

【本週聚會】2015 年 3/1~ 3/7

主日早上 Marlboro Learning Center	擘餅聚會 詩歌見證聚會	10:00-11:45 AM 10:50-12:00 AM
禱告聚會	週二晚上 8:30-9:30 PM	陳究明弟兄家
Morganville 區家庭聚會	週五晚上 8:30-9:30 PM	陳究明弟兄家
南區家庭聚會	週五晚上 8:30-9:30 PM	張涼姊妹家
北區家庭聚會	週六晚上 8:00-9:30 PM	盛國華姊妹家

【禱告事項】

- ◆ 為2015年主在教會中生、養、教、建的帶領禱告。
- ◆ 為兒童服事禱告。
- ◆ 為購置會所禱告。請按心願於奉獻袋上註明此項目的使用。
- ◆ 為在病中上海張建偉弟兄，陸維德弟兄，紐約教會朱永毅弟兄和台灣陳佳琪姊妹(楊震宇弟兄的弟妹)禱告。

三月一日

讀經	可3:1-3:19；訓練工人
鑰節	要他們常和自己同在，也要差他們去傳道，並給他們權柄趕鬼。(可三 14~15)

三月二日

讀經	可三20~35屬靈家人
鑰節	凡遵行神旨意的人，就是我們的弟兄姐妹和母親了。(可三 35)

三月三日

讀經	可四1~29生命成長
鑰節	地生五穀是出於自然的；先發苗，後長穗，再後穗上結成飽滿的子粒。穀既熟了，就用鐮刀去割，因為收成的時候到了。(可四 28~29)

三月四日

讀經	可四30~41到底是誰？
鑰節	他們就大大的懼怕，彼此說：『這到底是誰？連風和海也聽從祂了。』(可四 41)

三月五日

讀經	可五1~20傳揚大事
鑰節	那人就走了，在低加波利，傳揚耶穌為他作了何等大的事，眾人就都希奇。(可五 20)

三月六日

讀經	可五 21~43 信心接觸
鑰節	意思說：『我們只摸祂的衣裳，就必痊愈。』於是她血漏的源頭，立刻乾了；她便覺得身上的災病好了。(可五 28~29)

三月七日

讀經	可六 1~29 受主差遣
鑰節	耶穌叫了十二個門徒來，差遣他們兩個兩個的出去；也賜給他們權柄，制伏污鬼。(可六 7)

【本週聖經鑰字】

「地生五穀」(可四 28) ——只有馬可福音記載了這個種子長大的比喻。馬可福音四章 3 至 8 節撒種的比喻表明人心對種子生長的重要性；26 至 29 節撒種的比喻表明種子如何生長，全在於神的能力。主用這比喻告訴我們，生命固然需要我們去栽種、

澆灌，也需要我們去除掉一切妨礙它生長的東西，但惟有神能夠叫它生長(林前三 6)。因此，我們沒有甚麼值得驕傲，只要安靜地憑著信心，把生命交託在叫它生長的神手中。在自然界的現象，人撒種在地，種子就自然的發芽長大成熟結穗，照樣神的國在我們心中也是這樣。看植物的生長，我們便會更明白靈命成長的真理：植物生長雖然緩慢，卻每天都在不斷地長大。屬靈的成長是一個漸進的過程，因此我們只需活在生命的規律中，經過時日，生命能漸漸地長大，步向成熟，最後達到圓滿。
【鑰義】馬可福音第四章說到主用比喻教訓了神國的奧秘。每個比喻都是一幅屬靈成長的寫照，而人對神的話態度決定了生長的結果：

- (一) 撒種的比喻(1~20 節)——這個比喻我們學習到人的心田不同，成長光景不同，結果就不同。這提醒我們心田要勝過患難、貪財、憂慮和私慾，使生命長大！
- (二) 點燈和量器的比喻(21~25 節)——這個比喻教導我們要發光，不要被隱藏；量器的比喻指出神能給我們多少，在於我們領受的度量；我們能領受多少，神就供給我們多少。我們供應人生命多少，神就越多給，並且還要多給。這提醒我們要供應生命，使生命度量擴大！
- (三) 種子長大的比喻(26~29 節)——這個比喻鼓舞我們勞苦撒種，安息等候，快樂豐收。這提醒我們要活在生命的規律，使生命成熟！

一個著名的佈道家說過：『用百分之五的力量便可以使人歸主；但必須用百分之九十五的力量才能使他們慢慢生長，在教會裏，成為一個成熟的基督徒。』

【家訊信息】做你配偶的好配偶

改善婚姻，最短的路是改變自己。

婚姻是兩個不同個性、背景、性別的人，生活在同一個屋簷底下。這種唇齒相依的關係，可以發展成鸞鶴情深，也可以發展成雞飛狗跳、水火不容，就看當事人怎樣經營。

經營婚姻的大課題

因為現代工作壓力很大，一點火星就可以引爆火藥庫，加上生活中柴米油鹽的細節很多，發生摩擦的機會很大。因此，如何舒解情緒，如何經營愛情成為了重要課題。

蘇格拉底在西方世界的地位，就像孔子在東方世界一樣。可惜蘇氏娶到一個母夜叉，有一次蘇格拉底在大學教課，他的妻子一進入教室，就公然在學生面前大罵先生一頓，走後餘怒未息，還提了一桶水回來澆在丈夫頭上。蘇氏不愧是個有修養的人，幾句幽默就把一場家庭醜劇化解於無形：「雷聲之後必有大雨，這是大自然的法則啊！」蘇格拉底有這個胸懷，在婚姻的艱難中幽自己一默。我們凡人還是乖乖地好好經營吧！

林肯是美國歷史上一個出色的總統，他曾說過這樣一句話：

“Marriage is neither heaven nor hell, it is simply purgatory.”(婚姻既不是天堂，也不是地獄，它倒是煉獄。)連美國史上具有最高政治智慧的偉人，也認為經營婚姻的不易。

美好婚姻真是千頭萬緒，我們就從幾個角度入門，練練幾式簡單的美化婚姻體操吧——

一·刻版形象 vs. 隨遇而安。

婚後的前幾年，卿卿我我、甜言蜜語的時間一過，當事人從婚姻夢境醒來，陡然間發現對方並不是白雪公主、白馬王子，那種失

望可以是椎心的刺痛。其實，夢幻破滅時可以是婚姻進入實景的轉捩點，也可以是衝突矛盾的起始點。

現實中的配偶，很少是吻合想像中童話故事的主角，那溫柔、那體貼、那情懷、那浪漫、那親密、那仙境……這些憧憬常常成為婚姻中的毒藥。拿童話的夢境當尺度量對方是不公平的，因為以對方的眼光來看，我跟他/她理想中的形象也是有巨大的落差。既然在祭壇前建立了婚姻的盟約，既然在親友面前見證說這是神奇妙的帶領，最好的美化婚姻祕訣是「隨遇而安」。不再幻想、不再挑剔、不再企圖改變對方，而是欣賞對方長處，接納對方短處。基督並不要求我們須先改善自己，才能來信祂。愛就是無條件的接納。

先知以利亞原對神有個刻板印象，以他的經歷歸納出一條簡單的公式：神出現的時候，必然是帶著大場面的佈局。因他習慣了迦密山的大場面，指望神在崩山碎石，風後地震中顯現。然而耶和華神有主權選擇不在大場面中說話，卻在微小的聲音中顯示自己。我們也可能一心為尋找雄偉的紅木，而錯過了青翠的草原；一心為尋找艷麗的玫瑰，錯過了紫羅蘭的幽美。

仔細端詳你的枕邊人，其實他/她蠻可愛的。這一點小小的頓悟是轉化婚姻的第一步——快樂並不是來自於得著我所沒有的，而是來自認知並享受我所擁有的。

二·嫁娶對的人(要求對方)vs. 做個對的人(要求自己)

婚前我們應當張大眼睛，看個一清二楚對方是不是合適的配偶(神的預備)。婚後我們則不應當要求對方，每件事都要來配合我，討我喜歡。換句話說，婚後重點不應該是改造對方，來做個合適我的配偶，而是我要盡心努力做個合適對方的配偶。

馬太福音 7:1-4 的精髓就是盡量做到不論斷、不批評、不要求對方。「為什麼看見你弟兄眼中有刺，卻不想自己眼中有樑木呢？」批評對方的小缺點，卻沒有注意到自己的大問題，主耶穌說這是假冒為善的一個記號(太 7:5)。

改善婚姻，最短的路不是改變對方，而是改變自己。

要做到這一點，必須有一顆健康的心靈、自我形象、自愛自尊。以弗所書 5:25, 22，留下兩條簡單的命令——你們作丈夫的要愛你們的妻子；你們作妻子的，當順服自己的丈夫。這兩句話的著眼點，也是勉勵自己做個對的人。因為妻子的最大需要是被愛，所以聖經特別提醒作丈夫的應當愛。

因為丈夫的角色在家庭裏是領導者，他最大的需要是被尊重，所以聖經吩咐作妻子的應當順服。這兩節聖經絕不是拿來給自己做吵架的武器：「妳應當順服我」；「你應當愛我多一點。」

以這兩節經文做試金石，可將天下所有夫婦歸納成五大類——

1. 要求對方：你應當多愛我；妳應當順服我。
2. 要求自己：我應當多愛妳；我應當多順服你。
3. 改善自己：我追求更有領導力，使妳順服起來不難；我追求更可愛，使你愛起來容易。
4. 幫助對方：「先生，我們買房子以前，先去上免費的三堂課，會很有幫助。」
「太太，妳看這本美髮雜誌上的髮型蠻適合妳。」
5. 接納對方：無論如何，神的帶領最好，我還是愛你/妳。做到這一點，就是替婚姻添加了許多潤滑劑。

三·注意缺點 vs. 注意優點

婚前我們傾向於美化對方，看見的都是優點。一方面是由於對方刻意營造，一方面是兩個人沒生活在一起，發生摩擦的機會較小。

婚後我們傾向於醜化對方，看見的都是缺點。一方面是對方的缺點，引起我的不滿，敏感度增加，一方面是生活在一起，摩擦的機會增加了，加上生米已經煮成熟飯，不再需要刻意迎合，摩擦的機會就大增。

鵝鶼情深的婚姻需要鍛鍊：多表達欣賞接納，少表達挑剔批評；多注意對方優點，少注意對方缺點；多肯定對方，少否定對方。這簡單的招式，足能增進合作回饋，減少反擊對抗，促進彼此關係的善性循環，消滅惡性循環的可能。

神即是用欣賞的眼光，來看我們。下次，你如果看見你的配偶「死板」，你就試著去欣賞他的「有秩序、有紀律、按部就班」；如果發現你的配偶「善變」，就用另一種眼光來欣賞他的「創造力強、新鮮」；你若感覺配偶「獨斷」，就佩服他的「果敢、自信、有主見」。看對方的可愛處，你的日子會好過得多了。

四·抱怨 vs. 感恩

腓立比書 2:14 說：「不要發怨言，起爭論」；帖撒羅尼迦前書 5:8 說：「要凡事謝恩」。

抱怨，大家都知道會腐化婚姻，但許多夫婦還是不自覺地落入抱怨的陷阱，最可能的原因是——

- 成長過程中沒有被滿足的慾望，形成潛意識中的希求。
- 戀愛時，對方特別的努力，滿足醫治了我。
- 形成白馬王子、白雪公主的幻想
- 婚後，對方不再額外努力，彼此發現對方的缺點。
- 迷思：你如果愛我；你如果瞭解我……
- 希望幻滅，自我防衛系統開動，落入經常抱怨、指責中。

承認自己的弱點，需要一點勇氣。多年前我寫了幾句短詩，將感恩與抱怨的建設性力量和破壞性力量，作個對比。認知這些對比，有助於改造我們意識狀態，趨向於更多感恩——

- 抱怨是複習過去的挫折，只引發現今更多的沮喪。
- 感恩是尋找逆境中的祝福，帶來今日充沛的活力與生機。
- 抱怨是只注意負面事實，鈍化了解問題的創意能力。
- 感恩是相信神的美意，活化了捕捉機會的靈敏度。
- 抱怨是論斷別人的弱點，浪費時間於消極的不合作。
- 感恩是欣賞別人的長處，投資時間於同心創造雙贏的勝局。
- 抱怨是審判配偶的短處，帶動緊張的人際關係。
- 感恩是表達對配偶的欣賞，引發善性循環的回應。
- 抱怨具有自我成全的威力，能招致更多的咒詛。
- 感恩亦有自我成全的威力，能引動寶座上更多的祝福。

經營夫婦關係確實需要高度智慧，而且千頭萬緒，不知從何下手。何妨就從這四個點切入，嚐試從一種態度改變到另一種態度；從一種思維改進到另一種思維，神會美化你的婚姻，給你鼓勵。——李順長

【輸家 VS 贏家】

- ❖ 輸家追求短暫的，贏家追求永恆的。
- ❖ 輸家追求物質的，贏家追求靈性的。
- ❖ 輸家追求地上財寶，贏家追求天上財寶。
- ❖ 輸家追求人的稱讚，贏家追求神的稱讚。
- ❖ 輸家追求肉體的快樂，贏家追求靈性的喜樂。
- ❖ 輸家追求今生，贏家追求來生。
- ❖ 輸家追求必朽壞的，贏家追求不朽壞的。
- ❖ 輸家追求屬世的，贏家追求屬天的。