

/ 恩 / 典 / 时 / 刻 /



上帝与我

God and Me

马克·杰斯克牧师 著

TIME OF
GRACE[®]
WITH PASTOR MARK JESKE

/ 恩 / 典 / 时 / 刻 /

每天和你进行坦率的交谈，带给你真正的盼望。

上帝与我

God and Me

马克·杰斯克牧师 著

**TIME OF
GRACE**
WITH PASTOR MARK JESKE

Copyright © 2015 Time of Grace Ministry

作者：马克·杰斯克牧师

翻译：多语言出版翻译组

发行：Time of Grace Ministry

二零一五年十一月初版

Author: Pastor Mark Jeske

Translator: Translation Working Group,
Multi-Language Publications

Publisher: Time of Grace Ministry

1st edition, November 2015

本书圣经引文选用中文和合本。

目录

前 言 / 1

上帝与我的世界 / 3

上帝与我的失败 / 5

上帝与我的罪 / 7

上帝与我的救恩 / 9

上帝与我的喜乐 / 11

上帝与我的使命 / 13

上帝与我的需要 / 15

上帝与我的教会 / 17

上帝与我的羞耻 / 19

上帝与我的工作 / 21

上帝与我的痛苦 / 23

上帝与我的计划 / 25

上帝与我的局限 /	27
上帝与我的感恩 /	29
上帝与我的恩赐 /	31
上帝与我的困惑 /	33
上帝与我的敬拜 /	35
上帝与我的困难 /	37
上帝与我的家庭 /	39
上帝与我的挫折 /	41
上帝与我的盼望 /	43
上帝与我的恐惧 /	45
上帝与我的祷告 /	47
上帝与我的敌人 /	49
上帝与我的无知 /	51
上帝与我的过去 /	53
上帝与我的遗产 /	55
上帝与我的死亡 /	57
上帝与我的复活 /	59
上帝与我的永生 /	61

前言

“在第七日上帝歇了他一切的工，安息了。”

你认为上帝为什么这么做呢？你和我休息是因为我们累了。上帝会累吗？当然不会。他在创造宇宙的第七日和第一日一样充满活力。他停下了创造的活动，是要给他儿女设定一个“一周可以休息一天”的模式去遵从吗？这也许有可能。他在周六休息，是要把周六永远定为敬拜的日子吗？不是的。

希伯来书第4章帮助我们看到安息日的重点不在于哪一天，而在于安息。而且上帝首先关心的不是你身体的休息（虽然有其自身的价值），而是你灵魂的安息。上帝设立安息日的最奇妙和最深刻的含义是宽恕你的罪，使你和上帝有一个美好的关系。

耶稣在马太福音 11 章 28 节中谈到了这种安息：“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。”在这本小册子中，我会和你一起阅读一些诗篇，思考你最重要的财富——你和上帝的关系的各个方面。因着我们救主耶稣，上帝与我的关系的各个方面都非常美好！上帝以赞美和祷告的语言来写诗篇。诗篇常常是以第一人称写的，它为你提供了表达和颂扬安息的词汇。

我希望能喜欢这些灵修小品，如果你每日读一篇，这些内容可供你读一个月。但我更希望随着你和爱你的主之间的关系不断加深，它们能引领你更深地挖掘诗篇中的力量和智慧。

马克·杰斯克牧师

上帝与我的世界

我们每天都努力掌控我们生活的环境，努力积累财富，使自己不会缺乏；我们尽力照顾身体健康，使自己不会感到疼痛或罹患疾病；我们努力协调关系以减少压力。然而我们意识到自己能掌控的并不多，这个事实让人感到自己很渺小。

实际上，这个世界并非真的属于我们。我们是他人世界的访客；我们是他人戏剧中的演员。“地和其中所充满的，世界和住在其间的，都属耶和华。他把地建立在海上，安定在大水之上。”（诗 24:1-2）“树林中的百兽是我的，千山上的牲畜也是我的。”（诗 50:10）当我们意识到我们是按上帝的美好旨意而被创造，每一件事物都属于他，我们实际上并不拥有什么，我们就会谦卑下来。

但事情也有令人激动的一面。因为宇宙的创造者也是我们的天父，这位大能者用他的能力祝福、保护并成就我们；这位所有财富的伟大拥有者喜欢给他的孩子们礼物；这位伟大的工程师此刻就在计划如何带领你回家，就是从这个世界回到他那里。

想想吧：创造大峡谷的那一位非常爱你。

上帝与我的失败

马戏团、游乐场和各种千禧年巡回表演常用懂心理学或读心术的人来吸引观众。他们一般都会告诉观众他们想听的事，从而赚取那些轻信之人的钱财，当然这都是骗人的。但是无人能真的测透你心里的想法，这难道不让你高兴吗？

想想你心里所有的垃圾吧；想想你的旧恨，它在你心底如同毒沼一般翻滚；想想你的傲慢，它让你不愿说一句“对不起”；想想你的沮丧，它让你觉得自己比不上任何美善高贵的事物；想想你欺骗或伤害他人的阴暗回忆；想想你破碎的青春梦想。

但有人真能读懂你的心。“耶和华啊，你已经鉴察我，认识我。我坐下，我起来，你都晓得，你从远处知道我的意念。”（诗

139:1-2) 然而这知识在上帝那里是保密的，他知道你的失败有多惨。就是为了像你一样的人，就是为了你的需要，上帝差遣了他的儿子为你而活、为你而死、并为你从死里复活。

耶稣的完美补足了你所有的失败。藉着对他的信心，你可以在上帝的殿中宣告自己得到了圣洁的声名。对于上帝来说，通过基督的镜头，你看起来像一个胜利者。

上帝与我的罪

梦游的麦克白夫人（Lady Macbeth）喃喃自语：“出去，该死的！你给我滚出去！”她焦躁不安地搓着手，好像要搓掉她策划谋杀的罪疚感。你的手有什么无形的污秽？它们偷过什么？它们毁坏过什么？它们伤害过谁？它们躲避过哪些当做的事？

人们尝试用各种方式来消除自己的罪疚感。我们用工作让自己忙碌，或用娱乐来分散自己的注意力。我们试图用善行来消除罪疚感，用各种解释来为自己辩护；我们责备别人，用毒品、酒精或食物来麻醉自己。但你知道吗？其实这些方法都不管用。

只有一个方法管用，那就是：承认你得罪了上帝，接受你的罪责，同时领受耶稣基督在加略山十字架上的救赎，拥抱上帝的赦

罪之恩。曾经犯罪的大卫教你这样祷告：“上帝啊，求你按你的慈爱怜恤我，按你丰盛的慈悲涂抹我的过犯。求你将我的罪孽洗除净尽，并洁除我的罪。”（诗 51:1-2）

你正处在什么罪中？你想摆脱它吗？承认你的责任，让耶稣担当它，然后用清洁的良心重新服侍耶稣。

上帝与我的救恩

以色列王大卫是一个伟大的军事英雄，他知道军事生活的艰难和激情。大卫也是一个爱撒谎和卖弄的人，他自己亲身经历过没有认的罪像乌云压顶一样积聚，永远不会自己消失。时间并不能医治所有伤害，所欠的债并不会忽然消失，它们会持续下去，并且越来越严重。

当罪人相信上帝并向上帝认罪时，也就是相信上帝赦罪的宝贵应许，也相信自己的罪真的已经离开时，巨大的安慰会涌入他的心。“我向你陈明我的罪，不隐瞒我的恶。我说：‘我要向耶和华承认我的过犯。’你就赦免我的罪恶。”（诗篇 32:5）

享受上帝的赦免比发现所有信用卡的欠款已经还清更好，它也比你付清了最后一笔

房屋贷款更好，它甚至比发现自己的癌症已经痊愈更好。

已蒙赦免意味着赢回自己的生命，你的喜乐回来了，你的乐观回来了。被赦免意味着你拥有一个可以盼望的永生。

上帝与我的喜乐

在美国《独立宣言》最受人喜爱的那些话中，有一句讲的是：在美国，你的生命、自由和追求幸福的权利将得到保障。请注意：美国政府并不保证你的幸福，它保障的只是你追求幸福的权利。

上帝比我们的政府更好，他不仅仅是设定一个游戏，使你能够和他一起在其中追求你自己的公义和圣洁。罪人没有能力完全遵行他圣洁和纯全的诫命。上帝因着耶稣的血而赦免你的罪，以此表达他对你的喜爱。上帝把他的爱给你，以此承担起作父亲的义务，为你打开天国的大门。

这怎能不成为你大大喜乐的理​​由呢？
“你们义人应当靠耶和華歡喜快樂；你們心里正直的人都當歡呼。”（詩 32:11）這并不

一定意味着你要一直咧着嘴笑，但确实意味着即使在艰难、痛苦和流泪的日子，你都可以默默地相信自己是一个得胜者。当你有耶稣时，你拥有一切；当你有耶稣时，你一无所缺；当你有耶稣时，你会像他一样永不朽坏；当你有耶稣时，你的永生满有保障。

你最喜爱的赞美诗是什么？把这本小册子放下，现在就去唱那首赞美诗吧！

上帝与我的使命

你是否想过为什么自己仍然身处此地？我的意思是，如果上帝已经拯救你，如果藉着耶稣，你肯定能得到永生，为什么他不立即把你带到天国？

这个原因就是：你对他的计划太有价值了，他还有一个使命给你。就像其他人帮助你听见并理解圣经的信息一样，你也是其他人所需要的福音传播网络的一部分，你有使命去帮助他们也成为信徒。当你讲述上帝的作为时，这就像上帝自己讲述他的事迹一样；当你用上帝的言语教导人们过圣洁的生活时，这就像上帝直接并亲自对他们说话一样。

你要先讲给自己的家人听，特别是年龄小的。“要将耶和華的美德和他的能力，并他奇妙的作为，述说给后代听……是他吩咐

我们祖宗要传给子孙的，使将要生的后代子孙可以晓得，他们也要起来告诉他们的子孙。”

（诗 78:4-6）

试想想在你生命里帮助你倾听耶稣话语的人中，哪三个人的帮助最大？你能想到在你的生命里，哪三个人最需要听到耶稣的故事？

上帝与我的需要

当男人们听到别人问“你怕什么？”他们会像约翰·韦恩（John Wayne）一样回答：“女士，我什么都不怕。”但是，他在撒谎！我们都有恐惧，无论我们是否承认。男人害怕别人认为自己软弱，他们害怕失去尊重、失去工作、失去地位；女人担心个人的安全和她们所爱的人的安全，她们忧虑家人的健康和安乐；孩子们有很多害怕的事情，其中最害怕的可能是被抛弃。

我们都害怕死亡以及死的过程。如果我们诚实的，就会承认自己很容易听信撒但在我们耳旁说的话，他悄声说：“我们的信仰是个骗局，其实没有上帝，我们挣扎求生时，其实没有谁能给予帮助。”

但是上帝对你郑重地应许：“因为他专心爱我，我就要搭救他；因为他知道我的名，我要把他安置在高处。他若求告我，我就应允他；他在急难中，我要与他同在。我要搭救他，使他尊贵。”（诗 91:14-15）

上帝在看着你，他关心你，他知道你需要什么，以及何时需要，他总是在我们需要时采取行动。

上帝与我的教会

老实说，我需要教会就像戒酒协会成员需要他们的聚会一样。上帝与人的关系首先是个人性的，但是他也会通过我们属灵的大家庭来赐给我们丰盛的祝福，我渴望得到这一切。

通过教会，我们接受教导、洗礼、圣餐的滋养、辅导和鼓励，我们受邀参与服侍并承担责任。通过教会，我们的朋友圈大大扩展；通过教会，撒但发现更难迷惑和操纵我们；通过教会，我们可以更有效和更广泛地传讲福音。

教会最好的部分是众人一起敬拜。听听这些对众人说的话吧：“来啊，我们要屈身敬拜，在造我们的耶和華面前跪下。因为他是我们的上帝，我们是他草场的羊，是他手下的民。”（诗 95:6-7）在人群中，信心是可以“传染”的。我常被诗班的歌声鼓舞，

被他人的信仰见证触动，被会众的祷告深深吸引。我很高兴在遇到困难时有同情者听我倾诉和给我拥抱，我也很高兴被很有恩赐的圣经教师指导带领。当这一切发生时，当上帝之名在赞美中被高举时，上帝在微笑。

每个星期在教会里的敬拜都是属天的奇迹。

上帝与我的羞耻

“你真丢人！”这句话我们已经不常听到了，但那并不意味着羞耻这一概念已经消失。

我猜想所有到了退休年龄的人在回顾人生时，都会想到一些让他们感到非常难堪的时刻。我猜想所有家庭都有过因家族中一些人的行为而感到羞耻的经历，例如：家人犯罪坐监、被学校开除、被公司辞退或遭遇破产。这些经历不仅让当事人感到羞愧，也让身边的人同样感到羞愧。

羞耻感最糟糕的部分是它的持续性，那记忆不会自己消失。基督的福音如此重要，其中一个很大的原因是，它并非要选择性地删除你脑海中的记忆，而是要使你即使带着过去羞耻的记忆，也能平安喜乐地面对生活。

“以色列啊，你当仰望耶和华！因他有慈爱，有丰盛的救恩。他必救赎以色列脱离一切的罪孽。”（诗 130:7-8）

主永不止息的爱意味着他知道你是谁、你做过什么，并且无论如何他都爱你。他知道你那一堆的悔恨，并向你保证他的恩典大过这些悔恨。如果他宽恕你，你就可以宽恕自己；如果他喜欢你，你也可以再次喜欢自己。你在他面前的形像没有羞愧，没有悔恨，只有圣洁。你完全被宽恕之后，就会像星星一样闪耀。

上帝与我的工作

我们中的大多数人都在与不恰当的梦想角力。我们忘了自己在基督里是不朽的，忘了这世上的时光是短暂的。我们太爱那些身外之物了。

但与之相反的情况是，我们太专注于天国，以至于忽略并无视我们今生的使命和工作的重要性，这同样很糟糕。你受洗进入基督信仰也是受差遣成为上帝的工人。他称你为君尊的祭司，而不只是一个无关紧要的符号；他呼召你为他工作，而不只是让你消磨时间，等待天使米迦勒吹响号角。

你为他所做的事，无论大小，都真的很重要！你树立的榜样、你显示出的爱、你表现出来的仁慈、你坚持的价值、你设定的优先次序、你所说的话、你花的精力都真的很

重要！你周围的许多人还没有遇到真实的耶稣——你可能就是第一个让他们在你身上看到耶稣身影的人。你周围也许有人曾经爱过耶稣，但如今已经堕落，你在信仰里流露出的正直和喜乐可能激励他再次相信耶稣。

你和教会成员可以向饥渴慕义的客旅分享生命之水，在这方面你们的工作至关重要。以色列伟大的领袖摩西曾经这样祷告，祈求上帝的祝福：“愿主我们上帝的荣美归于我们身上。愿你坚立我们手所做的工；我们手所做的工，愿你坚立。”（诗 90:17）它也能帮助你向上帝祈祷，使你为他所做的工产生最大的果效。

上帝与我的痛苦

你的身体经历过长期的病痛吗？你的身体现在还疼痛吗？如果你读过圣经，你就会发现你并不孤单。圣经中的人和历世历代的人全都经历过人生破碎的切肤之痛。

你会在圣经中读到被刀剑杀害的人、患麻风病和慢性血漏的人、有肢体萎缩和瘫痪的人、发高烧和癫痫发作的人，以及骨头折断的人。忍受疼痛已经很糟糕了，如果是长期止不住的疼痛，那就更糟。有时上帝会在这些痛苦中赐下迅速而奇妙的医治。

但有时上帝不会。现在你正等待上帝缓解你的疼痛吗？“我等候耶和华，我的心等候，我也仰望他的话。我的心等候主，胜于守夜的等候天亮，胜于守夜的等候天亮。”（诗130:5-6）

真实的希望在于：耶稣看见了你的痛苦！耶稣与你一起感受着你的痛苦，因为他曾经并且仍然像你一样，是活生生的人。他给你的痛苦设立了界限，他已经预备让你得救。你受苦的时间不会比他所定的长一分钟。为了你和他国度的益处，为了他自己更大的荣耀，他让凡事互相效力，一直都是如此。

上帝与我的计划

你想从人生中得到什么？你的哪一项成就带给你最大的满足而难以忘记？你的朋友和家人常听到你谈起什么梦想和渴望？你的同事认为你最想达到什么目标？

你知道自己想从事哪种职业吗？你属于大器晚成者吗？你是否最终考取了研究生？你是否在高中毕业后就不得不工作？你是否创业失败？你是否在家族企业里工作？你的家庭是否完全不给你提供任何帮助？你展望人生时，什么对你最重要？你想要什么？你有什么计划？

无论你计划往哪里去，无论你想做什么，你一定要让上帝作你的同伴。“求你使我知道当行的路，因我的心仰望你……求你指教我遵行你的旨意，因你是我的上帝。你

的灵本为善，求你引我到平坦之地。”（诗 143:8, 10）

要想在脑海中留下深刻的印象，就请你阅读圣经历代志下。当那些王离弃主时，他们想做的每一件事都失败了；当他们寻求并听从主时，主为他们所成就的则没有限量。

上帝与我的局限

我们的四个孩子彼此是那么不同，这一点总是让我和妻子惊讶。他们都是同一父母所生，怎么会有如此不同的个性和技能呢？

看到他们发展自己的天赋，这带给我们很大的快乐；看到他们挣扎于自己不擅长的事情——无论是高等代数、存钱还是处理一段人际关系——则让我们痛苦。我希望他们知道父母总是爱他们，并接纳他们本来的样子。

你是否知道上帝比你的父母更愿意并且渴望帮助你生命成长？当你成功时，他和天使都为你鼓掌欢呼。你也要知道，当你挣扎时，他不会轻视、憎恨或者放弃你。他了解你所有的局限：“父亲怎样怜恤他的儿女，耶和华也怎样怜恤敬畏他的人。因为他知道

我们的本体，思念我们不过是尘土。”（诗103:13-14）

上帝知道你所有的软弱之处、丑陋的秘密，以及身心的破碎，但他仍喜欢你。把生命交托给他，这难道不是很美好吗？

上帝与我的感恩

如果有人总是向你索取却不知感激，你不觉得他讨厌吗？你为别人服务，别人竟懒得说一句谢谢，你不厌恶这样的事吗？当上帝这位所有恩惠的施予者被人忽略时，你能想象他心中的痛吗？

感恩的心是学习而来的，父母一定要自己经常学习操练这个功课，也要和孩子一起操练。许多成年人——包括我在内——仍需要调整心态。我必须经常回顾这个令生命更新的真理，即我人生中每一样美善的事情都完全来自上帝。

现在清点一下你的财富，比如：日常的食物是如此丰盛，以至于大多数人要极力控制自己不要过量饮食；日常衣物已经卖得非常便宜了；简单地运用通讯技术便可以让

你和全球的人保持联络；藉着基督，你已成为属灵家庭的一份子，因着他，你的生命变得重要而有意义。

“你们要称谢耶和华，因他本为善，他的慈爱永远长存。你们要称谢万神之神，因他的慈爱永远长存。你们要称谢万主之主，因他的慈爱永远长存。”（诗 136:1-3）上帝所有恩赐中最伟大的一样，是他在救主耶稣里的爱与赦免。他真的是美善的！他已经毋庸置疑地战胜了撒但，他的爱确实存到永远！

上帝与我的恩赐

在田径运动会或摔跤比赛中，裁判介入比赛来帮助一个选手是非常不符合职业道德的。运动员们应该完全靠自己，裁判不应该表现出任何偏袒，或者介入比赛来帮助某个参赛者。

31

上帝是你的裁判吗？绝对是的，圣经无可置疑地说明了这一点。但上帝是一个委身于帮助你（按照他的成功标准）获得人生成功的裁判，他不只给你个人的恩赐和技能，他也介入你的生活使你做得更好。试想想：上帝不只是消极地望着你，他其实在积极地参与你的人生历程，亲自为你做事来成就你。

作为牧羊人、国王和诗人的大卫曾经这样说：“惟有那以力量束我的腰，使我行为完全的，他是上帝。他使我的脚快如母鹿的

蹄，又使我在高处安稳。他教导我的手能以争战，甚至我的膀臂能开铜弓。你把你的救恩给我作盾牌，你的右手扶持我，你的温和使我为大。”（诗 18:32-35）

上帝既需要也想要你参加他国度的建造工作；上帝把你看作他团队中宝贵的一员；上帝认为你要担当重要的角色；上帝认为值得投资在你身上。上帝实际上为了抬举你而甘愿屈尊降贵。这是真的！

上帝与我的困惑

我要告诉你：我不喜欢困惑！我努力地理解我的世界，但有时我就是在其中看不到上帝的工作，看不到基督的胜利，看不到所有上帝的子民像胜利者一样。为什么谦卑、受苦、正直的人要承受额外的沉重打击呢？为什么那些施虐者和破坏社会者可以逃避惩罚？为什么我的生命总是如此艰难？

33

大卫有时也会困惑：“耶和華啊，你忘記我要到幾時呢？要到永遠嗎？你掩面不顧我要到幾時呢？我心里筹算，终日愁苦，要到幾時呢？我的仇敌升高压制我，要到幾時呢？”（诗 13:1-2）上帝选择不解释所有的事。有时他选择让我们挣扎，他选择不提前给我们大量的信息、供应或者持续的关怀。

上帝正在邀请我们回顾他持守诺言的历

史记录。他正在让我们仰望加略山，他已经在那里争战得胜了。他正在邀请我们相信他会使万事各按其时，在他所定的时间有条不紊地完成。“但我倚靠你的慈爱，我的心因你的救恩快乐。我要向耶和华歌唱，因他用厚恩待我。”（诗 13:5-6）

上帝与我的敬拜

撒但企图从你偷走许多东西。他首先想要从你的敬拜中偷走喜乐，然后尽力使你远离圣经，如果不能，他就会尽力使读经变成枯燥乏味的事。撒但也会尽力拦阻你去教会，如果不能，他就会尽力使去教会变成“不得
35
不做”并且“不怎么想做”的事。撒但还会分散你的注意力，使你放弃祷告，如果不能，他就会尽力使你的祷告变得机械僵硬和敷衍了事。

让我们从撒但毒害心灵的企图中挣脱出来吧！花两分钟想想上帝为我们所做的：他首先为我们创造了广大、复杂、美丽的世界，然后又差遣他的儿子替我们经历可怕的死亡，为全人类的罪付上了完全的赎价，接着又差遣他美善的灵来改变我们的心灵，并宣

告我们的新身份。除了惊叹，你还能说什么呢！哈利路亚！

“全地都要向耶和华欢乐，要发起大声，欢呼歌颂。要用琴歌颂耶和华，用琴和诗歌的声音歌颂他。用号和角声，在大君王耶和华面前欢呼。”（诗 98:4-6）

“敬拜”一词出自古老的盎格鲁 - 撒克逊词汇，敬拜的基本意思是“值得”，也就是说，其中心思想是我们向上帝以及倾听的人宣告：我们的上帝值得——值得我们所能发出的一切赞美，尊崇和荣耀。阿们！

上帝与我的困难

如果你遇到无法解决的困难，心情越来越低沉，这已经够糟糕了，但更糟的是感到孤独，你发现没有人了解你正在经历什么，也没有人关心你。

如果你已经藉着洗礼穿上了耶稣的圣袍（见加 3:27），那么以上两种情况都不会发生在你身上。如果你是活在基督里的人，那么上帝不仅看顾着你和你的一切，他还宣告你属于他，并且承担照管你生活状况的责任。没有什么坑深到他不能把你拉出来；没有什么洪水大到他无法来到你所在的地方把你托起来。

上帝的儿女啊，如果你感到正深陷困难之中，你可以读下面的诗句：“我这困苦人呼求，耶和华便垂听，救我脱离一切患难。

耶和华的使者，在敬畏他的人四围安营搭救他们。”（诗 34:6-7）

你的天父看顾你，你的救主与你同在，他的圣灵住在你里面，他的天使环绕着你，在合适的时刻，你会经历神圣的拯救。

上帝与我的家庭

父母们一般会乐意听到孩子们说：“我自己能做！”在孩子人生中的各个阶段，我们花费巨大精力帮助他们独立——从训练他们自己上厕所开始，到穿衣服、写作业、考驾照，以及自己负担大学学费。

但某些工作太艰巨，不适合“自己做”。“若不是耶和华建造房屋，建造的人就枉然劳力；若不是耶和华看守城池，看守的人就枉然警醒。”（诗 127:1）这些智慧的话语出自所罗门王，他曾被上帝赐予属灵的智慧。但他自己的家庭生活一团糟。很明显，他没有在自己人生中实践那些智慧，他只不过用自己的话把真理说了出来。

你怎样邀请主一起建造你的家庭呢？你可以从研读圣经中关于上帝为神圣婚姻所做

的神圣设计的经文开始。上帝对婚姻的旨意在今天已经被忽视和丢弃，这给整个社会带来了破坏性的后果。把自己交托给上帝的设计吧！相信并等待上帝的祝福，让你的家成为一个可以听见上帝的话语、充满祷告和赞美的歌声、被基督的平安所掌管的地方吧！你要像上帝待你一样，带着忍耐、谦卑和宽恕对待你的伴侣。

愿你以上帝爱你的方式来爱你的家人！

上帝与我的挫折

好了，承认吧！你在生上帝的气。

你家中的顶梁柱已经长期失业；你久治不愈的疾病阻止了你发展自己的事业；你非常努力地工作，攒了一点钱，却遇到市场崩溃，你的投资缩水或完全蒸发了；你心爱的人悲惨地死去，你备受打击。

“上帝啊，你为什么让这件事发生？”“上帝啊，你为何永远丢弃我们呢？你为何向你草场的羊发怒如烟冒出呢？”

（诗 74:1）你要知道，几千年来，上帝的子民都曾经为他们经历的艰辛和苦难而感到困扰，怀疑上帝是否已经不再爱他们，否则为什么上帝允许坏事发生在他们身上？更糟糕的是，他们怀疑就是上帝把这些坏事降在他们身上，并以为这是上帝的惩罚。

你要明白以下几件事情：

- (1) 上帝不再惩罚他的孩子们，所有的惩罚都已经在基督的十字架上完成了。对相信基督的人，上帝不再定罪。
- (2) 这个世界是破碎的，每个人都在受苦，你不会在地上经历天堂，但你将会进入天堂，享受完全的幸福。
- (3) 上帝为你的痛苦设定了界限，而不会是无边无际的。
- (4) 上帝郑重地应许，他会使你生活中的所有事情，尤其是艰难的事，都为你效力，最终使你得着益处。

放上帝一马，等着吧，你会看到的！

上帝与我的盼望

我们生活在一个愤世嫉俗的时代。

如果听听今天的嬉皮士、权威人士和喜剧演员的谈话，就会发现他们主要都是讲些讽刺的话题。在二战后生育高峰出生的那一代人是怀疑论者，而他们的孩子则几乎什么也不相信了，他们嘲笑一切，认为所有的社会机构都有天生的缺陷而且已经过时——政府肯定滥用职权；生意只不过是组织的偷窃；教会全是腐败和欺骗；一夫一妻和终身婚姻则是对人的奴役。

我们的世界比以往任何时候都更需要基督徒和基督的信息。我们可以为世界带来希望并说明希望的内涵，因为世界正迫切需要再次相信高贵、伟大和美善的事物。我们可以传播一个信息：我们的上帝仍然是有能力、

智慧和慈爱的，他已经使基督徒的未来更加美好。

谁能比一个遵行圣经教导的基督徒更具理想主义的特质呢？“要等候耶和华！当壮胆，坚固你的心。我再说：要等候耶和华！”

（诗 27:14）对基督徒来说，未来总会比过去更好。基督使我们都是乐观主义者，因为他已经写下了我们生命故事的最后一章，应许了一个欢乐的结尾。

你相信这一点吗？你认为谁需要听到这个消息呢？

上帝与我的恐惧

你手上的每一张美元纸钞上都印有一句话：我们相信上帝。

哎，美国人其实只相信其中的一部分。我们国家的行为表明，我们只是对乔治·华盛顿（George Washington）很有信心。也就是说，我们相信唯一比“钱”好的东西是“更多的钱”。但我们的纸钞上所写的那句话简洁而有力，那些遵行它的人是有福的。

上帝是所有生命的赐予者、所有财富的拥有者，以及宇宙万物的管理者。他不太关心你钱包里有什么，他更关心你心里有什么。他可以在弹指间把你失去的财产重新给你，但除非你能选择相信他。“我惧怕的时候要

倚靠你。我倚靠上帝，我要赞美他的话：我倚靠上帝，必不惧怕。血气之辈能把我怎么样呢？”（诗 56:3-4）

如果你需要有人帮助你凡事相信上帝，你不要问年轻人。他们还没有活得足够长久，以至能看清并理解上帝工作的方式。你要寻找那些有花白头发的人，他们已经学到上帝如何通过艰难的经历来帮助人，并总是以那种方式战胜他们的恐惧，使他们充满信心地活下去。

上帝与我的祷告

有一天，一个小男孩尝试挪一块很重的石头，但挪不动。他的父亲一直在看他。最后父亲说：“你用尽全力了吗？”“是的！”男孩喊道。但他父亲却说：“不，你没有。你还没有让我帮助你呢！”

圣经教导了一个至关重要的真理，但许多人还没有掌握它。这个真理是：上帝有资源要给他的孩子们，但他故意先不拿出来。

问：为什么？

答：因为他在等着孩子们请求他的帮助！

上帝关心你的身体康健和事业成功，但他更关心你与他之间信仰关系的发展。他认为“祷告 - 回应 - 感恩”的循环对建立信心很重要，他会一再使用这种循环。

这模式就是：“我曾寻求耶和华，他就应允我，救我脱离了一切的恐惧。凡仰望他的，便有光荣；他们的脸，必不蒙羞。”（诗34:4-5）你知道这应许的前提吗？我的天父关心我，我的天父听我说话，我的天父会在他所定的时间回应我，我的天父帮助我。这一切都很好，我很高兴自己相信了他。

上帝与我的敌人

基督徒一定会忍受并战胜各种各样的威胁。大卫王几十年来面对过各种致命的威胁，一开始是野兽，后来是扫罗王的追杀，然后是一场场的军事征战。他留下了动人而富有激情的诗篇，祈求上帝拯救他，并除去所有敌对他的神圣旨意的人。

当你为自己的生命恐惧时，可以如此祷告：“他从高天伸手抓住我，把我从大水中拉上来。他救我脱离我的劲敌和那些恨我的人，因为他们比我强盛。”（诗 18:16-17）

非利士人和亚玛力人如今对你不再有威胁。那么谁是你今天的“仇敌”呢？如果你是一名警察，当你每次佩戴警徽走在街上时，都可能会面对致命的危险。如果你穿上我们国家的军装，你就会成为所有仇恨美国的人

的攻击目标。

所有上帝儿女都应该好好记住，我们最致命的仇敌来自地狱。撒但和他的鬼魔们想把你的身体和心灵撕裂。没有上帝和天使的保护，我们就会被撕成碎片。

主耶稣，今晚求你保护我远离一切邪恶势力，求你看顾所有属于你的人。

上帝与我的无知

在“今晚秀”节目中，主持人杰·里诺 (Jay Leno) 最常用的噱头之一是“杰之行” (Jaywalking)。他带着麦克风行走在洛杉矶街头，问路人关于美国的一些基本问题，这些问题都是中学生应该知道的常识。他发现接受采访的路人对美国历史和政府非常无知，一开始他感到很好笑，但后来他变得难过和忧郁。

你可能不想知道一般美国基督徒对圣经的基本知识是何等贫乏。调查显示，许多人要费好大劲儿才能说出十诫中的五条，只能说出生经中的一部分书卷名，想了很久才能辨别和区分圣经故事中最重要的主人公，如挪亚、亚伯拉罕和摩西。

比缺乏圣经知识更糟糕的情况是缺乏属

灵的委身。了解上帝在人类历史上的大作为和他使用人们所做的事，这固然很重要。但它不只是为了在你头脑中填塞一些有关历史事实的知识，而是为了让你的信心成长，以至能热情地摆上自己的生命，在上帝的普世拯救计划中发挥作用。

如果你认识到自己需要在圣经知识和属灵委身方面成长，你就需要这个祷告：“耶和华啊，求你将你的律例指教我，我必遵守到底。求你赐我悟性，我便遵守你的律法，且要一心遵守。”（诗 119:33-34）

上帝与我的过去

我认识很多被自己的过去所搅扰的人。

他们有的不能忘掉自己曾经道德败坏，或遭受过骚扰和虐待而无力反抗。长大成人之后，被骚扰和虐待的往事仍然会浮现出来，令人心碎，也令上帝心碎。

耶稣基督的伟大工作带来了罪的赦免，无论是多久以前的罪，他都把罪人从罪咎中释放出来。耶稣基督伟大的工作也把人们从仇恨、羞辱、恐惧以及伤害的囚笼中解救出来。“他从祸坑里、从淤泥中把我拉上来，使我的脚立在磐石上，使我脚步稳当。他使我口唱新歌，就是赞美我们上帝的话。”（诗40:2-3）

甚至在我们无法忘记时，耶稣也能帮助我们。他帮助我们放手，使我们继续前行，

并重新得着喜乐。他的福音总是能从旧事中创造出新事，总是让我们的眼睛通过前视玻璃热切地望向前方，而不总是被后视镜里的景象困扰。他赐给悲伤的心一首新歌！

上帝与我的遗产

圣经中最容易被错误引用的一句话是“金钱是万恶之根”。实际上圣经说的是：贪恋金钱是万恶之根。圣经里确实有许多对物质主义的警告，叫人不要沉迷于物质财富的享受；圣经里也有许多对贪图虚名的警告，叫人不要渴求名望。你可能期望自己的投资能赢利，但什么形容词经常与“利润”一词连用呢？对，就是“肮脏”。

55

然而财富和名望本身不是邪恶的。实际上，上帝愿意祝福基督徒给他们的儿女留下遗产。“敬畏耶和华，甚喜爱他命令的，这人便为有福。他的后裔在世必强盛，正直人的后代必要蒙福。他家中货物，有钱财。他的公义存到永远。”（诗 112:1-3）

尽管你可能不得不忍受贫穷，但贫穷不可能成为你的目标。努力建立你的家庭资产，从而使你的孩子以及孙辈可以有经济保障，并成为慷慨的施予者，这是一个很好的目标。我们所敬拜的上帝不是一个匮乏的神，而是富裕的神。“上帝能将各样的恩惠多多地加给你们，使你们凡事常常充足，能多行各样善事。”（林后 9:8）

你写遗嘱了吗？

上帝与我的死亡

“人生苦短，及时行乐！”你也许见过这句话或者与它类似的话。它的变形就是：

“人生太短，所以不要……”（接着是叫你放弃一些节俭或牺牲行为的劝告，意思是我们应该即时吃喝快乐，因为我们很快就会死）。

57

实际上，人生确实很短。诗篇 39 篇严厉地斥责那些浪费生命的人，他们一再拖延，总想等到明天才去思考自己与上帝的关系。诗人说：“你使我的年日窄如手掌。我一生的年数，在你面前如同无有。各人最稳妥的时候，真是全然虚幻。世人行动实系幻影。”（诗 39:5-6）

这意味着最重要的事要优先处理。现在就是拯救的日子；现在就是悔改并相信基督

耶稣的时刻。保罗在罗马书 13 章 12 节中写道：“黑夜已深，白昼将近。”这听起来是否很恐怖？一点也不！事实上，我们只不过是上帝各样财宝的管家，是他子民的仆人。认识这个事实就会让我们得自由。因着基督的死，我们可以免于死亡的恐惧，从而享受每一天。我们知道在坟墓的那一边，有无限的供应在等待着我们。

上帝与我的复活

你中几百万美元彩票头奖的几率是非常小的，比例是 195,000,000 比 1，所以买彩票等于浪费金钱。

但每一个相信基督的人在审判的大日子都将是赢家，运气、几率和游戏技巧都与此无关。当上帝的儿子受苦、受死、埋葬，然后复活时，他已经偿还了你的全部债务，以此为你买下了获胜券。“至于我，我必在义中见你的面；我醒了的时候，得见你的形像，就心满意足了。”（诗 17:15）

因为知道最终会获胜，你就可以应对任何困境。因为知道游戏将重新设定，你会在天堂重新开始，你就可以欢欢喜喜地忍受经济、身体和情感上的艰难。在天堂里，你的身体也将恢复上帝原来设计的那样完美，整

个宇宙将被重新创造，没有任何邪恶、疾病或死亡。

那时等待你的是那位首先从死里复活的人，就是救主耶稣。你会很满足，因为你将面对面地看见他，永不再死亡。

上帝与我的永生

你多么有福啊！主多么喜欢你啊！他已经把通往永生之路的秘密告诉你！

没有人天生知道这一秘密。没有人能把它推理出来。科学研究永远无法找到它。美国宇航局和国家地理协会也无法发现它。非基督宗教不能使你获得它。但主已经把你带到圣经面前，而圣经会把你带到基督面前。唯独圣经是上帝所启示的知识，上帝启示说：“凡活着信我的人必永远不死。”（这是耶稣对马大说过的）“你必将生命的道路指示我。在你面前有满足的喜乐，在你右手中永远的福乐。”（诗 16:11）

虽然你现在的生命有许多沮丧和破碎，但当你站在微笑的救主面前时，你将会喜乐满溢。虽然现在你的身体可能正经历疼痛，

挣扎求生可能十分艰难，但在上帝的新天新地里，你将充满纯粹的喜乐。你会笑容满面地对一同获胜的信仰伙伴说：“一切等待都太值了！”

在你所影响的圈子中，是否有人到现在还不知道生命之道呢？

这本灵修小册子颂扬并探索你与上帝的关系。它将帮助你发现，圣经诗篇在这方面能给你提供多么丰富的属灵资源。



马克·杰斯克牧师任职于威斯康辛州密尔沃基市的圣马库斯路德宗教会 (St. Marcus Lutheran Church)，他是这间兴旺而且多元文化的教会的主任牧师。

— SIMPLIFIED —
CHINESE



38-5341

TIME OF
GRACE

WITH PASTOR MARK JESKE

P.O. BOX 301
MILWAUKEE, WI 53201
800.661.3311
info@timeofgrace.org
www.timeofgrace.org