仍在喷香吐艳，维持原状。国王高兴极了，对它说：“心安草，我真欢喜，别的都悲观厌世，只有你这枝小草这样勇敢。你似乎一点都没有沮丧。”小草儿回答说：“王阿，我绝对没有，连一丝的灰心，一毫的失望，也没有。我虽然算不得什么，但是我知道如果你要一棵橡树，或者一棵松树，或者葡萄藤，或者桃树，或者牵牛儿，或者紫丁香，你就会去种植；我知道你要我作一枝小的心安草，所以我就心满意足地尽力作一枝小的心安草。”——《荒漠甘泉》

· · ※ 主后第四世纪的君士坦丁主教 Chrysostom 有一句话说得很好：「"我的"、"你的"这两个字的概念，已熄灭了我们同情的火焰，点燃了我们贪婪的欲火。」

· · ※ ※ 从军不怕——(1)后方、前方；(2)安全、危险；(3)轻伤、重伤；(4)死、痊愈。

· · ※ 约翰卫斯理未信主前遇见大学校工：(1)昨天已吃，今早已喝了水；(2)衣虽不够暖，但比没衣好；(3)主预备别人的屋檐台阶作卧处。

· · ※ 被抢：(1)仅此一次；(2)未被杀；(3)钱不多；(4)被人抢，不是抢别人；(5)一切遭遇为使我得益处。

- • ※ 被下监：(1)为得安静读经；(2)背经、亲近主；(3)去见主好得无比。

Complaining

- • The next time you feel like complaining, remember that your garbage disposal probably eats better than 30 percent of the world's population does.

Complaining

- • The story is told of a Christian who was reduced to such poverty that he had only one pair of shoes, with the soles worn through and his toes sticking out. Depressed and discouraged, he walked down the street mumbling to himself: "I might as well be barefooted as to wear these miserable, uncomfortable shoes." As he felt himself becoming more and more bitter, he came upon a man sitting on the sidewalk and begging. The poor fellow had no legs. After a moment, the discouraged Christian realized that there was something worse than having old shoes-having no feet upon which to wear the shoes.
- • Are you complaining? Think how much worse things could be.

Contentment

- • Two little teardrops were floating down the river of life. One teardrop asked the other, "Who are you?"
- • "I am a teardrop from a girl who loved a man and lost him. But who are you?"
- • The first teardrop replied, "I am a teardrop from the girl who got him."
- • Life is like that. We cry over the things we can't have, but we might cry twice as hard if we had received them. Paul had the right idea when he said, "...I have learned the secret of being content in any and every situation..." (Phil. 4:12).

Contentment

- • A little Swiss watch had been made with the smallest of parts and great skill. Yet it was dissatisfied with its restricted sphere of influence on a lady's wrist. It envied the position of the great tower clock on the city hall. One day as it passed with its owner by the city hall, the tiny watch exclaimed, "I wish I could go way up there! I could then serve many instead of just one." Now it so happened that its owner was in a position with the city that gave her access to the tower clock, so she said, "You shall have your opportunity, little watch."
- • The next day, a slender thread was let down from the tower and the little watch was tied to it. Slowly and

carefully, the watch was pulled up the side of the tower, rising higher and higher each moment. Of course, when it reached the top, it was completely lost to view. In this dramatic way, the watch learned that its elevation had effected its annihilation!

- • Pray the you too may not lose the small influence you now have for Christ by coveting something larger for which you are not equipped, and which God constantly refuses you in his love. Learn to be content.

Contentment

- • A story is told of a king who was suffering from a mysterious malady and was advised by his astrologer that he would be cured if the shirt of a contented man was brought for him to wear. People went out to all parts of the kingdom looking for such a person, and after a long search they found a man who was really happy. But he did not even possess a shirt.

Contentment

- • A Puritan sat down to his meal and found that he had only a little bread and some water. His response was to exclaim, "What? All this and Jesus Christ, too!"

Contentment is found when we have a correct perspective on life.

Covetousness

- • A father was walking down the street with his two small sons, both of whom were cry loudly, A neighbor passing by inquired, "What's the matter? Why all the fuss?" The father responded, "The trouble with these lads is what's wrong with the world. One has a piece of candy and the other wants it!"

Covetousness

- • The trouble with this world is that too many people try to go through life with a catcher's mitt on both hands.

Covetousness

- • The story is told of an elderly Quaker who, to teach his neighbors a lesson, put up a sign on a vacant piece of property he owned that read, "I will give this lot to anyone who is really satisfied."

A wealthy farmer read it as he rode by and said to himself, "Since my Quaker friend is going to give this piece

of land away, I might as well have it as anyone else. I am rich and have all I need, so I am well able to qualify." He went up to the Quaker's door and, when the aged man appeared, the farmer explained why he had come.

- • "And art thou really satisfied?" asked the owner of the lot.
- • "I surely am," was the farmer's reply. "I have all I need, and I am well satisfied."
- • "Friend," said the other, "if thou art satisfied, then what dost thou want with my lot?" The question revealed the covetousness that was hidden in the man's heart.

19 节制

要束紧心中的腰

• • 人到底是不是在敬虔上操练自己，我常能从他的态度、话语中看出来，就是看他说话时，腰(心中的腰)是放松的呢？还是束紧的。人的腰若是束紧的，说话就有约束，不然就没有约束。多少时候，不止是在普通谈话时放肆，就是在讲台上讲道的时候，也不够像是活在神的面前。——俞成华《生命的信息》

20 不嫉妒

老鹰拔毛

• • 两只老鹰，一只飞得很快，一只飞得太慢，飞慢的一只老鹰，嫉妒那只飞快的老鹰。一次，飞慢的老鹰对一个猎人说：「前面有只飞得很快的鹰，你去用箭射死它。」猎人说：「可以的，只是我的箭上缺少一根羽毛，可否拔下你的一根？」飞慢的老鹰说：「好！」它就拔下一根丢给猎人，猎人未能射中那鹰。猎人说：「再拔一根来如何？」飞慢的老鹰说「好！」又拔一根，然而又未射中。这样，一技一技的射去，鹰毛一根一根的拔下，把它自己身上的羽毛都拔完了，它不能再飞了，结果那位猎人把它捉去。这是一个很明显的教训，大抵嫉妒别人，谋害别人，结果别人不会害到，反而害了自己。

圣经里嫉妒别人的事例

• • (一)太二十章，因同得一钱银子的工价而「红眼」；(二)路十章，马大抱怨马利亚不作事；(三)路十五章，大儿子抱怨小儿子浪费费财，仍得与父亲同乐；(四)约二十一章，彼得问主关于约翰「这人将来如何？」——寇世远《剩下集》

嫉妒反倒害了自己

· · 古代有两个武士比武，失败的这个武士，不甘服输，别人替得胜的人在市中心做了一个石像，纪念他的威武，这个失败的武士半夜起来，用全力去推石像，推了一整夜，结果石像推倒了，他也压死在石像底下；他推倒的是对方的偶像，他赔上的是自己的生命。

全文完