恩典与真理消息

2015年 11月 15号　　印发恩典与真理教会 大韩民国京畿道安養市萬安區安養路193　電話 : 82-31-443-3731　www.gntc.net

恩典和真理，都是由耶稣基督来的。(约翰福音 1:17)

见证

感谢赞美神 拯救我的灵魂 将苦难变成祝福 并让我在主里面过着幸福的生活

姓名 - 安贤玉

我虽然出生在农村一个比较富裕的家庭，但是搬到首尔上高中以后，经历各种苦难，生活过得比较艰难。很可惜，那时没有一个人给我传福音。我当小学老师以后，跟妹妹一起租一间房子住。没想到我们家旁边就有一所教会。一到星期天，我忙着做家务事，但是教会里有很多人聚在一起做礼拜、唱赞美诗。所以我想，这些人在教会呆一整天，哪有功夫做家务事？

我结婚之前，跟现在的老公去过教会。但是，去了几次以后，就不想去了。老公呢，上高中、大学的时候参加过基督教活动，又从教授那里学圣经，是一名虔诚的基督徒。他说，第一次见到我的时候，就有一种感觉，将来也一定会去教会。我结婚，生了两个孩子，仍然在学校教学生。

有一天，有位牧师来找我，请我到他们的教会弹钢琴。那时我没有对神的信心，所以牧师每次来找我的时候，就找借口拒绝。奇怪的是，我们搬到哪儿，附近就有教会。小儿子六个月的时候，我们搬到果川，没想到附近也有教会。不知为什么，从那开始，‘应该去教会’的想法竟然成为一种负担。医生说，我是因过度劳累和压力而患神经衰弱。在表面上看不是什么大病，但是内心的痛苦是千言万语也表达不出来的。

后来，我终于去了离家不远的一个教会。虽然很难理解牧师讲的道，但是做完礼拜以后，教会免费提供面条作为午餐，所以每周带着孩子们去了。我没有信心，根本不懂礼拜的喜乐和感动是什么，但是对于身心软弱的我来说，牧师的寻访是一个极大的安慰。

我们又搬家了。住在同一幢公寓里的劝事和区域长，带我去了恩典与真理教会。我用心上教会，可信心还是没有增长。我一直以来都在忙忙碌碌的为生活而奔波，身心疲劳，所以神经衰弱引起了焦虑症。

我领受洗礼，接受职分，从去年开始正式学习圣经。自从开始学圣经以后，觉得神的话语很有趣，是我的最大快乐。听牧师讲道的时候，蒙受恩典，信心这才逐渐增长。我每天抽空看圣经，默想神的话语。

复发的疾病越折磨着我，我就越积极参加礼拜，渴慕神的话语，熬夜看圣经。我开始认识神，理解神的话语，更恳切地祷告神。我一边想着凭信心战胜一切困难的伟人，一边看基督教书籍仰望神、依赖神。尤其是‘神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的。’还有‘将苦难变为荣耀’的话语是我的安慰和力量。

去年11月份，我因身心过度虚劳，请了两个月的病假。那时我用心参加礼拜，侧耳听神的话语，恳切地祷告，并高声赞美神。那段期间，消极的我变得乐观，深刻思考死亡的问题，根据圣经竖立正确的生死观和人生观。

有一天，我一个人在小区边散步，边祷告的时候，突然听到这样的话语。‘不要再痛苦了，我会医治你’我搞不清是不是主对我说的话，反正一直都在心里荡漾着。过了几天以后，我睡不着觉，就打开圣经看的时候，这一次听得特别清楚。‘苦难会过去的，面前的苦难，对你有益。’真是一个奇异的体验。过几天以后，主又告诉我，面前的苦难是祝福。从那以后，真的好奇怪，我突然理解，并相信跟苦难有关的那些圣经话语。

我回忆过去的往事。虽然我走的路不平坦，但是两个儿子健康成长，又找到了理想的工作，这都是很感谢的事。感谢神 拣选我这样的罪人，爱我、拯救我，让我走向没有痛苦，没有悲伤的天国。我真心流泪悔改自己的过错，并心怀感恩之心。以前，我很自私，只会照顾家人，但是通过身上的疾病和生活上的困难，竟然学会了怎样照顾陷入悲伤之中的人。

我为了健康，为了以礼拜为中心的生活决定提前退休。当时因年金问题，申请的人过多，挺费劲的。但是神应允我的祷告，帮我顺利办理退职手续。退休以后，我积极参加教会里的所有礼拜，与圣徒们亲密来往，于是生活变得充满活力，身心就稳定下来了。

我当了三十七年的老师，所以刚刚退休的那些天总留恋校园的生活，但是藉着礼拜克服了。我的信心逐渐增长，身体也慢慢恢复健康，又对恩典与真理教会产生了深厚的情感。我虽然没有勇气，觉得有点怕，但是很想在教会服事，于是开始在唱诗班服事。感谢神的恩典，让我在唱诗班以优美的声音称颂神。我从生活上体验到苦难变为荣耀的事实。

我因身上的疾病接受主耶稣，罪得赦免，成为神的儿女。感谢神让我享受属灵的喜乐而生活。我现在恳切地祷告神，让身体健壮，正如灵魂兴盛一样，希望成为主的忠诚的仆人。并且为了让那些因不认识神而徘徊的人，归向神，享受神赐的真正的平安和喜乐，如今也在尽最大努力传福音。“我受苦是与我有益，为要使我学习你的律例。”(诗篇119篇71节)“你的手制造我，建立我，求你赐我悟性，可以学习你的命令。”(诗篇119篇73节)感谢神 赦免我的罪孽，引导我走正确的路。我祈求，愿每时每刻遵行神的话语而生活，并在日常所遇到的每一件事上，立刻借着感谢与赞美，将荣耀归给神！

信仰专栏

最明智而优秀的选择

“…我将生死祸福陈明在你面前，所以你要拣选生命，使你和你的后裔都得存活…”(申命记 30:19,20)

神把自由意志赐给了人。自由意志是，可以自由选择并决定的意志。用自己的自由意志选择并决定的事所带来的影响非常重大，甚至能改变命运。所以在选择并决定某件事的时候，应该做出明智而优秀的选择和决定。能够用自由意志自由选择的当中，有言语、想法和信心。

第一　我们该怎样想呢，这得慎重选择。

他的为人都是从平时的想法而形成。神照着我们的祷告和想法的做工。我们每个人祷告的时间，没有比思考的时间长。既然祷告微不足道，倒不如整天拥有正确的想法。选择哪一种类型的想法呢？这样的决定是非常重要的。因为今天的思量，能决定明天。我们的心像庭院，所以需要继续管理。请勿小心别让那些跟死亡和咒诅有关的想法侵入心内，或者扎根，同时要把跟生命和福气有关的想法种在心底里。要想除去被污染的想法，就得祷告、赞美、默读并背诵圣经、听讲道。这不仅是最好的方法，而且又可以让那些跟生命和福有关的想法扎在心内。

第二　应该慎重选择，说怎样的话。

人的言语也决定一个人的命运，所以带来的影响非常重大。人的话语带着权柄和能力，因为这是神创造人以后所赐的权柄。不经过大脑说话的习惯是最不好的了。各位有必要准备在各种场所要说的话，因为情绪激动的时候，容易说出难听的话语。首先决定选择跟生命和福有关的话以后使用，然后坚持练习；这属于虔敬的练习。想法和言语里有生命和福，以及死亡和咒诅。看你今天选择哪一种类型的想法和言语，明天就结不同的果子。心里的意念和口里所出的话语，仿佛农夫在地里撒种一样，到时候自然就结出果子。

第三　应该慎重选择，要拥有怎样的信心。

有否定性信念，也有肯定性信念。有得神喜悦的信心，也有违抗神的信心。神极为可憎的信心是，对偶像的信心。我们应该拥有属于生命和福气的信心。首先，我们要相信既是创造主，又是救赎罪人的神才是真正的神；乃是藉着耶稣基督启示自己的神。选择信耶稣基督的人，就是在他的一生中做出最为明智的一个选择的人。然后，要选择信神的一方。圣经里的许多伟人，在这一方面都做出了很好的榜样。举一下约书亚的例子看看吧。12个探子去迦南地窥探，他们看了40个昼夜回来报告情况，那时约书亚和迦勒没有选择相信面前的状况，而选择相信神的应许。他们劝百姓一定要相信，神赐迦南地为业的应许。百姓们听了十个探子说的话以后，有了不正确的信心，所以被神丢弃，在旷野彷徨。可约书亚呢，成为指导者带领以色列百姓进迦南地以后，直到去世为止，凡事都凭着信心做事。他信心的基准非常明确、始终如一；只事奉耶和华神，信靠神的话语，亲近神。

选择是自由，但那后果应该由自己来承担。选择以圣经为基础，及跟圣经一致的想法、话语、信心，没有比这样的选择更明智而优秀的。其结果是生命和祝福，神能保证这一切。

当信主耶稣 你和你一家都必得救

控制忧闷的秘诀

恩典与真理教会赵镛穆牧师

区域礼拜

经文： 诗篇 42篇 5节，6节
我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因他笑脸帮助我，我还要称赞他。我的神啊，我的心在我里面忧闷，所以我从约但地、从黑门岭、从米萨山记念你。

今天呢，我们看一下‘控制忧闷的秘诀’。人人都抱着希望而生活。每个人都或多或少的怀抱着各种希望，由此能够忍受面前的困难和痛苦而生活。今天虽然伤心难过，但是对明天怀抱期待，所以在努力、忍耐。你怀抱的希望，将决定你的生活态度和气氛。希望使人的生活变得充满活力，并有进取性。第二次世界大战时，有八千多名英军和美军在日本收容所死亡。他们死亡的主要原因，不是因为营养不良，或者因为疾病和过于劳累，而是因为绝望。这是战争结束之后所调查的结果。动物呢，有吃的就能活，但人却不那样。人为希望而活着。对自己的未来怀有美好的梦想。‘绝望是走向死亡的疾病’，正如这话一样，在世上最可怕的疾病就是灰心、绝望。魔鬼让人陷入忧闷之中。耶稣说了：“盗贼来，无非要偷窃，杀害，毁坏。” 在这里说的盗贼是指魔鬼。人遇到困境的时候，魔鬼让人忧闷。

人忧闷、绝望的理由可以分为几种。

1．自己的努力和辛苦没有什么成就，或者变得更糟糕的时候。

2．满腔期待的事情没有实现，仍然迟延的时候。

3．陷入极度的痛苦和悲伤中的时候。

4．知道问题没有办法解决，也没有人能帮的时候。

人们在生活中都会遇到这种情况，但所有的人并不因为灰心，而陷入绝望之中。看圣经中记载的伟人，就知道他们也不例外。以色列伟大的族长亚伯拉罕、以撒、雅各、还有约瑟，他们遇到了很是让人郁闷的事。约瑟更是如此，伟大的指导者摩西也并不例外。但是他们没有忧闷，反而解除忧闷，放步前进。美国科技公司出版的华尔街日报是，美国付费发行量最大的财经报纸。那里每月一次刊登鼓励别人的故事。上面有这样的一篇文章。“你灰心的时候，要想想这样的人。只有小学文凭的人，在乡下开了一家小卖店，但没过多久破产了，欠的债共还了15年。当上院议员的候选人，可两次都落选，下院议员的选举中也两次落标。虽然讲了载入史册的精彩演讲，但几乎没有人听。连续登报批评他，国内的大部分人甚至把他当虫子看待。想想，他都这样了，但是却给全世界的许多人带来好大的希望和勇气。他已经去世100多年，不过他的思想依然与日月同辉，那人就是亚伯拉罕林肯。”周围的很多人因身上的问题，或者环境上的问题容易灰心，但是他们在勇敢地面对这些不幸，决不灰心。

圣经里记载解除忧闷的最好方法。其中的一个就是今天的经文。今天我们以诗篇42篇为中心来察看一下，控制忧闷情绪的秘诀。

诗篇作者说：“我昼夜以眼泪当饮食，人不住的对我说，你的神在那里呢？”(诗篇 42:3)但是诗篇作者并没有一直悲伤、流泪、忧闷，而马上消除忧闷的心情。他是怎么做到的呢？5节和6节这样记载。

1．诗篇作者为了不让忧闷扎根在心底，就责备并鼓励自己。

人人都有自问、自我责备、自我鼓励的能力。诗篇作者责备自己为什么灰心。加略人犹大收了大祭司长的钱，然后把耶稣卖了。之后，他非常后悔自己所做的事，结果上吊自杀了。耶稣受审的时候，彼得也在场。周围的人看见彼得，就说他是耶稣的门徒。那时彼得极其害怕，就三次坚决地否认自己认识耶。彼得知道自己错了，就出去痛哭。耶稣被钉死，埋葬的时候，彼得也在场。然后见到了复活的耶稣。加略人犹大自责，便离开了耶稣。彼得虽然自责，但走到耶稣面前。“我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？”诗篇作者的自责，是为了接近神。我们也需要这样的自责。

诗篇作者鼓励自己说：“应当仰望神！因他笑脸帮助我，我还要称赞他。”有一个画家经常访问孤儿院。有一天，他访问孤儿院的时候，看见一个小女孩在哭泣。画家问小女孩为什么哭，那时女孩递给他一个小手帕。“这手帕是妈妈留给我的，是很珍贵的。可我不小心把墨水滴到了手帕上，怎么洗也洗不掉。”那画家向小女孩借了借那手帕。过几天以后，小女孩收到一个包裹，打开一看，就很惊讶，在怀疑自己的眼睛。原来那位画家在手帕上画了好多美丽的花纹，完全看不出墨水污迹，比以前好看多了。使我们灰心的问题也是，只要能得到神的帮助，就能变为赞美。

2．诗篇作者想起了，曾经在各种场所从神那里得到的帮助。

经文6节记载“我的神啊，我的心在我里面忧闷，所以我从约但地、从黑门岭、从米萨山记念你。”诗篇作者想起了神曾经在约但地、黑门岭、米萨山上帮助他，并同在的事情。圣徒们灰心的时候，要想到神。希望各位满心想的都是慈爱的神，诚实的神，帮助我们的神。这样的话，就能消除忧闷，心里充满盼望。圣经指着不信耶稣基督的人，说‘没有指望的人’。“那时你们与基督无关，在以色列国民以外，在所应许的诸约上是局外人，并且活在世上没有指望，没有神。”(以弗所书 2:12)，“论到睡了的人，我们不愿意弟兄们不知道，恐怕你们忧伤，像那些没有指望的人一样。”(帖撒罗尼迦前书 4:13)

其实对于因信耶稣基督重生的人来说，根本不会存在绝望。圣经这样记载其理由。“不但如此，就是在患难中，也是欢欢喜喜的。因为知道患难生忍耐，忍耐生老练，老练生盼望。盼望不至于羞耻，因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。”(罗马书 5:3-5)“我们四面受敌，却不被困住。心里作难，却不至失望。”(哥林多后书 4:8)，“我们行善，不可丧志。若不灰心，到了时候，就要收成。”(加拉太书 6:9)，“恶人一死，他的指望必灭绝… 义人临死，有所投靠。”(箴言 11:7, 14:32)圣经里记载“有盼望的神”(罗马书 15:13)，“我们的盼望基督耶稣” (提摩太前书 1:1)

不信者的前途渺茫而暗淡，但是基督徒的前途明亮而美好。亲爱的圣徒们，千万不要让灰心和绝望进入你的心里。神让圣徒的盼望不至于羞耻 。“我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？因当仰望神，因他笑脸帮助我，我还要称赞他。我的神啊，我的心在我里面忧闷，所以我从约但地、从黑门岭、从米萨山记念你。”希望这样的告白成为各位圣徒们的告白。

需要恩典与真理教会传道纸的人请联络！

* 本教会给中国亲戚朋友传送恩典与真理教会的传道纸(中，韩版)。有意者请留下地址，电子信箱，或联系电话。

联系处：安养中国宣教会，
邮件地址：china@gntc.net

韩国：82-31-446-5831，
中国：86-139-0461-1140