广播事工的功课 · 讲员：

Kenneth Ercil Engle



Moments to Remember与Moments of Melody

Ken Engle 广播事工灵修文集

关于这些短讲

合时的话

Kenneth Ercil Engle 在 Moody Bible Institute 受训，曾在 Chicago 的 WMBI 电台工作，1951年以宣教士的身份前往菲律宾。在那里，他和 Cyril Brooks 一起在 Manila 的福音广播电台 DZAS 事奉。

多年来，他录制了一系列简短的广播节目，叫做 *Moments to Remember*。每一集都讲一个简单的故事，翻开圣经讲一节经文，最后都用同样的话结束：*"这是圣经中值得记住的一刻。"*



正在播出**收听 Moments to Remember***Ken 的24小时电台，日夜不停地直播。*

目录

1. 第一部分 · Moments to Remember
2. 1–27最初的二十七篇5
3. 28–78认识基督32
4. 79–98神的话语85
5. 99–112祷告106
6. 113–137神的看顾与引导121
7. 138–172忧虑、惧怕与患难148
8. 173–180友谊与孤单185
9. 181–194家与家人194
10. 195–220言语与态度209
11. 221–230金钱与真正的财宝237
12. 231–236一年四季248
13. 第二部分 · Moments of Melody *（即将推出）*
14. Moments of Melody255
15. KEEPM.org
16. 把神的话藏在心里256

第一部分

Moments to Remember

Ken Engle 的一分钟广播短讲。每一集都讲一个简单的故事，翻开圣经讲一节经文，最后都用同样的话结束：“*这是圣经中值得记住的一刻。*”

共236篇：先是最初的二十七篇，其余的按主题编排。还在陆续增加。

KEEPM.org4

Moment 1（第1集）

家书

F. B. Meyer 写过：“读圣经不要像读报纸，要像读一封家书。如果书页上有一个应许，就像一张空白支票，那就去兑现它。”有一首歌唱道：“书中每一个应许都属于我，每一章、每一节、每一行。”现在我们就打开圣经，读其中一个应许，出自写给腓立比人的书信。我们再慢慢地读一遍。

> “我的神必照他在荣耀里的丰富，在基督耶稣里，供应你们一切所需要的。”
>
> *Philippians 4:19*

记住 神的应许是要我们去领受的，不只是让我们欣赏的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 2（第2集）

咖啡馆里的福音单张

希特勒有一个保镖，名叫 Kurt。他把希特勒当作神一样崇拜。第二次世界大战结束时，希特勒在 Berlin 的地堡里自杀了，Kurt 的信仰彻底破碎，他打算结束自己的生命。他去喝最后一杯咖啡，顺手拿起一张福音单张。一开始他随便看看，后来越读越有兴趣。就因为那一张纸，他去找人跟他多讲讲主耶稣，并且很快就接受基督做他个人的救主。神应许过，祂必赐福祂的话语。

> “我口里所出的话也是这样，绝不会白白地回到我这里，必定成就我所喜悦的事。”
>
> *Isaiah 55:11*

记住 千万别小看一张载着神话语的纸。

圣经中值得记住的一刻



Moment 3（第3集）

Last Chance Gulch（最后机会峡谷）

许多淘金的人经过 Montana 的 Last Chance Gulch，却不知道那里藏着财富。后来有一个矿工，因为生活所迫，几乎走投无路，就拼命地挖。没过多久，价值八百多万美元的黄金就被挖了出来。你的圣经里也有财宝可以找——不是金钱，而是属灵的财宝，永远都有价值。

> “你若像找银子一样寻找它，像搜寻隐藏的宝藏一样去找它，你就会明白什么是敬畏主，也会得着对神的认识。”
>
> *Proverbs 2:4–5*

记住 要像急需黄金的矿工那样，深深地挖掘圣经。

圣经中值得记住的一刻



Moment 4（第4集）

不改变的神

我是不是听见你说："我身边的一切都在变，我实在适应不过来"？那神呢——祂也会变吗？在旧约最后一卷书里，祂说："我是主，我是不改变的。"在新约里我们也读到，各样美善和完全的恩赐都是从众光之父那里来的。朋友可能会变，我们周围也可能处处在变，但我们的神是不改变的。我们可以信靠祂，也可以信靠祂的话。

> "各样美好的恩赐和各样完全的赏赐，都是从上头来的，是从众光之父那里降下来的；在祂那里没有改变，也没有转动的影子。"
>
> *James 1:17（另见 Malachi 3:6）*

记住 当一切都在变动，神始终不变。

圣经中值得记住的一刻



Moment 5（第5集）

忠于国家，顺服神

我对政府应该有什么样的态度？不管国家对不对，我都必须效忠吗？圣经怎么说呢？在罗马书第13章，我们被吩咐要顺服政府，因为是神把它设立在那里的。可是在特殊的情况下，如果政府要我们去做违背圣经里神的教导的事，我们就要记得使徒彼得因为传福音被捕以后所说的话。

> “顺从神，过于顺从人，是应当的。”
>
> *Acts 5:29（另见 Romans 13:1）*

记住 尊重掌权的人——但更要尊重在他们之上的神。

圣经中值得记住的一刻



Moment 6（第6集）

电灯

Oxford 的教授 Erasmus Wilson 在1878年做了这样的预言：“巴黎博览会一结束，电灯也会跟着结束，以后再也不会有人提起它。”结果呢，他错了。很多人对生和死的判断也一样是错的。圣经警告说，有一条路看起来是对的，结局却是死亡。主耶稣说：“我就是道路、真理、生命。”有基督做我们的救主，我们就有生命——永远的生命。

> “有一条路，人觉得是正的，到头来却是死亡之路。”
>
> *Proverbs 14:12（另见 John 14:6）*

记住 自己觉得对，不等于真的对。

圣经中值得记住的一刻



Moment 7（第7集）

什么都知道的父亲

一个爸爸带着小儿子出去散步，男孩问："电是怎么在电线里跑的？""我不知道。"爸爸说。"打雷闪电是怎么来的？""这个我也搞不懂。"回家的路上，男孩说："爸，我问了这么多问题，希望你不要介意。""一点也不介意，"爸爸回答，"不问你怎么学得会呢？"我们听了会笑——可是有时候我们也觉得自己就像那个爸爸。我们有一位天父，祂什么答案都知道。

> "隐秘的事是属于主我们的神的；只有显明的事是永远属于我们和我们子孙的。"
>
> *Deuteronomy 29:29*

记住 只要认识那位什么都知道的神，我们就不需要知道每一个答案。

圣经中值得记住的一刻



Moment 8（第8集）

海图与指南针

一艘船横渡大洋，既没有领航员，也没有指南针。一架喷气式飞机飞越北极，机上却没有导航员。我们一定会怀疑这样的机组人员是不是疯了。可是，很多人走过一生，却很少去想那一本书——那里面有活着和面对死亡所需要的海图和指南针。

> “你的话是我脚前的灯，是我路上的光。”
>
> *Psalm 119:105*

记住 别丢下神给你的地图，就上路走人生。

圣经中值得记住的一刻



Moment 9（第9集）

祷告像呼吸一样自然

Stonewall Jackson 将军是一个祷告的人。他曾经说：“我每次举起一杯水到嘴边，都会先求神赐福；每封信封口之前，都会在封口下放一句祷告；每次换班上课，都会花一分钟为离开的学员和进来的学员祷告。”我们怎样才能不住地祷告呢？我们可以常常存着祷告的心。当我们与主同行，祷告就会变得几乎像呼吸一样自然。

> “要不住地祷告，凡事谢恩，因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。”
>
> *1 Thessalonians 5:17–18*

记住 把每一个平凡的时刻，都变成与神相处的时刻。

圣经中值得记住的一刻



Moment 10（第10集）

给家庭的忠告

有人说，家庭就是一群人，其中没有两个人喜欢的鸡蛋做法是一样的。也有人说，幸福的家庭都是相似的，不幸的家庭却各有各的不幸。给家庭最好的忠告就在圣经里。请听箴言第一章的这几句话。

> “我儿，要听你父亲的教导，不可离弃你母亲的指引；因为这些要做你头上美丽的冠冕。”
>
> *Proverbs 1:8–9*

记住 要听敬虔父母的话——他们的智慧会让你一生受用。

圣经中值得记住的一刻



Moment 11（第11集）

全都放手

有一个人正经历一段很深、很灰心的日子，他对神的信心受到严峻的考验。有一天，他和小儿子在果园里散步，孩子爬上了一棵老苹果树。树枝开始断了。“跳下来，小家伙，我接住你！”爸爸喊道。“爸爸，我要全部都放手吗？”“对！”男孩跳了下来，爸爸稳稳地接住了他。后来这个人说：“那一刻触动了我的心。我完全信靠主，没过多久，祂就奇妙地供应了我的需要。”

> “我害怕的时候，我要信靠你。”
>
> *Psalm 56:3*

记住 真正的信靠，就是放手，纵身跳进天父的怀抱。

圣经中值得记住的一刻



Moment 12（第12集）

不必把整个蛋吃完

William Allen White 当 Emporia Gazette 编辑的时候，退回过很多稿子。有一位失望的作者抱怨说：“我知道你根本没看我的文章——我把第18页和第19页粘在一起，退回来的时候还粘着呢。你是个骗子！”White 先生回答：“亲爱的女士，我早餐打开一个鸡蛋，不必把它整个吃完，就知道它坏了。”圣经告诉我们，不要因为有人说某些话是从神来的，就什么都信。先要试验。

> “亲爱的弟兄姐妹，不要什么灵都相信，总要试验那些灵是不是出于神，
> 因为世上已经出现了许多假先知。”
>
> *1 John 4:1*

记住 每一个信息，都要用神的话来衡量。

圣经中值得记住的一刻



Moment 13（第13集）

大块的鱼

两个朋友一起吃晚饭，每人都点了一份比目鱼排。服务员端来一大块、一小块。负责分菜的那个人把大块的拿给自己，小块的给了朋友。“哼，你脸皮可真厚！”朋友说。“那换了你会怎么分？”“我会把大块的给你。”“那不就对了，”对方回答，“大块的不是已经在我这儿了吗？”两个人都笑了。我们每个人都有点自私——也许还不只一点。这正是耶稣必须教导祂门徒的功课。

> “你们中间谁想要为首，就必作众人的仆人。”
>
> *Mark 10:44*

记住 在神眼中的伟大，就是先服事别人。

圣经中值得记住的一刻



Moment 14（第14集）

别忧虑——要祷告

忧虑。我们都忧虑过。有一位医生研究了他病人中那些爱忧虑的人，发现40%忧虑的是从来没有发生过的事，30%为已经过去的事烦恼，还有12%担心自己的健康，其实病只是想象出来的。使徒保罗写信给腓立比人说：“应当一无挂虑。”这句话也有人翻译成：“什么事都不要忧虑，倒要凡事祷告。”

> “什么都不要忧虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，把你们所要的告诉神。”
>
> *Philippians 4:6*

记住 用每一个忧虑去换一个祷告。

圣经中值得记住的一刻



Moment 15（第15集）

我的海图就是圣经

在一艘船上，一个水手问一个人："世界上有一千五百种宗教，你怎么知道你的信仰是对的？"那人反问他："船长怎么知道我们的航线是对的？""噢，他有海图和指南针啊。"那人说："我的海图就是圣经，我的指南针就是圣灵。"

> "我要教导你，指示你当走的路；我要定睛在你身上，引导你。"
>
> *Psalm 32:8*

记住 神既给了我们地图，也给了我们向导。

圣经中值得记住的一刻



Moment 16（第16集）

木头里的白蚁

白蚁住在泥土底下，不容易看见，却会造成很大的破坏。在我们做宣教士的热带地区，最好常常请人来检查房子。不然你可能以为一切都好好的——直到有一天门柱摇摇晃晃，屋梁哗啦一声塌下来，木头早就被白蚁蛀空了。隐藏的罪很像白蚁。它们会削弱我们基督徒的品格和见证。诗篇的作者在自己的生命中就知道这个问题，所以他祷告说：

> “谁能察觉自己的错误呢？求你洁净我隐而未现的过错。……主啊，我的磐石，我的救赎主。”
>
> *Psalm 19:12, 14*

记住 在隐藏的罪造成破坏之前，让神来察看你的心。

圣经中值得记住的一刻



Moment 17（第17集）

我母亲的神

Jay Kesler 讲过一个水手的故事。他在一个港口城市休假时犯了罪。后来他躺在床铺上，怎么也睡不着。他的思绪一直回到他敬虔的母亲身上，想起她那温暖、充满爱、纯洁的一生。最后他从床铺上爬起来，跪下祷告说："我母亲的神啊，求你赦免我。"就在床边，他成了基督徒，后来一直事奉主。

> "教养孩子，使他走当走的路，就是到老他也不会偏离。"
>
> *Proverbs 22:6*

记住 忠心父母的生命，在话语停了以后，还会一直讲道。

圣经中值得记住的一刻



Moment 18（第18集）

他的手比我的大

从前乡下杂货店的葡萄干是散装卖的。有一位店主跟一个小男孩说，他可以抓一把。男孩犹豫着不动手，店主就自己把手伸进箱子里，抓了一把给他。后来有人问男孩，为什么拿得那么慢。他回答："他的手比我的大。"想得真不错！神总是把最好的赐给那些把选择权交给祂的人。

> "他们还没有呼求，我就应允；他们正在说话，我就垂听。"
>
> *Isaiah 65:24*

记住 让神来选——祂的手比我们的大。

圣经中值得记住的一刻



Moment 19（第19集）

当儿女走偏了路

我是不是听见你说："我努力做一个好父母，可是我的孩子没有跟随主的道路。我该怎么看待这件事？"圣经告诉我们，要把每一样挂虑都借着祷告带到神面前，并且应许祂的平安必保守我们的心怀意念。圣经也告诉我们关于主自己的一件事：祂有耐心，不愿意任何人灭亡。

> "主……对我们宽容忍耐，不愿有一人沉沦，乃愿人人都悔改。"
>
> *2 Peter 3:9（另见 Philippians 4:6–7）*

记住 继续祷告——神对我们儿女的耐心，比我们还要大。

圣经中值得记住的一刻



Moment 20（第20集）

你会活下去

一位随军牧师讲过二战时的一个故事：“他们抬下伤员的时候，有一个年轻人，大约一米八八高，金色的卷发。他快要死了。他小声问：‘牧师，我会活下去吗？’医生摇了摇头。我说：‘孩子，你对耶稣基督认识有多深？’他脸上露出了笑容。‘我一生最快乐的一天，就是我对耶稣基督说“愿意”的那一天。’我对他说：‘你会活下去的。’”那个年轻人有永远的生命。

> “当信主耶稣基督，你就必得救。”
>
> *Acts 16:31*

记住 对耶稣说“愿意”，就是对永不止息的生命说“愿意”。

圣经中值得记住的一刻



Moment 21（第21集）

短句子

有一位报纸专栏作家提供了一份袖珍育儿指南：就是一连串的短句子。“去洗手。”“梳梳头。”“去理发。”“给奶奶写信。”听起来很熟悉吧？使徒保罗写信给一间教会的时候，也用了短句子。

> “要常常喜乐。要不住地祷告。凡事谢恩，因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。”
>
> *1 Thessalonians 5:16–18*

记住 神有些最好的吩咐，一口气就能说完。

圣经中值得记住的一刻



Moment 22（第22集）

晚上会把它关掉吗？

一个小男孩第一次看到 Niagara Falls（尼亚加拉大瀑布），问道：“爸爸，晚上他们会把它关掉吗？”不，他们不会把它关掉。它一直不停地奔流、满溢——就像神的爱一样。神完全了解我们，却仍然爱我们。“神爱世人”——世人就是你、我，和世界上所有的人。

> “神爱世人，甚至把祂独一的儿子赐给他们，叫一切信祂的人不至灭亡，反得永生。”
>
> *John 3:16*

记住 神的爱永远不会关掉。

圣经中值得记住的一刻



Moment 23（第23集）

好消息和坏消息

作家 Gary Inrig 讲过一个人，他向心理医生抱怨自己有自卑情结。谈了很久以后，医生说："好消息是，你没有什么情结。坏消息是，你本来就不如人。"仔细想想，在某种意义上我们都不如人——我们都犯了罪。但好消息是，神爱我们，靠着祂的帮助，我们能成为祂要我们成为的人。有人说得好：神的供应总是足够满足祂的要求。

> "因为人人都犯了罪，亏缺了神的荣耀。"
>
> *Romans 3:23*

记住 我们都有亏欠——但神的恩典绰绰有余。

圣经中值得记住的一刻



Moment 24（第24集）

最新的消息

诗人 Tennyson 到 England 拜访朋友时，问一位可爱的老太太："老妈妈，有什么新消息吗？"她回答："Tennyson 先生，你还没听说吗？基督耶稣为你的罪死了。""噢，那是老消息了。"他说。"不——那是新消息，而且是好消息！""福音"这个词的意思就是好消息。在一个充满坏消息的世界里，能听到保罗所讲的这个好消息，真叫人耳目一新。

> "基督照圣经所说，为我们的罪死了，……而且埋葬了，……又照圣经所说，第三天复活了。"
>
> *1 Corinthians 15:3–4*

记住 福音永远不会过时——它永远是好消息。

圣经中值得记住的一刻



Moment 25（第25集）

神亲自来了

一位大学女教授得到一笔去国外做研究的经费，可是找不到代课老师，就把她的课录了下来。出发前，她悄悄溜进教室，想看看情况怎么样。没想到，教室里一个学生也没有——只有十八台录音机摆在座位上，把她讲的每一句话都录了下来。神有话要对我们说的时候，祂没有寄一盘录音带给我们。祂亲自来了。

> “道成了肉身，住在我们中间。”
>
> *John 1:14*

记住 神没有寄录音来——祂差来了祂的儿子。

圣经中值得记住的一刻



Moment 26（第26集）

六毛钱的钻石

有一个当铺老板曾经在橱窗里挂了一个牌子，说一枚价值五百美元的钻石戒指只卖六毛钱。牌子挂了五天，竟然没有一个人进来买。今天，神把救恩这份大礼白白地赐给我们。这份礼物让主耶稣在十字架上付出了生命——可是很多人连想都不想就走过去了。

> “神的恩赐，在我们的主基督耶稣里，乃是永生。”
>
> *Romans 6:23*

记住 别从有史以来最大的礼物旁边走过去。

圣经中值得记住的一刻



Moment 27（第27集）

爱是良药

著名的 Menninger Clinic 创办人 Karl Menninger 医生说：“爱是医治世界疾病的良药。”他告诉他所有的员工——医生、护士、护工和清洁人员——他们能给病人最重要的东西就是爱。主耶稣说：“我将这些事告诉你们，是要叫我的喜乐存在你们心里，并叫你们的喜乐可以满足。”

> “你们要彼此相爱，像我爱你们一样；这就是我的命令。”
>
> *John 15:12*

记住 爱是神的良药——我们蒙召要把它送出去。

圣经中值得记住的一刻



认识基督

救恩、十字架，以及在耶稣基督里的新生命。

1. 28圣经里的一个词：退后34
2. 29神在你心里看见什么35
3. 30属灵的换心手术36
4. 31三页的传记37
5. 32活到永永远远38
6. 33你预备好面对审判的日子了吗？39
7. 34你真的没事吗？40
8. 35简单得像 A、B、C41
9. 36灵魂的粮食42
10. 37靠祂的血得以亲近43
11. 38葬在金色的凯迪拉克里44
12. 39清洗里面的清洁剂45
13. 40相撞还是爆炸？46
14. 41用面包皮换丁骨牛排47
15. 42自己动手的救恩48
16. 43被吸引到圣子那里49
17. 44万膝必要跪拜50
18. 45和自己相处51
19. 46神得了满分52
20. 47幸福就是被赦免53
21. 48你谢过祂吗？54

认识基督 · 续

1. 49祂从不失信55
2. 50如果这本书是对的56
3. 51叶子黄了的时候57
4. 52你尽了最大努力就够好了吗？58
5. 53你的生命上了保险吗？59
6. 54我心里的喜乐与平安60
7. 55假如说61
8. 56保持属灵的健康62
9. 57被外星人绑架63
10. 58与自己共处64
11. 59通往神的路有很多条吗？65
12. 60从不后悔得救66
13. 61不是“但愿如此”，也不是“大概如此”67
14. 62只有两种宗教68
15. 63要油漆还是要木匠？69
16. 64爸爸谁都认识，就是不认识神70
17. 65不在你里面就得不着安息71
18. 66有一位关心你的72
19. 67里面的污渍73
20. 68从三十二楼掉下来的猫74
21. 69最后的期限75
22. 70最大的礼物76
23. 71伟大的建筑师77
24. 72旧生命与新生命78
25. 73金坠盒里的秘密79
26. 74两头都有橡皮的铅笔80
27. 75重新创造的奇妙81
28. 76那些没听过福音的人怎么办？82
29. 77名字有什么意义？83
30. 78你不必一直倒在地上84

Moment 28（第28集）

圣经里的一个词：退后

“退后”——这是什么意思？这不是一个新词。其实它是圣经里的词。圣经里一共出现了十七次，大多在耶利米书里。我们的神一直不停地呼唤罪人悔改，也呼唤退后的信徒回转。那你呢？你听见了祂的呼唤，并且回应了吗？在耶利米书第三章我们读到：

> “你们这些背道的儿女啊，回来吧，我要医治你们背道的病。”
>
> *Jeremiah 3:22*

记住 神仍然呼唤流浪的人回家，并且祂会医治。

圣经中值得记住的一刻



Moment 29（第29集）

神在你心里看见什么

如果能看到你内心最深处，我们会看见什么？会不会看见很大一部分给了生意和赚钱，另一部分给了享乐，等等？神察看你的心时，祂看见了什么？圣经说：“人心比万物都诡诈，坏到极处。”这可不是一幅美丽的图画。看来需要换一颗心了。但是你在世上找不到一个医生能做这个手术。只有主耶稣能给你那颗新心。圣经里我们读到：

> “我要赐给你们一颗新心，把新的灵放在你们里面；我要从你们身上除掉石心，赐给你们肉心。”
>
> *Ezekiel 36:26*

记住 只有主耶稣能给你一颗新心。

圣经中值得记住的一刻



Moment 30（第30集）

属灵的换心手术

每年都有成千上万的人死于心脏病。还有一种属灵的心脏病，也非常严重。其实圣经告诉我们，我们每个人都有这种心病。耶利米书里说：“人心比万物都诡诈，坏到极处。”我们都需要新的心——需要换心。伟大的医生主耶稣，是唯一能给你这颗新心的那一位。请听：

> “我要赐给你们一颗新心，把新的灵放在你们里面；我要从你们身上除掉石心，赐给你们肉心。”
>
> *Ezekiel 36:26*

记住 只有那位伟大的医生能给你一颗新心。

圣经中值得记住的一刻



Moment 31（第31集）

三页的传记

有一个人身上总是带着一本小册子。他把它叫做自己的传记。它只有三页，每一页上一个字都没有。第一页是黑色的。他说，那代表他的罪，代表他天生的光景。第二页是红色的。这代表基督为他的罪所流的血。第三页是白色的。这最后一页代表他自己，被那血洗净，比雪还白。圣经在约翰一书第一章说：

> “……祂儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。”
>
> *1 John 1:7*

记住 因罪而黑，因祂的血而红，最后洁白如雪。

圣经中值得记住的一刻



Moment 32（第32集）

活到永永远远

耶稣基督活着，直到永永远远！这个惊人的消息曾经震撼了古代世界，从那时起，这个信息也改变了千千万万人的生命。复活的信息能够彻底改变你的生命。这位活着的基督在罗马书里应许我们：

> “你若口里承认耶稣是主，心里相信神叫祂从死人中复活，就必得救。因为人心里相信，就可以称义；口里承认，就可以得救。”
>
> *Romans 10:9–10*

记住 复活的基督今天就能彻底改变你的生命。

圣经中值得记住的一刻



Moment 33（第33集）

你预备好面对审判的日子了吗？

朋友，能占用你一点时间吗？我有一个非常重要、也非常个人的问题想问你。你预备好面对审判的日子了吗？圣经说，人人都有一死。我们当然知道这是真的。但我们接着往下读：死后还有审判。不过紧接着的下一节就有好消息。基督已经为我们的罪付上了刑罚。凡是愿意接受祂的人，祂都赦免。

> “按着定命，人人都有一死，死后且有审判。照样，基督既然一次被献上，担当了多人的罪，将来要向那些等候祂的人第二次显现，并与罪无关，乃是为拯救他们。”
>
> *Hebrews 9:27–28*

记住 基督已经付了刑罚；祂的赦免今天就摆在你面前。

圣经中值得记住的一刻



Moment 34（第34集）

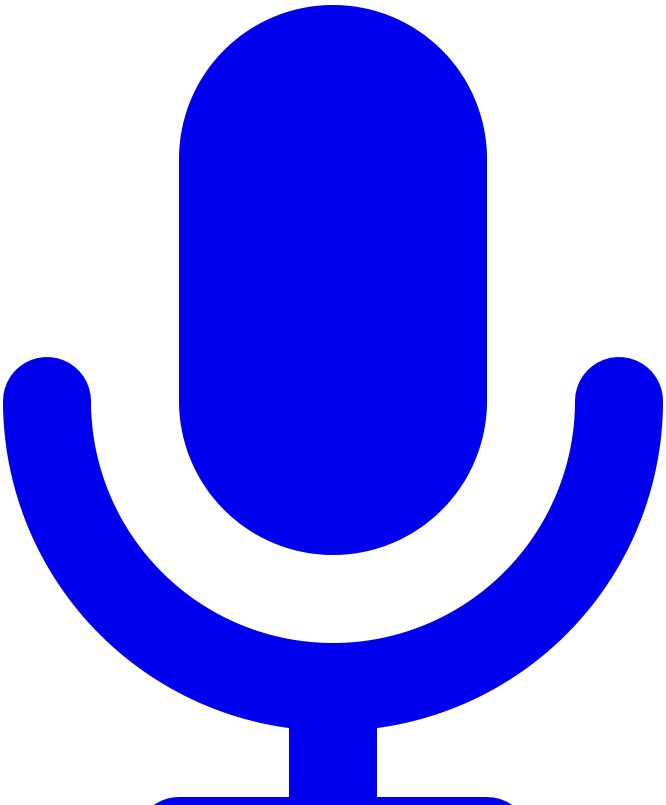
你真的没事吗？

我们来谈谈“OK”这个词。这两个字母最早是1840年 Democratic O.K. Club 开始用的。Martin Van Buren 总统出生在 New York 州的 Kinderhook，所以人们给他起了个外号叫“Old Kinderhook”。他的朋友们支持他再连任四年，“OK”就渐渐变成了“没问题”的意思。今天我们天天都在用它。不过我们来问一个更严肃的问题：你的属灵生命怎么样？你回答“OK”，可是你真的 OK 吗？主耶稣说：“我来了，是要叫人得生命。”在以弗所书第二章我们读到：

> “那时你们与基督无关……没有指望，在世上没有神。你们从前远离神的人，如今却在基督耶稣里，靠着祂的血，已经得亲近了。”
>
> *Ephesians 2:12–13*

记住 没有基督，我们就是失丧的；在祂里面，我们才真正 OK。

圣经中值得记住的一刻



Moment 35（第35集）

简单得像 A、B、C

我是不是听见你说：“我不明白做基督徒是什么意思”？没错，救恩既简单，又深奥。世上没有一个人能完全明白。祂赐给我们赦免、永远的生命、天上的家。我们没办法全部理解，但我们可以全部相信。那简单的地方呢？想想 ABC 吧。A：“世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀。”B：“看哪，神的羔羊，除去世人罪孽的。”我们仰望主耶稣基督，除去我们所有的罪。C：决定权在你手里。耶稣说：

> “凡劳苦担重担的人，都到我这里来，我就使你们得安息。”
>
> *Matthew 11:28*

记住 我们没办法全部理解，但我们可以全部相信。

圣经中值得记住的一刻



Moment 36（第36集）

灵魂的粮食

我们都会饿。我们的身体需要食物，我们的灵魂也需要养分。人活着不能单靠面包。第一步，就是承认我们有属灵的饥饿。我们的灵魂和内在生命也需要养分。我们每天喂养身体，让它活下去，也满足肚子的饥饿。那我们里面那种属灵的饥饿呢？耶稣所赐的生命是永远的生命。我们每天都可以借着读祂的话、在祷告中跟祂说话，来喂养祂赐给我们的这个生命。耶稣说：

> “我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴。”
>
> *John 6:35*

记住 每天用神的话和祷告来喂养你的灵魂。

圣经中值得记住的一刻



Moment 37（第37集）

靠祂的血得以亲近

要记得，那时你们活在基督以外，是失丧的，没有神，也没有盼望。但现在你们属于基督耶稣了。以下是以弗所书第二章的几节经文：

> “……那时你们与基督无关……没有指望，在世上没有神。你们从前远离神的人，如今却在基督耶稣里，靠着祂的血，已经得亲近了。因为祂是我们的和平……”
>
> *Ephesians 2:12–14*

记住 我们曾经远离神，如今靠着基督的血得以亲近。

圣经中值得记住的一刻



Moment 38（第38集）

葬在金色的凯迪拉克里

有一个有钱人想要风风光光地下葬。他死后，人们宣读了他的遗嘱，并照着里面的吩咐去做。他们把他扶坐在一辆纯金凯迪拉克的方向盘后面，车子停在他牧场上挖好的一个大坟坑前面。一声令下，刹车一松，车子就载着它的主人，顺着斜坡慢慢滑进了坟坑。车子停下来的时候，有个人说："哇，这才叫活着。"当然，这根本不是活着，因为那个人已经死了。只有主耶稣有永远的生命要给你，而且是更丰盛的生命。祂说：

> "复活在我，生命也在我。信我的人，虽然死了，也必复活。"
>
> *John 11:25*

记住 真正的生命只有在主耶稣里才找得到，不在财富里。

圣经中值得记住的一刻



Moment 39（第39集）

清洗里面的清洁剂

你随便翻翻今天的杂志，一定会对各种保持清洁的方法印象深刻。有沐浴香皂、洗发水、洗衣粉、玻璃清洁剂，列也列不完。可是你有没有注意到，这些清洁剂都是洗外面的，没有一样是洗人里面的？说到底，里面才是最重要的。我们需要和大卫一起祷告："求你把我的罪孽洗除净尽，并洁除我的罪。"请听圣经怎么说：

> "……因为主看人不像人看人；人是看外貌，主是看内心。"
>
> *1 Samuel 16:7*

记住 只有主能把我们里面洗干净。

圣经中值得记住的一刻



Moment 40（第40集）

相撞还是爆炸？

两个男孩在聊天。Bobby 说："Jimmy，你宁愿遇到相撞，还是遇到爆炸？""我不知道。那你呢？"Bobby 早有答案："爆炸。因为相撞的话，你还在那儿。可是爆炸的话，你在哪里呢？"Bobby，问得好。你在哪里？这对亚当和夏娃是一个好问题。这也是我们该问自己的好问题：我的身体在哪里？我的心思在哪里？最重要的是，我的属灵光景在哪里？神问：

> "主神呼唤那人，对他说：你在哪里？"
>
> *Genesis 3:9*

记住 诚实地问问自己：我的属灵光景在哪里？

圣经中值得记住的一刻



Moment 41（第41集）

用面包皮换丁骨牛排

人们找的借口。人们为了不做基督徒、不做一个真正的信徒，找的借口真是多得惊人。有些人说，他们得放弃很多东西，这倒是真的。这就好像放弃几块面包皮，换来一块丁骨牛排。主在救恩里给你的，比你可能放弃的任何东西都要宝贵一百万倍。神要你得着最好的，不论是今生还是来生。主耶稣说：

> “我来了，是要叫人得生命，并且得的更丰盛。”
>
> *John 10:10*

记住 和基督所赐的相比，你放弃的不过是些碎渣。

圣经中值得记住的一刻



Moment 42（第42集）

自己动手的救恩

水管工的橱窗上挂着一个牌子："先自己动手，再打电话给我们。"私下告诉你，我刚刚就有过这样的经历。家里有些事你可以自己动手，不必请专业人士，但说到属灵的事，你最好还是求告主。自己动手的救恩，结果总是失败。当我们这些罪人向主呼求救恩，祂从来不会拒绝我们。正如祂应许的："到我这里来的，我总不丢弃他。"在罗马书第10章我们读到：

> "因为凡求告主名的，就必得救。"
>
> *Romans 10:13*

记住 别想自己修补你的灵魂——要求告主。

圣经中值得记住的一刻



Moment 43（第43集）

被吸引到圣子那里

你有没有注意到，植物总是朝着阳光生长？你可以把它们转过去，背对着太阳，可是没过多久，它们又会朝着太阳了。同样地，我们也被吸引到圣子那里——英文的Son，S-O-N，神的儿子（和“太阳”sun 同音）。可是很多人抗拒这种吸引。下一节经文解释说，祂讲的是祂将要怎样被举起来，离开地面，挂在十字架上。我们恳求你不要抗拒神的儿子，祂想要让你看见祂爱的阳光。主耶稣说：

> “我若从地上被举起来，就要吸引万人来归我。”
>
> *John 12:32*

记住 别抗拒神的儿子；转向祂的爱吧。

圣经中值得记住的一刻



Moment 44（第44集）

万膝必要跪拜

你说："任何跟神或主耶稣基督有关的事，我都不太感兴趣。"圣经告诉我们，因为主耶稣为我们一路走上十字架，神就赐给祂那超乎万名之上的名，有一天，万膝都要在祂面前跪拜。也许是时候重新看看圣经了。它是唯一一本告诉我们未来大事纲要的书。别的书也许会解释，但这里是神亲口说的。

> "所以神将祂升为至高，又赐给祂那超乎万名之上的名，叫一切因耶稣的名无不屈膝……无不口称耶稣基督为主，使荣耀归给父神。"
>
> *Philippians 2:9–11*

记住 有一天万膝都要跪拜；不如现在就向祂下拜。

圣经中值得记住的一刻



Moment 45（第45集）

和自己相处

我有一个问题。我的问题不在于跟周围的环境相处，而在于跟自己相处。我想使徒保罗也有这个问题。他写道："我愿意为善的时候，便有恶与我同在。"这真叫人灰心，不是吗？可是他也找到了帮助。你可以在罗马书里读到整个故事。在同一个第七章的结尾，他写下了这几句了不起的话：

> "我真是苦啊！谁能救我脱离这取死的身体呢？感谢神，靠着我们的主耶稣基督就能脱离了。"
>
> *Romans 7:24–25*

记住 基督能救我脱离与自己的挣扎。

圣经中值得记住的一刻



Moment 46（第46集）

神得了满分

William Lyon Phelps 在 Yale University 教了四十一年英国文学。有一年圣诞节前不久，他批改考卷时看到这样一个答案：“这个问题只有神知道答案。圣诞快乐。”Phelps把考卷退回去，附上一张纸条：“神得 A；你得 F。新年快乐。”我们也许会笑。确实，有些事只有神知道，但祂真的希望我们认识祂。所以祂差祂的儿子主耶稣基督来到地球上。你对主耶稣认识有多深？你认识祂是你个人的救主吗？约翰福音第一章讲到祂说：

> “祂在世界，世界也是借着祂造的，世界却不认识祂。”
>
> *John 1:10*

记住 神差祂的儿子来，好让我们亲自认识祂。

圣经中值得记住的一刻



Moment 47（第47集）

幸福就是被赦免

有人说："幸福就是被人理解。幸福就是有一个家。幸福就是知道有人关心你。幸福就是罪得赦免。"我喜欢最后那一句。幸福就是罪得赦免。神能赦免我们的罪，是因为耶稣基督在十字架上为我们的罪死了。神在圣经里告诉我们：

> "我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。"
>
> *1 John 1:9*

记住 真正的幸福，就是知道你的罪已经被赦免了。

圣经中值得记住的一刻



Moment 48（第48集）

你谢过祂吗？

耶稣为你我忍受了十字架。祂经历了痛苦和羞辱，为要把救恩带给我们。他们把荆棘编的冠冕戴在祂头上，用钉子钉穿祂的手。你谢过祂吗？圣经说：

> “仰望为我们信心创始成终的耶稣。祂因那摆在前面的喜乐，就轻看羞辱，忍受了十字架的苦难，便坐在神宝座的右边。”
>
> *Hebrews 12:2*

记住 耶稣为你忍受了十字架；花点时间谢谢祂吧。

圣经中值得记住的一刻



Moment 49（第49集）

祂从不失信

有人说：“现在的人太不诚实了，你都不知道该相信谁。”圣经告诉我们该相信谁。人会失败，计划会失败，但祂从不失败。祂从来没有辜负过任何人。祂，主耶稣基督，会一路带你到天堂。祂说：“我又赐给他们永生，他们永不灭亡。”

> “当信主耶稣，你和你一家都必得救。”
>
> *Acts 16:31*

记住 人可能会辜负你，但主耶稣永远不会。

圣经中值得记住的一刻



Moment 50（第50集）

如果这本书是对的

有一个人第一次开始读圣经。读了一阵子以后，他对自己说："如果这本书是对的，那我就错了。"他继续读，又说："如果这本书是对的，那我就是失丧的。"他一直读下去，查考圣经，直到他说："如果这本书是对的，我就能得救。"他以一个罪人的身份，信靠主耶稣做他个人的救主。现在他可以说："这本书是对的，我得救了，重生了，正走在去天堂的路上。"在新约里我们读到：

> "基督耶稣到世上来，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。"
>
> *1 Timothy 1:15*

记住 这本书是对的，它指出了得救的道路。

圣经中值得记住的一刻



Moment 51（第51集）

叶子黄了的时候

Lord Byron 大概是英国浪漫主义诗人中最潇洒的一位。他沉迷于追求世上的享乐，可是好景不长。他才三十六岁，在他生命的最后一年，写下这样的话：“我的日子已到了叶黄时节；爱情的花朵和果实都已凋零；剩下的只有蛀虫、溃疡和忧伤，全归我一人！”一个信徒的生命和岁月是多么不同啊——一个信靠主耶稣做个人救主的人。请听：

> “义人的路好像黎明的光，越照越明，直到日午。”
>
> *Proverbs 4:18*

记住 信徒的路随着岁月越走越亮，不是越来越暗。

圣经中值得记住的一刻



Moment 52（第52集）

你尽了最大努力就够好了吗？

可是有人说："如果我尽了最大的努力，难道还上不了天堂吗？"你尽最大的努力也不够好。但基督已经完成的工作是足够的。要信靠祂。神的答案就在圣经里，在约翰福音第3章：

> "信子的人有永生；不信子的人得不着永生，神的震怒常在他身上。"
>
> *John 3:36*

记住 我们的最好不够，但基督完成的工作足够。

圣经中值得记住的一刻



Moment 53（第53集）

你的生命上了保险吗？

火灾保险可以在失火的时候赔一笔钱，可是它不能防止火灾，也不能把火扑灭，更不能把烧掉的财物或丧命的人找回来。所以主耶稣劝祂的跟随者，不要把财宝积攒在地上，因为在地上会朽坏，会被偷；要积攒在天上，在那里才安全。比你的财物更宝贵的，是你的生命。你的生命在神那里上了保险吗？祂已经预备了一条路，唯一的一条路：成为神的儿女。约翰福音里有这个应许。

> “凡接待祂的，就是信祂名的人，祂就赐他们权柄，作神的儿女。”
>
> *John 1:12*

记住 接受基督，你的生命就在神那里永远安全。

圣经中值得记住的一刻



Moment 54（第54集）

我心里的喜乐与平安

我心里有喜乐，有了这喜乐，我也有真正的平安。这喜乐和平安，是在我接受主耶稣基督做我个人救主的时候来的。我相信了神的话。祂除去了我所有的罪，赐给我永远的生命。祂接我进入神的家，和基督一同作后嗣。这不是靠我自己的功劳；我根本没有功劳。我在神面前是个罪人。我凭着单纯的信心来到祂面前，祂就接纳了我。我祷告，愿你也得着同样的喜乐。祂说：

> “到我这里来的，我总不丢弃他。”
>
> *John 6:37*

记住 凭着单纯的信心来吧；祂必接纳你。

圣经中值得记住的一刻



Moment 55（第55集）

假如说

那位要退休的管风琴师最后一次看着键盘。他低下头，擦去一滴眼泪，把管风琴师的工作交给一位还没经过考验、十八岁的年轻乐手。几个星期以后，他回到教会，听这位年轻的管风琴师第一次演奏。那琴声深深打动人心。那天下午回家的路上，老琴师对一个朋友说："假如我当初没有把琴键交给 Johann Sebastian Bach（巴赫），那会怎样？"有人说：假如我们没有把生命的钥匙交给耶稣基督，那会怎样？只是假如。感谢神，我们交了。圣经说，一个人成为基督徒的时候，他里面就成了一个全新的人：

> "若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。"
>
> *2 Corinthians 5:17*

记住 把你生命的钥匙交给耶稣基督。

圣经中值得记住的一刻



Moment 56（第56集）

保持属灵的健康

你喜欢运动吗？你每天跑步、慢跑，还是走一段固定的路程？也许你在跳有氧操。Robert M. Hutchins 说过："每当我想运动的时候，我就躺下来，等这种感觉过去。"你知道圣经里也有讲运动的经文吗？使徒保罗写了这几句话给年轻的提摩太，提摩太说不定是个运动员：

> "操练身体，益处还少；唯独敬虔，凡事都有益处，因为有今生和来生的应许。"
>
> *1 Timothy 4:8*

记住 要锻炼身体，更要操练灵魂。

圣经中值得记住的一刻



Moment 57（第57集）

被外星人绑架

借口。我们真是一群爱找借口的人。有个男孩这样解释他为什么上学迟到："我被外星人绑架了，还被审问了三个小时。"这听起来像是在编故事。借口有时候在人面前也许管用，可是在神面前呢？在祂面前也行得通吗？神是无所不知的，祂什么都知道，我们的借口一点用也没有。但神赐给了我们一本书，就是圣经，这本书里有答案——有关永生的答案。圣经说：

> "人人都注定要死一次，死后还要受审判。"
>
> *Hebrews 9:27*

记住 借口在神面前行不通，但祂的书里有答案。

圣经中值得记住的一刻



Moment 58（第58集）

与自己和平相处

你能跟自己相处得来吗？要跟自己好好相处，就需要活在神的面前。因为在祂面前的光中，我们看见自己的罪和软弱，但当我们信靠祂的时候，也会经历到祂赦免之爱带来的喜乐。要真正胜过自己里面的软弱和罪，只有在基督里才能找到。保罗在写给罗马人的信中告诉我们：

> “然而，在这一切的事上，我们靠着那爱我们的主，已经得胜有余了。”
>
> *Romans 8:37*

记住 胜过自己的罪和软弱，只有在基督里才能找到。

圣经中值得记住的一刻



Moment 59（第59集）

通往神的路有很多条吗？

我们这个时代最大的错误教导之一，就是说通往神的路有很多条。有人告诉我们，只要人是真诚的，走哪条路都没关系，到最后大家都会到达同一个地方，就是天堂。但圣经可不是这么教导的。在使徒行传第4章第12节，我们读到：“除了祂以外，没有别的救恩；因为在天下人间，没有赐下别的名字，让我们可以靠着得救。”主耶稣就是那个名。祂说：

> “我就是道路、真理和生命；如果不是借着我，没有人能到父那里去。”
>
> *John 14:6*

记住 到父那里去只有一条路：耶稣。

圣经中值得记住的一刻



Moment 60（第60集）

得救的人从不后悔

有人说过："在你一心想要得到某样东西之前，先看看周围，问问自己：那些已经拥有这东西的人快乐吗？"钱呢？有钱人通常都快乐吗？那救恩呢？你有没有见过哪个重生的人后悔自己做了这个决定？世上没有任何喜乐能比得上得救的喜乐，就是知道自己的罪已经被赦免了。圣经说：

> "因为从耶和华而来的喜乐，就是你们的力量。"
>
> *Nehemiah 8:10*

记住 没有人后悔信靠了基督。

圣经中值得记住的一刻



Moment 61（第61集）

不是“但愿如此”，也不是“大概如此”

来听听神永恒的话语吧。这是命令：“神的命令就是叫我们信祂儿子耶稣基督的名，且照祂所赐给我们的命令彼此相爱。”这是见证：“这见证就是神赐给我们永生，这永生也是在祂儿子里面。”这才叫站在应许上啊！这些带来确据的话出自使徒约翰的第一封书信。这里没有“但愿如此”，也没有“大概如此”。神要我们确实知道。确据就在这里：

> “我把这些话写给你们这些信神儿子之名的人，是要让你们知道自己有永生……”
>
> *1 John 5:13*

记住 神要我们确实知道——而不是猜测——自己有永生。

圣经中值得记住的一刻



Moment 62（第62集）

只有两种宗教

世上有这么多不同的宗教，每一个都说自己才是唯一真的，你有没有因此感到困惑？有人说，其实只有两种宗教。一种包括所有指望靠自己的行为得救的人；另一种包括所有指望靠另一位替他们成就而得救的人。那我们做过的那些好事怎么办呢？主耶稣已经为你成就了一切。现在就凭信心接受祂吧。我们在圣经中读到：

> “你们得救是靠着恩典，也是因着信心；这不是出于你们自己，而是神所赐的礼物；也不是靠行为，免得有人夸口。”
>
> *Ephesians 2:8–9*

记住 救恩是建立在基督所成就的事上，而不是建立在我们的行为上。

圣经中值得记住的一刻



Moment 63（第63集）

油漆，还是木匠？

有一艘破旧腐烂的老船，被刷上了一层亮闪闪的油漆，看起来就像新的一样。“她现在看起来好多了。”一个人对另一个人说。“是啊，”那人回答，“可是她需要的是木匠，不是油漆匠。”他拿出小折刀，轻轻松松就插进了船身。“烂木头还在那里，”他说，“油漆底下，她还是烂的。”一层油漆代替了木匠。这让我想起有些人寻求灵魂帮助的方式。他们只是刷上一层薄薄的宗教油漆，其实他们真正需要的是那位木匠大师。主耶稣做一件事，就一定做得好。我们在哥林多书中读到：

> “若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。”
>
> *2 Corinthians 5:17*

记住 不要满足于一层宗教的油漆；让那位木匠大师使你成为新人。

圣经中值得记住的一刻



Moment 64（第64集）

爸爸谁都认识，就是不认识神

有一个关于 Mark Twain 的故事：他带着女儿在欧洲旅行的时候，女儿觉得好像所有重要人物都认识她爸爸。旅程快结束时，她说："爸爸，你谁都认识，就是不认识神，对不对？"我们担心有很多人就像 Mark Twain 一样。他们认识今生许多重要的人物，却不认识来生最重要的那一位。圣经说：

> "永生就是认识你这位独一的真神，并且认识你所差来的耶稣基督。"
>
> *John 17:3*

记住 认识重要人物算不了什么，如果我们不认识神。

圣经中值得记住的一刻



Moment 65（第65集）

直到在你里面得着安息

我想读几句话给你听，是从我桌上的一本小册子里来的。有些人觉得，快乐又有意义的人生就是过得开心、有朋友、有很多钱、做些有价值的事、爬到顶峰。可是我们都认识一些人，这些都有了，心里还是空空的。为什么呢？因为他们起点就错了。快乐又有意义的人生是从神开始的。Augustine 说过：“神啊，你造我们是为了你自己，人的心若不在你里面得着安息，就永远不得安宁。”主耶稣在圣经里说：

> “我来了，是要叫人得生命，并且得的更丰盛。”
>
> *John 10:10*

记住 有意义的人生是从神开始的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 66（第66集）

有一位关心你的

在 How to Have a Happy and Meaningful Life（如何拥有快乐又有意义的人生）这本小册子里有这样几句话：“照着圣经的说法，快乐又有意义的人生是从神开始的。看看神要给你什么：爱——有一位关心你；安全——有一位关心你会遇到什么事；平安——有一位关心你的难处；目标——有一位关心你的人生有没有价值；永恒的归宿——有一位关心你的将来。”这一位就是主耶稣基督。

> “神这样爱世人，甚至把祂的独生儿子赐给他们，叫所有信祂的人不至于灭亡，反而得到永生。”
>
> *John 3:16*

记住 快乐又有意义的人生是从神开始的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 67（第67集）

里面被玷污了

我是不是听见你说："我好难受。我觉得自己里面被那些坏念头、坏话玷污了。有时候我觉得自己罪孽深重。我该怎么办？"圣经在约翰一书第1章给了答案。神赦免我们是完全正当的，因为基督已经死了，为要洗净我们的罪。祂儿子耶稣的血洗净我们一切的罪。

> "如果我们说自己没有罪，就是在欺骗自己，真理也不在我们里面。如果我们承认自己的罪，神是信实的、公义的，一定会赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。"
>
> *1 John 1:8–9*

记住 承认你的罪；神是信实的，必会赦免、洗净。

圣经中值得记住的一刻



Moment 68（第68集）

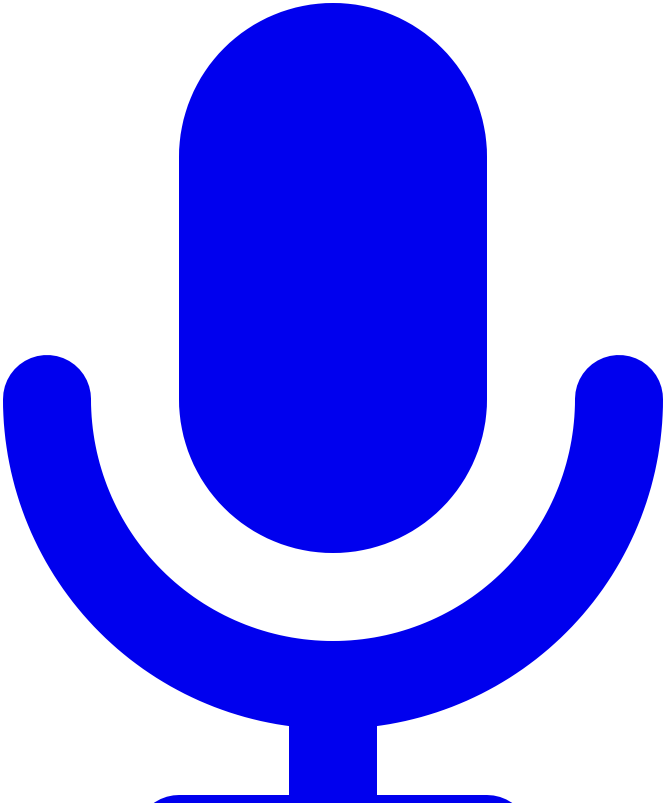
从三十二楼掉下来的猫

据一份叫 Have a Good Day 的小报说，纽约市有一只家猫从一栋楼的三十二楼掉到了水泥人行道上。这只猫只磕掉了一颗牙，胸口受了点轻伤。专家们得出结论：猫身体里有一个超棒的“陀螺仪”，能让它们四脚着地。我们对神的创造知道得越多，就越感到惊叹。而人是神创造中最荣美的冠冕。神为人在地上有一个奇妙的计划，而最好的还在天上等着呢。可是，全世界的男男女女却不理会神，拒绝祂。圣经里的这些话说的就是主耶稣：

> “祂在世界上，世界是借着祂造的，世界却不认识祂。……凡是接待祂的，就是信祂名的人，祂就赐给他们权柄，成为神的儿女。”
>
> *John 1:10–12*

记住 为创造惊叹，然后接受造物主自己。

圣经中值得记住的一刻



Moment 69（第69集）

最后的期限

你会为各种期限烦恼吗？那份学期报告某一天就要交。那张账单得在每月10号之前付清。那张过期的执照又怎么办？期限是生活的一部分。还有另一种期限，圣经告诉我们："人人都注定要死一次，死后还要受审判。"圣经也给了答案。在基督耶稣里的人，就是那些已经为自己的罪悔改、把信心放在主耶稣身上、接受祂作个人救主的人：

> "所以，现在那些在基督耶稣里的人，就不再被定罪了；他们不随从肉体，只随从圣灵而行。"
>
> *Romans 8:1*

记住 要为那个谁也无法延长的期限做好准备。

圣经中值得记住的一刻



Moment 70（第70集）

最大的礼物

神是最伟大的赐予者，祂赐下了最大的礼物。我们在罗马书中读到：“神白白的恩赐，是在我们的主基督耶稣里的永生。”你能想到比这更大的礼物吗？我想不到。我们要做什么才能得到这份礼物呢？答案是借着信心，而且请注意，圣经说不是出于行为。再多的好行为也不能为任何人打开天堂的门。唯一的路就是单单凭着信心来到主耶稣基督面前，相信祂。朋友，答案就在以弗所书里：

> “你们得救是靠着恩典，也是因着信心；这不是出于你们自己，而是神所赐的礼物；也不是靠行为，免得有人夸口。”
>
> *Ephesians 2:8–9*

记住 永生是神的礼物，是凭信心领受的，不是赚来的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 71（第71集）

总建筑师

任何一个建筑商都会告诉你，一栋建筑要成功，秘诀就是要有一个合适的设计，一张蓝图。必须要有一位建筑师。人生也有一位总建筑师。祂不只构思、设计并建造了你我所住的这个世界，祂也造了你和我。祂为我们的将来做了计划。祂就是神，宇宙的创造主，人类的创造主。要在将来得着永生，现在就得着丰盛的生命，唯一的路就是相信耶稣基督，接受祂为你人生定的计划。

> “耶稣对他说：我就是道路、真理和生命；如果不是借着我，没有人能到父那里去。”
>
> *John 14:6*

记住 造我们的那一位，为我们的人生定了最好的计划。

圣经中值得记住的一刻



Moment 72（第72集）

旧生命与新生命

你渴望过一种不一样的生活吗？圣经里讲到旧生命和新生命。旧生命被描述成死在罪中，随波逐流，跟别人一个样，顺从撒但，就是那“空中掌权者的首领”。那是一种很苦的生活。主耶稣赐给那些愿意悔改、信靠祂得救的人的新生命，恰恰相反。耶稣基督要给你一个充满喜乐和平安的生命：新生命，是因为重生，就是藉着信基督而来的属灵更新；新生命，是因为你的里面被改变了。

> “你们从前死在过犯和罪恶之中，祂却使你们活了过来。那时你们随从这个世界的潮流，顺从那空中掌权的首领……”
>
> *Ephesians 2:1–2*

记住 基督把充满喜乐和平安的新生命赐给所有信靠祂的人。

圣经中值得记住的一刻



Moment 73（第73集）

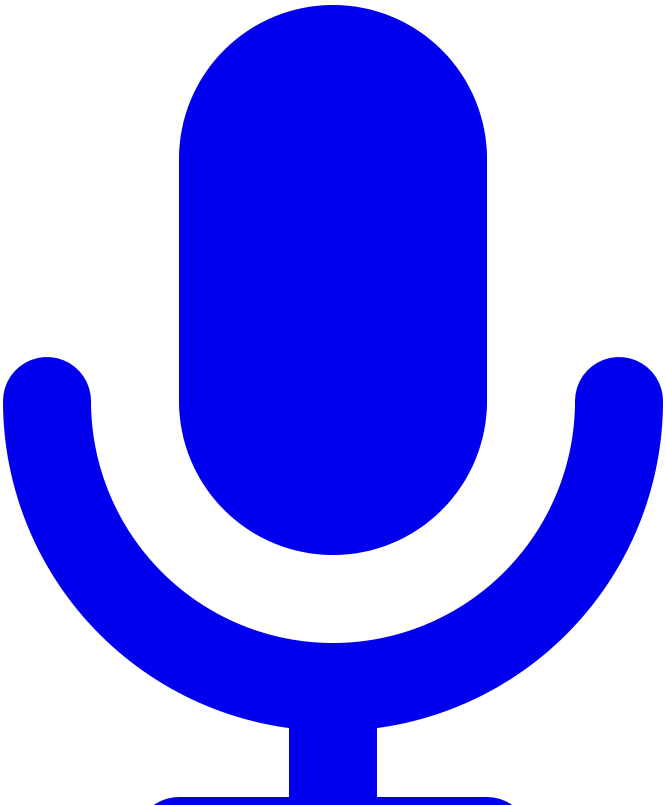
金坠盒里的秘密

William Drummond 讲过他认识的一位年轻女子，她的脸上好像总是散发着基督徒的喜乐。她脖子上总是戴着一个小小的金坠盒。这种椭圆形或心形的小盒子，里面通常放着心爱之人的照片，可是这个女孩从来不给任何人看她的坠盒里装着什么。有一次她病得很重，她最亲密的一位朋友获准打开那个坠盒。让朋友惊讶的是，里面不是照片，而是刻着这样几个字：“我虽然没有见过祂，却爱祂。”她那么爱主的基督徒生活，秘诀就是：主耶稣是她灵魂的爱人。

> “你们虽然没有见过祂，却是爱祂；如今虽不得看见，却因信祂就有说不出来、满有荣光的大喜乐。”
>
> *1 Peter 1:8*

记住 爱那位看不见的基督，会带来写在脸上的喜乐。

圣经中值得记住的一刻



Moment 74（第74集）

两头都是橡皮的铅笔

我面前有一支铅笔。这是一支很奇怪的铅笔——它两头都是橡皮。让我念给你听这支两头橡皮的铅笔侧面写着什么："没有耶稣基督的人生，就像这支铅笔——没有笔尖（没有意义）。"仔细想想，真是这样。除非我们有主耶稣基督，否则人生就没有意义。当祂在我们生命中，我们就有了活着的理由。没有祂，我们就一无所有。使徒保罗写信给腓立比人的时候是这样说的：

> "因为对我来说，活着就是基督，死了也是益处。"
>
> *Philippians 1:21*

记住 没有耶稣基督，人生就没有意义。

圣经中值得记住的一刻



Moment 75（第75集）

重新创造的奇妙

创造的奇妙令人敬畏，但神所有奥秘中最大的，也许就是祂要给人类的重新创造。耶稣在和 Nicodemus 谈话的时候说："人如果不重生，就看不见神的国。"圣经告诉我们，神怎样为人预备了一条在灵里重生的路：

> "神这样爱世人，甚至把祂的独生儿子赐给他们，叫所有信祂的人不至于灭亡，反而得到永生。"
>
> *John 3:16*

记住 创造你的神能使你成为新人。

圣经中值得记住的一刻



Moment 76（第76集）

那些没听过福音的人怎么办？

可是你会问：“那些外邦人怎么办？那些从来没听过耶稣基督的人怎么办？”我们也许不完全知道神在这种情况下会怎样审判，但我们从圣经里确实知道这一点：“隐秘的事属于耶和华我们的神；但显明的事是属于我们的。”我们要确定自己明白祂在圣经中向我们显明的事。我们也可以确信，那些真心寻求神的人必能找到祂。主这样告诉我们：

> “你们若全心全意地寻找我，就必找到我。”
>
> *Jeremiah 29:13*

记住 那些全心全意真正寻求神的人，必能找到祂。

圣经中值得记住的一刻



Moment 77（第77集）

名字有什么意义？

一个名字有什么意义呢？当你听到某个名字，心里就会涌出某些感觉。Herod 这个名字代表残暴。Beethoven 这个名字代表音乐。Milton 这个名字代表诗歌。Hitler 这个名字代表背信弃义。但耶稣这个名字代表救主。祂的名提醒我们，祂是救赎主、拯救者、朋友，还有说不完的。让我问你一个个人的问题：你对这位叫作耶稣的有多认识呢？圣经说：

> “她要生一个儿子，你要给祂起名叫耶稣，因为祂要把自己的百姓从他们的罪中救出来。”
>
> *Matthew 1:21*

记住 耶稣这个名字的意思是救主；你对祂有多认识呢？

圣经中值得记住的一刻



Moment 78（第78集）

你不必一直倒下

你觉得自己是个失败者吗？你想当个赢家，却一直在输。好像做什么都失败。所有的努力好像都落了空。但奇妙的是，你不必一直倒下。你不必一直当个失败者——只要你真的不想这样。耶稣应许的是丰盛又有意义的生命。这意味着选择耶稣基督，为自己开始一个新的人生。“如果有人在基督里，他就是新造的人；旧的已经过去，看哪，一切都变成新的了。”

> “我来了，是要叫人得生命，并且得的更丰盛。”
>
> *John 10:10*

记住 在基督里，没有人必须一直当失败者。

圣经中值得记住的一刻



神的话语

圣经为什么重要，以及怎样读圣经。

1. 79一本带来平安的书86
2. 80照亮道路的手电筒87
3. 81扭曲的神观88
4. 82满地钻石89
5. 83传呼机与微小的声音90
6. 84箴言里的汽车贴纸91
7. 85看不懂圣经吗？92
8. 86抓住应许93
9. 87你有一双会种花的手吗？94
10. 88信道是从听道来的95
11. 89我刚好认识作者96
12. 90知识、启发、改变97
13. 91靠经文出处带领一个俄罗斯人98
14. 92没有领航员，没有指南针99
15. 93开我的眼睛100
16. 94圣经里的地契101
17. 95生命的道路102
18. 96家用圣经里藏着什么103
19. 97乘法表是谁写的？104
20. 98由人执笔，由神所赐105

Moment 79（第79集）

一本带来平安的书

“Believe It or Not”（信不信由你）的 Robert L. Ripley 说过，General von Clausewitz 造成的死亡人数比历史上任何人都多。他的书 Principles of War（战争论）自1810年出版以来，一直被军国主义者当作教科书。世上还有另一本书，一本带来平安的书。它也创下了一项纪录：它带给人心的平安，比任何别的书都多。这本书就是圣经。主耶稣在约翰福音第14章说：

> “我留下平安给你们，我把我的平安赐给你们。我所给的，不像世人所给的。你们心里不要忧愁，也不要害怕。”
>
> *John 14:27*

记住 圣经带来的平安比任何别的书都多。

圣经中值得记住的一刻



Moment 80（第80集）

照亮道路的手电筒

天黑的时候，你需要一个手电筒。我们活在一个黑暗的世界里。圣经被比作一盏灯，或者说一个手电筒。在人生的道路上，你需要指引。读圣经吧。每天都读。我们在诗篇第119篇读到：

> “你的话是我脚前的灯，是我路上的光。”
>
> *Psalm 119:105*

记住 每天读圣经——它会照亮你的路。

圣经中值得记住的一刻



Moment 81（第81集）

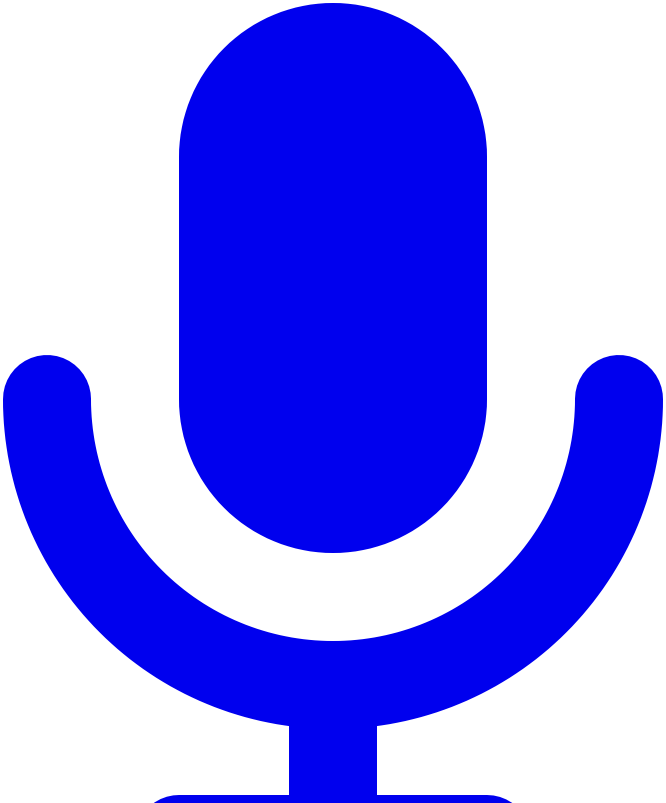
扭曲的神观

Life 杂志的一位记者问一个二年级的小女孩："神是谁？"她回答说："神管天气。祂给我们礼物，像树啊、绿草啊。可是有时候神有点不太好，因为有一次祂做了一台机器，就是那种你要让它去抓毛绒玩具的机器。祂那次没给我们好运，我们花了四块钱，一个毛绒玩具都没抓到。"她对神的看法是扭曲的——可是有好多人都把神看错了。如果你对神的认识全都来自电视、报纸和杂志，那你可能错得多离谱啊！如果你想正确地认识神，就打开圣经吧。

> "深哉，神丰富的智慧和知识！祂的判断多么难以测透，祂的道路多么难以寻索！"
>
> *Romans 11:33*

记住 要看见神真实的样子，就打开祂的书。

圣经中值得记住的一刻



Moment 82（第82集）

满地钻石

Ali Hafed 是一个波斯农夫。他卖掉了自己肥沃的农场，走遍全世界去寻找钻石，最后在一个遥远的地方贫困绝望地死去。就在这期间，著名的 Golconda 钻石矿床被人发现了，就在他卖掉的那块农场上。原来钻石一直都在他自己的农场里。有没有什么宝藏就在你手边呢？圣经怎么样？在它的书页里，可以找到最大的宝藏，就是主耶稣基督自己。使徒彼得对祂说：

> “主啊，我们还归从谁呢？你有永生之道。”
>
> *John 6:68*

记住 最大的宝藏也许就在你自己的书架上——打开你的圣经吧。

圣经中值得记住的一刻



Moment 83（第83集）

传呼机与微小的声音

一个政府机构估计，十年之内，将有将近三百万人随身带着传呼机。这种电子寻呼系统其实就是小小的无线电接收器。它们一收到发射台传来的信息，就会“哔哔”响。传呼机一响，你一定会注意到，而且周围很多人往往也听得见。我在想，神要怎样才能引起我们的注意呢？在我们所住的这个吵闹的世界里，我们能听见祂那微小的声音吗？圣经时代的人听见神对他们说话。今天神对我们说话的一个方式，就是借着祂写下来的话语，就是圣经。年轻的撒母耳回答神说：

> “撒母耳说：请说，仆人敬听。”
>
> *1 Samuel 3:10*

记住 要安静下来，好听见神借着祂的话语说话。

圣经中值得记住的一刻



Moment 84（第84集）

箴言里的汽车贴纸

你喜欢看汽车保险杠上的贴纸吗？我很喜欢。听听这些："我终于把一切都整理好了，可是忘了放在哪儿了。"还有一个："我一直想减掉体重，可是它总是找回我。"你知道吗，圣经里有一卷书，里面有很多很棒的想法。那就是箴言。也许所罗门王在他的战车上也贴了几张这样的贴纸呢。听听这一条：别说那么多话——你老是说错话。箴言一共有31章，一个月每天一章。看看日历，注意今天是几号，今天就读箴言的那一章吧。

> "多言多语难免有过；禁止嘴唇是有智慧。"
>
> *Proverbs 10:19*

记住 一个月里每天读一章箴言。

圣经中值得记住的一刻



Moment 85（第85集）

看不懂圣经吗？

你是不是说过："我看不懂圣经"？使徒保罗在他写给哥林多人的第一封信里回答了这个问题。圣灵是圣经的作者，只有里面有圣灵的人，才能明白圣灵的意思。如果你看不懂这些经文，也许你还不是一个重生的基督徒——这可是一件严肃的事。

> "然而，属血气的人不接受神的灵的事，因为他以为那是愚拙；他也不能明白，因为这些事只有用属灵的眼光才能看透。"
>
> *1 Corinthians 2:14*

记住 圣灵会为祂所住在里面的人打开圣经。

圣经中值得记住的一刻



Moment 86（第86集）

抓住应许

有人花时间数了数圣经里的应许。你猜有多少？一百多个？一千多个？圣经里有七千五百个应许！我们来看几个。不要只是看看而已——让我们抓住它们。“你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明。在你一切所行的事上都要认定祂，祂必指引你的路。”还有以赛亚书里的这一句：

> “但那些仰望耶和华的人，必重新得力；他们必像鹰一样展翅上腾；他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。”
>
> *Isaiah 40:31*

记住 不要只是读神的应许——要抓住它们。

圣经中值得记住的一刻



Moment 87（第87集）

你有一双会种花的手吗？

你有一双会种花的手吗？也就是说，你喜欢种东西、浇水、看着它们长大吗？神在圣经里讲到撒种和收割。比你在田里或园子里种什么更重要的，是你在自己生命里种下什么。何不用读圣经来开始你的一天呢？好种子就是神的话语。我们在加拉太书里读到：

> "不要自欺，神是轻慢不得的；因为人种的是什么，收的也是什么。"
>
> *Galatians 6:7*

记住 每天在你的生命里撒下神话语的好种子。

圣经中值得记住的一刻



Moment 88（第88集）

信道是从听道来的

Dwight L. Moody 是一个信心伟大却又单纯的人，也是历史上最了不起的人物之一。他说过：“我曾为信心祷告。我以为总有一天信心会从天而降，像闪电一样击中我，可是信心好像一直没有来。有一天，我在罗马书第10章读到，信心是从听来的，听是从神的话来的。我原本合上圣经为信心祷告。现在我打开圣经，开始研读，从那时起，我的信心就一直在增长。”

> “可见信心是从听来的，听是从神的话来的。”
>
> *Romans 10:17*

记住 打开你的圣经，信心就会增长。

圣经中值得记住的一刻



Moment 89（第89集）

我刚好认识作者

有一位上了年纪的工人在午休时间休息，一只手拿着三明治，另一只手拿着一本翻得很旧的圣经。他的老板走过来说："像你这样的老家伙，怎么看得懂圣经呢？"这位老人带着基督徒绅士的风度回答说："先生，按一般的方法是不可能的。可是您知道吗，我刚好认识这本书的作者。"读一本书的时候，如果你亲自认识作者，那真的大不一样。你也可以认识圣经的作者；祂希望你认识祂。圣经说：

> "圣经都是神所默示的，对于教导、责备、纠正、教人学义都是有益的。"
>
> *2 Timothy 3:16*

记住 圣经是神写的，祂希望你认识祂。

圣经中值得记住的一刻



Moment 90（第90集）

知识、启发、改变

有些书是给我们知识的，有些书是给我们启发的，但圣经是要改变我们的。在旧约里，主传来一个信息：“我要使他们有同一颗心，也要把新的灵放在你们里面；我要从他们身上除掉石心。”我们在新约里读到：

> “若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。”
>
> *2 Corinthians 5:17*

记住 圣经不只是给我们知识；它会改变我们。

圣经中值得记住的一刻



Moment 91（第91集）

靠经文出处带领一个俄罗斯人

一个年轻人接受主耶稣作他个人的救主以后，开始背诵很多圣经经文，连经文的出处也一起背下来。后来他有机会和一个俄罗斯人谈话。因为他记得经文出处，这个年轻人虽然几乎一句俄语都不会，却能在俄文圣经里一处一处地指出得救的道路。他用俄文圣经里的经文把那个俄罗斯人带到了基督面前。我们在圣经里读到：

> "圣经都是神所默示的，对于教导、责备、纠正、教人学义都是有益的。"
>
> *2 Timothy 3:16*

记住 藏在心里的神的话语，用任何语言都能说话。

圣经中值得记住的一刻



Moment 92（第92集）

没有领航员，没有指南针

一艘船正在横渡大海。船上既没有领航员，也没有指南针。你会怎么看这样一艘船的船主呢？一架喷气式飞机开始飞越北极。机上没有导航员，也没有任何办法标出飞机的航线。我们可能会怀疑这样一架飞机上的机组人员是不是神志清醒。可是有些人在人生的旅途上，却很少想到那本唯一的书，就是圣经，它里面有活着和面对死亡所需要的航海图和指南针。诗篇第119篇的作者对主说：

> “你的话是我脚前的灯，是我路上的光。”
>
> *Psalm 119:105*

记住 不要在没有神的航海图和指南针的情况下走人生的路。

圣经中值得记住的一刻



Moment 93（第93集）

开我的眼睛

你觉得圣经是一本很难懂的书吗？你是不是觉得里面有些字让你很困惑？圣经是神的话语，作者自己能帮助你明白祂的话。祂希望你明白。旧约里有一个人，觉得自己在这地上像一个客旅，需要一张地图，而他发现神的命令就是他的地图和向导。当他灰心的时候，他祷告说："求你照你的话使我活过来。"他又祷告说：

> "求你开我的眼睛，让我能看出你律法中的奇妙。"
>
> *Psalm 119:18*

记住 圣经的作者会帮助你明白它——去求祂吧。

圣经中值得记住的一刻



Moment 94（第94集）

圣经里的地契

有一位妇人打开一本大圣经，发现了她家房子的地契。她找这份宝贵的文件已经找了好多年了。它就在她当初放的地方——在圣经里。诗篇的一位作者说，神的话是他唯一的盼望，他写道：

> “我把你的话藏在心里，免得我得罪你。”
>
> *Psalm 119:11*

记住 圣经里有宝藏在等着你——打开它吧。

圣经中值得记住的一刻



Moment 95（第95集）

生命的道路

你对人生感到困惑吗？想知道自己为什么在这里？要往哪里去？有一本书能帮助你。那就是神的书，圣经——全世界最畅销的书。圣经会在今生帮助你，也会帮助你找到通往永生的道路。圣经里有一位作者这样说到主：

> “你必把生命的道路指示我；在你面前有满足的喜乐，在你右手中有永远的福乐。”
>
> *Psalm 16:11*

记住 神的书指示我们怎样走过今生，进入来生。

圣经中值得记住的一刻



Moment 96（第96集）

家用圣经里藏着什么

有一个小女孩告诉她的牧师，说她终于知道圣经里有些什么了。在她家的家用圣经里，她找到了姐姐男朋友的照片、妈妈做雪花膏的配方、她自己小时候的一绺头发，还有爸爸送去修理的手表的取件单。我们也许会笑一笑，但这件事也有令人难过的一面。他们的圣经变成了存放东西的地方。让我问你：你是怎样使用你的圣经的？神为什么把祂的话语赐给你？圣经里有一位作者是这样说的：

> “我把这些话写给你们这些信神儿子之名的人，是要让你们知道自己有永生……”
>
> *1 John 5:13*

记住 圣经不是用来存放东西的，而是用来认识神的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 97（第97集）

乘法表是谁写的？

有一个人遇到另一个人，那人取笑他相信圣经。“哎呀，圣经里有些书我们连是谁写的都不知道。”那人笑着说。“等一下，”我们这位朋友回答，“乘法表是谁写的？”“我不知道。”那人回答。“你不知道乘法表是谁写的，可是你每天都在用它。”“可是它管用啊。”那个怀疑的人说。“圣经也一样管用。”这位有信心的人回答。圣经说：

> “圣经都是神所默示的，对于教导、责备、纠正、教人学义都是有益的。”
>
> *2 Timothy 3:16*

记住 就像乘法表一样，神的话语每天都管用。

圣经中值得记住的一刻



Moment 98（第98集）

由人执笔，由神所赐

你说："可是我怎么能相信圣经呢？它是人写的，就跟我们一样。"在圣经里我们发现，神是用一种非常特别的方式赐下祂的话语的。它把我们扭正过来，帮助我们做对的事。这是神使我们在每一方面都准备妥当的方法。我们在 Second Timothy 3:16 and 17 读到：

> "圣经都是神所默示的，对于教导、责备、纠正、教人学义都是有益的，叫属神的人得以完全，充分预备好去行各样的善事。"
>
> *2 Timothy 3:16–17*

记住 圣经是由人执笔的，却是由神所赐的。

圣经中值得记住的一刻



第一部分 · 第99–112集

Prayer（祷告）

早上、中午、晚上都和神说话。

1. 99吵闹的世界107
2. 100年老时的祷告108
3. 101带个大一点的罐子109
4. 102检查你的潜水装备110
5. 103发射之前先倒数111
6. 104七十年中的五个月112
7. 105我就起床113
8. 106我只是告诉神我爱祂114
9. 107墨菲定律与神的应许115
10. 108跪下来就安全116
11. 109一直没挪动的书签117
12. 110每个罪人的权利118
13. 111默想的小建议119
14. 112说不出话来的时候120

Moment 99（第99集）

吵闹的世界

我们活在一个吵闹的世界里。好像有些人就是受不了安静。他们一起床，或者一上车，就把收音机打开。他们喜欢把电视开到最大声，要不然就开着大音响。周围有这么多别的声音，我们怎么能听见神的声音呢？难怪主在圣经里说：

> “你们要安静，要知道我是神……”
>
> *Psalm 46:10*

记住 把噪音关小一点，留心听神的声音。

圣经中值得记住的一刻



Moment 100（第100集）

年老时的祷告

我想读一个小小的祷告给你听。这是一位老人的祷告，记在圣经的诗篇第71篇：

> “神啊，从我年轻的时候，你就教导我；直到现在，我还在传讲你奇妙的作为。神啊，现在我年纪老了，头发白了，求你不要离弃我；等我把你的能力向这一代人宣告出来……”
>
> *Psalm 71:17–18*

记住 求神继续使用你，一直到最后。

圣经中值得记住的一刻



Moment 101（第101集）

带个大一点的罐子

Tom 小时候家里很穷。附近有一家店，卖冷火腿和牛肉，店主常常把煮肉的汤水免费送人。有一天，Tom 拿了一个小罐子去，装满了汤。他注意到另一个男孩拿了一个比较大的罐子，也装满了。他问店主："你为什么不像给他那样给我那么多呢？"店主很有智慧地回答："你为什么不像他一样带个那么大的罐子来呢？"这不正让我们想起祷告吗？主耶稣说：

> "你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；敲门，就给你们开门。"
>
> *Matthew 7:7*

记住 祷告的时候，带个大一点的罐子到神面前。

圣经中值得记住的一刻



Moment 102（第102集）

检查你的潜水装备

基督徒被比作一个潜水员。他每天都潜入一些容易压垮他属灵生命的环境里。他的安全取决于他和天上的连接。基督徒每天出门之前，都应该检查一下自己的装备，确定自己可以安全地潜入这一天的工作，面对其中的难题和困惑。耶稣立下了完美的榜样。我们在圣经里读到：

> “第二天早晨，天还没亮，耶稣就起来，出去到了一个安静的地方，在那里祷告。”
>
> *Mark 1:35*

记住 在潜入一天的忙碌之前，先检查你和天上的连接。

圣经中值得记住的一刻



Moment 103（第103集）

发射之前先倒数

有人说过：“忍耐就是在发射之前能先倒数的本事。”我们大多数人都承认，自己太早就发射了。让我再说一遍这句小格言：忍耐就是在发射之前能先倒数的本事。罗马书里有一节经文，讲到在患难中要忍耐，祷告要恒切。我在想，这节经文是不是在提醒我们，在发射之前要先祷告。

> “在指望中要喜乐，在患难中要忍耐，祷告要恒切。”
>
> *Romans 12:12*

记住 在发射之前，先用祷告倒数。

圣经中值得记住的一刻



Moment 104（第104集）

七十年中的五个月

如果你活到七十岁，你的时间会花在哪里呢？有人告诉我们，一般人到了七十岁，会花六年受教育，八年娱乐休闲，六年吃饭，四年说话——有些人说的可能还不止这么多——十四年工作，三年阅读，二十四年睡觉。可是神呢？我们给了主多少时间？有人算过，如果我们每周去一次教会，每天早晚各祷告五分钟，那么七十年里我们只给了主五个月。圣经说：

> “求你教导我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。”
>
> *Psalm 90:12*

记住 数算你的日子，把其中实实在在的一份献给主。

圣经中值得记住的一刻



Moment 105（第105集）

我就起床

有一位年轻的讲道人问一位老牧师，他是怎么做到每天一大早就起床的。“你会为起床的事祷告吗？”他问。“不会，”老牧师回答，“我就起床。”我们在历代志下读到，希西家王清早起来，召集城里的首领，上到耶和华的殿。我们也读到主耶稣：

> “第二天早晨，天还没亮，耶稣就起来，出去到了一个安静的地方，在那里祷告。”
>
> *Mark 1:35*

记住 早早起来，与主相会。

圣经中值得记住的一刻



Moment 106（第106集）

我只是告诉神我爱祂

有一个小男孩跪在妈妈膝前做祷告。祷告完了，他还跪在那里，又轻轻地说了一会儿。“你在求什么呀？”妈妈问他。“老是向神要东西不太好，”这个小家伙回答，“我只是告诉神我爱祂。”大卫在诗篇第18篇第1节写道：

> “耶和华我的力量啊，我爱你。”
>
> *Psalm 18:1*

记住 祷告不只是祈求；要告诉神你爱祂。

圣经中值得记住的一刻



Moment 107（第107集）

墨菲定律与神的应许

你听说过墨菲定律吧。这里有三条：没有一件事像看起来那么容易。每件事花的时间都比你想的长。凡是可能出错的事，就一定会出错。我们看了会心一笑。有时候它们是对的，有时候不对。可是圣经里满了应许，神的每一个应许你都可以信靠；它们都是真的。听听主在诗篇第34篇里的这个应许：

> “义人呼求，耶和华就听见，救他们脱离一切的患难。”
>
> *Psalm 34:17*

记住 墨菲定律可能会失灵，神的应许却永远不会。

圣经中值得记住的一刻



Moment 108（第108集）

跪下来就安全

有一群游客在攀登白雪覆盖的 Matterhorn。爬到一段非常险峻的地方，很容易被风从山边吹下去，向导就对他们大喊：“跪下来！只有跪着才安全。”人生也真是这样啊！很多时候，祷告是唯一的答案。我们被逼得只能跪下来。主对我们说：

> “你要向我呼求，我就应允你，并且把你所不知道的伟大又奥秘的事指示你。”
>
> *Jeremiah 33:3*

记住 我们跪着的时候最安全。

圣经中值得记住的一刻



Moment 109（第109集）

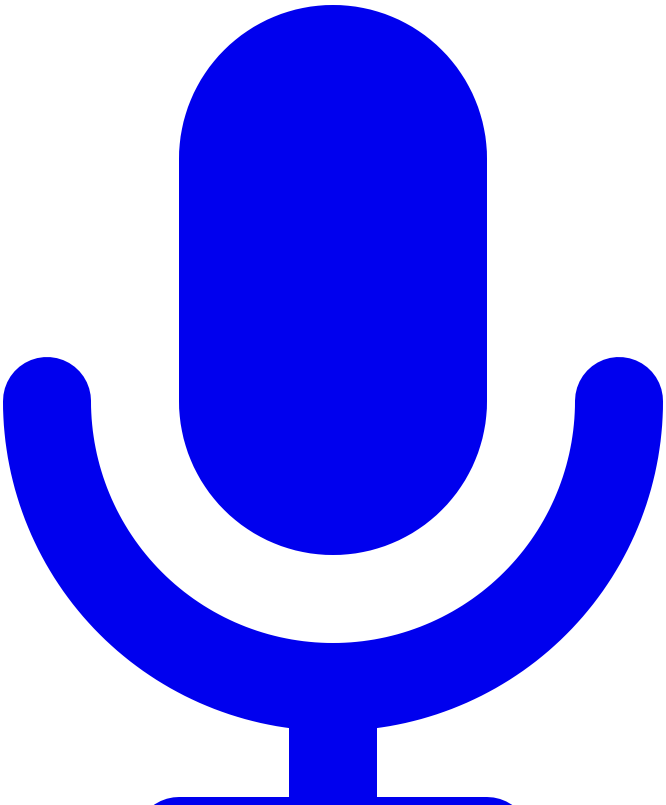
一直没挪动的书签

现在我们到处都能看到它们：贴在信封、布告栏和文件夹上的彩色小便利贴。这一切是怎么开始的呢？Art Fry 在教会的诗班里唱歌。他很烦恼，因为他用来当书签的小纸条老是从诗歌本里掉出来。他说：“我需要的是一种带点黏胶的书签，能牢牢贴住，撕下来的时候又不会弄坏纸。”他的一位同事正好研发出了这样一种黏胶——大多数人都觉得它不够黏。今天这种便利贴到处都是。点子啊！你有没有想过向主求点子，甚至求怎样更好地服事祂的点子？圣经说：

> “到现在为止，你们还没有奉我的名求过什么；你们求，就必得着，叫你们的喜乐可以满足。”
>
> *John 16:24*

记住 向主求点子——甚至求怎样更好地服事祂。

圣经中值得记住的一刻



Moment 110（第110集）

每个罪人的权利

在美国国会还没有常任牧师的时候，会议开始时由不同的议员轮流祷告。后来终于任命了一位常任牧师。有一天他来晚了，于是一位年长的议员走到前面去祷告。众议院议长用木槌敲了一下桌子，问道："这位先生凭什么权利祷告？"这位自告奋勇的议员回答："先生，凭的是每个罪人都有的权利。"他获准祷告了。这让我想起新约里那个税吏，耶稣说他回家的时候已经得到赦免了。他祷告说：

> "……神啊，开恩可怜我这个罪人！"
>
> *Luke 18:13*

记住 任何罪人都可以借着祷告来到神面前。

圣经中值得记住的一刻



Moment 111（第111集）

默想的小建议

这些日子我们常常听到人谈论默想，说需要停下来默想。诗篇的作者给了我们一些默想的小建议。他默想主的工作，谈论祂的作为，然后他就开始和主自己说话。他在诗篇第77篇写道：

> “我要默想你一切的工作，谈论你的作为。神啊，你的道路是圣洁的；有哪一位神像我们的神这样伟大呢？你是行奇事的神；你曾在万民中彰显你的能力。”
>
> *Psalm 77:12–14*

记住 想一想神所做的事，然后跟祂谈谈。

圣经中值得记住的一刻



Moment 112（第112集）

说不出话来的时候

你有时候是不是很难在祷告中表达自己？有没有一些难处或重担，让你很难用言语说出来？在罗马书第8章，使徒保罗见证说，圣灵在我们日常的难处和祷告中帮助我们，而那位鉴察人心的父，知道圣灵为我们恳求时在说什么：

> “同样，圣灵也在我们软弱的时候帮助我们；因为我们本来不知道应当怎样祷告，但圣灵亲自用说不出来的叹息替我们恳求。”
>
> *Romans 8:26*

记住 当你找不到话说的时候，圣灵在为你祷告。

圣经中值得记住的一刻



神的看顾与引导

祂的计划、祂的看顾，以及祂永不改变的道路。

1. 113一位可以信靠的向导123
2. 114出门旅行之前124
3. 115逆时针125
4. 116年老时仍结果子126
5. 117神为你有一个计划127
6. 118奶奶还是只能吃脖子128
7. 119健康与活力129
8. 120反正祂整夜都醒着130
9. 121我怎么知道神是活着的？131
10. 122我怎么知道神的旨意？132
11. 123起初，神133
12. 124农场上的骡子134
13. 125没有平凡的人135
14. 126不是孤单的旅程136
15. 127一次咬一口137
16. 128升迁是从主来的138
17. 129最好的时代，最坏的时代139
18. 130没有看见神的宇航员140
19. 131永不改变的那一位141
20. 132人最想要的是什么142
21. 133当计划落空的时候143

神的看顾与引导 · 续

1. 134我要往哪里去？144
2. 135是谁创造的？145
3. 136奇妙又复杂146
4. 137为计划忧虑147

KEEPM.org122

Moment 113（第113集）

一位可以信靠的向导

人生有那么多决定要做，有那么多条路要选，能知道我们可以有一位可以信靠的向导，真是太好了。我们在圣经里读到更多这方面的话，主说：“我要教导你，指示你当走的路；我要定睛在你身上劝戒你。”再往后，在箴言里说：

> “你要全心信靠耶和华，不要倚靠自己的聪明。在你一切所走的路上都要认定祂，祂必指引你的道路。”
>
> *Proverbs 3:5–6*

记住 把神放在第一位，祂必指引你的道路。

圣经中值得记住的一刻



Moment 114（第114集）

出门旅行之前

我是不是听见你说：“我要出门旅行了。出门之前我应该读圣经的哪里呢？”听听诗篇第121篇里选出来的这几节经文吧。

> “我的帮助是从造天地的耶和华而来。祂必不叫你的脚摇动；保护你的必不打盹。……你出你入，耶和华要保护你，从今时直到永远。”
>
> *Psalm 121:2–3, 8*

记住 每一趟旅程都带着主同行——祂从不睡觉。

圣经中值得记住的一刻



Moment 115（第115集）

逆时针

有人问过这样一个问题：“你要怎么向一个戴电子表的小孩子解释什么叫逆时针？”我们活在一个变化很大的时代。连我们手表的表面都彻底变了。听听圣经里的这节经文，First John 2:17。我也再念一遍：

> “这世界和世上的情欲都要过去，惟独遵行神旨意的人是永远长存的。”
>
> *1 John 2:17*

记住 世界一直在变，但遵行神的旨意会存到永远。

圣经中值得记住的一刻



Moment 116（第116集）

年老时仍结果子

George Müller 讲过老 Jimmy 退休的事。有人问他整天都做些什么。他回答说：“我就坐着想，坐着想，有时候就只是坐着。”历史上记载了很多人，是在过了退休年龄以后才做出他们最伟大的工作。Earl of Halsbury 九十岁的时候，开始着手编写一部二十卷的英国法律修订本。迦勒八十五岁的时候，攻下了巨人的坚固城。圣经在诗篇第92篇应许说：

> “他们年老的时候仍要结果子，要满了活力，枝叶茂盛。”
>
> *Psalm 92:14*

记住 不管我们多大年纪，神都能使我们结出果子。

圣经中值得记住的一刻



Moment 117（第117集）

神为你有一个计划

G. Christian Weiss 问了这些问题：“你能想到有哪个父亲对自己的儿子没有任何心意或计划吗？你能想象有哪个母亲对自己的女儿没有明确的心意、蓝图或具体的盼望吗？如果能，那你也许也会以为神对你的人生没有计划。”我们的天父对整个宇宙有一个计划，对你的人生也有一个计划。圣经说，在创立世界以前，祂就在基督里拣选了我们。这节经文在以弗所书第1章。

> “就像祂在创立世界以前，就在基督里拣选了我们，使我们在祂面前因着爱成为圣洁、无可指摘。”
>
> *Ephesians 1:4*

记住 你的天父对你的人生有一个计划。

圣经中值得记住的一刻



Moment 118（第118集）

奶奶还是只能吃脖子

在一位老太太的生日派对上，主人问她："奶奶，您喜欢吃白肉还是黑肉？"她回答说："我年轻的时候，最好的肉都给老人家吃了，我只能吃脖子。现在我老了，最好的部位都给年轻人吃了，我还是只能吃脖子。"时代和传统都在变，但我们很感恩，因为我们在圣经里读到：

> "耶稣基督昨日、今日、一直到永远，都是一样的。"
>
> *Hebrews 13:8*

记住 时代和传统都在变，但耶稣基督永不改变。

圣经中值得记住的一刻



Moment 119（第119集）

健康与活力

“今天不太好。”“比昨天好一点。”圣经里讲了很多关于健康的事。比如，箴言里的这几节经文：

> “不要自以为有智慧；要敬畏耶和华，远离恶事。这样，你的身体就必得医治，你的骨头就必得滋润。”
>
> *Proverbs 3:7–8*

记住 信靠主、敬畏主，对身体和灵魂都有益处。

圣经中值得记住的一刻



Moment 120（第120集）

反正祂整夜都醒着

有一位营地辅导员讲起她在儿童夏令营的经历。晚上把营员们都召集回来以后，她对他们说：“我们睡觉吧，把我们的忧虑都交在神的手里。”其中一个孩子说：“反正祂整夜都醒着。”这个想法真不错，因为圣经就是这么说的。你可以在诗篇第121篇第4节找到这句话。

> “看哪，保护以色列的，必不打盹，也不睡觉。”
>
> *Psalm 121:4*

记住 安心睡吧——反正神整夜都醒着。

圣经中值得记住的一刻



Moment 121（第121集）

我怎么知道神是活着的？

有人问：“我怎么知道神是活着的？”神的答案就在圣经里，在罗马书第1章。从最早的时候开始，人就看见了地和天，以及神所造的万物。他们知道有神，却不把祂当作神来荣耀，也不为祂每天的看顾而感恩。所以他们无可推诿。神是活着的，而且一切都在祂的掌管之中。

> “自从造天地以来，神那看不见的事，就是祂永远的能力和神性，是明明可知的，借着所造之物就可以晓得，叫人无可推诿。”
>
> *Romans 1:20*

记住 受造的万物本身就显明神是活着的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 122（第122集）

我怎么知道神的旨意？

我怎么知道神的旨意呢？我常常不知道这是神的旨意，还是我自己的意思。神的话语在箴言第3章第5、6节给了我们一些指引。

> “你要全心信靠耶和华，不要倚靠自己的聪明。在你一切所走的路上都要认定祂，祂必指引你的道路。”
>
> *Proverbs 3:5–6*

记住 把神放在第一位，祂必指引你的道路。

圣经中值得记住的一刻



Moment 123（第123集）

起初，神

你知道圣经开头的那几个字。没错："起初，神"，创世记第1章。这几个字非常重要。如果你相信它们，你就可以继续往下走。可是如果你质疑开头这几个字，搞出你自己的理论或人的种种猜测，那么就你的信心来说，你很可能会有麻烦。起初，神。把祂放在第一位，其他的事就会各就各位。就像马太福音里那节经文说的："你们要先求神的国和神的义，这些东西都要加给你们了。"

> "起初，神创造了天和地。"
>
> *Genesis 1:1*

记住 把神放在第一位，其他的一切都会各就各位。

圣经中值得记住的一刻



Moment 124（第124集）

农场上的骡子

我小时候，农场上养着骡子。它们能拉很重的货。给它们嘴里套上嚼环，几乎让人觉得有点残忍，可是有时候它们很固执，你就得使劲拉缰绳。不过有时候，它们光听一句口令就会照做。主说祂要用祂的眼睛引导我们，祂也告诉我们，不要像马或骡子那样。如果有人要用眼神引导你，你就必须离他很近。你和主的同行有那么亲近吗？

> “我要教导你，指示你当走的路；我要定睛在你身上，引导你。你不要像那没有悟性的马或骡子……”
>
> *Psalm 32:8–9*

记住 要与主走得够近，好让祂用眼目引导你。

圣经中值得记住的一刻



Moment 125（第125集）

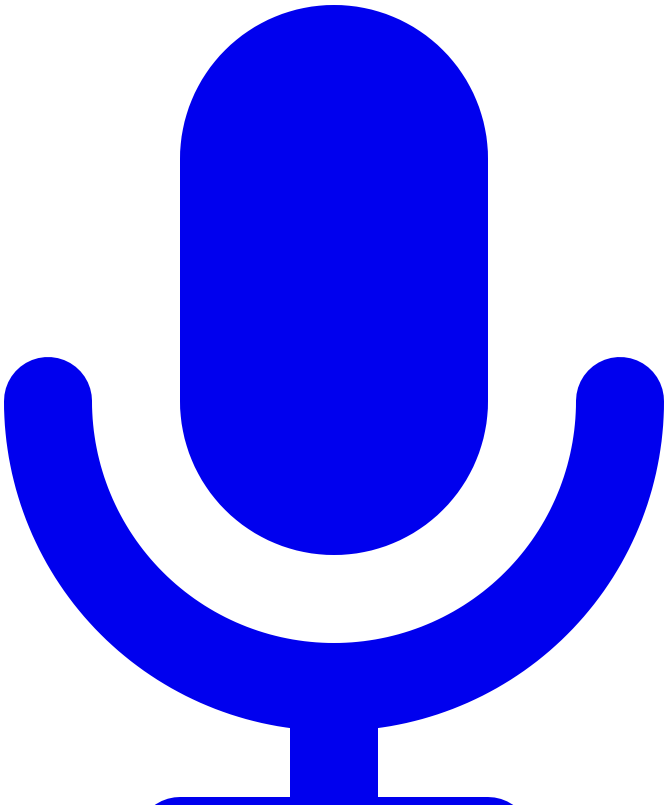
没有平凡的人

C. S. Lewis 写过：“世上没有平凡的人。你从来没有和一个只是凡人的人说过话。”Ted Griffin 把这个想法又发挥了一下。这是真的。我们每一个人都是神特别的创造。信不信由你，世上没有第二个人跟你一模一样。你的长相、你的声音、你的性格、你的习惯、你的聪明才智，还有你个人的喜好，都让你成为独一无二的。你不是宇宙中某条流水线上生产出来的产品。不过，你身份中最重要的一点，是神照着祂自己的形像造了你。你还没出生，神就已经认识你了。诗人这样描写神：

> “我要称谢你，因为我受造奇妙可畏；你的作为奇妙，这是我心深深知道的。”
>
> *Psalm 139:14*

记住 神照着祂的形像造你，你是独一无二的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 126（第126集）

不是孤单的旅程

F. Scott Fitzgerald 在他的一本小说里，写到书中一个叫 Kathleen 的人物。她突然明白，人生的路哪里也通不到。人生的路就像飞机飞过的轨迹；没有人认得路，因为没有 Daniel Boone 在前面砍树开路。那是一段非常孤单的旅程。很多人都把人生看成一段非常孤单的旅程。可是圣经给我们的画面却不是这样。听听神的话怎么说：

> “我要教导你，指示你当走的路；我要定睛在你身上，引导你。”
>
> *Psalm 32:8*

记住 有神做向导，人生就不是孤单的旅程。

圣经中值得记住的一刻



Moment 127（第127集）

一口一口地吃

有一位登山家刚刚成为第一个登上一座又高又难爬的山顶的女性。一位报社记者问她："你是怎么做到的？"她反问："你怎么吃掉一头大象？"接着她自己回答："一口一口地吃。"人生很多事都是一口一口来、一步一步走的。我们记得，以色列人也是要一步一步去得那应许之地。箴言里有一个应许，有人这样翻译："你一步一步往前走，我就在你前面为你开路。"

> "你行走的时候，脚步必不受阻碍；你奔跑的时候，也不会跌倒。"
>
> *Proverbs 4:12*

记住 人生要一步一步走；神会为你开路。

圣经中值得记住的一刻



Moment 128（第128集）

升迁从主而来

你想在人生中出人头地吗？你是不是担心别人会比你先升迁？在诗篇第75篇，我们读到主这些很有帮助的话。尽你所能把工作做好，努力工作，并且记住，升迁其实是从主而来的。你可以信靠祂，把升迁和加薪都交托给祂。

> “因为升迁不是从东方来，不是从西方来，也不是从南方来。唯有神是审判的主；祂使这人降卑，使那人升高。”
>
> *Psalm 75:6–7*

记住 努力工作，把你的升迁交托给主。

圣经中值得记住的一刻



Moment 129（第129集）

最好的时代，最坏的时代

Charles Dickens 写过：“那是最好的时代，也是最坏的时代；那是智慧的年代，也是愚昧的年代。”我想 Dickens 今天也可以写同样的话。现在有一些好事在发生，也有一些坏事。新闻也是这样传给我们的：今天媒体描绘出一幅很黑暗的图画，明天又可能非常乐观。这对有些人来说可能是个困扰，但对信徒来说，圣经里有一节经文很能鼓励人：

> “我们知道，万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按祂旨意被召的人。”
>
> *Romans 8:28*

记住 无论好时候还是坏时候，神都使万事互相效力，叫人得益处。

圣经中值得记住的一刻



Moment 130（第130集）

没看见神的宇航员

多年以前，有一位俄国宇航员从太空飞行回来，有人问他有没有看见神。他说他在太空里没有看见神。有人就说，要是他不带任何维生装置走出太空舱，几秒钟之内他就会见到神了。神已经用许许多多的方式说话，显明祂自己。圣经在 Romans 1:20 说：

> “自从造天地以来，神那看不见的事，就是祂永远的能力和神性，是明明可知的，借着所造之物就可以晓得，叫人无可推诿。”
>
> *Romans 1:20*

记住 受造的万物向每一个愿意看的人显明神的大能。

圣经中值得记住的一刻



Moment 131（第131集）

那位永不改变的

我是不是听见你说："变化让我很不安"？没有一样东西会一直保持不变。物价在变，人也在变。我们活在一个不断变化的世界里，但有一位是永不改变的。让我把祂介绍给你。没错——就是主耶稣基督。你可以在希伯来书里读到这件事。接受祂做你个人的救主，祂就会给你一些永不改变的东西，也没有人能把它们夺走。

> "耶稣基督昨日、今日、一直到永远，都是一样的。"
>
> *Hebrews 13:8*

记住 在这变化的世界里，耶稣基督永不改变。

圣经中值得记住的一刻



Moment 132（第132集）

人最想要的是什么

有人做过一次民意调查。他们问了各行各业的人一个问题，大概是这样：“你这一生最想要的是什么？”得到的回答是：“我们想要爱。我们想要平安。我们想要快乐，或者说喜乐。”很有意思的是，这正是神想要给我们的。是的，这些都是神要我们拥有的，祂还为我们预备了别的东西：忍耐、恩慈、信实、温柔和节制。你可以在加拉太书第五章读到这些：

> “圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制；这样的事没有律法禁止。”
>
> *Galatians 5:22–23*

记住 人们渴望的爱、喜乐与平安，都是神的恩赐。

圣经中值得记住的一刻



Moment 133（第133集）

当计划落空的时候

你有没有很仔细地订好计划，结果却发现事情没有照着你的计划走？你知道吗？发生的每一件事都有它的原因，连失望和失败也是一样。我们可以订自己的计划，但正如箴言告诉我们的：“人心筹算自己的道路；唯有耶和华指引他的脚步。”在神的话语——圣经里，我们读到：

> “我们知道，万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按祂旨意被召的人。”
>
> *Romans 8:28*

记住 在神的手中，连失望也会互相效力，叫人得益处。

圣经中值得记住的一刻



Moment 134（第134集）

我要往哪里去？

“我不知道我要往哪里去，也不知道为什么。”这句话说出了我们这个时代的特征——漫无目的、找不到人生意义，也说出了今天许多人的感受。当我们跟随主的时候，我们就会在生命中找到目标和方向，因为我们活在神自己的光中，也活在祂对我们的旨意里。祂领我们走出迷惘和不安，进入祂的光中。面对这样的需要，主耶稣说：

> “我是世界的光。跟从我的，就不会在黑暗里走，必要得着生命的光。”
>
> *John 8:12*

记住 跟随耶稣，你就会行在光中，不再迷惘。

圣经中值得记住的一刻



Moment 135（第135集）

是谁创造的？

有一位法国小说家曾经这样说："宇宙对我们漠不关心。是谁创造了它？我们为什么会在这个旋转在无限太空中、小小的泥土堆上？我一点头绪也没有。"他要是打开过圣经就好了！圣经的第一节就说："起初神创造。"神在祂的书——圣经里给了我们答案，是关于人生的答案，也是我们需要的答案。在圣经的最后一卷书里，我们读到：

> "我们的主，我们的神，你配得荣耀、尊贵和权能；因为你创造了万物，万物是因你的旨意而存在，也是因你的旨意被创造的。"
>
> *Revelation 4:11*

记住 神造了我们，祂造我们是为了祂所喜悦的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 136（第136集）

奇妙的构造

你知道吗？我们身体里有些神经传送信息的速度，大约每秒400英里。你知道吗？我们全身的骨头有四分之一以上都在两只手上。有一篇诗篇的作者向神说话的时候，在诗篇第139篇这样说：

> “我要称谢你，因为我受造奇妙可畏；你的作为奇妙……我还没有成形的时候，你的眼睛早已看见了；我身体的每一部分，都写在你的册子上……”
>
> *Psalm 139:14–16*

记住 你的身体是神手中的奇妙杰作。

圣经中值得记住的一刻



Moment 137（第137集）

为计划担忧

你会为订计划而担心吗？计划已经订好了，到了要执行的时候，你又会担心吗？圣经告诉我们，我们可以订自己的计划，但最后的结果是在神的手中。我们应该订计划，同时倚靠神来引导我们。圣经说：

> “你要把你所做的交托给耶和华，你所想的就必成就。”
>
> *Proverbs 16:3*

记住 订好你的计划，然后把它交托给主。

圣经中值得记住的一刻



忧虑、惧怕与患难

在艰难的日子里得安慰、得勇气。

1. 138安全毯150
2. 139患难之日的保障151
3. 140能保守你152
4. 141快要认输放弃了吗？153
5. 142怕死吗？154
6. 143发抖的吉娃娃 Chico155
7. 144神真的在乎吗？156
8. 145凿了八十刀157
9. 146什么都能修，就是修不了破碎的心158
10. 147定睛在救主身上159
11. 148迎着风飞160
12. 149五只小臭鼬161
13. 150把所有碎片都交给祂162
14. 151祂必不撇下你163
15. 152我在这里是神的安排164
16. 153盼望是确定的事165
17. 154这次我该怎么脱身？166
18. 155我要赞美主167
19. 156新的力量与活力168
20. 157在缺乏的世界里有十足的平安169
21. 158在主里安息170

1. 159在动荡的日子里安睡171
2. 160夜间的歌172
3. 161逃脱的路173
4. 162星期三的忧虑盒子174
5. 163麻烦总是接二连三175
6. 164就要有新发现了176
7. 165有什么用呢？177
8. 166当我没有安全感的时候178
9. 167当担子太重的时候179
10. 168当风暴来临的时候180
11. 169为你预备的地方181
12. 170战争什么时候才会停止？182
13. 171当你觉得自己像块门垫183
14. 172会有和平的一天吗？184

Moment 138（第138集）

安全毯

有人说，我们需要安全感。我们需要它，是因为金钱靠不住。我们需要它，是因为世界动荡不安。连天气都说变就变。我们是不是像 Peanuts 漫画里那个小男孩一样，一把抓住一条安全毯呢？听听主耶稣说的这些话。有人把“苦难”翻译成“压力”：在世上你们会有压力。但是主耶稣胜过了世界、肉体和魔鬼，甚至胜过了死亡本身。祂说：

> “我把这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上你们有苦难，但你们可以放心，我已经胜过世界了。”
>
> *John 16:33*

记住 真正的安全感在基督里，祂已经胜过了世界。

圣经中值得记住的一刻



Moment 139（第139集）

患难之日的保障

麻烦。没有人喜欢陷在麻烦当中。不过，有时候这些困难对我们是有好处的。为什么呢？是要让我们认识主的大能，知道祂能够拯救。祂在教我们信靠祂。祂是大能的神。祂会在困难当中照顾我们，也会带我们走过困难。“神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。所以我们不害怕。”

> “耶和华本为善，在患难的日子做人的保障；祂也认得那些投靠祂的人。”
>
> *Nahum 1:7*

记住 患难能教我们信靠那位施拯救的神。

圣经中值得记住的一刻



Moment 140（第140集）

能保守你

你说：“我觉得好没有安全感，很多事都让我害怕。我怕自己会失败，不能讨主的喜悦。”圣经说，耶稣能保守你不失脚。耶稣关心你，就在此刻，祂正伸手来帮助你。“神既不爱惜自己的儿子，为我们众人舍了，岂不也把万物和祂一同白白地赐给我们吗？”

> “那能保守你们不失脚，叫你们无瑕无疵、欢欢喜喜站在祂荣耀面前的……”
>
> *Jude 24*

记住 耶稣能保守你不失脚。

圣经中值得记住的一刻



Moment 141（第141集）

快要认输放弃了吗？

你累了吗？你灰心了吗？快要放弃了吗？快要认输了吗？听听圣经里的这几节经文。这就是主能为你做的：“疲乏的，祂赐能力；软弱的，祂加力量。就是少年人也要疲乏困倦，强壮的年轻人也必全然跌倒。”

> “但那些仰望耶和华的人，必重新得力；他们必像鹰一样展翅上腾；他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。”
>
> *Isaiah 40:31*

记住 要等候主，祂必使你重新得力。

圣经中值得记住的一刻



Moment 142（第142集）

怕死吗？

我没听错吧？我是不是听见你说你怕死？你真的害怕死后的事吗？听听圣经里这些叫人安心的话。写诗篇第34篇的人说："我寻求耶和华，祂就应允我，救我脱离一切的恐惧。"在以赛亚书第25章，我们读到："祂要吞灭死亡，直到永远；主耶和华必擦去每个人脸上的眼泪。"保罗也写信给提摩太说：

> "因为神赐给我们的，不是胆怯的心，而是刚强、仁爱和谨守的心。"
>
> *2 Timothy 1:7*

记住 在基督里，死亡已被得胜吞灭；我们不必害怕。

圣经中值得记住的一刻



Moment 143（第143集）

发抖的吉娃娃 Chico

Texas 有一个人在报上登了这样一则广告：“走失：吉娃娃狗一只，叫它 Chico 它会答应。非常聪明，对国内和国际政治十分敏感。它一天到晚都在发抖。”有些人就是这样，老是摇头叹气、焦急得直搓手。主在圣经里对我们说：

> “你从水中经过，我必与你同在；你渡过江河，水必不漫过你；你从火中走过，必不被烧伤，火焰也不会烧着你。”
>
> *Isaiah 43:2*

记住 不管新闻怎么说，主都与我们一同走过深水。

圣经中值得记住的一刻



Moment 144（第144集）

神真的在乎吗？

我是不是听见你说：“世界上有这么多麻烦——罪恶、疾病、苦难，还有一长串。你真的认为神在乎吗？”在以赛亚书第55章，主说祂的计划不是我们想得出来的：“天怎样高过地，照样，我的道路高过你们的道路，我的意念高过你们的意念。”新约里，约翰一书第4章也说：

> “神差祂的独生子到世上来，使我们借着祂得生命，神爱我们的心在这里就显明了。”
>
> *1 John 4:9*

记住 神差祂的儿子来，显明祂是在乎我们的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 145（第145集）

凿了八十刀

Henry Bosch 提醒我们，神称祂的儿女为珠宝，而珠宝需要由高明的工匠巧妙地切割。两颗宝石可能看起来一样，也一样纯净，但一颗光彩夺目，另一颗却相当暗淡。那颗光彩夺目的，被珠宝匠的凿子切了八十刀，另一颗只切了八刀。我们生命中试炼的刀痕，常常使我们为基督发光。

> “我们这短暂又轻微的苦难，是要为我们成就极重无比、永远的荣耀。”
>
> *2 Corinthians 4:17*

记住 试炼的刀痕能使我们为基督发光。

圣经中值得记住的一刻



Moment 146（第146集）

什么都能修，就是修不了破碎的心

在一个小镇上，一家修理店的墙边挂着一块大招牌，上面写着：“我们什么都能修，就是修不了破碎的心。”你一定也同意，世上心碎的人真的很多。可是问题是，谁能医治心碎的人呢？我们打开圣经，翻到以赛亚书来找答案。主耶稣在世上的时候，就拿这些话来说到祂自己。祂，也唯有祂，能医治心碎的人：

> “主耶和华的灵在我身上，因为耶和华用膏膏我，叫我传好信息给谦卑的人；差遣我医好心碎的人，向被掳的人宣告自由……”
>
> *Isaiah 61:1*

记住 唯有耶稣能修补破碎的心。

圣经中值得记住的一刻



Moment 147（第147集）

定睛在救主身上

你现在觉得很沮丧吗？对人生有点灰心吗？我在读马太福音的时候注意到，使徒彼得在水面上走的时候，去看那风浪，接着他就开始往下沉。他的眼睛离开了救主，转去看环境。这常常也是我们的问题。我们仰望救主，就从罪中得救。之后，我们每一天都需要在祷告中仰望祂，在祂的话语中注视祂。不要只顾看环境，以致看不见救主。祂能改变你的环境，而祂自己永不改变。

> “耶稣基督昨日、今日、一直到永远，都是一样的。”
>
> *Hebrews 13:8*

记住 要定睛在救主身上，不要看风浪。

圣经中值得记住的一刻



Moment 148（第148集）

迎着风飞

Corrie ten Boom 曾经说过：“鸟儿如果是为了快乐而飞，就会顺着风飞。但它如果遇到危险，就会转过身来迎着风，好飞得更高。”使徒保罗常常面对危险，甚至面对死亡。但他就像那只鸟一样，被逼着去寻找更高的地方。保罗的目标，就是不惜任何代价去认识基督，也让人认识基督。他说：

> “因为我活着就是基督，死了就有益处。但我在肉身活着，若能使我的工作有成果，我就不知道该挑选什么了。”
>
> *Philippians 1:21–22*

记住 迎着患难，反而能使我们升得更高，更接近基督。

圣经中值得记住的一刻



Moment 149（第149集）

五只小臭鼬

妈妈到隔壁坐了一下。等她回来的时候，孩子们正挤成一团蹲在地上。她走近一看，吓坏了——竟然是五只小臭鼬！她大叫：“孩子们，快跑！”孩子们是跑了，可是每个人都抱着一只臭鼬一起跑。那些受了惊吓的小动物，就做了臭鼬天生会做的事。你害怕的时候会怎么做？那位妈妈害怕了，也许反应过度了，可是我们不也都有过同样的反应吗？经历过许多难处的大卫，在诗篇第56篇写道：

> “我害怕的时候，要倚靠你。我倚靠神，我要赞美祂的话语；我倚靠神，必不惧怕。血肉之人能把我怎么样呢？”
>
> *Psalm 56:3–4*

记住 我害怕的时候，可以倚靠神。

圣经中值得记住的一刻



Moment 150（第150集）

把所有碎片都交给祂

布告栏上的牌子写着："神能修补破碎的心。把所有碎片都交给祂。"如果你今天心碎了，你可以确定，主就在你身边，也会垂听你的呼求。大卫在诗篇第51篇祷告说："神啊，忧伤痛悔的心，你必不轻看。"圣经说：

> "耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。"
>
> *Psalm 34:18*

记住 主靠近心碎的人——把所有碎片都交给祂。

圣经中值得记住的一刻



Moment 151（第151集）

祂必不撇下你

你害怕将来吗？不敢踏出去尝试一件新的事吗？当我们与主同行、以祂为救主、照着祂的指引而活的时候，我们就可以抓住像申命记第31章这样的应许：

> “你们要刚强壮胆，不要害怕，也不要畏惧他们，因为耶和华你的神和你一同前往。祂必不撇下你，也不丢弃你。”
>
> *Deuteronomy 31:6*

记住 勇敢地踏出去；主与你同行。

圣经中值得记住的一刻



Moment 152（第152集）

我在这里是神的安排

你正在经历患难吗？你有很多让你灰心的事吗？你是怎样面对这些困难的？一个亲自认识主、以祂为个人救主的人，在患难的时候可以说：“我在这里是神的安排，在祂的看顾之下，接受祂的训练，等候祂的时间。到了祂美好的时候，祂能再领我出来。怎样领、什么时候领，祂都知道。”圣经里有一个人从主那里学会了这个功课：

> “你们要以感谢为祭献给神，又要向至高者还你的愿。在患难的日子求告我，我必拯救你，你也要荣耀我。”
>
> *Psalm 50:14–15*

记住 在患难中要信靠神；你在祂的看顾之中，也在祂的时间里。

圣经中值得记住的一刻



Moment 153（第153集）

盼望是确定的事

我是不是听见你说："我对将来一点盼望都没有"？这些日子，很多人都是这样说的。圣经里的"盼望"这个词，不是猜测，而是确定的事。如果我们仰望神，我们就有永生。使徒保罗写信给提多说："使我们因祂的恩得称为义，就可以凭着永生的盼望成为后嗣。"他也写信给帖撒罗尼迦人说：

> "愿我们的主耶稣基督自己，和那爱我们、借着恩典把永远的安慰和美好的盼望赐给我们的父神，安慰你们的心，并且在一切善行善言上坚固你们。"
>
> *2 Thessalonians 2:16–17*

记住 圣经里的盼望不是猜测，而是确定的事。

圣经中值得记住的一刻



Moment 154（第154集）

这次我该怎么脱身？

有人说："我真不知道这次我要怎么脱身。"神在圣经里告诉我们："我要教导你，指示你当走的路。"诗人也写道："我的父母离弃我，耶和华必收留我。"在诗篇第27篇我们还读到：

> "要等候耶和华！要刚强，要壮胆，祂必坚固你的心。我再说，要等候耶和华！"
>
> *Psalm 27:14*

记住 当你看不到出路的时候，要等候主。

圣经中值得记住的一刻



Moment 155（第155集）

我要赞美主

愿所有灰心的人都振作起来。这里有几节诗篇第34篇的经文，不管发生什么事，都要用这些话来赞美主。

> “我要时时称颂耶和华，赞美祂的话必常在我口中。……你们和我要一同尊耶和华为大，一同高举祂的名。我寻求耶和华，祂就应允我，救我脱离一切的恐惧。”
>
> *Psalm 34:1–4*

记住 要时时赞美主——祂救我们脱离恐惧。

圣经中值得记住的一刻



Moment 156（第156集）

新的力量与活力

你今天觉得软弱，快要放弃了吗？这里有使徒保罗写给罗马人的一些鼓励的话。那叫耶稣从死里复活的圣灵，会把新的力量和活力，带给祂所住在里面的人。新的力量和活力——这就是神要你得着的。

> “然而，叫耶稣从死里复活的那位的灵，如果住在你们里面，那叫基督从死里复活的，也必借着住在你们里面的圣灵，使你们必死的身体又活过来。”
>
> *Romans 8:11*

记住 那叫耶稣复活的圣灵赐给我们新的力量。

圣经中值得记住的一刻



Moment 157（第157集）

在缺乏的世界里有十足的平安

我们活在一个充满缺乏的世界里。我们周围有人缺少食物、衣服，有时候连住的地方都没有。也有一些人这些东西都有，可是他们心里缺少平安。他们的生命中需要主耶稣基督。他们需要亲自认识祂，而不只是知道历史上有这么一个人。他们需要信靠祂。圣经这样说到主：

> “心思坚定倚靠你的，你必保守他十足的平安，因为他信靠你。你们要永远信靠耶和华，因为耶和华是永远的磐石。”
>
> *Isaiah 26:3–4*

记住 内心的平安，来自亲自信靠耶稣。

圣经中值得记住的一刻



Moment 158（第158集）

在主里安息

这里有几节诗篇第37篇的经文。不要心怀不平，也不要忧虑，那只会带来伤害。诗人接着说，再过不久，恶人就会消失；但那些在主面前谦卑的人，必得着一切的福气，也必享有美好的平安。

> “你当在耶和华面前安静，耐心等候祂；不要因那道路亨通的人心怀不平……当止住怒气，离弃愤怒；不要心怀不平，以致作恶。”
>
> *Psalm 37:7–8*

记住 在主里安息，不要再心怀不平；祂赐下平安。

圣经中值得记住的一刻



Moment 159（第159集）

在动荡的日子里安睡

失眠。你晚上很难入睡吗？有一位老太太，她信靠主耶稣做她的救主。有人问她，在这么动荡的日子里，她怎么还睡得着。她回答说：“神总是在看守着，所以我们两个没必要都醒着。”大卫知道怎样在晚上躺下而不害怕。他写下这些话的时候，正在逃亡，处境很危险。但他仍然能平平安安地躺下，因为主在看顾他：

> “我躺下睡觉，我醒来，因为耶和华扶持我。”
>
> *Psalm 3:5*

记住 神从不打盹，所以你可以安心休息。

圣经中值得记住的一刻



Moment 160（第160集）

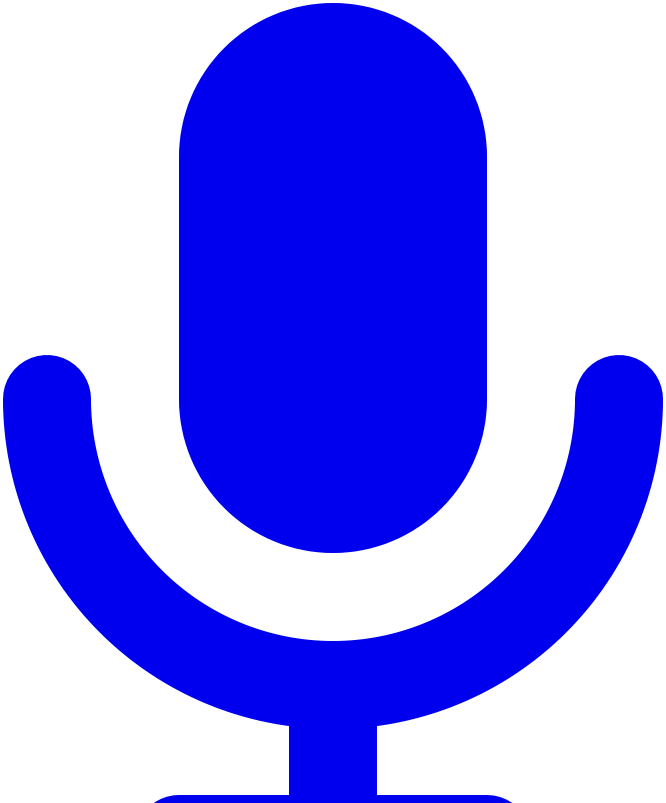
夜间的歌

Charles Spurgeon 有一次到英国一个偏僻的地方度假。有人告诉他，那里有很多夜莺。可是他到了以后就开始下雨，天气也冷得反常，他担心自己连一只夜莺的声音都听不到。后来，他坐在打开的窗户旁边，一只夜莺正好停在窗外，开始唱起歌来。Spurgeon 写道：“我想，在我听见天使唱‘荣耀’之前，再也不会听到这么甜美、这么动人的声音了。”那只夜莺的神，就是我所事奉的那位慈爱的救主。祂总会赐下一线光明，在夜间赐下歌声。在诗篇第42篇我们读到：

> “白天，耶和华必向我施慈爱；夜间，我要向祂唱歌，向赐我生命的神祷告。”
>
> *Psalm 42:8*

记住 即使在最黑的夜里，神仍然赐下歌声。

圣经中值得记住的一刻



Moment 161（第161集）

逃脱的路

你刚刚是不是受到试探，想去做一件不对的事，又不知道该去哪里求帮助？听听圣经里的这些话，并且要记住：那些进到你生命中的错误欲望，并不是什么新鲜特别的事。在你以前，已经有很多人面对过一模一样的问题。在受试探的时候，要转向主耶稣；祂会指给你逃脱的路。

> “你们所遇见的试探，无非是人所常有的。神是信实的，祂必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，祂也会给你们开一条出路……”
>
> *1 Corinthians 10:13*

记住 在试探中，神总会预备逃脱的路。

圣经中值得记住的一刻



Moment 162（第162集）

星期三的忧虑盒子

有这样一个故事：有一个人处理忧虑的方法很特别。他每个星期专门留出一天来担心所有的事。一个星期当中，只要有什么事让他心烦，他就写下来，放进他所谓的“星期三忧虑盒子”里。到了星期三，他非常惊讶地发现，大部分的问题早就已经解决了。主耶稣在马太福音第6章说：

> “所以我告诉你们，不要为生命忧虑吃什么、喝什么；也不要为身体忧虑穿什么。难道生命不胜于饮食，身体不胜于衣裳吗？”
>
> *Matthew 6:25*

记住 大部分的忧虑自己就会解决；把它们交给主吧。

圣经中值得记住的一刻



Moment 163（第163集）

麻烦总是接二连三

你有没有发现，麻烦好像总是接二连三地来？你一早醒来就感冒了。因为闹钟没响，你上班迟到了。到了公司，好像每件事都不顺。以赛亚知道该去哪里求帮助。他告诉我们："你们要永远信靠耶和华，因为耶和华是永远的磐石。"是的，我们在圣经里读到：

> "神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。"
>
> *Psalm 46:1*

记住 当麻烦接二连三地来，神是我们随时的帮助。

圣经中值得记住的一刻



Moment 164（第164集）

就要有新发现了

Lord Kelvin 是英国著名的数学家和物理学家。有一次，他在课堂上当着学生的面做一个实验，结果没有成功。他看到实验失败了，就对学生说：“当你们遇到困难的时候，你们就快要有新发现了。”你正在经历很大的试验，好像在火炉里一样吗？要振作起来。也许你正好就要有一个新发现。圣经说：

> “使你们的信心经过试验，比那被火试验过、仍然会朽坏的金子更加宝贵，可以在耶稣基督显现的时候，得着称赞、荣耀和尊贵。”
>
> *1 Peter 1:7*

记住 你最艰难的试炼，也许就是一个新发现的开端。

圣经中值得记住的一刻



Moment 165（第165集）

有什么用呢？

有什么用呢？你是不是在问这个问题？很多人都在问。它说出了我们心中深深的挫折感。有解决的办法吗？神在祂的话语里说，解决你的失败、挫折和惧怕的，就是耶稣基督。祂解决了人生的问题。祂解决了死亡的问题。祂在十字架上受死，解决了罪的问题。祂要你过一个快乐、有用的人生。主耶稣说：

> “我来了，是要叫人得生命，并且得的更丰盛。”
>
> *John 10:10*

记住 耶稣就是挫折、失败和惧怕的答案。

圣经中值得记住的一刻



Moment 166（第166集）

当我没有安全感的时候

我是不是听见你说：“我觉得好没有安全感”？圣经提醒我，主耶稣能保守我不失脚，叫我无瑕无疵地进到祂荣耀的面前。是的，我们不必害怕，就算世界爆炸、高山崩塌落入海中，也不必害怕。任凭海洋翻腾咆哮，任凭高山震动摇晃。神是我的避难所，是我的力量。

> “神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。所以，就算地被挪移，就算山被移到海心，我们也不害怕。”
>
> *Psalm 46:1–2*

记住 当我心里不踏实的时候，神是我的避难所。

圣经中值得记住的一刻



Moment 167（第167集）

当担子太重的时候

人生的担子好像太重了。“我快撑不下去了。”我打开圣经，读到：“你要把你的重担卸给耶和华，祂必扶持你。”还有：

> “但那些仰望耶和华的人，必重新得力；他们必像鹰一样展翅上腾；他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。”
>
> *Isaiah 40:31*

记住 把你的重担交给主，祂必使你重新得力。

圣经中值得记住的一刻



Moment 168（第168集）

当风暴来临的时候

我必须承认，我面对人生风暴时的反应，常常就像耶稣的门徒在风浪翻腾的加利利海上一样。他们吓得半死。他们看出局面已经不是他们控制得了的，就担心自己会丧命。我们这些相信主耶稣基督的人，为什么会变得这么害怕呢？人生的风暴临到我们的时候，我们怎么就不能信靠祂呢？祂昨日、今日、一直到永远，都是一样的。有一位写诗篇的人认识惧怕，他也知道到哪里去找避难的地方。他写道：

> “我害怕的时候，要倚靠你。”
>
> *Psalm 56:3*

记住 风暴兴起的时候，要信靠那位使海平静的主。

圣经中值得记住的一刻



Moment 169（第169集）

为你预备的地方

有时候好像每件事都不对劲，麻烦几乎是接二连三地来。主耶稣用一些话鼓励祂的门徒，这些话也许也能帮助你。祂应许要为他们预备地方，还要再来接他们。过了不久，祂又说："我就是道路、真理、生命；若不是借着我，没有人能到父那里去。"下面是祂对他们说的话：

> "你们心里不要忧愁；你们信神，也当信我。在我父的家里有许多住处；若是没有，我早就告诉你们了。我去是为你们预备地方。"
>
> *John 14:1–2*

记住 当麻烦越堆越多的时候，要信靠耶稣，祂正在为你预备一个家。

圣经中值得记住的一刻



Moment 170（第170集）

战争什么时候才会停止？

我是不是听见你说：“今天世界上为什么有这么多纷争和战争？神为什么不做点什么呢？”圣经说，倚靠主的人好像锡安山，永不动摇。又说：“不要害怕，也不要惊慌……因为胜败不在乎你们，乃在乎神。”接着，说到将来的一天，我们在以赛亚书里读到，主要为列国断定纷争。到那时，一切战争终于都会停止，所有的军事训练也都会结束。

> “祂必在列国中施行审判，为许多民族断定是非。他们要把刀打成犁头，把枪打成镰刀。这国不再举刀攻击那国，他们也不再学习战事。”
>
> *Isaiah 2:4*

记住 胜败在乎主，有一天祂会终止一切战争。

圣经中值得记住的一刻



Moment 171（第171集）

当你觉得自己像块门垫

你说："我觉得自己像块门垫，大家好像都从我身上踩过去。我该怎么办？"听听神的话，诗篇第138篇："我呼求的那天，你就应允我，使我心里有能力，使我刚强。"使徒保罗写信给哥林多人的时候，说到主怎样回应他关于一个软弱的祈求：

> "我的恩典够你用的，因为我的能力是在人的软弱上显得完全。所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。"
>
> *2 Corinthians 12:9*

记住 我们软弱的时候，基督的能力就覆庇我们。

圣经中值得记住的一刻



Moment 172（第172集）

会有和平的一天吗？

和平。会有和平的一天吗？国与国之间的和平？种族与种族之间的和平？人与人之间的和平？那我自己内心的平安呢？我能有真正的内在平安吗？耶稣应许赐下平安。真正的平安，是主耶稣基督进到你的生命里才有的。你可以在圣经里读到。在约翰福音里祂说：

> “我留下平安给你们，我把我的平安赐给你们。我所给的，不像世人所给的。你们心里不要忧愁，也不要害怕。”
>
> *John 14:27*

记住 有耶稣在你的生命中，才有真正的平安。

圣经中值得记住的一刻



友谊与孤单

那位比兄弟更亲密的朋友。

1. 173在人群中孤单186
2. 174因为你爱我们这样的人187
3. 175五块钱听你说话188
4. 176把我的人格分裂开189
5. 177归属的需要190
6. 178不想再假装了191
7. 179当我独自一人的时候192
8. 180我为什么这么孤单？193

Moment 173（第173集）

在人群中孤单

地球是一个忙碌的星球，到处都是匆匆忙忙赶来赶去的人。今天的很多歌曲，都反映出诗人写下这句话时的心情：“没有人关心我的性命。”有些人即使身在人群当中，仍然觉得孤单。要胜过孤单的感觉，最有力的方法之一，就是操练与神同在、与祂作伴。和那位罪人的朋友建立一份活泼、亲密的友谊，你就永远有一位朋友。在基督里，孤单是可以医治的。当你找到祂，你就永远不会独自行走，即使走过死荫的幽谷也不会。耶稣应许说：

> “因为主曾说：我总不撇下你，也不丢弃你。”
>
> *Hebrews 13:5*

记住 在基督里，你永远不会独自行走。

圣经中值得记住的一刻



Moment 174（第174集）

因为你爱我们这样的人

多年以前，有一个穿得很破旧的男孩，在雪地里走了好几英里路，去参加 D. L. Moody 教的查经班。有人问他，为什么要走那么远来上主日学，他回答说：“因为这对我很重要，而且我想跟你们在一起，因为你们这里的人爱我们这样的人。”主耶稣说：

> “我赐给你们一条新命令，就是要你们彼此相爱；我怎样爱你们，你们也要怎样彼此相爱。你们若彼此相爱，众人就会因此认出你们是我的门徒了。”
>
> *John 13:34–35*

记住 在我们所能给人的一切当中，爱最能吸引人。

圣经中值得记住的一刻



Moment 175（第175集）

五块钱听你说话

前些时候，有一个人在报上登了这样一则广告：“只要五块钱，我就会听你说三十分钟的话，一句意见也不发表。”这听起来像是骗局吗？这个人可是认真的。有没有人回应这则广告呢？有。没过多久，这个人每天就接到十到二十通电话。外面有很多孤单的人。他们需要有人愿意听他们说话。圣经说到一位比兄弟更亲密的朋友。我们知道这位朋友就是主耶稣基督。你今天就可以在祷告中跟祂说话，而且不限三十分钟。

> “滥交朋友的，自取败坏；但有一位朋友，比兄弟更亲密。”
>
> *Proverbs 18:24*

记住 耶稣是一位总是愿意倾听的朋友，而且没有时间限制。

圣经中值得记住的一刻



Moment 176（第176集）

把我的人格分裂开

你听过这个故事吗？有一个人去看医生，问他："医生，你能不能帮我把人格分裂开？"医生回答说："把你的人格分裂开？你到底要这样做干什么？"那人很不自在地扭了扭身子，说："唉，医生，我实在太孤单了。"是的，有很多孤单的人。在箴言里我们读到："有一位朋友，比兄弟更亲密。"我们知道这位朋友就是主耶稣基督。在约翰福音里祂说：

> "以后我不再称你们为仆人，因为仆人不知道主人所做的事；我已经称你们为朋友，因为我从我父那里所听见的，已经都告诉你们了。"
>
> *John 15:15*

记住 孤单的人可以在耶稣里找到真正的朋友。

圣经中值得记住的一刻



Moment 177（第177集）

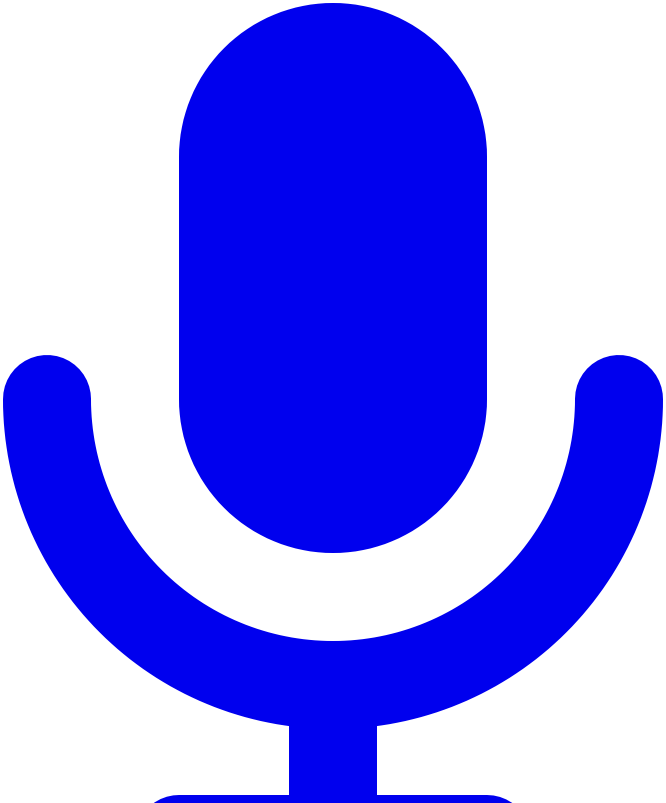
归属的需要

心理学家告诉我们，人第三项最基本的需要，就是归属的需要。然而现代人却是孤单、寂寞的身影，是一个活在陌生又充满敌意的世界里的个体。所以我们参加各种俱乐部、会社、协会、团体和其他组织——但我们还是找不到满足。我们需要归属，因为神就是这样造我们的。当我们说我们的社会因孤单而生了病，其实就是在说，人已经让自己与神隔绝了。答案是什么呢？神差遣祂的儿子耶稣基督来，在祂自己和人之间搭起了桥梁。我们在圣经里读到：

> “因为只有一位神，在神和人中间也只有一位中保，就是成为人的基督耶稣。祂舍了自己，作万人的赎价。”
>
> *1 Timothy 2:5–6*

记住 当基督带我们回到神面前，我们最深的孤单就得着医治。

圣经中值得记住的一刻



Moment 178（第178集）

不想再假装了

John D. Jess 讲过这样一个小故事。一位在非洲的宣教士有个小女儿，她住的宣教站里没有别的小孩。所以，就像有些孤单的孩子会做的那样，她想象出一个假想的玩伴，跟它说话、跟它玩。有一天她对妈妈说："妈妈，我不想再假装了。我要一个真的玩伴。"几乎我们每个人都多少尝过孤单的滋味。你可能在一大群人当中也觉得孤单。主耶稣是孤单之人的伟大朋友。当你夜里醒着睡不着的时候，你可以在祷告中跟祂说话。圣经说祂是那位比兄弟更亲密的朋友：

> "滥交朋友的，自取败坏；但有一位朋友，比兄弟更亲密。"
>
> *Proverbs 18:24*

记住 耶稣是真实的朋友，绝不是假想出来的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 179（第179集）

当我独自一人的时候

有人说：“我就是没办法一个人去。一个人去一点意思都没有。我能怎么办？我独自一人的时候，能到哪里去呢？”我们在圣经里读到主说的这些话。要记住，祂昨日、今日、一直到永远，都是同一位朋友。

> “看哪，我与你同在。你无论往哪里去，我必保佑你……我总不离弃你。”
>
> *Genesis 28:15*

记住 有主与你同去，你就永远不是独自一人。

圣经中值得记住的一刻



Moment 180（第180集）

我为什么这么孤单？

我是不是听见你说：“神不是应许过要永远与我同在吗？那我为什么这么孤单？”圣经说：“要趁耶和华可以找到的时候寻找祂，趁祂靠近的时候求告祂。”又说：

> “耶和华在祂一切所行的路上都是公义的，在祂一切所做的事上都是圣洁的。凡求告耶和华的，就是诚心求告祂的，耶和华便与他们相近。”
>
> *Psalm 145:17–18*

记住 主靠近所有求告祂的人。

圣经中值得记住的一刻



家与家庭

父母、儿女、婚姻与家庭。

1. 181为家庭祷告195
2. 182箭袋满满196
3. 183她没说出口的每一句话197
4. 184神给父母和青少年的指引198
5. 185父亲学到了多少199
6. 186家庭的说明书200
7. 187电脑配对201
8. 188在学校祷告——也在家里祷告202
9. 189我们可以不管孩子吗？203
10. 190六百个坐牢的青少年204
11. 191这一代把它摔了205
12. 192若不是耶和华建造房屋206
13. 193家是什么207
14. 194爸爸知道的事208

Moment 181（第181集）

为家庭祷告

这里有诗篇第101篇的两节经文。让我们把这篇诗当作我们的祷告：“主啊，我多么需要你的帮助，特别是在我自己的家里，因为我渴望在家里行得正。”主能帮助我们在家里行得正。

> “我要歌唱慈爱和公平；耶和华啊，我要向你歌唱。我要用智慧行完全的道。你什么时候到我这里来呢？我要存完全的心，行在我的家中。”
>
> *Psalm 101:1–2*

记住 求主帮助你在家里好好地生活。

圣经中值得记住的一刻



Moment 182（第182集）

箭袋满满

George Washington 家里有十个孩子，他是其中一个。John Wesley 出生在一个有二十一个孩子的家庭。Harriet Beecher Stowe 的父亲 Lyman Beecher，家里有十三个孩子，他还是家里最瘦小的那一个。圣经对家庭怎么说呢？诗篇第127篇：

> “看哪，儿女是耶和华所赐的产业……年轻时所生的儿女，好像勇士手中的箭。箭袋装满了箭的人，是有福的……”
>
> *Psalm 127:3–5*

记住 儿女是主所赐的礼物。

圣经中值得记住的一刻



Moment 183（第183集）

她没说出口的每一句话

有人说过："一个男人要等到明白妻子没说出口的每一句话，才算真正了解她。"沟通在婚姻里是非常重要的。一个眼神、一个轻轻的触碰，可能就胜过千言万语。据说在最近一次政治场合中，有一位妻子觉得丈夫对某个话题已经说够了，就拉了拉他的衣角。圣经对丈夫和妻子有很多话要说。既然我们特别谈到了丈夫和他们的沟通，就让我们来看一节写给丈夫的经文。

> "作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍了自己。"
>
> *Ephesians 5:25*

记住 作丈夫的，要爱妻子，像基督爱教会一样。

圣经中值得记住的一刻



Moment 184（第184集）

神给父母和青少年的指引

爸爸、妈妈，你们说跟家里的青少年处不来吗？这里有一些神在圣经里给的指引。首先，对儿女说一句话：要听从父母。这是理所当然的，因为神把他们放在你之上，有管教你的权柄；孝敬他们，还带着一个应许，就是长寿又满有福气。现在对你们作父母的说一句话：不要一直责骂、唠叨你们的孩子，让他们生气、心里怨恨。反倒要用主自己所认可的、带着爱的管教来养育他们，给他们建议和合乎神心意的劝告。

> “作儿女的，要在主里听从父母，这是理所当然的。……作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教导和警戒养育他们。”
>
> *Ephesians 6:1–4*

记住 神给儿女指引，也给父母指引。

圣经中值得记住的一刻



Moment 185（第185集）

父亲学到了多少

Mark Twain 曾经说过：“我十四岁的时候，觉得我父亲无知透了，我真讨厌那老头子在我身边。可是到了我二十一岁的时候，我很惊讶地发现，才短短七年，我父亲竟然学到了这么多。”我相信这样想的不只 Mark Twain 一个人。圣经说，孝敬父母是第一条带着应许的诫命。在圣经里，长寿和孝敬父母是有明确关联的。

> “要孝敬父母，这是第一条带着应许的诫命，使你得福，在世上长寿。”
>
> *Ephesians 6:2–3*

记住 要孝敬父母——他们懂的可能比你想的多。

圣经中值得记住的一刻



Moment 186（第186集）

家庭的说明书

你说你家里有麻烦吗？圣经是关于家庭最好的说明书。我们来看看以弗所书第五章里的几条。凡事都要奉我们主耶稣基督的名，常常感谢父神。要存敬畏基督的心彼此顺服。作妻子的，要顺服自己的丈夫，好像顺服主一样，因为丈夫是妻子的头，正如基督是教会的头，祂又是教会全体的救主。圣经对作丈夫的说：

> “作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍了自己。”
>
> *Ephesians 5:25*

记住 丈夫和妻子照着神的指示而行，家就会和睦顺利。

圣经中值得记住的一刻



Moment 187（第187集）

电脑配对

我曾经听说有一对年轻夫妇，是经过电脑介绍认识后结婚的。他们参加了一个电脑交友配对服务，根据他们的外表和头脑特点、性格和背景来配对。我觉得用这种方式找伴侣，实在有点吓人。圣经里讲了很多关于婚姻的事。如果你把圣经里所有关于婚姻的经文都研究一遍，你就会有寻找终身伴侣最好的指引。其实，其中有一节经文是这样说的：

> “找到妻子的，就是找到了好东西，也是蒙了耶和华的恩惠。”
>
> *Proverbs 18:22*

记住 神的话语是寻找终身伴侣最好的指引。

圣经中值得记住的一刻



Moment 188（第188集）

在学校祷告——也在家里祷告

Richard Halverson 讲过这样一个故事。有一位参议员，在当地一间教会的礼堂里举行的男士餐会上讲话，当时有好几百位男士在场。吃饭的时候，大家谈到在学校祷告的话题。这位参议员开口第一句就问："你们当中有多少人赞成在公立学校里祷告？"几乎每个人都举了手。接着他问了第二个问题："你们当中有多少人每天在家里和孩子一起祷告？"只有几个人举手。圣经说：

> "作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教导和警戒养育他们。"
>
> *Ephesians 6:4*

记住 为孩子祷告，要从家里开始。

圣经中值得记住的一刻



Moment 189（第189集）

我们可以不管孩子吗？

有些父母说，我们不应该在信仰或信念上影响孩子。我们要问这些父母："为什么不呢？"电视和收音机会影响你的孩子。你的邻居也会。你会花心思去影响你的花、你的菜、你的狗。难道我们要不管自己的孩子吗？圣经在箴言第二十二章第六节说：

> "教养孩童，使他走当走的道，就是到老他也不会偏离。"
>
> *Proverbs 22:6*

记住 如果我们不影响自己的孩子，别人就会去影响他们。

圣经中值得记住的一刻



Moment 190（第190集）

六百个坐牢的青少年

这里有一段引述：在监狱里找到的六百个青少年，说出了他们为什么会坐牢的一些惊人事实。十个人当中有六个，父亲酗酒，很多人的母亲也是一样。四个人当中有三个，父母任由他们想什么时候进出家门就什么时候进出。十个人当中有七个，家里从来没有一起做过什么团体或家庭活动，而且他们当中没有一个人上过主日学。圣经说：

> “你要殷勤地把这些话教导你的儿女；无论你坐在家里，走在路上，躺下，起来，都要谈论。”
>
> *Deuteronomy 6:7*

记住 每天在家里把神的话语教导你的孩子。

圣经中值得记住的一刻



Moment 191（第191集）

这一代把它摔了

有一个小男孩问他妈妈：“妈妈，你记得我们家那个一代一代传下来的花瓶吗？”妈妈回答说：“当然记得啊，宝贝。我知道那个花瓶。”小男孩说：“嗯，这一代把它摔了。”仔细想想，我们确实把一些世世代代传给我们、非常重要的东西给摔了。据说 Eisenhower 一家人聚在一起读圣经的时候，每个男孩轮流读，读到出错为止，然后换另一个男孩接着读。你们全家上一次一起读圣经，是多久以前的事了？诗篇第119篇说：

> “年轻人用什么使他的行为纯洁呢？是要遵行你的话。”
>
> *Psalm 119:9*

记住 别让你这一代把家里的圣经摔了。

圣经中值得记住的一刻



Moment 192（第192集）

若不是耶和华建造房屋

你在建造一栋房子、建立一个家吗？听听智慧人所罗门在诗篇127篇里给的劝告吧。在这个到处都在拆了又建、建了又拆，人们从一个项目赶到另一个项目的年代，这是很好的劝告。不管是盖房子、建立家庭，还是建造一生，我们都需要主的帮助。

> “若不是耶和华建造房屋，建造的人就白白劳力；若不是耶和华看守城池，守望的人就白白警醒。……因为祂会让祂所爱的人安然睡觉。”
>
> *Psalm 127:1–2*

记住 和主一起建造你的房子、你的家和你的一生。

圣经中值得记住的一刻



Moment 193（第193集）

家是什么

有人这样形容家：世界冰冷的时候，它是温暖的地方；世界充满敌意的时候，它是安全的地方；世界黑暗的时候，它是有光的地方。家有很多面。家是饭桌旁的爱，是同一个屋檐下友善的笑声。家是妈妈在厨房里唱歌，爸爸在屋里吹着口哨，孩子们在院子里玩耍。赢了的时候，家是为你欢呼的啦啦队；输了的时候，家是你可以回去的地方。一个人只要属于一个家，就永远不会孤单。圣经里我们读到：

> “耶和华神说：‘那人独自一个不好，我要为他造一个配偶帮助他。’”
>
> *Genesis 2:18*

记住 有了家，就没有人需要孤单。

圣经中值得记住的一刻



Moment 194（第194集）

爸爸懂什么

有一本荷兰杂志上的文章，翻译成英文以后，列出了人们在不同年龄怎样看爸爸。四岁："我爸爸什么都会。"七岁："我爸爸懂得好多好多。"八岁："爸爸也不是什么都懂。"十四岁："老爸简直老土得没救了。"二十一岁："那个人早就过时了。"二十五岁："他偶尔也能想出个好主意。"三十五岁："得问问爸爸对这件事怎么看。"五十岁："真希望还能再跟爸爸商量一次。"圣经怎么说到爸爸呢？

> "要孝敬父母，使你的日子在耶和华你神所赐你的地上得以长久。"
>
> *Exodus 20:12*

记住 趁着还能跟爸爸商量，好好孝敬他。

圣经中值得记住的一刻



言语与态度

舌头、内心，以及我们怎样对待别人。

1. 195114小时里的117起凶杀211
2. 196一本三万字的书212
3. 197随口的话，恩慈的话213
4. 198善于忘记214
5. 199喜乐的心215
6. 200尖刻的舌头216
7. 201你的生命需要贴标签吗？217
8. 202每一句闲话218
9. 203大家都做“中号”219
10. 204对于有爱的人220
11. 205进入神的圣所221
12. 206要为自己的脸负责222
13. 207伟大的开始223
14. 208成功的一家人224
15. 209你生命的果子225
16. 210心的记忆226
17. 211一个字的分量227
18. 212关于糖的全部真相228
19. 213后来有了电视229
20. 214想着我妹妹230
21. 215我们已经读过最后一章231

1. 216成功到底是什么232
2. 217当嫉妒使人朽烂233
3. 218当别人议论你的时候234
4. 219赢家与输家235
5. 220你可能得吞回去的话236

Moment 195（第195集）

114小时里的117起凶杀

在美国 Virginia 州，一个家长教师协会的一些成员，在孩子们看电视的时段一直盯着电视看。他们在114½小时里看了185个节目。他们看到了117起凶杀、19起抢劫、16起绑架、3次越狱和1起自杀——这还只是其中几样罪行。圣经告诉我们心里该想些什么：

> “弟兄们，我还有话说：凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。”
>
> *Philippians 4:8*

记住 留心什么在填满你的心思；要思念清洁可爱的事。

圣经中值得记住的一刻



Moment 196（第196集）

一本三万字的书

有人说，一般人一天要讲三万个字。如果把这些话都印成一本书，一天下来你就有一本相当厚的书了。我相信，如果我们每天睡觉前都得把这本书读一遍，第二天每个人都会少说几句，而且会更小心地选择用词。圣经说，如果有人能管住自己的舌头，就证明他在各方面都能管住自己。没有人能制伏舌头——但是神能。圣经说：

> “照样，舌头在百体里也是最小的，却能说大话。看哪，最小的火能点着最大的树林！”
>
> *James 3:5*

记住 小心选择你的话——神能制伏舌头。

圣经中值得记住的一刻



Moment 197（第197集）

随口的话，恩慈的话

有人说过：“一句随口的话可能挑起纷争；一句残忍的话可能毁掉一生；一句苦毒的话可能种下仇恨；一句粗暴的话可能伤人致死。一句恩慈的话可能铺平道路；一句喜乐的话可能照亮一天；一句合时的话可能减轻压力；一句有爱的话可能医治人、祝福人。”舌头有时候赞美我们的天父，有时候又冒出咒骂人的话。没有人能制伏舌头——但是神能。圣经说：

> “唯独舌头没有人能制伏，是不止息的恶物，满了害死人的毒气。”
>
> *James 3:8*

记住 没有人能制伏舌头——但是神能。

圣经中值得记住的一刻



Moment 198（第198集）

善于忘记

有些时候，能够“善于忘记”是好事。有一次，一位朋友跟 Clara Barton 谈起从前有人对她做过的一件残忍的事。那位朋友问：“你不记得了吗？”Clara Barton 回答：“我不但不记得，我还清清楚楚地记得我已经把那件事忘了。”圣经说，要温柔，乐意饶恕人，永远不要怀恨在心。

> “倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。”
>
> *Colossians 3:13*

记住 记得要忘记别人对你做过的错事。

圣经中值得记住的一刻



Moment 199（第199集）

喜乐的心

有人说，我们的身体在很大程度上受情绪状态的影响，看我们心里是平安还是纷乱。圣经说：“心中喜乐，面带笑容；心里忧愁，灵就损伤。”那这对我们的身体有什么影响呢？在箴言后面我们读到：

> “喜乐的心就像良药，使人健康；忧伤的灵却使骨头枯干。”
>
> *Proverbs 17:22*

记住 喜乐的心是一剂良药。

圣经中值得记住的一刻



Moment 200（第200集）

尖刻的舌头

Washington Irving 说过：“尖刻的舌头是唯一越用越锋利的利器。”还有人说：“唯一可以把人‘往下送’的，只有开电梯的小伙子。”让我们像诗篇19篇里的那个人一样祷告。他的祷告是这样说的：

> “耶和华我的磐石、我的救赎主啊，愿我口中的言语、心里的意念，在你面前蒙悦纳。”
>
> *Psalm 19:14*

记住 祷告求你的话语蒙主喜悦。

圣经中值得记住的一刻



Moment 201（第201集）

你的生命需要贴标签吗？

Spurgeon 先生多年前写道："我上学的时候，我们画房子、马和树这些东西，还常常在房子的图下面写上'房子'两个字，在马的图下面写上'马'字；不然的话，有些人可能会把房子当成马。"他接着说："有些人需要在脖子上挂个标签，才能让人知道他们是基督徒。"你呢？如果你不说，别人猜得出你是基督徒吗？圣经说：

> "你们若有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。"
>
> *John 13:35*

记住 让你的爱显明你属于基督——不需要标签。

圣经中值得记住的一刻



Moment 202（第202集）

每一句闲话

我们说的话在神眼中重要吗？主耶稣说：“因为心里所充满的，口里就说出来。善人从他心里所存的善就发出善来；恶人从他心里所存的恶就发出恶来。”从我们口中出来的话确实很重要。主耶稣在马太福音12章接着说：

> “我又告诉你们，人所说的每一句闲话，在审判的日子都要一句一句地交代清楚。”
>
> *Matthew 12:36*

记住 我们的话在神看来很重要——每一句都是。

圣经中值得记住的一刻



Moment 203（第203集）

大家都做“中号”

有两个孩子在院子里搭了一个俱乐部小屋。墙上用孩子气的字写着俱乐部的规矩。第一条是：“谁都不准装大。谁都不准装小。大家都做中号。”这规矩挺好的，连大人也用得上。听听诗篇第2篇：

> “外邦为什么争闹？万民为什么谋算虚空的事？……那坐在天上的必发笑，主必嗤笑他们。”
>
> *Psalm 2:1, 4*

记住 谁都不装大，谁都不装小——大家都做中号。

圣经中值得记住的一刻



Moment 204（第204集）

对于有爱的人

有人说，对等待的人来说，时间太慢；对害怕的人来说，时间太快；对悲伤的人来说，时间太长；对欢喜的人来说，时间太短。但对有爱的人来说，时间就不存在了。在约翰福音里，耶稣给了门徒一条新命令。主耶稣的信息，是在充满仇恨的世界里一个爱的信息。神爱世人，甚至将祂赐下。

> “我赐给你们一条新命令，就是要你们彼此相爱；我怎样爱你们，你们也要怎样彼此相爱。你们若彼此相爱，众人就会因此认出你们是我的门徒了。”
>
> *John 13:34–35*

记住 要彼此相爱，像基督爱我们一样。

圣经中值得记住的一刻



Moment 205（第205集）

进入神的圣所

你嫉妒别人吗？现在你是不是正在羡慕嫉妒某个人？圣经里有个人就有这个问题。他写道：“我见恶人和狂傲人享平安，就心怀不平。”后来有一天，他进了神的圣所去默想，想到这些恶人的结局。之后他说：“我这样愚昧。”他在默想主的时候，得出了这样的结论：

> “除你以外，在天上我还有谁呢？除你以外，在地上我也没有所爱慕的。我的肉体和我的心肠衰残，但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。”
>
> *Psalm 73:25–26*

记住 当我们看见神自己就是我们的福分，嫉妒就消失了。

圣经中值得记住的一刻



Moment 206（第206集）

要为自己的脸负责

据说，Lincoln 总统的一位顾问推荐某人进入内阁。Lincoln 没有接受。助手问为什么，总统回答：“我不喜欢他的长相。”顾问反驳说：“可是那个可怜的家伙对自己的长相也没办法负责啊。”Lincoln 说：“每个过了四十岁的人，都要为自己的脸负责。”有一首福音诗歌大概是这样唱的：“愿耶稣的美好在我身上显出来。”在诗篇90篇我们读到：

> “愿主我们神的荣美归于我们身上；愿你坚立我们手所做的工……”
>
> *Psalm 90:17*

记住 让人从你脸上看见耶稣的美好。

圣经中值得记住的一刻



Moment 207（第207集）

伟大的开始

D. L. Moody 说过：“伟大的开始是做小，伟大的增长是做得更小，伟大的完全是什么都不是。”保罗在写给腓立比人的信里告诉我们，我们的心态应该像耶稣基督为我们显明的那样：祂虽然是神，却放下了祂的荣耀，取了奴仆的形像，成为人的样式。祂还更加降卑自己，甚至像罪犯一样死在十字架上。

> “你们当以基督耶稣的心为心：……祂自己卑微，存心顺服，以至于死，而且死在十字架上。”
>
> *Philippians 2:5, 8*

记住 真正的伟大从谦卑开始，就像耶稣一样。

圣经中值得记住的一刻



Moment 208（第208集）

成功的一家人

有人说得好："成功的父亲是勤劳，成功的母亲是志向。大儿子是常识。几个弟弟是诚实、认真和热忱。大女儿是品格。几个妹妹是开朗、忠诚与和睦。"跟这位父亲交个朋友，记住他的名字——勤劳——你就会跟这一家其他的人都相处得很好。圣经在箴言里说：

> "诸般勤劳都有益处；嘴上的空谈却只会带来穷乏。"
>
> *Proverbs 14:23*

记住 认识了勤劳，成功的一家人都会跟着来。

圣经中值得记住的一刻



Moment 209（第209集）

你生命的果子

你的生命结出的是什么果子？就像一棵成长的树会结果子一样，如果我们属于主耶稣基督，我们的生命里也应该看得出某些特质。当圣灵掌管我们的生命，祂就在我们里面结出这样的果子。当别人在我们的生命里看到这些，他们其实是看见神在我们里面所做的工，使我们越来越像基督。圣经说：

> “圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制；这样的事没有律法禁止。”
>
> *Galatians 5:22–23*

记住 当圣灵掌管的时候，别人就会在我们身上看见基督的果子。

圣经中值得记住的一刻



Moment 210（第210集）

心的记忆

有人写道：“感恩是心的记忆。”它是灵魂在神的美善面前唱出的一首歌。心胸狭小的人很少感恩；懂得感恩的人从来不会渺小。在旧约里，我们读到但以理一天三次祷告感谢神。问你一个问题：你是一个懂得感恩的人吗？在新约里，使徒保罗写信给哥林多人，说了这些话：

> “我常为你们感谢我的神，因为神在基督耶稣里赐给你们恩典。”
>
> *1 Corinthians 1:4*

记住 懂得感恩的人从来不会渺小。

圣经中值得记住的一刻



Moment 211（第211集）

一个字的分量

编辞典的出版人 Wilfred Funk 提出了英语里一些最打动人心的字。这里列出几个：alone（孤单），最苦涩的字；mother（母亲），最受尊敬的字；forgotten（被遗忘），最悲伤的字；faith（信心），带来最大安慰的字；love（爱），最美的字；revenge（报复），最残忍的字；no（不），最冷的字。你大概还能想到更多。我们用词要非常小心，哪怕只是一个字。我们的祷告应该像圣经里的那个祷告一样：

> “耶和华我的磐石、我的救赎主啊，愿我口中的言语、心里的意念，在你面前蒙悦纳。”
>
> *Psalm 19:14*

记住 用词要小心；哪怕一个字也有分量。

圣经中值得记住的一刻



Moment 212（第212集）

关于糖的全部真相

这是第二次世界大战时期糖实行配给的一个故事。有位妇人去配给委员会申请多领一些糖票。她说："我们家里所有的糖，就是厨房桌上那些。"官员问："那么，那有多少呢？"站在她身边的小孩替她回答了："两百磅。"她没有把整件事说完，对吧？她说的是真的，但不是全部的真相。圣经在歌罗西书里说：

> "不要彼此说谎，因为你们已经脱去旧人和旧人的行为。"
>
> *Colossians 3:9*

记住 半真半假仍然可能是谎言；要说出全部的真话。

圣经中值得记住的一刻



Moment 213（第213集）

后来有了电视

你听过这句话吗？“人类的大多数发明都是节省时间的。后来有了电视。”时间确实像金钱一样，可以浪费，也可以投资。让我们像圣经里诗篇90篇的那个人一样祷告：

> “求你教导我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。”
>
> *Psalm 90:12*

记住 时间就像金钱，可以浪费，也可以投资——要好好投资。

圣经中值得记住的一刻



收听229

Moment 214（第214集）

想着我妹妹

一位妈妈对她儿子说："哎呀，Bobby，你把那块蛋糕全吃光了，一点都没想到你妹妹！"Bobby 说："哦，我一直都在想着她呢。我就怕她在我吃完以前来了。"当然，只顾自己的不只是小孩子。有人说过："一个只顾着包裹自己的人，只能包成一个很小的包裹。"圣经说：

> "各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。"
>
> *Philippians 2:4*

记住 不要只顾着自己——要想到别人。

圣经中值得记住的一刻



Moment 215（第215集）

我们已经读过最后一章

有人说，乐观的人就是相信家里的苍蝇是在找出去的路的人。我想这意思是，这种人不会用苍蝇拍。你们都听过，乐观的人看杯子是半满的，悲观的人看杯子是半空的。基督徒有理由做一个乐观的人。在圣经里，我们可以读到最后一章。我们知道将来的事，因为神已经在祂的话语里告诉我们了。听听这节经文：

> “义人的路好像黎明的光，越照越明，直到日午。”
>
> *Proverbs 4:18*

记住 基督徒可以乐观——我们知道故事的结局。

圣经中值得记住的一刻



Moment 216（第216集）

成功到底是什么

有人给成功下了这样的定义：身上带着钱却能不花掉；一件工作能坚持做到完成；没人看着的时候也尽自己的本分；受了冤屈也不报复。这就是成功。主耶稣说：

> “人若因我辱骂你们，逼迫你们，捏造各样坏话毁谤你们，你们就有福了。应当欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。”
>
> *Matthew 5:11–12*

记住 真正的成功包括受了冤屈也不还手。

圣经中值得记住的一刻



Moment 217（第217集）

当嫉妒使人朽烂

我是不是听到你说："我心里有好多嫉妒的念头。我真想要别人有的东西。我好痛苦。我该怎么办？"圣经说，永远不要嫉妒恶人；反倒要信靠主，并且善待别人。在箴言里我们读到，心平气和的人寿命长，嫉妒却使骨头朽烂。这些经文是旧约的。新约也说：爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒。

> "不要为作恶的心怀不平，也不要向行不义的生出嫉妒。因为他们如草快被割下……你当信靠耶和华而行善，住在地上，以祂的信实为粮。"
>
> *Psalm 37:1–3*

记住 要信靠主，不要嫉妒别人。

圣经中值得记住的一刻



Moment 218（第218集）

当别人议论你的时候

别人议论你的时候，你会怎么回应？别人说你和你家人的闲话，或者有人撒谎冤枉你的时候，你会怎么做？你会马上为自己辩护吗？写诗篇的人当中，一定有一位也遇到过这样的问题。神给了他答案，他在诗篇37篇把这答案传给我们：不要为作恶的心怀不平；要信靠主而行善。接着又说：

> “当将你的道路交托耶和华，并依靠祂，祂就必成全。祂要使你的公义如光发出，使你的公平明如正午。”
>
> *Psalm 37:5–6*

记住 把你的道路交托给主，让祂来为你洗清名声。

圣经中值得记住的一刻



Moment 219（第219集）

赢家与输家

这里有一些关于赢家和输家的定义。赢家说："我们去查清楚。"输家说："没人知道。"赢家犯了错，会说："是我错了。"输家犯了错，会说："不是我的错。"赢家会向比自己强的人学习。输家会想办法把比自己强的人拉下来。箴言里有很多给赢家和输家的好经文。这里是箴言第18章的一节：

> "滥交朋友的，自取败坏；但有一位朋友，比兄弟更亲密。"
>
> *Proverbs 18:24*

记住 赢家以友善待人，因此交到朋友。

圣经中值得记住的一刻



Moment 220（第220集）

你可能得吞回去的话

有一首小诗，里面有很好的劝告：“说话要小心，要说得温柔又甜美。因为你永远不知道，哪天得把哪句话吞回去。”世界上不停说话的纪录是144小时，保持者是Minnesota 的一位男士。女子纪录的保持者是一位来自 New York 的女士。她从 New York 州的 Buffalo 开始说话，一直说到 Oklahoma 州的 Tulsa 才停下来——一共110小时30分钟。我们说话需要小心。这里有一个适合我们每个人的好祷告，出自诗篇141篇：

> “耶和华啊，求你看守我的口，把守我的嘴。”
>
> *Psalm 141:3*

记住 要说温柔甜美的话；你可能得把它吞回去。

圣经中值得记住的一刻



金钱与真正的财宝

长存的财富。

1. 221保罗笔记本里的一页238
2. 222如果你中了一百万239
3. 223在短缺的时候240
4. 224需要，不是想要241
5. 225被抢了还感恩242
6. 226Jonker 钻石243
7. 227世上最痛苦的人244
8. 228留在地上的财宝245
9. 229金钱买不到的东西246
10. 230你以为你在哪里？247

Moment 221（第221集）

保罗笔记本里的一页

有人说，很多人之所以不能量入为出，是因为他们觉得那样根本不算过日子。做预算、平衡家庭开支——在我们这个时代，这些似乎都很难做到。从使徒保罗的笔记本里借一页来用，不是很明智吗？在腓立比书同一章里他也写道："我的神必照祂荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切所需用的都充足。"请注意：祂没有应许满足我们一切想要的。保罗写给腓立比人的话是这样的：

> "我并不是因缺乏说这话，因为我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了的。"
>
> *Philippians 4:11*

记住 知足是学来的，神会供应每一样真正的需要。

圣经中值得记住的一刻



Moment 222（第222集）

如果你中了一百万

在这个有彩票、有抽奖、什么都有的年代，我们有时会听到这样的问题：如果你中了一百万，或者好几百万，你会拿这些钱做什么？人们想出了各种各样的答案。其实，有些人大概晚上睡不着，就在盘算着要怎么花这么多钱。圣经有一节经文讲到这件事。我从马可福音第8章读给你听：

> “人就是赚得全世界，却赔上自己的灵魂，有什么益处呢？”
>
> *Mark 8:36*

记住 赚得全世界却赔上灵魂，就是失去了一切。

圣经中值得记住的一刻



Moment 223（第223集）

在短缺的时候

这些日子我们有时会听到“短缺”这个词。有时是石油或汽油短缺。对另一些人来说，是钱不够用。你今天有缺乏吗？很多人都有。在圣经时代，我们读到过饥荒。使徒保罗有时也经历艰难的日子。听听他是怎么写这些日子的：

> “……我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了的。我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富……我靠着那加给我力量的基督，凡事都能做。”
>
> *Philippians 4:11–13*

记住 无论缺乏还是丰富，基督都赐下力量和知足的心。

圣经中值得记住的一刻



Moment 224（第224集）

需要，不是想要

在这个物价上涨、失业增加的世界里，你会不会担心你和你的家人能不能过得下去？一个人就算花一辈子去追求经济上的保障，也找不到真正的保障，连有钱人也一样。我们常听说有钱人失去了一切，甚至还负债。可是圣经讲了很多关于保障的事。这个应许是写给信徒、写给重生之人的。去读一读腓立比书第4章的背景，并且顺服主。抓住祂的应许，但要仔细留意——祂应许满足的是我们的需要，不是我们的想要。

> “我的神必照祂荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切所需用的都充足。”
>
> *Philippians 4:19*

记住 神应许满足我们的需要，不是我们每一样想要的。

圣经中值得记住的一刻



Moment 225（第225集）

被抢了还感恩

写过圣经注释的 Matthew Henry，有一次被贼拦住，钱被抢走了。他在日记里写下这些话：“我要感恩：第一，因为我以前从来没有被抢过；第二，因为他们虽然拿走了我的钱包，却没有夺走我的性命；第三，因为他们虽然拿走了我的全部，但那也不多；第四，因为是我被抢，而不是我去抢别人。”圣经说：

> “不要为自己积攒财宝在地上，地上有虫子咬，能锈坏，也有贼挖窟窿来偷；只要积攒财宝在天上……”
>
> *Matthew 6:19–20*

记住 天上的财宝永远不会被偷走。

圣经中值得记住的一刻



Moment 226（第226集）

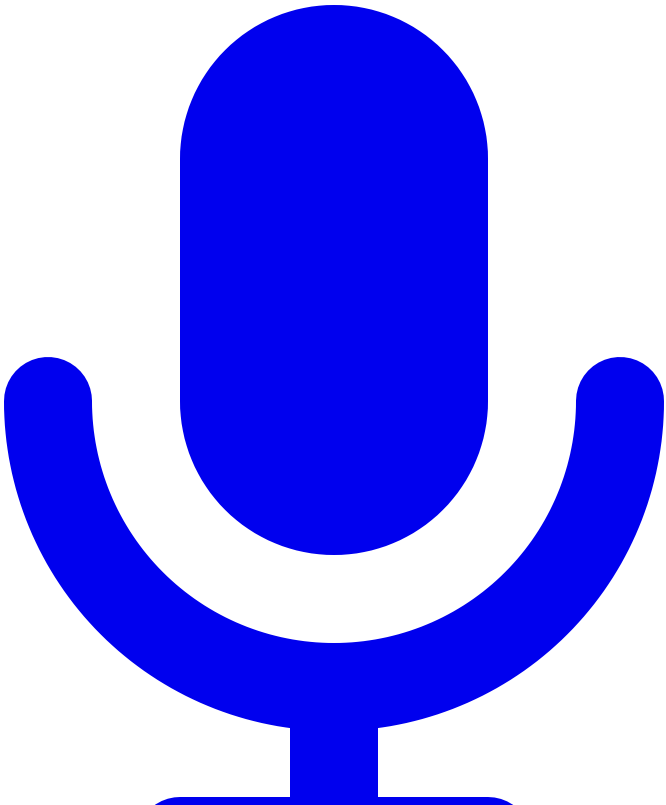
Jonker 钻石

你听说过 Jacobus Jonker 这个名字吗？他和家人住在南非的 Pretoria 附近。他是个贫穷的探矿人，可是在1934年的一个雨天，Jacobus 偶然发现了一块不寻常、沾满泥巴的石头，大约有鸡蛋那么大。后来它被称为 Jonker 钻石。它是白色的，带着一点蓝，原石重726克拉。他卖那块石头得了35万美元。你知道圣经里也有财宝可以找到吗？不是美元和美分——而是财宝。是的，在圣经里你会找到怎样积攒财宝在天上的教导。

> “只要积攒财宝在天上，天上没有虫子咬，不能锈坏，也没有贼挖窟窿来偷。”
>
> *Matthew 6:20*

记住 圣经让我们看到任何钻石都比不上的财宝。

圣经中值得记住的一刻



Moment 227（第227集）

世上最痛苦的人

你说："要是我有很多钱，我就会快乐。"真的会吗？Jay Gould 的身家大约有七千二百万美元。他临终的时候说："我想我是世上最痛苦的倒霉鬼了。"真正的快乐到哪里去找呢？答案只在基督里。写诗篇的人当中有一位说："祂使心里渴慕的人得以知足，使心里饥饿的人得饱美物。"耶稣说：

> "我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴。"
>
> *John 6:35*

记住 金钱满足不了灵魂；只有基督能。

圣经中值得记住的一刻



Moment 228（第228集）

留在地上的财宝

保障——就是安全、确定和享受。你的保障建立在什么上面？你依靠的是银行存款、保险、工作、朋友或亲戚，还是你的健康？这些都可能失去。圣经里有一个短短的故事，讲到一个人什么都有了，以为自己需要的都齐全了，但神对他说："无知的人哪，今夜必要你的灵魂；你所预备的要归谁呢？"是的，地上的财宝必须留在地上。主耶稣说：

> "不要为自己积攒财宝在地上，地上有虫子咬，能锈坏，也有贼挖窟窿来偷；只要积攒财宝在天上……因为你的财宝在哪里，你的心也在哪里。"
>
> *Matthew 6:19–21*

记住 地上的财宝会被留下；天上的财宝永远安全。

圣经中值得记住的一刻



Moment 229（第229集）

金钱买不到的东西

钱能买到床，却买不到睡眠。钱能买到书，却买不到头脑。钱能买到房子，却买不到一个家。钱能买到药，却买不到健康。有太多东西是钱买不到的。当我们有了主耶稣基督，信靠祂作救主，我们需要的就都有了。在基督里我们有生命——永远的生命，更丰盛的生命。祂在约翰福音第10章说：

> “我来了，是要叫人得生命，并且得的更丰盛。”
>
> *John 10:10*

记住 钱能买很多东西，但只有基督能赐下生命。

圣经中值得记住的一刻



Moment 230（第230集）

你以为你在哪里？

有一个故事，讲到一个人只要一想要什么，就能得到什么。他想要一栋豪宅、几个仆人、一辆昂贵的跑车、一艘游艇——转眼之间，这些都是他的了。起初他觉得很刺激。后来就觉得无聊了。最后他说："我想离开这里。我想创造点什么，想经历点苦难。我宁可在地狱，也不想待在这里。"他身边有人回答说："你以为你在哪里？"圣经一再警告人不可贪心。Luke 12:15：

> "你们要谨慎自守，免去一切的贪心；因为人的生命不在乎家道丰富。"
>
> *Luke 12:15*

记住 真正的生活不在乎我们拥有多少。

圣经中值得记住的一刻



一年四季

圣诞节、新年、阵亡将士纪念日和感恩节。

1. 231新的一年，新的生命249
2. 232记念的石头250
3. 233为人感谢神251
4. 234手掌上的“谢谢”252
5. 235最好的圣诞礼物253
6. 236耶稣为什么来254

Moment 231（第231集）

新的一年，新的生命

你会定新年计划吗？很多人都会。有时候他们一下子就破功了，但还是会去尝试。你有没有求过神帮助你的人生？你应该先求祂除去你的罪。请主耶稣进入你的心和你的生命。祂会除去你罪的重担，赐给你新的生命——真正的生命，永远的生命。当你做了这个决定，新的一年和新的生命就开始了。主耶稣是这样描述这新生命的：

> “我又赐给他们永生，他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。”
>
> *John 10:28*

记住 在耶稣基督里，用新的生命开始新的一年。

圣经中值得记住的一刻



Moment 232（第232集）

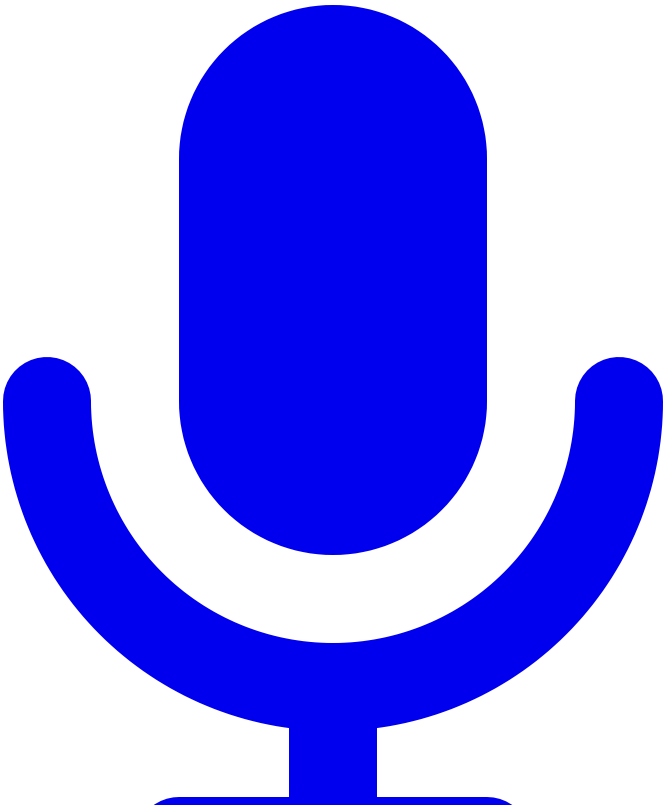
记念的石头

关于阵亡将士纪念日的一些感想。对我来说，这一天让我想起走过 Newbern Cemetery 和 Mount Pleasant Cemetery 的情景，我们许多亲人都葬在那里。在海外，我曾凝望菲律宾 Manila 附近美国军人公墓里那一排排白色十字架，那是美国在海外最大的军人公墓——有一万七千人没能从战场上回来。所以我们记念。在圣经里，我们读到以色列人走干地过了约旦河以后，约书亚立了记念的石头。所以今天我们在墓园里立碑，来记念我们所爱的人。我也想到另一个记念，就是主的晚餐。每一次我们擘饼、喝杯，就是在记念祂。

> “这些石头要作以色列人永远的记念。”
>
> *Joshua 4:7*

记住 记念你所爱的人——也记念那为我们舍己的主。

圣经中值得记住的一刻



Moment 233（第233集）

为人感谢神

关于感恩节的一些感想。有人说，神的心意是要我们爱人、用物，但我们却常常爱物、用人。有一则报纸广告正好说明了这一点："农夫想娶一位35岁、有拖拉机的女士。请寄拖拉机的照片来。"我们会心一笑，可是我们是不是也有把东西看得太重的危险呢？有个人说，他为茶感谢神；他很高兴自己不是生在有茶以前。但更重要的是，我们应该为人感谢神。把他们的名字一个一个说出来——这个名单很长。你有没有为主耶稣基督感谢过神，感谢祂为你的罪死在加略山的十字架上？

> "感谢神，因祂有说不尽的恩赐！"
>
> *2 Corinthians 9:15*

记住 为东西感谢神，更为人感谢神，最要为耶稣感谢神。

圣经中值得记住的一刻



Moment 234（第234集）

手掌上的“谢谢”

英国 Hull 的 James Stewart 被人称为职业乞丐。Stewart 在他的手掌上刺了“谢谢”（Thank You）这两个字。说到感恩，有人说过，最难学会的算术，就是数算我们所蒙的恩典。圣经在诗篇95篇说：

> “来啊，我们要向耶和华歌唱，向拯救我们的磐石欢呼！我们要来感谢祂，用诗歌向祂欢呼！”
>
> *Psalm 95:1–2*

记住 学会数算恩典这门难学的算术。

圣经中值得记住的一刻



Moment 235（第235集）

最好的圣诞礼物

一个关于圣诞节的问题：主耶稣为什么来到地球上？神圣的圣经一次又一次给了我们答案。在约翰福音里我们读到：

> “神这样爱世人，甚至把祂的独生儿子赐给他们，叫所有信祂的人不至于灭亡，反而得到永生。”
>
> *John 3:16*

记住 永生是最好的圣诞礼物——你领受了吗？

圣经中值得记住的一刻



Moment 236（第236集）

耶稣为什么来

一个关于圣诞节的问题：主耶稣为什么来到这个地球上？祂自己回答了这个问题。如果你在罪中迷失了——是的，是个罪人——那你就符合得着祂救恩的资格。求祂作你个人的救主，你就会在这个圣诞节领受最好的礼物：借着耶稣基督得着新生命。祂说：

> “人子来，为要寻找、拯救失丧的人。”
>
> *Luke 19:10*

记住 耶稣在圣诞节来，是为了寻找、拯救失丧的人。

圣经中值得记住的一刻



Moments of Melody

Moments of Melody 是 Ken Engle 五分钟的广播节目。

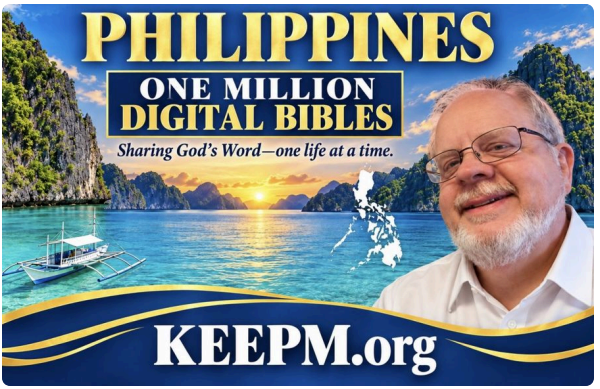
这个节目的内容，以及根据节目整理的灵修短文，将会添加在这里。即将推出。

菲律宾 Messengers 60 计划

Messenger 8 快速入门指南（PDF） ↗ · 完整使用指南（PDF） ↗ · Sa Tagalog (PDF) ↗ · Sa Cebuano (PDF) ↗ · Iti Ilokano (PDF) ↗

把神的话藏在心里

我父亲开始的工作，借着 Kenneth Ercil Engle Philippines Messengers 60 Project 继续进行。



参加的人通过当地的教会背诵60节圣经经文。背完以后，他们会得到一台太阳能有声圣经，里面有英文和他加禄语的完整圣经、60篇福音信息、一支手电筒和一台AM收音机。无论住在哪里，神的话都能握在他们自己手中。

你今天就可以从这本书里的经文开始。

爸爸墙上的牌匾



爸爸在他待过的每一间办公室都挂着这块牌匾，上面是 Colossians 1:28，旁边是他在追思礼拜上用的照片。这工作还在继续。

Kevin Engle 的收藏257

Colossians 1:28

把各人在基督里完完全全地引到神面前

爸爸墙上那块木牌匾，刻着 J. B. Phillips 译本的 Colossians 1:28。无论他在哪里工作，这块牌匾都摆在他面前。这里是同一节经文的 King James 译本：

> “我们传扬祂，是用诸般的智慧，劝戒各人，教导各人，要把各人在基督里完完全全地引到神面前。”
>
> *Colossians 1:28, KJV*

爸爸在菲律宾的二十四年里，这节经文一直在他面前。借着 keepm.org，这工作还在继续。

在 KEEPM.org 了解更多258

笔记

我的 Moments to Remember

用这一页写下你正在背诵的经文，以及你想与人分享的时刻。

KEEPM.org259

“这是圣经中
值得记住的一刻。”

— Kenneth Ercil Engle

KEEPM.org

Kenneth Ercil Engle Philippines Messengers 60 Project



收听爸爸的电台