

MISTY

2025.12 &
2026.01

雙月號

VALLEY

休士頓西北華人浸信會月刊

一年又一年

每月金句

② 詩篇90篇：12

牧者的話

⑤ 2026年 NWCBC 讀經小組邀請

主題文章閱讀

⑥ 在TikTok(短視頻)時代贖回光陰

⑫ 落空的新年立志帶給我們的五個教訓

⑮ 約拿單·愛德華茲的七十條立志

⑳ 新年立志：自我提升計劃，還是順服基督？

㉓ 明年，新的你

見證分享：

㉔ 人生再添新章

PART

01

每月金句

牧者的話

2026年

NWCBC 讀經小組邀請



每月金句

詩篇90篇：12

求你指教我們怎樣數算自己的日子，好
叫我們得著智慧的心。



牧者的話

親愛的弟兄姊妹平安！

時光飛逝，我們進入了2026年。

在過去一年，你有哪些向上帝感恩的地方？又有哪些需要自我省察和悔改的地方？有哪些事情彰顯了神的榮耀？又有哪些事情在你心中成為了遺憾，因為它們沒能夠榮耀神？

無論如何，蒙上帝恩典的保守，我們進入了新的一年。在新的一年里，你準備在每一天裡如何生活呢？你準備如何預備你自己進入那將要從我們主耶穌基督而來的榮耀呢？你準備花多少時間在屬地的事上，又準備花多少時間在屬天的事情上呢？以下是我希望勉勵大家在新一年中操練的五件事情。

讀神的話語

神的話語是我們腳前的燈，路上的光（詩119:105，彼後1:19），是能剖開靈魂的利劍（來4:12），是餵養我們的糧食（太4:4；彼前2:2），是潔淨我們的水（弗5:25-27），能甦醒人心，能使愚人有智慧，能快活人的心，能明亮人的眼目（詩19:7-8），比金子可羨慕，比蜜甘甜（詩19:10），比生命更好（詩63:3）。

親愛的弟兄姊妹，你熟悉神的話語嗎？神的話語是否全備地存在你的心裡，你的頭腦中呢？當你遇到人生中各樣的景況時，你第一時間想到的是什麼呢？是你從老我生命而出來的反應，還是神的話語？我要鼓勵大家在新的一年里為自己制定讀經計畫，無論是一天一段，還是一天一章，還是你打算加入不同的讀經小組和其他姊妹一起讀經。**養成每日讀經的習慣，是你基督徒人生道路的第一步。**它是奠定一切的根基。

花時間默想神的話語並禱告

在讀經之後，我要鼓勵你學習花一點時間默想神的話語，並為你所讀到的聖經來禱告。以下是你可以默想的問題：今天讀的這段聖經告訴了我上帝是誰？上帝是怎樣的一位上帝？今天讀的這段聖經從哪些方面向我顯明了上帝的救恩？今天讀的這段聖經裡，上帝做了哪些工作？以上這些都是非常好的思考的起點，從這些起點延伸開去，你就可以不斷探明上帝話語的奧祕、偉大和奇妙，並激勵你的心向神獻上感恩和敬拜的禱告。

為教會禱告，為他人禱告

除了為你自己的靈修禱告，我要鼓勵你在新的一年里操練為別人禱告。你可以仿效我們教會主日上午牧禱的邏輯，從本教會的事工以及弟兄姊妹的需要出發，為教會的講台禱告，為教會的門訓、小組事工、團契事工、傳福音事工而禱告；接著為你心中所想到的弟兄姊妹來禱告；接著為本地區和本城市的其他教會禱告；接著為本國的其他教會、神學院，以及服事者而禱告；接著為海外乃至全球的教會禱告。**操練為教會和他人禱告，是我們操練委身教會，以及捨己生活的第一步。**

操練自己對將要來臨的榮耀的渴望

第四，我要勉勵你操練你自己對永恆的凝視、關注、聚焦；操練對那將要來臨的天國榮耀的渴望。親愛的弟兄姊妹，那是我們應該關注的最終焦點。在這個紛繁嘈雜的世界當中，我們很容易就會因為眼前的不順利、眼前的苦難、眼前的麻煩，而皺眉、哀嘆、抱怨、消沉。我們的情緒每一天都跟著我們生命中一些眼前的事物起伏。但我們應該知道，所有這一切都是暫時的；在神永恆的國度和救贖面前，地上的紛紛擾擾有一天都會過去。我們如果迷失了那對永恆的渴望，我們就會很快淹沒在世俗的壓力和風暴中。

降服於神的主權並在其中喜樂

最後，我要勉勵你在這種對永恆的渴望中，品嘗真正的喜樂。你要記住，是上帝創造了這個世界，並且掌管這個世界。這意味著，是上帝在掌管你、你的家人、你的朋友、你在主裡的弟兄姊妹；是上帝在掌管我們教會。你只有真正認識神的主權，你才能夠謙卑並放下自己試圖操控一切的慾望。**我們的很多不喜樂，都源於我們渴望操控一切的心。**當別人不按照我們的期待改變，當教會不按照我們的期待成長時，我們就傾向於不喜樂。親愛的弟兄姊妹，要記得，萬有的主權不在你手中，而在神手中。所以，操練信靠祂，並降服在祂的主權下，品嘗真正的喜樂。願上帝祝福你們！新年快樂！

以馬內利！

你們的牧師，楊文皓

2026年1月1日

2026年 NWCBC 讀經小組邀請

弟兄姊妹平安！你希望在新的一年裡把神的話語好好地存在心裡嗎？你希望和其他弟兄姊妹一起讀經，彼此勉勵嗎？這樣集體的教會生活是美好的，也是我們期待在教會裡不斷推動和建造的。為此，我希望邀請弟兄姊妹們在新的一年裡一起讀經。我們計畫採用微讀聖經 App 上面的麥琴讀經計畫，以下是關於這個讀經計畫的介紹。

麥琴讀經計畫出自蘇格蘭長老會牧師羅伯特·默里·麥琴 (Robert Murray M 'Cheyne, 1813–1843)。他在1830年代牧養鄧迪聖彼得堂時，為了幫助教會成員建立系統、均衡、以基督為中心的讀經生活，制定了這套讀經計畫。後來，這一計畫被廣泛流傳，至今仍是全球最常用的年度讀經計畫之一。

麥琴讀經計畫的核心特點是：**每天安排四處經文，幫助信徒在一年內讀完整本聖經，其中新約和詩篇讀兩遍、舊約其餘書卷讀一遍。**此計畫結構均衡、內容系統，旨在引導信徒每日親近神，在整本聖經中更深認識基督，並建立持續、穩固的讀經生活。麥琴讀經計畫強調，讀經的目的不是「完成計畫」，而是：**1. 每日與神相交；2. 在整本聖經中認識基督；3. 讓神的話塑造敬虔的生命。**

如果你希望參加這個讀經計畫，和其他弟兄姊妹一起讀經，歡迎你掃描下方二維碼。



PART
02

主題文章閱讀

在TikTok(短視頻)時代贖回光陰

文 | Joe Carter (喬·卡特)

時間沒有特定的氣味，特定的味道，但是它有特定的聲音。或者說，從 13 世紀到 1956 年 D. E. 普羅茲曼 (D. E. Protzmann) 為第一台數位鬧鐘申請專利之前，時間一直都有特定的聲音。

在這七個世紀裡，「滴答滴答」成了傳統機械鐘錶的代名詞。這聲音來自鐘錶齒輪精確而有規律的運動，象徵著時間的流逝：有條不紊、可以預測。

從廣義上講，「滴答滴答」象徵著機械時間。這種形式的時間體現了現代工業時代的特徵，強調精確、準時，將時間分割成統一、可測量的單位。它反映了歷史上的一段時期，時間成為組織社會和工作的關鍵因素，這也導致了一種更有條理、更有計畫的生活方式。

現在，機械時間並沒有消失，它與數位時間並存。代表數位時間的不再是一種聲音，而是一個社交媒體平台——短視頻社區。正如時鐘的滴答聲反映了一個機械化的時代，短視頻則凸顯出了數位時代人對時間的感受是迅速、立時可得。與機械鐘錶的始終如一、可預測不同的是，短視頻上的時間節奏快、來得快去得也快，而且基本上不受任何大背景的影響。視頻短小、吸睛，專為快速消費而設計，它反映了數位資訊和娛樂的快速和非線性流動特徵。

在一個統共有 80 億人的地球上，抖音 (TikTok) 這個應用程式的下載次數已超過 30 億次，它很貼切地反映了當代全球文化如何看待、珍惜時間。現在，手指輕輕一點，圖像聲音就如飛流直下三千尺的瀑布，源源不斷向我們奔騰而來。短視頻是以短暫為特徵的數位互動的縮影。對於全球數十億人來說，社交媒體平台提供了滔滔不絕的內容洪流，每段視頻都只是瞬間的漣漪，很快就消失在無休止的博眼球的資訊流中。

即使你不使用短視頻，在當下強調瞬間參與和即時滿足的時代，你很有可能已經感受到了短視頻所代表的這種精神。它反映了社會的一種轉變，時間不再是機械時代下整齊劃一的刻板，在數位時代，它變得更加碎片化、個性化和靈活。

一個「好……現在」的文化

雖然短視頻並不是第一個想操控我們注意力的社交媒體平台，但它卻是這個時代的傑出典範，在這個時代，資訊不僅是稍縱即逝，而且是資訊製造者刻意為之的結果。

社交媒體平台的設計旨在推銷當今許多人追求的東西——無休止的短暫體驗。短視頻上的視頻通常只有十來秒，這麼短的視頻能抓住人的瞬間注意力，然後下一個視頻迅速取而代之。這種快速更替是當今數位文化的一大特點，在這種文化下，潮流一夜之間就會改變。今天還是病毒式傳播，明天就已是落花流水。唯一不變的是對新奇事物的無止境追求。

這種無休無止的快節奏和不斷變化的內容反映了社會的廣泛轉變，大家越來越喜歡即時和短暫的東西。當然，這種喜好的轉變並不是最近才出現的。人一直渴望新話題，這也是為什麼千百年來人類對八卦一直樂此不疲。改變的是新內容傳播給普羅大眾的速度。

在一個越來越追求即時滿足的世界裡，社交媒體轉瞬即逝的本質既是整個社會的集中注意力時間不斷縮短的症狀，也是其推動因素。我們能夠集中精力做事的能力越來越差。我們經常會哀嘆自己不分心的時間越來越短。但社交媒體帶來的問題不只是我們無法長時間地聚精會神，還在於我們難以注意到資訊背後的語境。

理解語境，意味著理解資訊所處的更廣泛的環境、背景和影響。這需要時間、精力和專業知識來辨別，而在快節奏、即時性的現代資訊消費中，大眾往往缺乏這種能力。正如基督教媒體評論家約翰·薩默維爾（C. John Sommerville）所指出的，語境是智慧的必要條件，因為智慧是在最大的語境中看待事物。但今天的許多資訊，從有線電視新聞到抖音短視頻，在傳播過程中都剝離了必要語境。

媒體評論家尼爾·波茲曼（Neil Postman）曾寫道，媒體給了我們「好……現在讓我們……」這個連接詞，它是一個「無法連接任何東西的連接詞，相反，它把一切都分割開來」。他繼續說道：

「好……現在讓我們……」常被用於廣播和電視的新聞節目，目的在於指出我們剛剛看到或聽到的東西同我們將要看到或聽到的東西毫無關係。這個表達方式讓我們承認一個事實，那就是在這個由電子媒介勾畫出來的世界裡不存在秩序和意義，我們不必把它當回事。再殘忍的謀殺，再具破壞力的地震，再嚴重的政治錯誤，只要新聞播音員說一聲：

「好……現在讓我們……」，一切就可以馬上從我們的腦海中消失，更不要說是引人入勝的球賽比分或預告自然災害的天氣預報了。

2011年的一項研究發現，電視網路的新聞中位長度約為2分23秒。相比之下，瀏覽量不超過500次的短視頻，視頻平均時長只有34秒。用戶平均每天在抖音上花費95分鐘。這意味著，一個半小時的刷屏過程中，用戶會不斷地改變背景，經歷大約48次「好……現在讓我們……」的情境轉換。（由於大多數用戶在視頻結束前都會刷下一個視頻，真實數字可能比這個還要高得多。）

這種語境切換的影響極其深遠。它影響著我們消費資訊的方式、彼此互動的方式，甚至影響我們對生活的看法。在無窮無盡的刷屏中，短視頻輪番登場，看過即忘，讓人有種凡事皆不持久的感覺，與現實生活中經歷的連續不斷的體驗脫節。

像抖音這樣的平台上沒有背景資訊的瞬時性內容會對我們的世界觀產生深遠影響。當短暫被推崇為常態，持久遭受冷遇，我們可能會更看重快速成功而非長期成就，即時快樂而非持久歡愉，膚淺互動而非深刻關係。這不僅影響著我們的個人生活，還塑造了整個社會的規範和期望。

對於基督徒來說，這是一個巨大的挑戰。短視頻平台時間裡的資訊轉瞬即逝，與聖經的永恆真理形成鮮明的對比。如何與在抖音時間裡的媒體和資訊打交道，如何讓它們影響我們的觀念和價值觀，我們必須要提出質疑，開始反思。我們需要在與世界打交道和關注永恆之間找到適當的平衡。

聖經的時間觀

基督教對時間的看法根植於聖經，與這個「好……現在讓我們……」的文化截然不同。我們在神的話語中看到，時間並不只是毫無背景的事情魚貫發生，它充滿了神聖性，目的分明。聖經作者將時間描繪為神賜予人類的神聖禮物，神將時間託付給人，為的是要我們學會管理時間，有目的地使用時間。

在舊約中，《創世記》記載了神的創造天地，為時間——日、季、年——的入場做了鋪墊，時間的節奏都由造物主所指定（創1）。這節奏不僅強調時間的流逝，而且強調其固有秩序和神聖性。《傳道書》3:1-8生動地捕捉到了神恰逢其時的計畫安排：**「凡事都有定期，天下萬務也有定時。」**這些經文闡明了一個真理：生活的

方方面面神都已經安排好了「定期」，我們每時每刻所經歷的並非偶然發生、與其他事毫不相干，相反，這樁樁事情就是神偉大的掛毯作品中的經緯脈絡。

新約聖經在這個基礎上繼續擴展，引入了對時間更加細緻的理解，區分出兩種不同的時間觀：chronos（偏指時間的數量、順序性）和 kairos（偏指時間的品質、合宜性）。從 chronos 和 kairos 的角度來理解時間的不同特質，是新約聖經很重要的一個元素，不過，經文並沒有明確地定義這些概念，只是隱約地指出來。

Chronos 是個希臘詞，它指的是按年代或順序排列的時間。從這個詞衍生出年表（chronology）、大事記，或編年史（chronicle）。它代表一般所指的可以測量的時間：秒、分、小時、天和年。

新約多處經文中都有用到 chronos 這個詞，但經文並不總是明確地強調這個層面的時間含義。chronos 更多地是指持續的、日常的時間流逝，如《馬太福音》25:19：「過了許久（chronos），那些僕人的主人來了，和他們算帳。」

相比之下，新約中的 kairos 強調的是時間的性質。它指的是一個恰當的時刻，一個「正確的時刻」，或一個「神指定的時刻」。意思是說，這是一個關鍵時刻，蘊含著潛力和機會來大有作為。《馬可福音》1:15 這節關鍵的經文明確地提到了 kairos。耶穌宣告：「日期（kairos）滿了，神的國近了。你們當悔改，信福音！」在這裡，耶穌提到了一個特定、神所指定的時間，此時此刻，上帝救贖計畫中有大事正在發生。

當我們在福音書中審視耶穌的事工时，可以看到祂的許多行動和教導都發生在恰當的時刻（kairos）。這些時刻是重要屬靈啟示或轉變的最佳時機，例如祂的受洗、變像、被釘十字架和復活等。在這些事件中，時間的安排至關重要，它們遠不是按時間順序排列記錄在冊的條目，而是救贖歷史中關鍵性的時刻。

因此，雖然新約聖經沒有一個明確闡述對比 chronos 和 kairos 的神學段落，但它的敘事和教導確實體現了這種區別。耶穌的生活、祂展開事工的方式，以及早期教會如何理解並回應這些事件，都反映出他們深刻意識到有兩種不同的時間：一種是時間的流逝（chronos），另一種則是在時間長河中具有屬靈重要性的關鍵、合宜時刻（kairos）。現代基督徒需要重新意識到這兩種看待時間的方式，並理解這如何使我們與眾不同。

區分 chronos 和 kairos，就是區分一個世俗、暫時性的視角（純粹的時間流逝）和一個超自然、永恆的視角（上帝之手所指定的關鍵時刻）。聖經不斷地把我們指向永恆，並呼籲我們採納這種永恆視

角。整本聖經將暫時與永恆交織在一起，敦促基督徒將目光超越受 chronos 所局限的物質世界，定睛於永恆。例如，在《哥林多後書》4:18 中，保羅鼓勵我們要顧念所不見的（即永恆），而不是顧念所見的（即暫時）。這並不是要基督徒與世隔絕，而是要我們透過永恆的視角來參與當下，使塵世的時間帶上永恆的意義。

因此，從聖經的角度理解時間，對基督徒的生活方式至關重要。它要求我們認真思考如何管理好自己的時間，認識到每一天都是神賜予我們彌足珍貴、意義深遠的禮物。這種時間管理既涉及禱告和研讀聖經等個人層面的成長，也影響我們如何與他人和周遭世界打交道。

接受聖經的時間觀，會激勵我們在生活中尋找那些 kairos 時刻——那些成長、服事和見證的機會。在一個標榜立時可得和稍縱即逝的文化裡，聖經的時間觀挑戰我們，要在日常生活中尋求深度、目的以及永恆的價值。

數位時代，抖音等平台凸顯了時間轉瞬即逝的本質，而聖經則邀請我們更深刻、更有目的地理解：時間是神賜予我們的神聖禮物。這對比再清晰分明不過。對於基督徒來說，這就提出了一個挑戰：如何生活在一個以抖音時間的速度發展的世界中，同時又不失去對永恆的關注。

如何面對短視頻文化

那麼，基督徒應該如何在短視頻時代參與其中？

一個必要的步驟，是對時間採取「雙聚焦」的視角。**神創造人**，讓人生活在「時序」(chronos) 中，透過「由過去、現在和將來構成的連綿不斷、不可逆轉的存在和事件」來體驗時間。然而，作為基督徒，**我們也在基督裡**，因此也在 kairos 裡。正如保羅所說：

「我們生活、動作、存留，都在乎他（基督）」（徒 17:28）。

因為我們是暫時存在的受造者，所以生命中每時每刻的經歷都定義著我們的存在，我們也必須關注這每一刻。同時，因為我們也是為永恆而造，並與永恆的存在——耶穌基督——連結在一起，我們也必須關注永恆。對於耶穌的門徒而言，這兩個視角在神啟示的旨意中重疊交錯。正如耶穌所說：**「這世界和其上的情慾都要過去，惟獨遵行神旨意的，是永遠常存」**（約壹 2:17）。改變時間觀念的一個重要方法，就是定睛於神的旨意，經常問自己：神要我把多少時間花在瑣碎和短暫的事情上？又要我把多少時間花在真正重要和永恆的

事情上？

這個問題可以幫助我們重新發現時間的神聖性。提出這個問題，並不是要我們去掉所有無關緊要的平凡瑣事，而是幫助我們在暫時的 *chronos* 和永恆的 *kairos* 之間找到平衡。

它會引導我們將禱告、默想、團契放在優先的位置，認識到每一刻都是神賜予我們的禮物，並要明智地使用。我們也會更清楚地看見，需要用持久的屬靈操練來回應那種消費稍縱即逝內容的習慣。如此，我們就回應了聖經的呼召，成為時間的管家，善用時間來造就自己、服事他人並榮耀上帝。

雖然短視頻時間定義了我們當前文化的很大一部分，但作為基督徒，我們個人或群體的時間經驗並不需要向它看齊。當我們從聖經的角度將時間視為神聖的禮物，並在日常生活中努力活出這樣的理解時，我們就能以智慧和目標來回應數位時代的挑戰。這種方法使我們能夠在使用時代工具的同時，不失去對永恆的關注，並為我們提供了一種方式，向觀望我們的世界見證，生活在神的時間裡，我們就有改變世界的大能。

喬·卡特 (Joe Carter)

福音聯盟的編輯，同時也在維吉尼亞州阿靈頓 (Arlington, Virginia) 的麥克林聖經教會 (McLean Bible Church) 擔任牧師。

翻譯 | 變奏曲

校對 | 謝昉

英文標題 | Redeem Time in the Age of TikTok

原文刊載 | 福音聯盟網站

落空的新年立志帶給我們的五個教訓

文 | Brad Larson (布拉德·拉森)

我曾有新年立志的習慣。我會在元旦前找一個安靜時候，也許是孩子午睡的時候，坐在沙發上，打開聖經和筆記本。我會按順序讀聖經、禱告和記日記。到了最後，我會寫下來年的一些立志。

我最近翻閱一些以前寫的日記，發現這些立志幾乎每年都一樣，只是用了不同的字眼或用不同顏色的墨水來寫而已。一些是隨意的，就像舉重時硬舉能舉起多少公斤。其他的是更嚴肅，就像學習用喜樂的心服事妻子，而不僅僅為了盡責任。

寫下我的立志之後，我在以後的一些日子會查看，但從來不會經常看。大多數時候我忘記了它們還存在。到了6月，它們已經從我頭腦裡蒸發得一乾二淨。

我未能遵守我大部分的立志，我們大多數人也一樣，沒有遵守我們的立志，無論是更多的禱告，還是減體重5公斤。斯克蘭頓大學（The University of Scranton）進行了一次調查研究，表明只有8%的人遵守了他們的立志。因此智慧的做法，就是從這些失敗學習教訓，重整如何思想有意義生活改變的方式。

以下是我們落空的立志帶給我們的五個教訓。

一、我們沒有能力改變自己

我們的意志不夠堅強，我們可以讀想要讀的所有自助書籍，但品格和聖潔方面的成長並不是DIY項目。事實上，如果我們不小心，自助就是有害的。

生活改變來自於內心改變，而內心的改變來自於神。

二、我們甚至不知道自己什麼

在我的立志當中，我如此經常想要完成一些事情，在幾個月之後它們對我卻變得毫無價值。我們的興趣改變，當我們在智慧方面長進，我們的心願會提升和成熟。即使我們有智慧，我們看事情仍會模糊不清，如果僅僅使用我們的目標來制定我們生活的道路，我們最後就會迷路。我們需要主引導我們的生活和心願。

三、我們對我們地上的將來有一種不健康、不切實際的興趣

在C. S. 路易斯寫的《魔鬼家書》中，大鬼私酷鬼對他的替補瘟木鬼這樣說：

我們希望全人類終其一生都去追尋一些海市蜃樓，在當下永遠不誠實、永遠不良善、永遠不快樂，只把現在賦予自己的一些真實恩賜充作燃料，堆積在為未來而設的祭壇上。

這就是路易斯要說明的問題：我們沈迷於將來，對當前不滿足。實際上，我們沈迷於我們地上的將來。但我們地上的將來僅僅是一種想法。過去的事已過。雖然我們應當為我們地上的將來做計劃，這卻是沒有保證的。更好得更多的是，對當前知足，對我們直到永遠的將來心懷盼望，而這些是有保證的。

四、我們並不是在各樣的環境當中都知足

我們落空的立志教導我們，我們對神如何看顧我們感到不滿足。我們要更多：更多的肌肉，更多的錢，更多的名聲，更多的一切。在基督的恩典和盼望當中真正的滿足，並不取決於環境；這滿足可以在監牢裡興旺，就像人身處華美的大宅一樣。我們未能領會到因著耶穌為我們成就的，我們就是何等富有；我們未能認識到，僅僅活著就是不可思議的恩典。

五、我們需要耶穌

我們的立志常常是膚淺的，但即使是深入的立志，以及我們未能遵行的這些立志，都表明我們極需內心改變。我們還不是我們應當成為的人。我們要成為不一樣的人。我們尋求的轉變是正當的，但我們尋求轉變的途徑常常是不足的。我們需要耶穌轉變我們成為祂的樣式，僅僅立志並不足夠。

不是壞事，但常常無效

立志並不完全是壞事，新年立志，這絕不是犯罪。約拿單·愛德華滋的立志很有名。T.S.艾略特、愛默生和托爾金的立志也是如此。立志沒有錯，但它們通常無效。

我的孩子曾經在我們的後院畫了一份藏寶圖。他們畫了交叉的點

線和一個X形，這標誌著埋藏獎品的地點。這地圖很有趣，但沒有用。沒有寶藏，他們的地圖不準確。太過平常，我們就是這樣。我們會為我們的生活描繪幼稚的道路，追求並不存在的寶藏。

使徒雅各強有力評估了我們企圖操縱將來的願望：

噫！你們有話說：“今天、明天我們要往某城裡去，在那裡住一年，作買賣得利。”其實明天如何，你們還不知道。你們的生命是什麼呢？你們原來是一片雲霧，出現少時就不見了。你們只當說：“主若願意，我們就可以活著，也可以做這事，或做那事。”（雅 4:13-15）

如何立志

好了，因此很清楚的就是：立志常常是短視，無效。但我們這些想要立志的人該怎麼辦？以下是一些建議：

1. 確保你的立志符合神的話語，符合上帝的目標，就是讓你越來越以祂為樂，以此榮耀祂。
2. 設定切合實際的立志，使之符合智慧（SMART）原則：具體（Specific），可衡量（Measurable），可實現（Attainable），現實（Realistic）和考慮到時間因素（Timely）。
3. 向基督裡的弟兄姊妹徵求意見，接受他們的問責。
4. 為你的立志禱告，讓它們順服在主之下，求祂引導。

無論你是否為新年立下志願，都不要把你的盼望建立在你改變自己的能力之上。如果我們真的能改變自己，耶穌就不用來了。只有祂能轉變我們。今年立志為著祂已做成的事讚美祂，努力在明年這時候變得更像祂。

布拉德·拉森（Brad Larson）

是一位商界領袖，他是兩本書的作者：Walking Through Walls: Connecting Faith and Work，以及Show Yourself a Man。

譯/校 | 古舊福音

英文標題 | 5 Things Failed New Year's Resolutions Teach Us

原文刊載 | 福音聯盟網站

約拿單·愛德華茲的七十條立志

文 | 摘自《愛德華滋傳》附錄，華夏出版社

解釋

《七十條立志》是喬納森·愛德華茲在 1722–1723 年間、約十九歲時寫下的一份私人屬靈立志。這些文字並非為發表或教導他人而寫，而是他在神面前，為自己一生的生活方向所作的嚴肅約定。他計劃反覆重讀這些立志，用來省察自己是否偏離起初的心志，因此它更像一份屬靈日記或內在誓言，而不是外在的行為規範。

這些立志深深植根於清教徒屬靈傳統，以“神的榮耀”為最高、最終的目標。愛德華茲在其中反覆強調時間的珍貴、言語與情感的節制、內心動機的純正，以及在日常生活中操練敬虔。他不僅關注外在行為是否合宜，更關心內心的傾向、愛與慾望是否對準神，這反映了清教徒對罪的深刻認識：罪不僅是行為，也是心的方向。

《七十條立志》還明顯帶有強烈的終末意識。愛德華茲常提醒自己記念死亡、審判和永恆，用“臨終時是否敢如此行”的視角來反思當下的選擇。這並非出於恐懼，而是一種在永恆光照下生活的方式，使今生的每一個決定都與最終的歸宿相連。

儘管這些立志在現代讀者看來顯得嚴謹甚至嚴厲，但其本質並非律法主義。愛德華茲堅定持守因信稱義的信仰，這些立志不是為賺取救恩，而是對已蒙恩典的回應，是渴望將整个人生毫無保留地獻給神。它們所追求的不是外在的完美，而是心志的定向。

因此，《七十條立志》更適合被視為一面屬靈的鏡子，而不是一張必須逐條完成的清單。它呼召人安靜地省察自己的愛、動機與人生方向，幫助信徒在紛亂中重新校準生命的重心，學習在日常生活中為神而活。

正文

我深知沒有神的扶助，凡事都不能做，所以我虛心懇求神施恩，使我們對以下所立凡與祂的旨意相符志願，都能保守貫徹，奉基督的名。

我務須每禮拜一次，誦讀下面所立的志願。

1. 立定志願，凡我心中認為最能榮耀神，且與我自身有益的，我必終生力行，不拘是在現在，或是在無窮的將來。我決心力行我所認定的天職，為全人類謀幸福。無論遭遇任何困難，即使挫折繁多而艱巨，我亦決心如此行。

2. 立定志願，不斷努力，以求獲得新方法，新計劃，來推進上面所立的志願。
3. 立定志願，若是我跌倒消沉，以致對志願任何部分未予遵守，當我醒悟過來時，我必盡我所能追憶的，盡力悔過。
4. 立定志願，凡事除非是為求歸榮耀於神，我就無論是在身體或心靈上，都決不有所作為，只要我能避免，我既不贊成它，也不容忍它。
5. 立定志願，決不浪費寸陰，必盡我所能，以極有益的方法利用光陰。
6. 立定志願，趁我一息尚存，決盡量去努力生活。
7. 立定志願，決不做那若在最後一息所不敢做的事。
8. 立定志願，在一切的言行上，總要表示世上好像無人如我一樣卑下；又好像自己與別人犯了同樣的罪，有同樣的軟弱與失敗；我見別人失敗，必須不感到別的，只感到慚愧，以之做為自己向神悔罪的機會。
9. 立定志願，隨時多想到自己的死，和死時的一般情形。
10. 立定志願，當我有痛苦時，要想到殉道和地獄的痛苦。
11. 立定志願，當我想到神學上需待解答的問題時，就盡力去求解答，只要情形不予阻擋的話。
12. 立定志願，若我解答神學問題，是為求滿足驕傲或虛榮，我就要立刻將之擱置。
13. 立定志願，勉力去求發現推行仁愛的恰當對象。
14. 立定志願，決不存報復的心行事。
15. 立定志願，決不向無理性之物動絲毫憤怒。
16. 立定志願，除非對人真有好處，決不道人之惡，以免多少使之受辱。
17. 立定志願，決心如此做人，好當我臨死時可以覺得一生所行，乃照著那時以為重要的行了。
18. 立定志願，一生過活，當照著我最敬虔的心境所認為最美之事，又照著對福音及來生之事所有最清楚的觀點。
19. 立定志願，決不做那若在一小時內聽到最後的號聲吹響就不敢做的事。
20. 立定志願，在飲食上，嚴守節制。
21. 立定志願，決不做那我若在別人身上看見就以為有理由鄙棄他，或以他為卑鄙的事。
22. 立定志願，奮勉盡量求天上的福樂，就我所能想到的，用全副精神，能力，勇氣並熱忱努力以赴。

- 23.立定志願，若是我有意做的事，在表面上似乎不是為榮耀神做的，我就要時常加以省察，追索其原來的動機、計劃和目的；倘若我發現它不是為榮耀神，我就要把它摒棄，以它違反了我的第四項志願。
- 24.立定志願，每當我顯然有惡行時，即刻決心追究最初的原因；然後我要小心謹慎，以免重蹈覆轍，而且盡力祈禱，竭力抵抗那最初的原因。
- 25.立定志願，常常謹慎省察，看有什麼事，使我心中稍微懷疑神的愛，然後盡力加以反抗。
- 26.立定志願，拋棄那些被我發現足以減損我信心的事。
- 27.立定志願，決不任意疏忽任何事，除非我認為疏忽，是為榮耀神；我對這些疏忽，要隨時加以省察。
- 28.立定志願，決心恆常不斷地查考聖經，直到我發現自己在聖經的知識上，實在進步了。
- 29.立定志願，決不將自己不能指望神應許的禱告，或禱告中任何那樣的祈求，算為禱告；也不將自己所不能指望神接收的認罪，認為是對神認罪。
- 30.立定志願，每周必比前一周在靈性上進步，也在領受神的恩典上進步。
- 31.立定志願，決不說任何反對人的話，除非所說的話，完全與基督徒的光榮和愛人的心相符，也與最謙卑的心及自己有過失之感相符；而且與聖經金句相符；每當我說過什麼反對人的話，便必用此志願來嚴格加以審查。
- 32.立定志願，對人所托付的事，嚴守忠信，使《箴言》二十章六節所稱：“忠信人誰能遇著呢？”的話，不至於部分應驗在我身上。
- 33.立定志願，常常盡力謀求並保持和平，只要是不至在其他方面發生得不償失的損害。1722年12月26日。
- 34.立定志願，在言談中，只說純粹樸實的真理。
- 35.立定志願，當我懷疑自己是否盡了本分，以致內心不安時，我就必記下這疑問和得瞭解決的方法。1722年12月18日。
- 36.立定志願，決不道人之惡，除非心中有特別的感召。1722年12月19日。
- 37.立定志願，在每晚臨睡時，省察我在何事上有疏忽：我犯了什麼罪，或在何事上自制了；同樣，在每周，每月，每年終結時，也必如此省察。1722年12月22日與26日。

- 38.立定志願，每逢安息聖日，決不說嬉笑的話。1722年12月23日，安息日晚上。
- 39.立定志願，決不做任何心中對其合法性發生疑問，以致自己有意在後來對其合法性加以考慮之事；除非我覺得若不做那事，也會同樣發生是否合法的疑問。
- 40.立定志願，每晚臨睡前必省察，我在飲食上是否有最好的禮貌。1723年1月7日。
- 41.立定志願，每日，每周，每月和每年之終，審問自己，在任何方面，是否能做得更好一些。1723年1月11日。
- 42.立定志願，常常將自己重新獻給神。這願是我受洗時別人代我許過的，也是我後來自己加入教會領受聖餐時重新莊嚴地許過的，也即是我在1723年1月12日的今天重新莊嚴地立定的。
- 43.立定志願，今後至死，行事為人，決不以為我是屬乎自己的，而是完全屬乎神的，好與我在1723年1月12日所立的志願相符。
- 44.立定志願，除宗教的目的以外，決不容許別的目的對我的行為有影響，或在其中有絲毫部分。
- 45.立定志願，決不容許任何悲、歡、憂、喜，任何情感，或任何程度的情感，或任何與情感有關的處境來影響我，除非它是那有助於宗教的。1723年1月2日與13日。
- 46.立定志願，決不容許自己對父母絲毫表示憤怒或不安之情。決不容許任何憤怒，來改變我的言語與表情；對家中任何人，也都當特別小心。
- 47.立定志願，盡我所能，必要克制凡不與善良、甜蜜、仁厚、恬靜、和平、知足、溫順、慈悲、慷慨、謙卑、溫柔、順服、負責、殷勤、勤勉、仁愛、公平、忍耐、節制、饒恕、誠懇的心情最相符合的事；又必要時行這樣的心情所引道我們的事；而且在每周之末嚴格自省，是否做到了上面所說的。1723年5月5日，安息日晨。
- 48.立定志願，必不斷極其殷勤，極其嚴格省察我的心靈，以便知道我真愛基督否；好叫我臨死的時候，在這方面沒有遺恨。1723年5月26日。
- 49.立定志願，只要我能為力，決不容上面所說的事出現。
- 50.立定志願，必照我在來世認為最美好最審慎的事去做。1723年7月5日。
- 51.立定志願，在各方面，必照我在末日若被定罪就要懊悔未曾做到的事去做。1723年7月8日。

- 52.我常聽見老年人說，若他們能重新開始做人，他們將如何做人；所以我立定志願，決照我若到了老年所巴不得做了的事去做。1723年7月8日。
- 53.立定志願，當我的心情最美好最愉快的時候，我要趁著每一個機會來將我的靈魂交托基督，信靠仰賴祂，將自己完全獻給祂；由此我可以確知自己得了救，因知我是仰賴救主。1723年7月8日。
- 54.立定志願，每逢聽到別人有善足稱時，若我想到那善在我裡面也是足稱的，我就當努力去效法。1723年7月8日。
- 55.立定志願，必努力做人，要如同已經看見了天堂的福樂和地獄的苦刑似的。1723年7月8日。
- 56.立定志願，無論我是如何失敗，決不放棄，也不鬆懈對自己種種腐敗的奮鬥。
- 57.立定志願，當我恐懼災禍與拂逆時，我要省察自己是否盡了本分，並要決心去盡本分，而將其他一切交托於神一樣。我要盡我所能，不計較別的，而只計較我的本分和我的罪。1723年6月9日與7月13日。
- 58.立定志願，在言談中，不但須防止憤怒和不高興的態度，而且須表現一種慈悲、仁愛愉快的態度。1723年5月27日與7月13日。
- 59.立定志願，每逢最要動怒發脾氣的時候，我便要最為努力來發揮善意；是的，在這種時候，我要表現善意，雖然我想這在別的方面是不利的，且在別的時候是不合適的。5月12日，7月11日，與7月12日。
- 60.立定志願，每逢我的情感稍微開始表現混亂，或稍微感到內心不安，或外表失常時，我即當對自己嚴加檢討。1723年7月4日與7月13日。
- 61.立定志願，決不容讓那使我的心思松馳而不切實充分注重宗教的無精打采，且不拘我有何藉口，如說此時我所喜歡做的，乃是應做的等等。1723年5月21日與7月13日。
- 62.立定志願，完全安分守己，並照著《以弗所書》(6：6-8)的話，樂意歡喜去做，好像是對主做的，不是對人做的：因為曉得各人所做的善事，必按所做的得主賞賜。1723年6月25日與7月13日。
- 63.假若世上某個時代可能有一個人是完全的基督徒，在各方面都是名實相符的，常常使基督教放出異彩，處處表現得優美可愛；立定志願，必盡我所能努力成為那個若是生在此時代的完

全基督徒。1723年1月14日與7月13日。

- 64.立定志願，每逢找到保羅所說那些“說不出的嘆息”和《詩篇》(119：20)所說“時常切慕神的典章，甚至心碎”的心情時，我必盡力加以促進，並不厭倦誠懇地吐露我的願望，再三表達我的熱誠。1723年7月23與8月10日。
- 65.立定志願，終生盡量努力，向神赤露敞開，表現我的心靈，我的一切罪過、試探、困難、憂愁、恐懼、指望、渴慕和一切的事，以及一切的情形，按照蒙通博士 (Dr.Thomas Mauton)論《詩篇》119篇所講的道理去行。(按指蒙通在1678年出版的證道辭) 1723年7月26日與8月10日。
- 66.立定志願，要常常努力，在所到的地方和所處的團體中，說話行事都要保持仁慈的容貌，除非本分不容許我如此行。
- 67.立定志願，在受磨難後，要追問我因這些磨難變得好些麼；我借著它們得了什麼益處，並從它們可能得到什麼益處。
- 68.立定志願，向自己坦白承認我在自己心中所發現的軟弱或罪過；若這是與宗教有關的，也必全部向神承認，懇求祂幫助。1723年7月23日與8月10日。
- 69.立定志願，常常去做那我若看到別人去做，便巴不得已經做了的事。1723年8月11日。
- 70.我的話語應當常常表現仁慈。1723年8月17日。

新年立志：自我提升計劃，還是順服基督？

文 | D. J. Marotta

多年來，我注意到人們對新年立志的態度在不斷演變。

階段一：制定雄心勃勃的新年立志。“今年我要振作起來！我要減掉10磅體重，學小提琴，整理地下室……”等等。

階段二：由於去年未能完成新年立志，我刻意拒絕再制定新的立志。“我對自己的生活很滿意，不需要改變！”

階段三：反思過去一年的不健康生活，我意識到自己確實需要改變。但我不打算再制定立志，而是計劃養成新的習慣。我要通過“生活技巧”讓自己成為最好的自己。

雖然我同意，通過習慣塑造生活確實是改變人生最有效的方式，但我也注意到（且日益擔憂）——人們對習慣的重新關注常常與靈修結合，產生了一套極具欺騙性的做法。

禱告、讀經、間歇性禁食、鍛鍊、安息日休息——這些都是非常健康的實踐。然而，我發現許多人將這些習慣視為「自我提升計劃」（Project Self）的工具。

「自我提升計劃」（Project Self）是指追求自我實現的整體人生目標，包括身份認同、幸福、意義、人生目標和健康。它涵蓋你的工作、戀愛伴侶、身體健康、娛樂活動、居住環境、生活便利、穿衣風格，或者你生活中的其他各個方面。「自我提升計劃」就是你按照自己的理想去設計生活——讓一切都符合你對“真實、美好與善良”的個人定義。

問題在於：當耶穌的跟隨者追求「自我提升計劃」時，他們往往會將教會的屬靈操練挪作個人提升之用。而當屬靈操練被納入「自我提升計劃」時，它們最終服務的目的就與最初的意圖大相徑庭——那最初的意圖是順服基督的命令，並模仿他的形像。所有屬靈操練——事實上，整個生命的最終目的——都是為了順服耶穌，並變得更像耶穌。

兩個例子

讓我們簡要看兩個例子，以便理解其中的差別。

1. 安息日休息

- 「自我提升計劃」：我把每週的安息日休息當作一種放鬆、排毒和休息的方式，用來緩解漫長辛苦的一週。它讓我煥發精力，感覺像是對自己勞動的獎勵。
- 順服基督：我實踐每週的安息日休息，是為了提醒自己，唯有神掌管一切，而不是我自己。我在耶穌已經完成的工作中安息，即便我自己這一週的工作並不理想。

2. 每日禱告

- 「自我提升計劃」：我每天禱告是為了讓我集中注意力、放慢節奏、保持專注與覺察。禱告之後，我會感覺好很多。
- 順服基督：我每天禱告，是為了與永生的神交通，我欠他一切的感恩——每一次呼吸、每一件美好的事物，以及我永恆的救恩。

你看到了嗎？同樣的屬靈操練，不同的動機，必然會在生活中結出截然不同的果實。安息日休息（無論是出於信念還是僅出於謹慎）、每日禱告以及其他各種操練，究竟是在讓你更像耶穌，還是更像你心目中理想的自我？

木匠（耶穌）的手

隨著新年的開始，唯一應當支撐我們立志、養成習慣和實踐操練的動機，就是渴望被塑造成基督的形像。你可以考慮以下禱告，作為重新規劃新年的一個良好起點：

主耶穌，拿撒勒的木匠大師，借著十字架上的木頭和釘子，你成就了我們的完全救恩。請在你的工坊中善用你的工具，使我們這些粗糙的人來到你面前，得以被你的手塑造成更真實的美；你與父並聖靈同在，永遠掌權，獨一真神，世界無終。阿們。

我本年仍是粗糙的木料，需要被耶穌之手切割、雕琢、鋸削和打磨。你也是如此。讓我們順服在他的手下吧。

D. J. Marotta

是北美聖公會的一位牧師，也是弗吉尼亞州里士滿 救贖聖公會教會（Redeemer Anglican Church）的創立主任牧師。他著有《荒野中的禮儀：主禱文如何塑造教會在世俗時代的想象力》（*Liturgy in the Wilderness: How the Lord's Prayer Shapes the Imagination of the Church in a Secular Age*）。他與妻子 Rachel 有四個孩子。

明年，新的你

文 | Rachel Jones

一月初總有一種煥然一新的感覺。當一年即將結束，新的一年展現在我們面前時，似乎一切皆有可能。人們告訴我們，今年就是你——沒錯，就是你——健身、存錢、健康飲食、開始讀書、減少壓力的一年。嘿——今年你可以做到所有這些事情。新年，新我。

或者，作為基督徒，我們對新的一年的期望可能呈現出不同的色彩。我希望能更多地陪伴家人，不再對室友發脾氣，更好地去愛人，並更加愛神。一切似乎都可能實現。

當然，直到它實際上並不那麼容易。即便我可能又一次被《聖誕頌歌》(A Christmas Carol) 中埃比尼澤·斯克魯奇 (Ebenezer Scrooge) 那戲劇性的一夜轉變所啟發，我仍然無法讓這種魔法在12月31日的夜晚以同樣方式發生。據估計，多達 80% 的人到一月底就已經放棄了他們的新年立志，這說明我並非孤例。

真相是，你不會在今年1月1日醒來時就成為一個不同的人。但你可能會在明年1月1日時成為不同的人。這就是漸進卻意義深遠的成聖過程。

成聖是緩慢的

成聖——在我們整個基督徒生命中越來越像耶穌的過程——看起來可能異常緩慢。神本可以設計成讓我們在第一天就被瞬間轉化，達到無罪的完美狀態，沒有任何屬肉體的慾望或情感上的缺失。但在他的智慧中，他並沒有這麼做。

誠然，我們不再是罪的奴僕 (羅 6:18)。在某種意義上，我們已經被成聖 (林前 6:11)。在我們與罪抗爭的過程中，也許在某些生活領域，我們會經歷幾乎瞬間的「舊我」到「新我」的轉變。

但在神的智慧中，事情通常並非如此。相反，我們繼續「敬畏戰兢地作成自己的救恩」(腓 2:12)，在逐漸被改變的過程中，「從一榮耀的程度變到另一榮耀的程度」(林後 3:18)。在這個緩慢的過程中——當我們一次又一次地失敗、悔改、重整決心時——我們得以一窺神的耐心。

成聖是有意義的

成聖可能緩慢，有時也難以察覺，但它卻極為重要。在聖靈的能

力裡，我們真的可以改變。尤金·彼得森（Eugene Peterson）將門徒訓練描述為「在同一方向上的長期順服」，意思是如果我們持續前行，隨著時間的推移，我們最終會到達一個完全不同的境地。

我4歲的侄子，每次我去看他時，幾個月之間的變化幾乎察覺不到。但當我回看一年前的照片和視頻時，差別卻顯而易見——他變得更會表達、更有能力，並且以某種方式更像他自己。我們在作為神的兒女成長、邁向救恩的過程中，也是如此。

這意味著，到2026年1月1日，你可以成為一個新的自己：一個更「在知識上照著造物主的形像更新」（歌羅西書3:10）的你，或者比現在更榮耀兩到三級（林後3:18）的你。更有愛心、更智慧，並且以某種方式更像你自己——更像神所創造的你本該成為的人。

一步一步來

2026年的新你，從今天開始。三歲和四歲的孩子差別可能很明顯，但他們的成長需要大量的零食和講故事的時間作為養分。

成聖也是如此。我們在聖潔中的成長，可以借助日常習慣的力量來推動。因此，在即將到來的一年裡，無論你設定了什麼目標，都當立志重新擁抱神賜予我們的平凡恩典之途徑。

立志閱讀神的話語：聽他的聲音、觀看他的品格，並尋求遵行他所說的話。

立志禱告：安坐在神的同在中，為他的良善心存感恩，並將你的憂慮帶到他面前。

立志融入教會群體：聆聽神話語的講解，與聖徒一同敬拜，擔當他們的重擔，在言語和行為上彼此服事與被服事。

我們大多數人都會受益於結構化的安排——一個具體的計劃，幫助我們將志向轉化為行動。我們也應當意識到自己的起點——例如，一個長時間疏於讀經的人，明智的做法可能是從小處開始，逐步積累，而不是一開始就全力進入完整的默里·麥凱恩（Murray M' Cheyne）讀經模式。但不要讓這一年再次變成這樣的情形：明明知道這些對你有益，卻總是沒能真正付諸行動。

你的習慣可能不會顯得戲劇化，但果效會隨之而來。所以，請帶著盼望看向神在新的一年裡想要在你身上完成的緩慢而重要的變化——並想像他在二十年裡能做成的事。憑著他的恩典和能力，這種改變將不可忽視：明年，新的你。

Rachel Jones

是好書公司 (The Good Book Company) 的編輯副總裁，同時也是多本書的作者，包括《就這樣嗎？》(Is This It?)、《簡明經期神學》(A Brief Theology of Periods) 以及《安靜時光入門：六週養成健康讀經習慣》(The Quiet Time Kickstart: Six Weeks to a Healthy Bible Habit)。她居住在倫敦西南部，並隸屬於切辛頓國王教會 (King's Church Chessington)。

PART
03

見證分享

人生再添新章

文 | 黎瑜

古稀之年的我，前39年住在臺灣，後獨自攜帶8歲女兒移居加州30年，繼而追隨女兒家赴德州養老。

年近59時，感覺吃穿不愁，可以卸下勞苦瀟灑度日，就退休重拾個人喜好，旅遊作畫、唱歌舞蹈，更不時寫作投稿。照說生活節奏輕鬆精彩又熱鬧，天天開心才是，但反而覺得內心有大塊的空白，似乎失去了生活目標，反覆思考不出生命的意義。繼而為自己買妥火葬儀式，整理好一包必要交待的文件，並隨身攜帶公證過的自然死亡聲明書。對死亡沒有忌諱，對生存沒有留戀。

回顧人生能如此順利精彩步入古稀，要感謝父母給予良好的成長環境。但自從每次從事新的工作，接受未有的挑戰時，我不曾畏懼，但真不知哪來的信心，亦或是初生之犢不畏虎？直至我跳上車就會開、沒學醫能引介醫生最新開刀程序、正當其時開設的電腦公司而站穩一席之地、沒專業會計知識能搞清借方貸方，為股票上市公司作會計財務經理時，我深深明白那是神對我的帶領和恩賜。神賦予我特殊敏銳的領悟力和執行力，更即時剔除我的驕傲自滿，讓我了然這一切都是神安排神允許的，不是我個人能力能辦到的。雖然沒有父兄親朋的扶持，我清楚有主同行，分秒有堅實不倒的靠山，何懼之有。

在加州30年，由於搬家我離開十數年熟悉的教會，雖然不斷尋找著另一間合適的教會總沒法尋得，或太過歡樂活潑又蹦又跳的，或太過拘謹律法規範，連電視都不允許看的，甚至也嘗試過臺語、韓語教會，都沒法安身融入。

2023年春末從加州搬至德州賽培斯，晨間散步社區湖邊，放眼環視樹木草皮綠意青蔥，百花五色齊放，一切都太美好，無懈可擊，可是總覺得少了什麼？驟然我清楚到問題不在於景，而在於我。我什麼都不缺、都不求，對個人、對女兒、對家庭、對社會的責任已然卸下。我只是行屍走肉般的活著，不知道為了什麼？

一天外邦友人見我悶悶不樂，懇切勸我重回教會，有如神差派使者敲醒我。我立刻查找華人教會地址，開了半小時車，終於第一次

踏入西北華人浸信會。

主日禮拜在全體靜默片刻後，莊嚴敬虔的展開詩歌頌贊。氣氛一下子就引領我進入崇拜的心靈準備。楊文皓牧師的認罪禱告和講道主題更似乎是為我量身定做。他解釋到作為一名屬主的忠僕，不是悶著頭獨自研讀聖經，獨自奔走天道，而是要不懈的聚會，連接肢體，愛鄰舍，傳福音。我幡然醒悟，主恩賜我壽命，給予我時機，扶持我順利，我不該再做一隻失散的羊。如今該是我回饋時候了，我的使命是廣傳福音多說見證。聖靈感動的當下使我淚流滿面，忍不住變得泣不成聲。瞬間我完全明白生命的意義和活下去的緣由。

如今為彌補我對聖經了解不足，每日花在聖經註解、逐節導讀至少四至六小時。常後悔沒早些用心讀聖經。一旦有機會就向周圍的非信徒述說神的話語和事蹟。憑著一般般的英語會話程度，竟然敢向併桌用餐的菲律賓女子傳福音，交談一小時後，跟我要了電話說有意信主。又在家醫診所內遇見白人女子，竟大膽坐進她車內暢談見證一小時半，錯過飯食時間，相約下次去Chick-fil-A邊喝邊聊。

年輕時，我苦口婆心的推銷醫療產品，接受者是要花大錢才能買到。如今傳講主的話語，接受者是白白的領受神的恩典，不用花半毛錢，單憑信靠主，與眾多弟兄姊妹同奔真理天路即可承受。而我更是引以為榮的放心大膽無畏傳講。而主耶穌更恩賜我了無趣味的日子重新精彩起來，原以為人生已到終結，豈料萬能的主平添全新篇章。

牧者註：

2025年，黎瑜姐是我們教會中第一個響應，在一年內讀完一遍聖經的肢體。她從去年1月1日開始，每日默默讀經，不追求別人稱讚和關注，在9月19日讀完了全本聖經。如今她早已開始了第二遍讀經，同步使用《聖經這場戲》這本書。她是我們讀經的榜樣。今年，期待我們教會湧現更多讀經英雄。讓神的話語成為我們生命的根基。

“

So teach us to number our days
that we may get a heart of wisdom.

Psalm 90:12

”



nwcbchouston.org
11811 Misty Valley Dr,
Houston, TX, 77066