

@守望



120

基督教北京守望教会
网络期刊
20181125

如何面对数字化媒体

教牧书信

启示录七教会之推雅推喇教会/晓峰 牧师

启示录七教会之撒狄教会/晓峰 牧师

面对数字化媒体

网络时代，基督徒凡事都要规规矩矩地照着次序行/晓峰 牧师

面对e时代的“七宗罪”/陈亮

互联网时代的娱乐至死还是向死而生？/李锋

保持日常生活节律的7个小技巧/aquila005

在网络化时代，利用新媒体传福音/Eason

主是得救的指望/郭鹏程

数字化产品如何成了搅乱我们生活的帮凶？

使用社交媒体的八个智慧原则/艾伦·雅各布

我花很多时间刷手机，但它让我疲惫又抑郁

网瘾青年/微尘

美好见证

生了大病，怎样选择医生？——建英的医治攻略（二）

癌症治疗的十项注意事项——建英的医治攻略（三）

- 1、2018 年 11 月 4 日、11 月 11 日、11 月 18 日、11 月 25 日这四个主日没有弟兄姐妹去平台敬拜。我们在此继续恳求我们的主，在全教会在他面前的寻求中显明他的同在、引导和拯救，使我们教会走出现今的困境，在 面前能够一同聚集敬拜。
- 2、圣诞节洗礼课程于 12 月 2 日(主日)下午 14:00 在西屋 1202 开始，共 3 次。请预备受洗的慕道友安排好时间参加。
- 3、根据今年 4 月份治理委员会《关于调整教会带领团队的决定及说明》，11 月 13 日，孙毅长老正式离职，同时成为守望教会首位“离任长老”；同时，同工议事会按教会章程规定正式就职成为教会决策团队。
- 4、经同工议事会决定，今年的圣诞节福音聚会，依然以团契或小组方式举行，并鼓励团契、小组或多个小组联合举办。各团契及小组用于圣诞福音活动的费用，在规定限额内可以持票据至财务部报销（单组 700 元，两组联合 1400 元，以此类推；团契 2000 元）。
- 5、2018 年 11 月 26 日，王举弟兄 / 竟榕姊妹喜得一女，感谢主赐下产业。



视觉中国



亲爱的读者，本期 PDF 版新设计了文章目录与内文之间的链接功能，读者只要在目录页点击文章标题，即会显示出相应的正文。同样，点击正文标题，则会返回到目录页。

@守望

网络期刊 征稿启事

各位弟兄姊妹，《@守望》第 121 期（12 月刊）的主题是“我的 2018”，2018 年马上就要过去了，在这一年当中，大家各自都经历了哪些神的恩典，欢迎畅所欲言来数算，不要消灭圣灵的感动呦。

截稿日期：12 月 24 日

邮箱：jjarcheer@126.com

教牧书信

- 05 启示录七教会之推雅推喇教会 / 晓峰 牧师
- 16 启示录七教会之撒狄教会 / 晓峰 牧师

面对数字化媒体

- 28 网络时代，基督徒凡事都要规规矩矩地照着次序行 / 晓峰 牧师
- 33 面对 e 时代的“七宗罪” / 陈亮
- 43 互联网时代的娱乐至死还是向死而生？ / 李锋
- 48 保持日常生活节律的 7 个小技巧 / aquila005
- 51 在网络化时代，利用新媒体传福音 / Eason
- 55 主是得救的指望 / 郭鹏程
- 58 数字化产品如何成了搅乱我们生活的帮凶？ / Kevin DeYoung
- 63 使用社交媒体的八个智慧原则 / 艾伦·雅各布
- 65 我花很多时间刷手机，但它让我疲惫又抑郁 / Stephen Altrogge
- 68 网瘾青年 / 微尘

美好见证

- 70 生了大病，怎样选择医生？——建英的医治攻略（二）
- 77 癌症治疗的十点注意事项——建英的医治攻略（三）

宣教之窗

- 83 关于城市宣教的一些反思 / 季丰羽
- 91 为万国祷告之为苏丹祷告

启示录七教会之推雅推喇教会

文 / 晓峰 牧师

弟兄姊妹，平安！

我们一起来读《启示录》第二章18-29节：

2:18 你要写信给推雅推喇教会的使者，说，那眼目如火焰、脚像光明铜的 神之子，说，

2:19 我知道你的行为、爱心、信心、勤劳、忍耐，又知道你末后所行的善事，比起初所行的更多。

2:20 然而有一件事我要责备你，就是你容让那自称是先知的妇人耶洗别教导我的仆人，引诱他们行奸淫、吃祭偶像之物。

2:21 我曾给她悔改的机会，她却不肯悔改她的淫行。

2:22 看哪，我要叫她病卧在床。那些与她行淫的人，若不悔改所行的，我也要叫他们同受大患难。

2:23 我又要杀死她的党类（注：“党类”原文作“儿女”），叫众教会知道，我是那察看人肺腑心肠的，并要照你们的行为报应你们各人。

2:24 至于你们推雅推喇其余的人，就是一切不从那教训，不晓得他们素常说撒但深奥之理的人，我告诉你们：我不将别的担子放在你们身上；

2:25 但你们已经有的，总要持守，直等到我来。

2:26 那得胜又遵守我命令到底的，我要赐给他权柄制伏列国：

2:27 他必用铁杖辖管他们（注：“辖管”原文作“牧”），将他们如同窑户的瓦器打得粉碎，像我从我父领受的权柄一样。

2:28 我又要把晨星赐给他。

2:29 圣灵向众教会所说的话，凡有耳的，就应当听！

我们一同来祷告：

天父，我们再次在你面前来感恩，在这炎热的天气里面，你依然招聚我们众人一同到你面前来。每当我们聚集的时候，惟愿你的圣灵，就将你话语的奇妙、亮光都赐给我们，愿我们

在这里能够得见你的荣面。你亲自带领我们下面在你面前的分享、圣礼。听我们这样的祷告，奉我主耶稣基督的名。阿门！

推雅推喇教会可以和以弗所教会、别迦摩教会来比较，当然亚细亚地区的这七个教会都各有跟他的地理环境、城市特点相关的特点。之所以说推雅推喇教会可以和以弗所教会相类比，就像经文里面所说的，在行为这个层面上，推雅推喇教会和以弗所教会很像。之所以说他跟别迦摩教会相类比，是因为在随从错误的教导而可责备的这个层面上，他和别迦摩教会有相似的地方。但也不是完全一样。我们没有把推雅推喇教会和士每拿教会来类比，因为士每拿教会是一个非常特别的教会，她主要的特点是为主受苦，除了士每拿教会之外，没有哪个教会为主受苦到了这样的程度，就是苦难成为他们信仰的主要内容了。其他教会，基本上他们争战的主要内容不是苦难，比如以弗所教会争战的主要内容是他们失落的爱心，别迦摩教会争战的内容是他们不能服从那错谬的教导。

而对于推雅推喇教会来说，他是诸多教会当中很特别的一个教会。他的特别，与其地理位置相关。推雅推喇这个城市，在亚细亚的边境上，和

别迦摩距离较近。通常在边境上的城市，要么地理位置比较险要，易守难攻，要么在军事上具有某种特殊的意义。可是，推雅推喇这个城市，这一切都不具备，这个城市在这七个教会所在的城市中，是最不起眼、最被人忽视的，它是一个小城市。可是，从刚才的经文我们可以看到，这七封书信中，篇幅最长的就是给推雅推喇教会的书信，虽然他的人数最少，地理位置也不起眼，但是写给他的书信却是最长的。虽然它很小，也不临近海，似乎也没有什么政治地位，但是这个城市是进出亚细亚省的一个交通要道，所有做生意的人都要从这个城市经过。如果打仗的话，军队首先要攻破这个地方，所以这个城通常是罗马的驻防城。她的地理位置主要是为了保护别迦摩。因为它是交通要道，又临近边境，所以这个城市的主要特点是商业特别发达，而她的发达跟港口城市的发达不太一样，她商业发达的特点就是有各种各样的行业。其实这个城市对我们来说并不陌生，这个城市在《使徒行传》当中出现过，她不像以弗所，以弗所在《使徒行传》里面是非常出名的一个城市，保罗在以弗所曾事奉了三年之久，而且福音大有果效，而像士每拿、别迦摩在《使徒行传》当中没有出现，但是推雅推喇这个城市

在《使徒行传》中曾闪过过一次。保罗第二次旅行布道，踏上欧洲之后的第一站，来到腓立比，到了腓立比之后，他到河边传福音，因为他听说河边有犹太人聚集在那祷告，他去了那之后，开口讲福音，就有人听见就信了，这个人是吕底亚，吕底亚就是从推雅推喇城来的，她是到腓立比来贩卖紫色布匹的，她是个商人。考古据说在推雅推喇城，非常著名的就是他们的纺织物，他们的纺织业、印染、皮革非常出名。紫色布匹是贵重的奢侈品。总之这个城市的特点就是商会林立，也是一个商品进出交换的集散地。

因此，这个城市的特点不是政治化，它跟士每拿、别迦摩都不一样。士每拿城的特点是对罗马的忠诚，别迦摩城的特点是它对于皇帝崇拜的热烈，它们的政治气氛都很浓厚。唯独推雅推喇这个小城，它的政治气氛不浓厚，商业很发达，这个城市的特点就是世俗化。它可能也有偶像崇拜，因为它有商会，各个商会都有自己所拜的保护神，据说这个城市所拜的外邦偶像，就是太阳神阿波罗。但是异教氛围也不是这个城市的特点，是世俗化，这是这个城市的特点，因此对于推雅推喇教会来讲，他们所面对的最大挑战就是世俗化的挑战。对于今天的教会而言，其实逼迫有时候不

是那么难以面对，因为逼迫来了你也跑不了，你必须得面对。但世俗化不是，你是可以逃的，就是说你是可以选择妥协的。如果在世俗化风潮中想为主作见证的话，你需要的是主动，这跟逼迫就不太一样了，它不是那种突如其来特别猛烈的，无可逃避的。所以我想，主耶稣写的信当中特别针对这个问题，篇幅那么长，可能也是考虑到这对于教会的挑战或许是最需要格外谨慎的，需要格外的敬虔来面对，而且智慧。在世俗化的问题上，对于教会而言，它的争战有时候看似是在真理的层面上，其实是在忠诚的层面上，但往往很多时候显示出来好像是对于真理理解的不同。

针对这样一个城市，主耶稣对自己的介绍是什么呢？主耶稣的介绍是，“那眼目如火焰、脚像光明铜的神之子”。“神之子”是整本新约圣经当中用得非常少的一个词。主耶稣针对不同的教会，有对自己介绍不同的侧重。比如说对于士每拿教会，主耶稣的介绍就是他是“那首先的、末后的、死过又活的”，强调的是他是历史的主宰，他也曾进入苦难。对于推雅推喇教会而言，当主耶稣说他是“那眼目如火焰、脚像光明铜的神之子”，侧重的是主耶稣对于教会的鉴察。我们在分享以弗所教会的时候，说到“那右

手拿着七星，在七个金灯台中间行走的”，这表示主对于教会的掌权和鉴察。对于推雅推喇教会而言，这里面所强调的主耶稣的“眼目如火焰”，说明这是一位圣洁而且可以遍察一切的上帝。圣经当中出现“脚像光明铜”的时候，往往是指上帝的审判。其实这个异象是从《但以理书》当中来的，《但以理书》里面看见人子那个形象就是“他眼目如火焰，脚像光明铜”。我们要说明的是，除了鉴察之外，当这里面说到“眼目如火焰，脚像光明铜”的时候，还侧重在主绝不容忍。而对于推雅推喇教会来说，他们被责备的最大的地方，就是他们竟然容忍错谬的教导。所以，主耶稣介绍自己的侧重点就是，他不单鉴察，而且他绝不容忍。但是不单单是这样，如果是这样的话，对推雅推喇教会就只有责备了。只有两个教会是只有责备的，而对于推雅推喇教会来说是既有夸奖又有责备。所以，后面的“神之子”其实对他们来说，是一个应许。这里面为什么介绍主耶稣是神之子呢？如果我们从《但以理书》的角度去入手的话，在这里强调“神之子”就不单单是强调耶稣基督的权柄了，《但以理书》当中介绍了人子之后，但以理那三个朋友就被扔在火窑里了，然后尼布甲尼撒就说“我看见里面不是三个

人，而是四个人，其中有一位好像神子”。所以，这里在介绍神之子的的时候，是指有一位祂的权能高过这世界上的一切权柄，而且祂必定保护祂的百姓，祂必定让祂的百姓胜过这世上的一切试炼。因此，“神之子”在这里其实既是一个安慰，又是一个应许。甚至可以说，给推雅推喇教会的信件，主耶稣的自我介绍和最后给他们的应许“赐给他们有打碎列国的权柄，并且将晨星赐给他们”，跟前面这个主耶稣的自我介绍是连在一起的，这是一个首尾呼应式的结构。

然后，我们来看主耶稣对他们的夸奖。夸奖的经文只有一节，“我知道你的行为、爱心、信心、勤劳、忍耐，又知道你末后所行的善事，比起初所行的更多”，这似乎全面超越以弗所教会了，以弗所教会最大的问题是他起初的爱心失落了，但对于推雅推喇教会爱心没有失落，推雅推喇教会的行为、爱心、信心、勤劳和忍耐，从起初到末后，他不是走的一个下坡路，而是一直在一个上升的阶段。如果单从行为，从外在来看的话，她的确已经超过以弗所教会了。但是，从第20节有一个转折词“然而”。推雅推喇教会这封书信的篇幅最长，就长在对他们的责备上。所以，对于推雅推喇教会来讲，在行为上超过以弗所教会，

而且他们没有那个致命的弱点，他们起初的爱心没有失落，他们的信心也没有失落，但是他们有一个非常严重的问题。这个问题不致命，但是很严重，为什么要用这么长的篇幅来处理这个问题，因为这个问题可能对于他们而言不那么容易处理。这个问题就是，“有一件事我要责备你，就是你容让那自称是先知的妇人耶洗别教导我的仆人，引诱他们行奸淫，吃祭偶像之物”。我们有没有一种感觉，这个教会从行为、爱心、信心、勤劳、忍耐方面都已经被夸奖了，而为这一件事至于写这么多吗？其实这一件事对于他们来说，是一件非常严重的事情，我们要留意的是，对推雅推喇教会的这个责备，和对别迦摩教会的责备有一些不同。似乎看起来都一样，因为别迦摩教会也是有人曾经服从了巴兰的教训，也有人服从了尼哥拉一党人的教训。而这里出现了第三个人名，推雅推喇教会的人服从了耶洗别的教训。这两个教会的区别在哪呢？如果单从顺从这些错谬教导的角度来说，好像是一样的，但是对于推雅推喇教会来说，主耶稣最不能够容忍的，其实不是他们顺从了这个教导，而是他们容让那自称是先知的妇人教导我的仆人，是教会的容让。不是因为他们服从了错谬的教导，他们的主要问

题在于他们的容让。而以弗所教会恰恰是在这一点上被主称赞的，“你也曾试验那自称为使徒却不是使徒的，看出他们是假的来”，而且说道，“你还有一件可取的事，就是你恨恶尼哥拉一党人的行为”，主耶稣在给以弗所教会的信件当中两次提到他们试验假使徒、他们恨恶尼哥拉一党人的教训。也就是说，以弗所教会被称赞的地方，第一是他们的行为，第二就是他们对于真理的持守，他们不能容让错谬的教导。可能会被很多人批评说，他们没有怜悯，他们过于古板，不管怎么批评，但以弗所教会在对错谬教导不能容让的层面真的是被主称赞的。而对于推雅推喇教会来说，这恰恰是主耶稣要特别责备他们的地方，就是他们竟然容让那自称是先知的妇人耶洗别来教导神的仆人。

耶洗别是旧约的人物，旧约有两个典型的反面人物，一个是巴兰，另一个就是耶洗别。耶洗别不是以色列人，她是西顿王的女儿，嫁给了北国的王亚哈。耶洗别做了北国以色列的王后之后，在以色列主要做了三件大事。就是她对北国负面影响的三件事，第一件事是她引进了巴力崇拜，她在北国以色列为巴力建神庙，她一个人供养了四百个巴力的先知，然后还有民间的四百五十个巴力的先知，

所以以利亚在迦密山上大战八百五十个巴力的先知。这是她做的第一件事，耶洗别使整个以色列处在了偶像崇拜当中。耶洗别做的第二件大事，就是她大肆杀害忠于耶和华的人，一直杀到只剩下七千人，连以利亚都被她所威胁。第三件事，就是她设了个局，把拿伯给杀了，帮亚哈把拿伯家的葡萄园给抢了过来。对于亚哈来说，他觉得这是不可能实现的事，这就说明亚哈的心里对上帝的律法还有一丝尊重，而对于耶洗别来说，她觉得这是小事一桩。我们刚才说的这三件事都是表面上的，耶洗别在以色列当中，她最大的影响是什么呢？就是圣经里面对于亚哈的评价，亚哈是以色列历史上最坏的王，单从行为上来说，亚哈其实没有那么坏，为什么说他是最坏的王呢？就是因为耶洗别的缘故。圣经里对亚哈的评价是他“自卖”，就是他受耶洗别的耸动，他以为所有的事情都是耶洗别做的，其实都是算在他的账上。耶洗别借着亚哈做了很多坏事，这就是耶洗别在北国以色列的影响。亚哈对于耶洗别的容让就是亚哈的自卖，亚哈以为只要是耶洗别做的，不是自己亲自出手，就不算什么大罪，这是典型的自欺欺人。所以，到了《启示录》的时候，耶洗别这个名字已经成为一种被容忍，甚至被利用，

在背后出主意耸动别人去做恶的象征了。当这里出现“你容让那自称是先知的妇人耶洗别教导我的仆人”的时候，这里的“我的仆人”就是指教会领袖，而“耶洗别”就是站在教会领袖身后的那个人。这个人就是站在教会领袖背后出主意而且自称是先知，而教会领袖真的就听从了他。或者这人直接在教会中宣扬错谬，但教会领袖却不制止，任由错误教导盛行。这就是我们刚才所说的，主耶稣说“有一件事我要责备你”，重点不是他们顺从这个耶洗别的教导，而是指教会领袖竟然容让这个自称是先知的人把错谬的教导在教会施行。

为什么在推雅推喇教会里面会出现这样的情况？这可能就跟我们刚才所说的背景有关，推雅推喇这个城市虽然小，但商业很发达，在这个城市中商会林立。在那个时代，每一个商会都有自己所拜的那个商会的保护神，但是他们的核心其实不是异教崇拜的问题，而是世俗化的问题。也就是说，推雅推喇这个城市对于基督信仰其实不那么关心，他们更关心的是商业利益，是能不能赚钱。所以在这个城市生活的基督徒，他们最大的挑战不是政治上的，这个城市的政治气氛不浓，但在这种浓厚的商业氛围当中，其实带着一种非常强烈的挟裹的

力量，就是他们必须参加行会，不参加行会的话他们就无法在这个行业中工作，而如果参加了城市里的商会，不可避免地就要跟着他们一起拜那个商会的神明。拜完之后，他们可能就要一起吃饭，他们吃的就是祭偶像之物。这个问题其实在哥林多教会里面保罗已经处理过了，保罗的原则就是偶像算不得什么，那肉拜过之后也不是说就有邪灵附体了，凭着信心吃也没什么，而若有人说“这肉是祭过偶像的”，那你就不能吃了。《哥林多前书》里的原则，我们很多人的直观印象是保罗给了可以吃也可以不吃的建议，其实不是的，《哥林多前书》里的经文最终的结论是“最好不吃”，因为你很清楚知道那都是祭过偶像的物。对于推雅推喇教会而言，如果他们不去拜那个偶像，不参加商会的聚餐，估计他们就没有升迁的机会，更严重一点，你不参加的结果可能就是被孤立、被排斥，有可能裁员的时候优先把你裁掉了，这份工作可能就没有了。在推雅推喇这个城市里面，所有的工作都是这样，如果在一个地方你干不下去了，另一个地方你也不可能进去。没有工作就没有收入来源了，那怎么能保障正常的生活呢？所以，对于推雅推喇教会而言，他们面临的挑战并不比其他教会面临的挑战小。

但是他们面临的挑战有一个特点，其他城市的那些挑战是基督徒无可逃避的，可是对于推雅推喇教会的这些弟兄姊妹们来讲，参不参加宴会，如果他不吭声的话，那个压力临不到他的头上。在这个城市里如果要为主的名作见证的话，其实需要的是主动的勇气，他主动地声明“这事我不能做，我不参加”。但他还可以做另一个选择，他也可以跟着一块去了，去了之后可以选择不发声。推雅推喇城里面的基督徒所面临的挑战是有选择的，这就是他们的不同之处。但是对于当时的基督徒而言，可能他们中间就会有很多的讨论。推雅推喇教会所处的困境，对于我们在今天这个环境中生活的基督徒而言，具有格外的意义，因为我们就处在一个世俗化的环境里面。我们今天所面临的挑战，真的不是一个异教文化对我们的压力，甚至从某个角度来说也不是一个政府对我们的压力，对于教会来说最深层的危机是世俗化。为了生活，可能有教导会说“其实就拜一下，低一下头，也无所谓，只要你心里向主忠诚就可以”，但是对于主耶稣来说，对于上帝来说，那不是一件无所谓的事。

推雅推喇教会的弟兄姊妹们，他们可能只不过想过一个正常的生活，但是在这个城市里面，在持守信仰的

前提下,过一个正常生活是件非常不容易的事情。可能今天我们在城市生活里的弟兄姊妹已经有这个感觉了,在能够持守基督徒信仰的前提下,过一个正常的生活现在越来越成为一种挑战了。这不是个例,这可能是对于整个推雅推喇教会的压力,虽然在属灵上没有什么可讨论的,而一旦要是教会讲台上统一讲“不可以拜,不能参加吃祭偶像之物的聚会”,可能教会里面一大批弟兄姊妹就要面临失业的可能,对于当时教会的牧者们来说,他们可能有这个压力,属灵的教导可能很清楚,但是一到了处境当中,就会面对生活中非常具体的压力。牧者们可能在这个时候心里有一些软弱,甚至有一些从他们内心生发出来的怜悯,他们可能会考虑说“如果要是真的照圣经的教导这么去做了,那这些人将来的生活怎么办”。教会牧者有时候妥协,不是在真理层面上不清晰,可能是真的面对处境当中有现实的压力,这跟直接逼迫不太一样,逼迫是一个非此即彼的事情,让你否定耶稣的名那是不可能的事,而另一些事情在真理上或许是可以商量的,但是这些似是而非的教导,可能在教会的层面上就产生了很大的迷惑作用,有的牧者和同工们一听觉得“或许圣经真的这么说了呢”,所以他们

可能就在真实的教牧辅导和这些问题的处理上,就容忍了那些错误的说法。这个其实在我们今天的信仰生活中很常见,有时候可能你会从不同的人那里听到不同的建议。对于推雅推喇教会的弟兄姊妹们而言,他们真的要面对的是他们要抛弃掉舒适的生活。对于今天的基督徒而言,对我们生命最大的挑战是什么呢?就是今天我们所谓的那个中产生活。其实今天的中国社会,从某个角度来说,是没有真正的中产阶层的,我们只有两个阶层——权贵和贫民。所谓的中产,只不过是贫民当中挣的稍微多一点的人,但就为这一点,很多人是不能够放弃的,那成为很多人人生的追求。所谓中产最大的问题是什么呢?并不是收入和生活形态的问题,其实是一种内心当中的骄傲,因为他要保有那个所谓的中产阶级那种受教育有见识、有一定社会地位的内心当中从世界而来的自尊,这个从世界而来的自我身份和价值的认知不容易放下。所以我想,对于推雅推喇教会的弟兄姊妹而言,他们并非只是单单说不能放下那份收入的问题,他们可能要从这个时代整体的潮流当中、从这个城市整体的氛围当中进入到另外一个群体,他们不再属于原本他们自豪和有归属感的那个群体了。

主耶稣对于这个事情有多么看重呢？主耶稣说“我曾给她悔改的机会，她却不肯悔改”，所以上帝对她的刑罚就是“叫她病卧在床”。其实在哥林多教会当中，那些混乱主的圣餐的人，保罗对那些人的解释也是这样“在你们中间有好些软弱的与患病的，死的也不少”，是因为他们的罪。当然，我们今天不要那么直接而简单地认为一个人只要生病就是因为他犯罪了，没有那么简单直接的关联。但是很清楚，对于推动这种向世界妥协教导的这个人，上帝的刑罚方式就是让她病卧在床，她就没有教导的机会和能力了。而那些听从了她的教导的人，如果他们不悔改，同样会有大患难临到他们。后面说要杀死她的党类，这个“党类”是指不单听从了，而且坚定地站在耶洗别这一侧，帮助耶洗别摇旗呐喊、四处推动的这类人，对他们的刑罚就是直接杀死他们。所以，你会看到上帝对于教会当中的不圣洁，尤其是对于错谬道理非常的严厉。为什么上帝会这么做呢？是为了叫众教会知道，他是那察看人肺腑心肠的，并要照你们的行为报应你们各人。第19节我们说，这个教会几乎是一个完美的教会，所以推雅推喇这个城市的教会可能在当时七个教会当中的名声非常的好，大家都以他们为楷模和榜样，

但是神却知道在他们中间，在这些崇拜和事工的背后，他们隐藏的危机是什么。因此这里面说，神是那察看人肺腑心肠的。

但这个教会不是所有人都服从了这样的教导，虽然这个教导已经扩散蔓延出来了，但是依然有一些人，他们不顺从这些错谬的教训。所以，主耶稣说“至于你们推雅推喇其余的人，就是一切不从那教训、不晓得他们素常说撒但深奥之理的人，我告诉你们，我不将别的担子放在你们身上。但你们已经有的，总要持守”。说到这一点的时候，大家有没有想起《使徒行传》里面的使徒谕令，就是《使徒行传》当中关于外邦人是否要遵守摩西律法的时候，最终耶路撒冷会议里面就产生了一个会议的决议，使徒们就给了三条——不可拜偶像、不可犯奸淫、不可吃勒死的牲畜和血，然后就不再将其他的重担放在外邦弟兄的身上了。其实主耶稣在这里说的话，非常像《使徒行传》里面的使徒谕令，就是“你们已经有的，总要持守”，这就可以了，只要不吃祭偶像之物就可以了，其他就不再要求他们了。

重点我们来看后面的两个应许。

“那得胜又遵守我命令到底的，我要赐给他权柄制伏列国；他必用铁杖辖管他们，将他们如同窑户的瓦器打得

粉碎”，这个经文我们很熟悉，是引用了《诗篇》的第二篇，这是弥赛亚诗篇里非常著名的诗篇，就是主耶稣是神的儿子。为什么在得胜的应许里面要将制伏列国的权柄赐给推雅推喇教会呢？对于推雅推喇教会来说，他们面对的挑战不是一个被动式的，而是他们需要更加主动地去面对他们的这些难处，其实他们需要更大的勇气和智慧，他们需要主动地舍弃，他们不是被动地被剥夺，而是主动地要去舍弃。所以对于他们而言，他们真正在真理上的妥协，背后的原因是什么呢？为什么他们觉得说“我们不能那么清晰地有真理的立场站立得住，需要一些智慧”，为什么他们觉得说“或许参加那个拜偶像的仪式、吃祭偶像之物也没什么关系”，他们为什么会有这样的选择呢？一个最根本的原因是他们对于上帝的信心，他们一看整个城市所有的行业都有行会，所有的行业都这么做，所以对于推雅推喇教会的弟兄姊妹们而言，他们需要有一个更加超越的信心来应对。如果放在今天的处境，我们给的属灵的建议不是辞职，我们给的属灵的建议是那个活动不参加，但工作照做，如果你将要被辞退，你要去争取，去讲明这件事情。所谓的主动性，不单是表现在我们拒绝那些异教的偶像崇拜

和祭偶像之物，而且我们还要有一个更往前走一步的信心，就是这个城市虽然是个世俗化的城市，但耶稣基督的权柄依然在这里运行，上帝的权能依然能够胜过这些，所以基督徒的见证在于哪呢？如果他们真的做好了失去工作、失去他们优越的生活条件这样代价准备的话，那么他们就可以有足够的勇气和能力去改变这种世俗化的氛围。或许一例两例三例之后，行会如此严密的这种祭拜偶像的仪式就被冲破了，就像犹太人在罗马帝国里面的特权似的，其实犹太人在罗马帝国是享有一定的特权的，但他们的特权是用历历代以色列人不断反抗被压制、反抗被压制换来的。所以，基督徒不是要逃避，我们要逃避的是世俗化，但是我们不是要从这个世界当中逃避出来。他们更加主动的做法是什么呢？是要与之争战，不妥协，却依然要在这个工作当中。其实，他们的职场就是他们事奉的工场，他们的工作就是他们对上帝的事奉，只不过他们事奉的方式除了尽心竭力把工作做好之外，还需要将信仰的见证以拒绝这些和信仰相冲突的做法显明出来，我想，这是一个基督徒在地上、在职场当中工作最大的挑战。你的信心就在于说，作为一个基督徒，你身上有主耶稣所给的可以制伏列国的权柄，焉

知道你跟相关的人员、跟你的上司谈过之后这事就不行呢？或许可以。当年保罗在去往耶路撒冷的路上，教会的很多弟兄姊妹都拦着不让他去，因为先知都已经说了“在耶路撒冷必有捆绑等着这个人”，但是保罗说“我必须去，因为这是圣灵的带领，我就不以性命为念”。对于基督徒来说，如果我们做好了付代价的准备的，在工作当中、在职场上的见证就能够改变我们所处的这个社会当中的某些氛围的，这才是所给的那个应许“他必用铁杖辖管他们，将他们如同窑户的瓦器打得粉碎”。

也因此，我们才能够理解后面的“我又要把晨星赐给他”。圣经里面在论到“晨星”的时候，尤其是在《启示录》当中，都是指主耶稣。前面给了他们权柄，后面给他们有基督的同在，如果他们如此去行，他们会发现，他们不单有这个能力，而且他们真的是行在了上帝的心意当中，他们在这个过程中可以经历基督真实的同在，与他们一同去面对。所以“晨星”这个词，用在基督身上的时候，更多的其实是指在那种无边的黑暗和绝望当中，他们能够看见一丝亮光，因为“晨星”这个词的原文就是启明星，就是在凌晨最黑暗的时刻，在天上预示着黎明即将到来的那颗星。我们生活在

这个世代当中，或许我们所处的很多的处境带给我们很多的绝望，我们觉得这个势力太庞大了，大到我们觉得无法抗衡，但要看那颗星、那个亮光是谁，如果你要是发现那个亮光是主耶稣给的，不管面对前面的铁幕有多么厚重，你都能够冲破。所以，这里面的“把晨星赐给他”，就表明神必定会藉着他们的付出，赐给他们权柄和能力，也赐给他们盼望。

我们一起来祷告：

主啊，我们在这样一个末后的时代里面，很多时候我们的处境跟今天所分享的推雅推喇教会的处境很像，愿我们能够从今天的经文当中，能够得着力量，得着亮光，得着智慧，也得着从你而来的带领和引导。使我们不单在教会的层面上能够来见证你，也能够在我们每个人的职场，在我和这个世界打交道的过程当中，依然成为你的见证，不是逃离，乃是主动地来迎接和面对摆在我们面前的争战，愿主你也将那权柄和你自己同在的能力、亮光都赐给我们。听我们这样的祷告，奉我主耶稣基督的名。阿门！🙏

（本文是晓峰牧师 2018 年 7 月 31 日在教会
圣餐聚会的分享，根据录音整理。）

启示录七教会之撒狄教会

文 / 晓峰 牧师

弟兄姊妹，平安！

我们一起来读《启示录》第三章1-6节：

3:1 你要写信给撒狄教会的使者，说，那有 神的七灵、和七星的，说，我知道你的行为，按名你是活的，其实是死的。

3:2 你要儆醒，坚固那剩下将要衰微的。〔衰微原文作死〕因我见你的行为，在我 神面前，没有一样是完全的。

3:3 所以要回想你是怎样领受，怎样听见的，又要遵守，并要悔改。若不儆醒，我必临到你那里如同贼一样。我几时临到，你也决不能知道。

3:4 然而在撒狄你还有几名是未曾污秽自己衣服的，他们要穿白衣与我同行，因为他们是配得过的。

3:5 凡得胜的，必这样穿白衣，我也必不从生命册上涂抹他的名，且要在我父面前、和我父众使者面

前，认他的名。

3:6 圣灵向众教会所说的话，凡有耳的，就应当听。

我们一起来祷告：

天父，我们感谢你，因为你将你的话语陈明在我们面前、摆放在我们心间。在今天这个时代，你依然亲自向你的教会来讲，愿你的话语今天成为我们的儆醒，成为我们生命当中复兴的力量。惟愿圣灵特别临在我们中间，将你话语当中的奇妙、亮光都充充足足地赐给我们，下面的时间求你亲自带领我们。祷告奉我主耶稣的名。阿门！

我们之前已经分享过四个教会，这四个教会分别有其各自的特点。比如说以弗所教会，他们的特点就是行为、忍耐和劳碌，他们唯一被责备的就是他们失落了起初的爱心。而对于推雅推喇教会来说，他们没有失去起

初的爱心，但他们被责备的就是他们容让耶洗别教导神的仆人，而这恰恰是以弗所教会所被称许的。像士每拿教会，是典型为主受苦的教会。而别迦摩教会，其中很多人就随从了巴兰的教训，但是也有一些人没有随从。当我们前面在分享这四个教会的时候，跟我们今天所分享的撒狄教会不太一样。这个不一样就在于，这是写给七个教会书信中最严厉的一封信。之前跟大家提到过，《启示录》这七个教会的书信，可以分成三类，一既有夸奖，又有责备，七个教会当中有三个，分别是以弗所教会、别迦摩教会和推雅推喇教会。还有四个教会，其中两个教会基本上没有任何的责备，就是士每拿教会和非拉铁非教会，而另外两个教会几乎没有任何的夸奖，都是责备，就是撒狄教会和老底嘉教会。如果从责备的严厉程度上来说的话，我们往往都熟悉老底嘉教会，我们觉得已经够严厉了，但是给撒狄教会的书信应该是这七封书信当中最严厉的。

首先，简单介绍一下撒狄这个城市的特点。撒狄在推雅推喇城的南边，在士每拿城的正东，撒狄城处在一个交通要道上，商业也比较发达，这个城市的人们也比较富有，但这不是她主要特点。她主要的特点是根据

她的历史而来的，这个城市在使徒约翰写这封书信七百年以前，是一个非常著名的城市，在历史上曾经被作为一个王国的首都。其著名之处在于，她被建造在一个天险之上，建造在一个山脉的末端，在一个易守难攻的山上。所以，当初凡在撒狄城的人，心里都觉得这个城市可能是最安全的城，这个城或许会永远地存在下去，人们觉得这个城不可能有人攻破，因为地势险要。可是，据说当时有一个诗人，四处游历，来到这个城，他参观了这个城的雄伟、天险之后，这个诗人当时心里面就说“这城完了”，他的看法跟其他人不一样，因为诗人的心思往往比较细腻，他在里面转了一圈，发现这个城从统治者到居民心里都有一种自高自大和松懈的情绪。所以他说这个城如果从坚固程度来说，可能是当时无与伦比的，但是这个城将来必定被攻破，果然，在历史上撒狄曾经有两次非常著名地被攻破。一次就是我们熟悉的一个君王——波斯王古列，古列王当年带人围攻这个城围了有一年多，无论如何攻不上去，后来就买通了一个当地的向导，找了一条非常狭窄的小路，有一队士兵就爬上去了，爬上去之后，他们发现了一个让他们非常诧异的情况，就是城门上竟然没有守卫，因为撒狄这个城里面的

守卫认为绝不可能有人能上来，所以他们就睡觉去了，城就这么被攻破了。第二次是历史上安提阿格三世，他用了一模一样的方法，还是原来的那条路，又是晚上几个人爬上去，守卫们又睡觉去了，所以这个城又被攻破了。同样的悲剧上演了两遍，所以据说在当时罗马世界有一个谚语就是“像撒狄那样被攻破”，意思是说，你本来固若金汤，但因为你自己的懈怠，却被攻破了。所以，撒狄在当时这七个城市里面很不受待见。

之所以会有第二次城被攻破的发生，其实跟古列王是有关系的。据说古列王攻入这个城市之后，他四处看了看，他真觉得攻下来是侥幸的，所以古列王为了防止将来这个城出现叛乱，他们再攻就攻不下来了，就采取了一系列的措施，第一，禁止他们习武，然后，在他们中间推行各种歌舞、艺术、享受，让他们穿特别复杂的衣服、穿沉重的鞋子，鼓励他们经商和享乐，大概用了一百年的时间，终于把这个城里面的人的斗志给消磨得差不多了，所以，第二次的陷落是因第一次的攻破导致的。

我们从这个城的历史来看这个城里教会的特点。我们刚才说这个城不被重视，为什么强调这一点呢？这个城跟以弗所不一样，跟别迦摩和士每

拿也不一样。以弗所是亚细亚的门户，所有到亚细亚来上任的官员都要先在以弗所停留，所以，以弗所虽然不是首府，可她的政治地位很高。而别迦摩是亚细亚省的首府，士每拿这个城市虽然不大，但士每拿却跟罗马政府之间的关系极其亲密，它非常效忠罗马政府。各个城市在罗马政府眼中是被看重的，但唯独到了撒狄的时候，它就不那么被看重。所以，撒狄城有一个很奇特的特点，这个城市虽然在交通要道上，虽然很富有，这个城里面也有很多犹太人，而且有犹太公会，这个城里面也有很多的异教崇拜，比如像以弗所城的亚底米女神的神庙，还有很多当时偶像的神庙，这个城也曾经试图为皇帝崇拜来争先为皇帝塑像，但据说撒狄没有争过别的城，它败给了别迦摩城。我们会发现一个什么特点呢？按说撒狄这个城市，它的外在所有逼迫的因素一样也不缺，有犹太公会、异教崇拜，也有政治上的压力，但是撒狄教会却没有周围其他弟兄教会所有的那些逼迫，这些因素都不够有力量。他不像士每拿，士每拿教会因为犹太人的势力很大，所以犹太人就耸动罗马政府对于士每拿教会有非常大的逼迫。撒狄这个城市虽然有犹太人，但犹太人似乎对撒狄城里面信耶稣的这群人不那么关注，

虽然城里面有异教崇拜，但异教好像也不太关注教会，官府好像也不太在意教会。所以，撒狄教会跟撒狄城很像；撒狄城建在一个高地之上，她的地理位置使得它不容易受到外来军队的攻击，撒狄教会其实也是因为撒狄城在罗马政府当中不那么受重视，所以不管是犹太公会还是异教信仰，或是罗马政府，都不怎么关注教会。撒狄他们很平安，没有逼迫，没有异教的搅扰，也没有政府的压力。但从某个角度来说，这不是一件好事。是撒旦把他们忘了吗？其实不是，是撒旦都懒得搭理他们，在撒旦看来他们这样就挺好，主耶稣的评价就是“按名你是活的，其实是死的”。既然是死的，为什么还要去打搅他们，你会发现，如果教会在灵性不好的时候，被逼迫一下，突然间灵性就复兴了。撒狄教会的问题就在于，他们看似在外在的环境中并没有逼迫和压力，活得非常舒适和平安，但其实他们面对了极大的危机。这就是撒狄教会和撒狄这个城市之间的关系。

主耶稣在介绍自己的时候说“那有神的七灵和七星的”，主对每个教会的自我介绍都是有针对性的，都是针对这个教会的需要。如对于以弗所教会，主耶稣说“那右手拿着七星，在七个金灯台中间行走的”，“七星”

就是指教会的使者或者教会的领袖，“金灯台”是指教会。这里面提到“七灵”和“七星”，很显然，对于撒狄教会而言，主耶稣用他的自我介绍来暗示他们所面对的问题和他们的需要。

“七灵”就是指圣灵，为什么在这里提“七”灵呢，就是说圣灵有完全的能力。当这里面提到主耶稣有神的七灵的时候，其实已经在暗示撒狄这个教会没有内在生命的活力，也不依靠圣灵，他们里面没有圣灵的运行，所以后面说“他们是死的”，圣灵那个活泼的能力他们已经没有了。而论到“七星”的时候，特别论到教会的领袖是上帝格外要鉴察和追讨的，为什么这里特别要用“七星”来指代教会的领袖？对于教会来说，教会被称为“金灯台”就意味着教会是山上之城，也就是说教会必然要成为为主发光的一个群体，你是不可能隐藏的，你的内在素质不是一个属世的团体，不是说跟世界之间相处得非常和平、融洽、没有冲突那就是好的，我们内心当中应该是没有仇恨、充满了爱，但是却被迫，那是好的。因为有时候你充满了善意、充满了爱，不表示你就一定和别人可以是和平的。甚至恰恰说，正因为是不和平的，所以你才需要充满爱、饶恕和怜悯。这是一个教会应有的见证，他必须让世人能够看到基

督的爱和亮光在这个群体当中。而“七星”作为教会当中的领袖，作为教会的使者，就具有格外重要的使命和责任，他们的责任是作为教会的带领者和守望者。

撒狄教会的问题出在哪呢？就像我们刚才所介绍的，撒狄教会的问题就出在他们舒适的环境，他们外面有仇敌，但是因为他们的地理位置使得没有人管他们。按说一个教会处在这样和平的环境当中的时候，应该养精蓄锐、内在建造。当外在环境比较和平的时候，我们应该在个人生命的敬虔以及在当地群体当中的见证方面，发挥更大的作用，这是一个教会应该竭力去做的。对于撒狄教会而言，他们其实还有一个更严重的问题，他们不但在信仰上开始松懈了，他们更大的问题在哪呢？我们刚才介绍地理位置的时候说，他们的北面就是推雅推喇，他们的西面就是士每拿，他的弟兄教会正在面对极大的逼迫和压力，他觉得这事跟他无关，反正没有临到他。我们有时候对于其他教会的不关注，恰恰反映的是我们内在里面的恐惧，为什么不敢去关注别人，是因为我们惧怕，我们一关注就显出我们内在里面的软弱了。所以，对于撒狄教会来说，他们最大的问题就在于他们在和平当中的松懈，他们在松懈之后

的冷漠。不是突然之间一个教会就变成这样了，他不是突然之间从活的状态就变成死的状态，有一个过程。

因此，主耶稣自我介绍的时候，其实已经在暗示这个教会在两个层面上有问题，一个是在整体的层面上缺少了圣灵的内在、对圣灵的倚靠，另一个就是在领袖的层面上他们缺少应有的警醒，缺少应有的真理的声音，缺少守望者应该发出来的呼声。

我们来看为什么主耶稣说“按名他们是活的，其实是死的”。这里面“按名是活的”这个“活”，其实是指教会还在，崇拜的时候还有人，一切外在的宗教符号全有，但是没有内在敬虔的实质。对于撒狄教会来说，主耶稣这是亲自给他们写信来说的。在旧约当中，我们去读先知书的时候，我们会觉得跟这里面说的很像。旧约先知们在说以色列人的时候就是这么讲的——“耶和华讨厌你们的严肃会，厌恶你们冗长反复的祷告”，以色列人会觉得特别委屈，《玛拉基书》里面说“你们竟夺取耶和华的供物”，以色列人却说“我们在何事上夺取耶和华的供物呢？”，然后玛拉基说“你们用言语烦琐耶和华”，以色列人还说：“我们在何事上烦琐他呢？”。其实以赛亚说过类似的话，以赛亚指出了以色列人的问题，以色列人说“你说

的这些事我们都没干过”，说明他们真的是病入膏肓了。有人指出来了，他们都不觉得他们是那样的，但是先知确实说“他们所做的这一切，神都不喜悦”，是因为他们只有敬虔的外貌，没有敬虔的实质。这对于一个教会来说，真的是一个非常危机的时刻。在这七个教会当中，最危险的就是撒狄教会。我们应该留意，对于撒狄教会而言，主耶稣说“我见你的行为，在我神面前，没有一样是完全的”。看起来好像对于撒狄教会没有一个具体方面的责备，对以弗所教会是“有一件事我要责备你，就是你把起初的爱心离弃了”，对于撒狄教会来说没有什么是可以称赞的，如果说以弗所教会有一件事他们失落了，那么撒狄教会是失落了所有的。所以对于推雅推喇教会那个称赞的列表，我们可以拿过来放在撒狄教会身上作为对他们的责备，对于推雅推喇教会的称赞是“我知道你的行为、爱心、信心、勤劳、忍耐”，对于撒狄教会应该这么说“我看见你既没有爱心，也没有信心，又没有行为、勤劳和忍耐，你什么都没有”，他们看起来什么都有，有严肃会，有禁食、祷告、崇拜，但他们就是没有生命的实质。对于撒狄教会来说，非常可悲的就是，他们处在一个最好的环境里面，但是他们却把自己堕落到一

个最差的境地当中去了。所以外在的一切他们都有，就是没有内在的一切。因此，其实我们都可以预见为什么犹太公会没有去找他们的麻烦，异教信仰也没有去搅扰他们，政府也没有去骚扰他们，因为他们跟这些团体混得太好了。人家一旦判断你跟他们差不多，人家不会逼迫你的，什么时候他觉得你跟他完全不一样，甚至他觉得你宣讲的已经威胁到他了，人家才过来有各样的搅扰和对你的敌视。当他们在和平的环境当中相处时间长了之后，他们可能要试图维持这种跟各方的“友好关系”，所以他们在信仰上可能也会有很多的妥协，甚至我们都可以想象出对于撒狄教会而言，他们的信仰可能仅仅保留在了聚会的场所当中，只有他们坐在那里、拿起诗歌本的那一刻，别人才说这是基督徒。为什么这么讲呢？一个基督徒在地上其实是不可能隐藏的。上帝从来不需要潜藏的基督徒，他不需要你伪装起来，上帝做事的方式是比较直接的。但是我们在日常生活当中可能有时候会碰见这样的情况，两个人都是基督徒，还是同事，在一个单位待了十年，互相不知道对方是基督徒，也就是说，他们彼此从对方的身上看不出一点点基督徒的生命特质来，直到有一天，两个人聊天的时候，有一个人小心翼

翼地说“周日去聚会”，那个人说“原来你是基督徒，我也是”，如果两个基督徒的身份要靠自己口头宣告才能被别人知道，这是一件比较可悲的事情，当然如果是萍水相逢的话需要这样，但是在一起同事十年，如果别人不知道，那真的按照这里面所说的，从个体的角度来说按名你是活的，因为你还自称是基督徒，其实是死的，因为你的信心没有任何行为，《雅各书》里面说“信心没有行为，你的信心就是死的”。为什么说你还有信心呢？因为你还有自我宣告，可能你的信仰只停留在了自我宣告上。

对于撒狄教会来说，整体教会是这样一种状况，那么他的信徒个体可能绝大部分都是这样一种生命的状况。所以，主耶稣给他们的应对的策略，或者说告诉他们怎么解决他们当前这种濒危的处境呢？让他们要警醒，坚固那剩下将要衰微的。这里面的“警醒”，其实主要是对教会牧者讲的，因为后面说“坚固那剩下将要衰微的”，“衰微”原文的意思就是“死”，也就是那快死的，就是说教会大部分都快死了。上帝首先对那“七星”来讲话，就是对教会的领袖来讲话，他们首先要开始警醒，不警醒就是罪。阿伦特曾经说过“平庸之恶”，对教会来说，不警醒就是平庸之罪。

所以，《以西结书》里面在论到守望者的时候说“倘若守望的人见刀剑临到，不吹角，以致民不受警戒，刀剑来杀了他们中间的一个人，他虽然死在罪孽之中，我却要向守望的人讨他丧命的罪”。对于教会的牧者而言，他必须敏感于在这个时代当中上帝的心意是如何显明的，他必须敏感于争战和危机，当一件事情发生的时候，他应该能够判断出来在属灵上它的危险性在哪，判断这个事情是否能做。然后，对于整个教会的劝诫是什么呢？要回想你是怎样领受、怎样听见的，又要遵守，并要悔改。其实主耶稣对于各个教会的问题，给的建议都差不多。给以弗所教会的建议是“应当回想你是从哪里坠落的，并要悔改，行起初所行的事”，这个相对于给撒狄教会的信件来说是一样的。就像我们刚才所说的，一个教会的沉沦和堕落，不是顷刻之间发生的，而是有一个过程，是慢慢地走入到一个非常危险的境地。对于撒狄教会而言，在哪几个方面要让他们回想呢？圣经里面没讲，我们可以从经文上来揣测一下他们应该从哪个地方来回想。第一，就是对于他们过去所领受和听见的。回想我们今天所行的，和我们所听见、所领受的之间的差距是什么。有时候，我们把对知识的掌握和敬虔生命之间

画了等号，所以保罗说“知识是叫人自高自大”，一旦你发现你自高自大了，你要知道，你所知晓的真理还没有成为你内在的生命，你知道和你能行出来之间还有非常远的距离。所以，对于撒狄教会而言，上帝的很多命令他们是不知道吗？不是，是他们没有照着去行。

第二个他们需要回想的地方，就是今天他们生命的中心是什么。我们每一个人生命的中心是谁，还是耶稣基督吗？还是说耶稣基督只是在我们受洗那一刻之后那几个月是我们生命的中心？我们有一种遗忘和习以为常的本性，我们常常追求新的完全与众不同的东西，我们很少对一个古旧的真理有进深的追求。所以为什么今天信息的碎片化对于人的思考能力有极大的伤害，就是因为它不让你进行深入的思考，你永远处在一个浅层次的思考上，你不能按照一个主题非常深入地探索下去。时间稍微一长，我们就遗忘了我们生命当中的中心点。诊断一个基督徒的属灵生命健康与否的指标就是，当你想起耶稣基督、想起十字架的时候，你的内心还有那个感动吗？今天如果在我们的生命当中，我们开始发现我们的生活充满了虚无感、无力感，没有生活的目标和热情，我想是因为我们偏离了我们信仰的中

心，因为我们的人生不再是奔着基督而去了，那已经不是我们的标杆了。什么时候耶稣基督不再成为你人生的中心和标杆，什么时候你的人生就充满了灰暗。保罗说，我们只在今生有指望，就比众人更可怜。今天基督徒有时候活得比众人还可怜，因为别人的生活动力是真的，你会发现很多不信主的人生活充满了热情，而他们追求的东西你却因信仰看不上，如他们追求功名利禄，人家是真的投入。我们不能将生命投入到我们明明知道的虚空，也不能将生命投入到我们明明知道的真实。我们必须让我们的生命范式发生转移，那就是上帝必须成为我们内心当中那个生命的动力和源泉。

第三个层面，他们可能开始缺乏一颗感恩的心。当年摩西在以色列人进迦南之前，就跟以色列人讲“将来你们进了迦南之后，你们吃得饱足，那个时候可能你们就会心里骄傲，可能就会说‘我手中所有这一切，都是凭着我的能力做成的，耶和华是谁’”。对于教会的弟兄姊妹来说，他们刚刚信主的时候，心里也充满了火热。但是时间一长，永生带给生命当中的喜乐和满足就会开始慢慢地减弱，对上帝的感恩也开始减少了。就像我们今天所处的世代一样，我们今天所处这个世代比过去十年间所发生的

变化还要大，这一年带给我们生命中的忧虑超过了过去十年。因为我们突然间发现，我们生活的很多前行的路途开始变得模糊了，我们的将来也开始没有保障了，事业上的追求似乎也摇摇欲坠了，这个时候我们内心对上帝的还充满感恩吗？这个世代可以不好，但上帝的心意是好的。以色列的那些先知们，最终他们在上帝面前生命被坚固，不是因为他们看见了以色列人在变好，也不是看见他们周围的环境在变好，甚至很多先知求问上帝该怎么办，上帝给了他们一个让他们极其痛苦的答案，但他们的灵性却被恢复了，为什么呢？因为他们终于发现了一个奥秘，就是这个世代永远不是最好的世代。日光之下并无新事，你的指望如果在世界里，那就错了，如果你的指望是政府变得英明了，经济环境变好了，生活有了盼头了，那就不用信耶稣了。基督必须成为我们感恩的中心。

第四个他们需要回想的地方，就是对于圣灵的倚靠。这个教会只有外在表面的信仰要素，但是却缺乏了内在属灵的内涵，其实对我们个人来说也是一样的。不是倚靠势力，不是倚靠才能，唯倚靠耶和华的灵方能成事。所以，对于撒狄教会而言，可能他们起初的时候事奉也很火热，做事情

也很有规章，但时间长了，他们发现不用祷告这些事也能做成，不倚靠上帝，很多事好像也挺有果效的，这就是他们需要去回想的地方。如果他们不警醒，主耶稣会像贼一样临到他们。其实这个说法，是一个格外的提醒，提醒处在松懈、麻木和冷漠状态的教会，不要有任何的侥幸。什么侥幸呢？这里面主耶稣临到他们不是指基督再来，是指刑罚和管教一定会临到的。人往往会有一种什么样的侥幸呢？我们在一个懈怠的状态当中呆的时间长了之后，我们会有一种利用上帝的宽容的心态。我们往往会觉得明天还有机会，明天再悔改，这节经文告诉我们这是很危险的，你以为明天还有机会，上帝要的是你听见这样的信息，立刻马上做出调整。所以，悔改意味着不单单是认错，还意味着立刻行动。

在结束之前，好像有一句对他们的夸奖，第四节里面说“然而在撒狄，你还有几名是未曾污秽自己衣服的，他们要穿白衣与我同行，因为他们是配得过的”。为什么说撒狄教会，其实上帝没有一句夸奖呢？因为这句话，我不是从夸奖的角度来理解的，这节经文应该从安慰和鼓励的角度来理解，重心其实是在安慰上。我们要留意，整个撒狄教会都被评为是“按名

是活的，其实是死的”，主耶稣对这几名未曾污秽自己衣服的弟兄姊妹，其实是在安慰和勉励他们，纵然全世界都站到了上帝的对立面上，上帝也鼓励他们要站立得住。全世界的人都做恶，不意味着你们做恶就可以减轻刑罚，别人都懈怠，不意味着你也可以懈怠。

最后，我们来看对他们得胜的应许是什么。对于撒狄教会来说，得胜的应许有三层：他们必穿白衣，必不从生命册上涂抹他们的名，必会在父和众使者面前，认他们的名。这个三重应许其实是一回事，就一个奖赏，只不过分三次说，重复了三次。“白衣”是指主耶稣所成就的救恩，那个白白的义赐给我们，“他们必穿白衣”是说他们必定在上帝面前有从耶稣基督而来的拯救。后面“不从生命册上涂抹他们的名”就是他们的名必定记在天上，“必会在父和众使者面前，认他们的名”讲的也是同一件事。在这个前提之下，简单地跟大家分享“必不从生命册上涂抹他们的名”这句话怎么理解。这句话有时候会给我们一种错觉，我们可能会把它理解成生命册上的名还能涂抹掉，大家要留意，这句话可从来没有说生命册上的名还可以涂抹掉。这里面“不从生命册上涂抹他们的名”，不是在论到一个救

恩是否稳固的问题，而是在论到救恩确据的问题。生命册是什么呢？生命册上所记的都是神在创世以先在基督里所拣选的人，这个经文在新约圣经里重复了两次，“神从创立世界以前，在基督里拣选了我们”。所以大家一定要注意，生命册上所记载的名字就是在基督里所拣选的人，在旧约和新约里都是同样的意思。你的名是在什么时候被记在生命册上呢？不是在主耶稣再来的时候，也不是在你受洗的时候，而是在创世以先，你的名字就已经被记录在册上了。所以，生命册上的名字是不可能被涂抹的。在旧约，摩西曾经说过同样的话，摩西跟上帝讲“为了以色列人，我宁愿把我的名字从生命册上给涂抹掉”，而上帝给摩西的回应是“谁得罪我，我涂抹谁的名字”，保罗在新约的时候说过跟摩西类似的话，他说“为了我的骨肉同胞可以得救，我宁可与基督相分离”，摩西和保罗所说的话是可以划等号的。所以大家一定要有一个前提，只有确信自己的名字在生命册上，才有资格说这话。摩西是非常确定地知道，他的名字在生命册上，他敢于那么说其实是对基督的效法，因为基督为了我们的缘故曾经与父神分离，那是一个圣徒在上帝面前跟随基督的最高表达了。所以，这里面在讲到“涂抹”的时

候，其实是在处理地上教会的群体和将来天上真正天国子民群体之间的差异。在地上的教会，有麦子和稗子，有绵羊和山羊，有得救的和不得救的，我们并不能知道谁是真正得救的。所以对于教会而言，教会对一个基督徒身份的鉴别，主要是根据个人的认信和实际生活。但是，不是所有做这样宣告的人内在都有那个真信心。你所宣告的不一定是你生命的真实，你所知道的不一定是你生命的敬虔。所以，认信宣告本身并不能作为你救恩的确据。《雅各书》里面说道，你信神只有一位，你信的不错；鬼魔也信，却是战惊。从某个角度来说，这个世界上“信耶稣是神的儿子”这种宣告很多，但并不是所有这样的宣告都是出于真实的信心。为什么我们强调这里是一个救恩确据的问题呢？当保罗说我们的信仰是“本于信，以至于信”的时候，其实是论到了信心的层次。教会层面的洗礼和认信的宣告本身，其实并不足以成为你救恩的确据。当一个人真的有了信仰的宣告，真的在信心上开始跟从基督的时候，你必然在你生命的真实经历当中要经历主，我们不是说凭行为得救，而是你自己的行为要被别人看见。当然不一定是说别人看见了，你才是信主的，而是你自己也必须真实地经历基督对你生命的改

变。所以，有时候可能你自己都会惊讶说“我今日成了何等人”，保罗说“我今日成了何等人，一切都是神的恩”。如果你对你自己的生命没有任何的惊奇，很可能你没有那个救恩的确据，不是说你沒有得救，而是说你沒有那个救恩的确据。当真的与主同行，在面对很多挑战的时候，和上帝站在了一起，主耶稣给我们的那个得胜的奖赏就是救恩的确据，就是你清楚地知道你真的是属于他的，那一刻虽然你还没到天上，你就知道你的名字真的在天上。所以这里面我们说他处理的不是一个救恩失落的问题，而是救恩确据的问题。但为什么用“涂抹”这样一个容易让人产生误解的说法呢？是针对第三类人的。教会当中有一些人，我们称他们是弟兄姊妹，他们也自认为是基督徒，但是他们在生活中所行的有各种问题，你指出他们有罪让他们悔改，他们也不觉得自己有罪，但他们却说自己是信耶稣的。这样的人，他们自以为名字记在天上，但有一天他们会发现，天上没有他们的名字，对于他们来讲，就好像名字被涂抹了似的。《诗篇》里面有一节经文是“愿他们从生命册上被涂抹，不得记录在义人之中”，那个是针对在以色列当中的那些恶人而言的所以，这里讲的就是指一个基督徒真实的

生命见证和经历，你对于基督的信心必然要在生命当中有真实对基督的经历，真实有圣灵在你生命当中工作的印记，不只是有一个外在信仰的符号。我们从来没有说过读经、祷告、聚会、事奉这些是不需要的，不是的，我们强调这一切，不是说这些东西就成为你救恩的保证了，我们需要的是耶稣基督真的在我们的生命当中成为我们的真实。我们不是只有一个外在宗教的符号让人看见，即使在你还没有说自己是基督徒的时候，别人就开始说“你怎么会做这样的选择”、“你怎么会做这样的事情”，不用你去说你自己的基督徒的身份，别人已经开始留意到你身上有基督生命的经历。凡是如此与基督同行的，就像这里面所说的，凡得胜的必穿白衣，生命册上必有他的名。

我们一起来祷告：

天父，我们感谢你，因为你将我们从万世以先，在这个世界上分别出来，你把我们的名字写在你的册上。

我们在地上的时日还没有度一日，我们的一生已经在你的眼前。我们的心怀意念、我们的一举一动，你都看见。主啊，因此为我们在地上的存有、所生活的世代、所经历的一切，我们要来感谢你。主啊，我们更感谢你的是，你竟然是在耶稣基督里面拣选了我们，使我们藉着你的儿子就能够有永生的福分，就能够来认识你。虽然在天上我们会有很多的艰难、很多的挑战，我们自身也会有很多的软弱、很多的惧怕，但是主，我们却知道，当你把圣灵赐给我们的时候，我们就能够倚靠你的能力来胜过我们自己。愿你就在我们这些卑微、不配的人身上，能够显出你自己大能的作为和恩典。愿我们的心能够常常思念你，常常来寻求你，常常渴慕你，也因此就能够见到你的面。听我们这样的祷告，奉我主耶稣基督的名。阿门！🙏

（本文是晓峰牧师 2018 年 9 月 5 日在教会聚餐聚会的分享，根据录音整理。）



网络时代，基督徒凡事都要规规矩矩地照着次序行

文 / 晓峰 牧师

经文：

哥林多前书 14：40 凡事都要规规矩矩地按着次序行。

这一节经文主要的词语有两个，一个是“次序”，一个是“规规矩矩”。

“次序”这个词的涵义就是圣经里面所说的那个“按照班次”的“班次”，也就是我们平时所理解的“秩序，顺序”的意思。这个词在教会内，我们就可以把它理解成是我们在处理教会事务时所遵循的事先的约定、规则和先后的顺序。其实任何一个团体都有次序，不存在无次序的团体。任何一个教会都有他的治理模式和决策方式，不存在无治理模式的教会。一个教会的“次序”，大致有三种形态，第一种形态是惯例，就是约定俗成，虽然没有明确各自的分工、职责，但在历

史中大家都已经这么认为了；第二种形态是没有书面的约定，但有口头明确的彼此约定，第三种形态就是有成文书面的明确治理约定和方式，就是章程。

秩序的本质是什么呢？秩序的本质就是约，就是我们事先通报、商量、达成一致，就成为一个彼此之间的约定，这是次序的本质。人类社会的任何团体，人与人之间的关系，包括上帝跟人之间的关系，都是靠约来进行的，没有约就叫混乱，我们的神不是混乱的神。所以我刚才一直说任何一个教会都有他特有的治理模式，不是有和没有的区别，而是好与不好的区别。那这跟圣灵在教会当中的带领有冲突吗？有时候我们一谈起圣灵的工作，似乎圣灵的工作都是那种个人化

的、突如其来的、不可捉摸的，甚至有时候我们会有一种想法，教会里面一旦有预先定好的规则，是不是就限制了圣灵的工作，好像规则、次序这些事物跟圣灵的工作是有冲突和矛盾的，其实不然，秩序就是神所设立的，圣灵的工作也不会跟秩序相冲突，反而圣灵的工作常常是在秩序当中进行的。就像我们教会的章程，我们凭着信心说这是圣灵在我们教会带领我们制定出来，适合我们这个群体在这个特定时代里面所采用的治理模式和议事规则，这里面有圣灵的带领。因此圣灵在教会当中的工作，常常是靠着职分、分工、模式、次序来进行的。最典型的例子就是摩西在旷野的时候，他一个人治理这两百万人，所有的事情都提交到他这里，最终还是他的岳父叶忒罗跟他说“你这样不行，太累了，不单你累，百姓也累，效率极低”，所以给摩西的建议就是选出那些有智慧、敬畏神、又有能力的人来做官长，其实相当于开始分权和分工，每个人有不同的职分和责任，这样的话，不单使摩西的治理变得轻松了，而且在那个时刻，上帝的百姓从一个混乱的乌合之众的状态成为了真正在上帝面前开始有秩序来侍奉神的群体了，到后来你会发现，连他们的会幕、扎营的次序和方位在圣经里面都

有非常条理的记录，到了所罗门在位的时候，所罗门更是有非常严谨成体系化的治理模式。在新约的时候，当教会出现一些在饮食方面的问题的时候，也是用选立了七位执事的方式来解决这个问题，更不用说选立长老和监督是保罗一直让提摩太和提多在各教会去推动的事情。圣灵的工作和秩序之间没有冲突，相反，如果一个人号称他有从圣灵来的感动，却破坏了秩序，不照着次序行事，即使真的是圣灵的感动也会造成负面的影响。

我们来看“规矩”这个词的意思是什么。这里面的“规规矩矩”这个词，就是保罗在《罗马书》里面所用的“端正”那个词（罗马书 13: 13 行事为人要端正，好像行在白昼），所以这句经文在吕振中译本里面就直接翻译为“一切都要端端正正按次序行”，它的意思就是要用正确的、端庄的、合宜的方式照着次序行。“次序”说明的是在教会当中治理的模式和做事的顺序，而“规规矩矩”所表明的是我们对于秩序的尊重，但不仅是对于秩序的尊重，你还要透彻地知道那个秩序是什么，你才可能真的尊重它。不单单是心态，这时候就上升到另一个层面了，就是我得去了解那个规矩到底是什么。而且，还有内心里面的坦荡和光明，我所行的不是出于我自

己的私欲。有时候人对于规则，表面上看起来他没有违反，实际上他利用了这个规则，他利用规则达到了他个人的目的，这个事实上也是对于规则的破坏。公然地违反规则，这就不是规规矩矩了，利用规则更不是规规矩矩。

网络时代的特点是信息的即时性，过去的传统媒体达不到这样的效果，传统的媒体，有一件事情要传到你耳中，总得经过一段时间，网络可不是这样，信息在极短的时间内就可以让大范围的人群知晓，立刻就可以变为一个公共发言了，这对于我们今天的时代是一个非常大的挑战，我们很多人或许还没有准备好自己来使用如此快捷的信息发布工具。因为它快，所以很多时候你可能想得没有那么周全，因为它快，所以我们内心当中很多人性的软弱就会如此轻易地被暴露出来，也因为它特别快，所以它暴露出来之后所影响的范围、蔓延的速度是你不能够控制的，甚至那个后果可能都是你没有想到的。网络时代对于基督徒群体的挑战在哪呢？就是我们应该规规矩矩地照着次序行，用这样的方式来处理就可能会避免很多问题。比如说我们有一个什么样的想法，我们必须知道我们处在一个群体中，你不是一个单独的个体，你不是可以任意行事的一个个体，你必须考虑到你说

的话和你做的事对于周围跟你有密切关系的人是有极大影响的，这是我们必须意识到的。如果你心里真的有一个想法，你想做一件事，建议你先跟身边熟悉和信任的弟兄姊妹沟通一下，要祷告，如果你一分享，你熟悉的弟兄姊妹跟你说“这事我们也把握不准”，就可以跟教会的牧者之间有沟通。可能大家会觉得，岂不是我们又回到过去传统的媒体时代了吗？是的，我们必须用传统的方式来应对今天的网络时代。用圣经里古老的智慧来处理今世的事情。不要那么快速地向全世界来广播，你要知道，广播之后的后果是你不可把握的，而且广播之后的后果反过来会对你有影响，这就是我们人性当中的特点。有时候你把话说了，你发现收不回来了，哪怕你觉得不妥，但就因为你已经说了，所以你说出去的那个立场反过来就影响了你，你就开始为那个立场来辩护了，于是你越发在一个你都觉得不妥当的立场上被坚定了，不是因为它对，只是因为你说了，而别人也知道了，这就是网络的即时性所带来的负面的效果。你要知道，人性的特点是不容易道歉，人是不容易认错的。

网络时代信息的另一个特点叫个人化和碎片化，所谓的个人化和碎片化，就是很多时候它是一个人心

面的感受,很多时候它是一个主观性的东西,它不具有客观性,也不整全。所以你会发现,有时候一个事情发生之后,网上出来的那个对信息的披露跟事实本身之间有非常大的差距,甚至有人是故意误导,人性的恶在网络上有一个特点就是不用负责任,虽然说造谣是要负法律责任的,但是那个追究成本有时可能很高,说完之后他立刻就消失了,反正他说完之后也不用负责任,人内心当中的恶在网络上有时候更容易被显露出来。几年以前,王怡牧师曾经说过“如果你要是让听你说话的那个人没有意识到你是一个基督徒,那你就不要在网上发言”。这是他对网络时代的一个建议,他针对的正是那个可以不用负责任,可以任意地把内心当中的猜测、想法给说出来,还会带来很多负面影响的发言者。网络就把人性中那种一吐为快和引导舆论的快感和操纵感给放大了。网络时代的这种碎片化和情绪化,基本上对人是负面影响。

怎么来处理这个问题呢?圣经的原则也很清楚,依然是“规规矩矩地按着次序行”。你不要只听那一个人说的,旧约里面说“如果有人犯了必死的罪,你总要治死他,但是不可凭一个人的见证,要凭两三个人的见证”。到了新约,保罗在《提摩太前书》

里面就特别论到说“控告长老的呈子,非有两三个见证人就不要收”。你要知道,任何事情只要往公众层面一放就是大事,因为它影响面很大,所以,不要只听一面之词,心里要有一个谨慎和分辨的想法。

圣经的原则,除了我们今天所讲的“规规矩矩地按着次序行”,还有一个人与人之间的关联的层面,尤其是在教会当中,你必须考虑到你在这个群体里面。所以任何事情,我的建议是先在我们群体当中,先跟你熟悉的人,不行的话可以放在小组的层面分享,大家一起来祷告,再不行的话可以放在教会的牧者层面去沟通,如果先在我们教会内达成一致了,这个声音以教会层面来发声更好,如果教会层面觉得个人发声更好,那就个人来发声。但是,今天这个时代的特点,网络加强了个人主义,我们有时候把个人跟一个团体完全分开了,应对的策略就是在一个群体内的次序中来处理自己的发声。在这里我把这个“规规矩矩”做了一点点扩展,第一个就是,我们必须意识到我们每一个人身份的归属,你的身份很多的时候就决定了你说话的方式和界限,你的身份就决定了有些话你可以说,有些话你不能讲,所以,我们要想到我们所属的这个群体。第二个,用《传道

书》的经文就是“你到神的殿要谨慎脚步，神在天上，你在地下，所以你的言语要寡少”，说话要谨慎，尽量少说话。第三个原则是我们今天这个时代不容易处理的，就是不要把感觉当成事实。我们分不清我们的感受和事实之间的关系，我不是说感受不重要，也不是说你的感受不真实，感受很重要，感受也是真的，但你就停在这儿就可以了，因为你的感受不一定是事实。你可以说你的感受，你说“我现在真的很难过，真的很愤怒”，这都是真的，但人家可能没做错事，你就处理你的愤怒就行了。而我们现在的特点是，我只要一愤怒，我就要去处理他，因为是他说了句话让我愤怒了，

但人家说那句话不一定有错。所以，我们要学会分清感觉和事实。甚至，可能很多时候你的感觉是准确的，但感觉不能作为判定一件事情的最终凭据。在不伤害另一个人的前提下，你凭着感觉做选择没有什么太大的问题，但是一旦涉及到了另外一个人的利益、名声和福祉，你的感觉就不能作数了。

惟愿神赐给我们在这个特殊时代里面敬虔生活的智慧，不被这个时代的洪流所挟裹。☺

（本文是2018年11月17日晓峰牧师在小组长会议上的分享，根据录音整理）



面对 e 时代的“七宗罪”

文 / 陈亮

引言

互联网，尤其是移动互联网，已经应用到我们生活的方方面面：打车、购物、娱乐、社交等。互联网的这些便捷之处真的让我们生活乃至生命中的一切都变得便捷乃至愉悦了吗？加尔文在《基督教要义》中曾花篇幅引用《罗马书》来阐述如何自由地使用“中性之物”，那么我们使用互联网的时候，是自由的吗？接下来，本文试着列举我们使用网络可能出现的 7 个方面的不便捷、不愉悦、不自由，简称“七宗罪”，以及破解之法。

第一宗罪：浅阅读

我们常在朋友圈看到这样的场景：一篇文章被人分享到朋友圈，然后留言三个字：“学习了”，当然，或许他真的认真学习了所分享的文章。不过，这也反映了一种阅读的方式和阅读的内容：依靠社交媒体手指一滑，文章里面的内功心法通过手指直通

任督二脉。这种便捷带来的问题也出现了：不小心遇到了标题党，发现自己读的是九阴假经；看到一篇文章逻辑欠缺、不知所云，但文章下面的留言却对作者大加赞赏，“中国就缺先生这样的”，已经上升到民族脊梁的高度；终于遇到一篇仿佛作者与我心意相通的文章了，但下面的留言都是骂作者的；看到一篇所有人都在转的文章，里面全是科学技术术语，解释的都是现实问题，我就是看不懂，先分享再说，以后再看，或者说以后再也不看……。这样的阅读就是浅阅读，据统计，社交媒体阅读已经成为大学生数字阅读的主流：排名前三的大学生社交阅读平台分别是微信，占比 68.8%；微博，占比 56.7%；知乎，占比 48.0%，大概统计者使用的是多选题，所以三者之和大于 100%。社交媒体阅读看似便捷，可当我们遇到以上各种现象的时候，我们的阅读体验恐怕不是愉悦的，就阅读本身而言，我们

花费的阅读时间并没有换来好的阅读内容和效果。值得一提的是，原本注重知识性、学术性的知乎平台，现在也充斥着大量“如何评价某某某”这样的八卦问题。

破解“浅阅读”之法可以有以下几点：1. 阅读的优先级把圣经放在首位，这点是毋庸置疑的。2. 使用仅适用于阅读的数码产品或者手机 APP。3. 如果使用社交媒体阅读，关注一些质量高的公众号。4. 所谓深阅读和浅阅读，其实是可以互相交融、优势互补的。如果在微信上看到一篇恰好是自己感兴趣的长文，可以“先分享再说，以后再”，文中若提到重要的参考书籍，可以记下来下单购买阅读，让该段浅阅读经历成为可以回忆的、可以分享的，让它变得丰富、有意思起来。5. 在阅读取向上，适当减少（不是消灭）功利性阅读与消遣性阅读；在阅读方式上，尽量增加传统阅读的仪式感，即使是使用数字产品在阅读。6. 适时地参加线上或者线下读书会活动、参加圣经学校阅读基督教神学经典书籍、通识类经典书籍。

第二宗罪：浅社交

笔者最近越来越怀念没有微信的时候，倒不是想回到只能打电话、写信和写电子邮件交流的年代，而是

觉得微信以及它的朋友圈已经促成了全民浅社交的事实，其浅社交程度比 QQ 时代还要浅，我们正生活在一个广传播、松关系的浅社交时代。那句“孤单是一个人的狂欢，狂欢是一群人的孤单”是浅社交时代的真实写照。

浅社交表现在以下几个方面：

1、轻熟人社交关系。

“轻熟人社交关系”是人与人之间在移动互联时代，借助即时通信工具所构建的新型社会关系，它是人际关系发展到现代社会的特殊表现。人际关系的建立借助人与人之间的传播活动。我们因为某次线下活动、某次线上针对某个问题的交流，就利用聊天工具加为了好友。但是在传统以血缘、地缘为基础的礼俗社会，人际关系建立在“生于斯，死于斯”的熟人社会。费孝通先生认为，熟人社会的基础就是熟悉，“熟悉是从时间、多方面、经常的接触中所发生的亲密的感觉”。而这种“熟”往往在社交工具里面的“轻熟人社交关系”中是找不到的。而以朋友圈为例，我们看到好友有动态更新，并在他所发的朋友圈下面点个赞，就是完成了一次社交活动，于是“点赞之交”这个词就诞生了。

2、新型网络社交符号。

在有些时候,表情包等网络社交符号已经在实际应用上取代了文本表达。使用表情包这一行为体现出网络狂欢中的一种独特气质。当下最流行的表情包的传播者和使用者多为年轻人,他们希望通过有趣的表情、简洁的文字传递某种独特的意义,这样既显个性,又体现了对某种社会身份的归属意愿。从文化研究角度看,表情包的文化根源来自网络亚文化。这种特殊的文本具备表意性、开放性、异质性和破坏性。网民对图文素材进行二次创作,这些经过二次创作的符号便具备了其独特的文化属性,体现出网络群体对社会事件和议题的自我解读和意义重构。表情包作为一种亚文化符号,其制作手段如抠图、恶搞等也会消解其作为社会符号原有的意义。表情包的传播是一个意义叠加的过程,这主要体现在社交过程中,双方共同使用表情包已经不仅仅是两个人简单的聊天,表情包背后蕴藏的新闻事件、“梗”“段子”也参与其中,形成一种无意识的意义叠加和增值。在同一语境下,表情包赋予双方的默契营造出一种“共同体感”。比如说,使用同一种表情包的双方会认为自己与对方有共同语言,属于同一群体。语言学家索绪尔认为,“语言符号所代表的事物和符号形式,是可以

随着时间的推移而不断变化和发展的”。因此,人们可以利用语言符号的特性来创造和表达新的意义,解构原有的意义。比如,微信中经常使用的“微笑”表情不再表示微笑,而是表示一种“随意”“你开心就好”的情绪。“再见”也不再表示再见,而是表示“友尽”。从“微笑”表情本意引申出来的“嗯”“呵呵”和“哈哈”,也不再表示其“同意”或“开心”的原意,而是被贴上了“敷衍”的标签。用户如果想表达原意,必须使用一串“哈哈哈哈哈”或“嗯嗯”来回复对方。现在,“微笑”和“再见”这两个符号都成为需要谨慎使用、防止误会的表情。由此可见,用户必须在不断更新变化的语境中解读表情包的含义。于是,这种新型网络符号的应用,让我们产生了或多或少的误解和焦虑。

3、智能推荐。

这一点所产生的社交焦虑是显而易见的。社交软件几乎每天都会向你推荐好友,要么是你通信录中的联系人也使用了该软件,要么是因为某某是你好友的好友。如果说被硬生生地推荐某个人做你的好友你可能会感到不适的话,那么让你感到有趣或者感到尴尬的是你发现你所认识的某某居然认识另一位你所认识的某某。难怪现

在已经有人因为这种原因，而从微信逆转，回到了微博，以逃离这种熟人、陌生人界限模糊化的感人场面。可是，回到微博就好了吗，我们应当回到哪里？

破解“浅社交”这个问题就是“回到哪里”的问题。答案就是回到耶稣基督那里，回到真实的团契关系那里。真正的团契不只是参加聚会，亦是一起经历生命，这包括无私互爱、真诚分享、实践服事、牺牲的付出、同情安慰，以及所有新约圣经中有关“彼此”的命令。真诚的团契生活不是肤浅、表面的闲谈，而是坦诚交心，有时更是掏心分享。这样的情形发生在人们诚实地坦露自己的本相、以及自己的生活经历时。他们能分担伤痛，倾诉感受；承认自己的失败、公开他们的疑虑，承认他们的畏惧、认识他们自己的弱点，并且要求别人的帮助与代祷。相对于网络符号所赋予的“共同体感”，在耶稣基督里互为肢体，我们才是真正的共同体啊！

第三宗罪：以自我为中心

曾经有种调侃的说法：经常发微博或者朋友圈的，要么显得自己有趣，要么显得自己文艺。说到微博，它大概是第一个把关注你的好友称为你的“粉丝”的社交工具了吧。粉

丝，对应着明星，一时间，使用微博常发内容，再混个加“V”认证，仿佛自己就是一个明星了。以至于，在线下生活中，现在好多人形容“我是你的好友”，或者形容“我欣赏你”，就用“我是你的粉丝”来表达。当然，如果这些只是一种新兴的表达方式，那么是不足以需要警惕的，我们需要警惕的是：把社交媒体当做荣耀自己的工具。比如，“拼命”发表与自己有关的内容，多与各种恩赐有关：音乐、厨艺、文学……。当然，这里仅仅指的是以荣耀自己为目的的情况，即：沉浸在被点赞的内心满足感中不能自拔，同时又萌生出下次继续发表相关内容以获得更多赞扬的强烈欲望，仿佛自己已经成为了相关领域的宗师一枚。我也曾有过这样的体会，有段时间曾不断地在朋友圈分享唱吧上自己演唱的歌曲，并以此为乐，还想尽办法下次改进自己的“唱功”，其实，是因为软件本身自带的修音功能，而非自己有什么提高。这里就涉及到一种以说谎的方式荣耀自己的罪了。人，无任何可夸之处，如果有，那也是上帝的恩典，应将荣耀归于上帝，我们基督徒活着自然是为了荣耀上帝，即在我们身上能显出上帝的荣耀来。若活着是为了荣耀自己，那么结果一定是枉费心机、一身疲惫。如果说一个人有他的 A

面和B面，若B面似乎“看为可夸”，那么以荣耀自己为动机的网络行为就是极力地展现B面，可是人毕竟是有限的，穷己之力也达不到自己想要的效果后，我们便开始说谎了：比如，一个以工作狂来荣耀自己的人发了一条“加班到10点多”的一条朋友圈里显示了疲惫的眼神、强撑的笑容，朋友看了会安慰，老板看了会加鸡腿，可是加班的他原来是在打英雄联盟！这就是朋友圈的一种套路，一种用说谎的方式伪装出来的B面。与炫耀自己不同，还有一种以自我为中心的表现就是：在社交媒体上长期泄愤或者论断、攻击他人。所谓“长期”，就是他的朋友圈或者微博，几乎没有其他内容，只要状态更新，便是发泄种种不满以及攻击别人。感恩的是，周围的弟兄姊妹我并未见到有这样做的。

破解以自我为中心的方式就是以上帝为中心。如果我们生活中暗中所行的与网络上明处所表现的是两种极端的不平衡，能说不能行，这不是上帝所要的。所以主说：他们一切所作的事都是要叫人看见，所以将佩戴的经文作宽了，衣裳的绶子作长了（太23:5）。在网络行为上，就让我们做到表里如一吧。如果我们所发表的内容（比如自己的某个行为、写的某篇文章）既不违背上帝的律法，又获

得了好友的赞许，那么就让我们把荣耀归给上帝吧，因为这些恩赐都是来源于上帝。

第四宗罪：谣言和假见证

“10月1日起，全国银行正式成为中国失联儿童安全守护点！银行就是失散儿童守护人。只要孩子进了银行，即便暂时与家长失去联系，孩子也不会被拐卖或出现意外。真要都接力起来能帮助多少走丢的孩子……”，我们看到类似这样的谣言在各种群里面被转发过，而这些关乎公共安全、医疗、养生等内容的消息先后被微博微信等社交媒体官方辟谣了。

造谣的原因有很多种，比如，求利益。每年高考期间，朋友圈中都会流传“捡到白娅倩的准考证”这则谣言，骗子以失物招领为幌子，吸引人们拨打预先设定好的吸费电话。又如，“电脑前放仙人掌能防辐射”，事实证明这只是商家促销仙人掌的手段而已，专家至今并未发现仙人掌具备防辐射功效。有研究者把造谣者分为四类：善意、恶意、无目的和自利四种类型。其中，善意型造谣者的动机包括娱乐、期望等，恶意型造谣者的动机包括诋毁、制造社会恐慌等，自利型造谣者的动机包括发泄、发布虚假广告、攻击商业竞争对手、吸引眼球牟

利等。

无论哪种谣言，论及社交媒体的传播主体，通常是以“强关系”为主、“弱关系”为辅的。基于共同兴趣爱好或观点偏向的社交联络主体的同质性更强，更易形成意见螺旋和信息蚕房效果，促使谣言以一种普遍认可的假面目出现，更具迷惑性。我们弟兄姊妹组成的微信群，就是一种强关系传播主体，基于我们彼此的信任，有时候我们更会无意地（当然不会明知是谣言而转发）转发了某则假新闻后，使得该则新闻瞬间被更多的人转发。当新闻被证明是谣言后，我们又很后悔，于是急忙删除该条朋友圈，有时就会出现谣言与假见证齐飞、删帖共懊恼一色的感人场面。

说到假见证，更是令人哭笑不得：“杨利伟是基督徒”这个假见证被一些非基督徒列为“那些年，基督徒撒过的谎之六”。有一些所谓的“主内”公众号（很多是以营销为目的、假的“主内”公众号）只要是世界上的新闻标题或者新闻内容出现了“基督”字样就用喜大普奔的风格来转载，有的公众号甚至对新条例的颁布、那个关于宗教的白皮书的发布高喊哈利路亚，真是滑天下之大稽！这样的公众号当然会传播不少假见证。

如何预防我们会被谣言和假见

证所欺骗呢？一、看到任何见证信息，不要急着马上相信或者转发，尤其是没有新闻来源的，而是先存质疑，通过网络简单的搜索考证，推荐谷歌搜索，几乎90%的虚假见证都经不起简单的搜索考证。智慧人懂得先观察与思考，才下定论。《箴29:20》说：“你见言语急躁的人吗？愚昧人比他更有指望”。二、我们首先要知道什么是主要的（永恒，国度）与次要的（短暂，地上）。当我们的主次观很清楚，我们诚实无过的心灵就不容易受影响，也不会受某些情报的诱惑。例如：我们不会这么容易相信那些靠着上网能天天不劳而获赚钱的广告，或是那些投资能得过高利息的广告。三、要防备假见证，就必须多学习圣经，阅读有益的神学著作，一些把自己的见证描绘得天花烂坠，说自己在天堂和地狱走了一圈的，难道真的会让明白圣经真理的人相信吗？

第五宗罪：买买买

在网络和物流发达的今天，中国一年大概有十几次购物节。不知不觉中，又一个购物节要来了，每次都各种设置预付款，0点付款，看来淘宝不仅是要掏空我们的钱包，还要掏空我们的身体。往往也只有在这些时候，才会发现那些心心念念的东西，没有

最便宜，只有更便宜，好像大家的钱都不是钱一样，疯狂的买买买，也只有在这个时候才会觉得，嗨，只有我的手才是最便宜的，因为可以随时剁了它。我们在公交车站、地铁站上随处可见宣传购物节的海报，而阿里巴巴更是把购物节做成了史诗一般，还为之推出了晚会——“天猫双 11 狂欢夜”，各路文艺工作者为了让消费者购物而引吭高歌。于是乎，每个人都处在这场焦虑之中，不甘掉队：购物本来应该是一件让人心情愉快而放松的事情，结果在纠结买还是不买、现在买还是等到打折时候再买、别人都在买我是不是也要买的彷徨、纠结、蹉跎中，催生了人焦虑的情绪。当购物变成了一个举国狂欢的事情，不仅钱包很受伤，就连那种人人都在谈论这个节日的氛围，都令人窒息。除了这些之外，据《经济观察报》报道：冲动消费、“捆绑销售”和凑单规则所产生的额外购买其实使用价值极低，不仅不是真正的需求，反而在一定程度上的浪费；双 11 期间 15 亿件快递，将至少产生超过 30 万吨的垃圾……

在购物节里，很多消费者是所谓“新穷人”。“新穷人”就是当前都市里一群年轻白领的自我身份定位，从存款上看，他们是名副其实的穷人，有些人甚至经常靠信用卡借贷来维

持生活；但从进账上看，他们又收入不菲，完全不同于旧式的拮据度日的穷人。也就是说，他们挣钱不少，但花得更多，为追求新潮的生活方式和时尚的消费品而不惜将自己沦为“穷人”，是消费社会最称职、最卖力的成员。”新穷人”不仅选择了一种完全不同于父辈的生活方式，而且完全改写了“穷人”旧有的社会分层含义，赋予其一种新的颇具波西米亚感的美学意味。那么，“新穷人”为何如此热衷于消费？透过他们洋洋自得的消费美学，我们能够探察到怎样的关于消费社会的深层讯息呢？从一个特定角度讲，所谓消费社会，就是一个对商品符号价值的关注超过对其实用价值关注的社会，而所谓符号价值，也就是指一件商品对个人身份的标识作用和修辞意义。因而，我们可以说，消费社会中一些人对符号化商品的饥渴症，与他们对自我身份的不确定感和焦虑感是紧密相连的。

面对 e 时代购物节的这种社会现象，如何破除购物焦虑以及对自我身份的不确定感？1. 操练简朴。圣经教导我们，“只要有衣有食，就当知足”。除了外在的简朴，让我们更操练内在的简朴——尽心、尽性、尽力爱神。爱上帝，就是把上帝放在了首位，把满足我们肚腹的物质从首位上移

开。并时常祷告，因为物质的诱惑是亘古有之啊，奥古斯丁在《忏悔录》中写到，“它具有极大的渗透力，如果突然消失，我便渴望追求，如果长期绝迹，我的心灵便感到悒悒不乐……我所说的物质的光明给生活撒上了逗人的、危险的甜味”。2. 操练节制。让我们视金钱为神所赐的有用之物，不浪费，要合神心意地使用，这样就避免了冲动消费后所带来的经济负担。3. 操练敬虔。如果说商品符号价值对个人身份有标识作用的话，那么我们弟兄姊妹的身份是无需这种标识的，因为我们的第一身份是上帝拣选的神国的子民！

第六宗罪：网络娱乐操控生活

湖南常德汉寿县交警官方微博10月31日发布警情通报，有一些开小车的驾驶员排队违停，占用道路拍抖音。从网友拍摄的现场图片看，不止一辆小车占用道路、涉嫌违停，一方面阻碍了其他车辆的正常通行，极易造成交通拥堵；另一方面，因为道路变窄，很容易引发车辆的追尾、剐蹭等等，可谓是害人害己。以上这条新闻，就是时下盛行的“抖音式生活”的一种缩影，类似这样的事情，现实中还有很多表现形式和渠道。这就是网络娱乐对我们生活的操控。如果一

个人不想做“网红”，只想观看别人的短视频，那么他的生活同样也可能因为上瘾而被其操控。有个官员侵吞公款930万为了给主播打赏；某个综艺节目里面有个女嘉宾说他男友整天看女主播并且给其打赏，该男友自然遭到了观众的控诉，而讽刺的是该女嘉宾其实也是一位女主播。短视频、直播软件吸引人不断去挖掘，你不知道里面是不是装着好东西，除非你去打开。有时候会是好东西，有时候会是坏东西，当发现是坏东西的时候，你就会期待下个宝藏是好东西，而当发现是好东西时，你就会再次期待下一个也会是好东西。如此你就会更加频繁的继续行动下去，最后乐此不疲的深陷其中。现在新浪微博、Youtube上也都充满了这样的短视频：看完这一条，不用去点，下一条自己就出来了。

除了短视频、直播软件，追剧行为也会操控我们的生活。美国得克萨斯大学奥斯汀分校的研究人员日前报告说，无节制的马拉松式的追剧行为或是因为孤独、抑郁在作祟。一个人自我感觉越糟糕，越容易靠看电视打发时间。当情绪处于低潮时，一些人更容易疯狂追剧，试图通过这种方式把负面情绪消化掉。但实际上这样做无助于改善情绪，反而会形成恶性循环。由于追剧耗费大量时间，他们更

加没有时间去积极工作、与人交往，甚至没时间搭理家人。

上面两种情况还只是与观看节目有关，而现在充斥着主流媒体的新闻也娱乐化了。曾几何时，新浪微博诞生之初，不少仁人志士在上面点评时事，甚至争论得不亦乐乎。而现在，由于众所周知的原因，微博出现了万马齐喑的局面，我们能够看到的信息更多的是商家推荐产品和服务，以及各种明星结婚、离婚、吸毒，而这些八卦新闻终于当仁不让地成为了人们茶余饭后的谈资。你不去主动关注，这些新闻也会在网页中、朋友圈中跳出来让你被动关注。我在单位的食堂里面吃饭，听到同事们聊的都是这些，于是娱乐新闻又操控了人们聊天的内容，甚至连我们聊天的方式和词汇，也都被网络娱乐操控着。

日常生活当中有适当的娱乐活动是很有益处的，但一味沉浸在娱乐当中被它辖制，并且打乱了自己正常地日常生活，这时候就要小心谨慎了，恐怕我们陷入网罗当中。当我们能够对网络娱乐适可而止的时候，我们不会意识到它在操控我们的生活。有句话叫“认真你就输了”，当我们对网络娱乐认真了起来，那么我们就输了，恐怕会输了灵性。比如，当我们工作的时候还时不时关注参与一下网络娱乐，

那么我们就输了，因为灵性没有警觉到偷窃老板的时间也是一种偷盗。我购买过鲍勃迪伦信主后的第一张专辑《Slow Train Coming》，里面有首歌叫《Gotta Serve Somebody》，我们总得成为谁的奴仆。比如，成为网络娱乐的奴仆，还是上帝的奴仆？破除被网络娱乐操控的危险，就是那句“保守你心胜过保守一切”。如何保守？

1. 当一个娱乐可以辖制我们时，我们一定要认识到这项娱乐正在破坏我们的生命，应该防备。
2. 娱乐不能把与神交通的时间都占用了，因此要节制，要适量而行。
3. 我们要吃、喝、玩、乐每一件小事情上荣耀上帝，这是我们的生存使命，如果正在进行的娱乐已然勾起我们的淫念、虚荣心等，必须果断中止。
4. 娱乐活动时，还有一个很重要的观念就是是否造就人，如果有些事可能对我们有益，但我们还要考虑一下是否能造就人，或是否会使我们软弱跌倒，然后决定是否要做。

第七宗罪：多样试探

网络上的试探真是不胜枚举，有三类很需要提防：一、弹出的软色情内容或者广告。前者自不用说，而后者的方式真是越来越丰富了。某个知名IT企业生产的浏览器中时常在搜索栏空白处显示内容，让用户去点击，有

一次竟然利用了一场新闻里的悲剧来吸人眼球让人点击：“如何不像龙哥那样被反杀”，点击进去一看，是一个游戏网页。如果我们点击进去玩耍一番，那么我们是不是也间接地参与了不敬畏生命的调侃？二、不劳而获的虚假信息。这一点在上文“谣言和假见证”中有所提及。三、诋毁教会或者牧者的言论。撒旦会不择手段的

利用各样途径攻击教会，面对这样的试探，我们弟兄姊妹更需分辨力和警惕性，以免中了魔鬼的奸计。

结束语

其实以上所列种种，我本人无一例外地参与到了其中。因此，本文的目的是总结与自省，求主帮助我能真正自由地使用网络。🙏



互联网时代的娱乐至死还是向死而生？

文 / 李锋

在人类近代历史上，有两个世俗先知对世界的某种终末状态发出了著名的预言。其一是奥威尔，他在著名的《动物农场》和《1984》中为读者们描绘了一座世界性的监狱。另一位是赫胥黎，他想象中的未来则是一场滑稽戏。由于某些众所周知的原因，奥威尔的名气更大，不过在一个典型的西方人看来，已经实现的似乎是赫胥黎的预言，而非奥威尔的。然而，在中国，两者似乎以某种奇异的方式结合起来，想要说清楚其影响，并非那么容易。真理既被刻意地隐瞒，真理也被淹没在无聊繁琐的世事中。人们既处在一种被压制的文化中，人们也活在一个充满感官刺激、欲望和无规则游戏的庸俗文化中。甚至在经历了一次又一次的习得性无助之后，前者加强了人们对后者的沉迷。

在《娱乐至死》这本书中，尼尔·波兹曼向读者介绍了一个重要但是常被人们忽视的概念——媒介即信息。

“娱乐至死”已经成为一个符号和常用的话术，这个词并非像网络上人们常用的那样，指代一种娱乐化的现象，而是在更为本质的认识论层面上，指出新媒介在与娱乐业结合的过程中，加快了公共理性和文化精神的枯萎。

波兹曼将文化定义为人类以不同象征方式展开的多种对话的组合，而对话的形式则决定了其内容的范围。比如绳结只能够传递简单的计数信息，烟雾也不能用于表达“人为什么活着”。相比较其他的媒介，文字的发明对人类文明进步的影响是至为深远的。文字提供了一种语境，使得信息可以准确传递和保存，并且加深了人们训练思维和判断真伪的能力。作者对电视文化的洞察可以启发我们今日对互联网文化的理解，并且思索怎样躲避试探以及积极地塑造一种有价值的文化。

《威斯敏斯特小要理问答》第51问为：第二条诫命禁止我们做什么？

答案是：第二条诫命禁止我们用形像敬拜上帝，或用圣经所未规定的任何方法拜他。习惯于用可见的形像（图像）表达思想的人，难以理解或崇拜一个看不见摸不着的上帝。除了图像，人们还有多姿多彩的其他表达思想的思维习惯，这些思维方式实际上都影响到我们对于上帝的认识和理解。这就是媒介的意义。

我们的文化正处于从以文字为中心向以形像为中心转换的过程。我们这些常驻互联网的人们往往会以不看电视为荣。今天没有在客厅摆放一台电视的家庭不少，但是没有电脑的家庭则是凤毛麟角。更为甚者，即使是买不起电脑的人，也会拥有一部智能手机。看似人们经过纯粹图像文化的电视时代之后学会了反思，以可以承载更多文字内容的互联网文化取代了电视文化。然而只要我们稍加注意，就会发现充斥在公共空间的内容，图像和视频仍是最为耀眼的流量王者。一段话说不清楚的内容，一个表情包可能就解决了。表情包文化是一种强调利用直观和潜意识进行交流的文化，这种文化与强调反思和深度思考的文化是相斥的，而后者才是塑造成熟的公共空间的关键。

这可能就是互联网技术最为重要的一个隐喻，它在认识论上对于人

们的影响是深远的。问题不在于人们可以用互联网技术来做什么，我们已经说到互联网作为一种媒介，决定了信息的范围，也作为一种隐喻，决定了人们认识论范式的转变。信息爆炸是互联网最为典型的特点之一。不论是主动还是被动，只要联网，我们就必须面对巨量的信息洪流。即使我们采取一些技术手段（比如 rss——现在在社交媒体上的账号关注以及公众号订阅不过是古老 rss 技术的翻版）去限制每天接收的信息量，然而这种主动的限制仍存在两方面的缺陷：其一，由于信息的互联性质，严格限制信息量成为不可能，看看自己逐渐增多的订阅号就知道这是真的；其二，由于这种限制是出于某种对信息洪流的无奈，人们是否有足够的能力做出理性的筛选本身就是一个问题，而筛选信息则造成了封闭，将与不同看法的对话拒之门外，这一点造成的思想僵化和极端化已是互联网的常态。

问题在于流量本身，因为人并非总是理性的，而流量拥有极强的调动非理性的能力。如果不经过精心的包装，再好的内容也难以传播，这恰恰证明了人们的思维方式已经被成功重新塑造了。人们一方面希望看到更好的内容，然而一切都已经被暗中决定好了，只有那些配以挑逗性和煽动性

插图的内容才能被看到。很难说，人们真正关心的是好的内容还是好的包装。就好像小孩子吃药，只有那些做上好看的颜色再辅以感人口味的药才能吃得下。虽然小孩子主要是出于对辅料的喜爱才愿意吃药，毕竟药效还是有的。而对于成年人来说，辅料能够直达灵魂深处，药效却要打一打折扣了。这实际上造成了人们了解了很多，却理解的很少，知道分子越来越多，知识分子越来越少。流量做王了。

典型的案例是近年来成为现象的以罗胖为代表的知识付费。这种商业模式利用了人们在竞争激烈的社会中急需“提升自我”的焦虑感，消费的本能驱使人们误以为付费就可以获得知识。当然，人们并非简单地把付费和获得知识划等号，而是在付费之后的确付出时间和精力去学习购买的课程，但是课程的易购性让人们忽略了知识本身的难获得性。当我们认真回想多年的求学经历，会发现获取知识是多么艰难的过程。而互联网的流量属性又导致只有那些可以快速被使用的知识才能大受欢迎，这反过来又加深了人们对“知识”的误解。

除了流量，互联网特别是移动互联网的发展还影响到人们交流的方式。以微信为代表的“即时通讯”取代了PC时代的论坛。从名字就可以看

出来，微信服务的是即时性，这意味着长篇大论在微信上不会受到欢迎。这些年困扰人们的“碎片化”的根源就在于此，流行文化像温水煮青蛙一样让人们的耐心消磨殆尽，只有快速的扩张才能吸引资本的青睐，公共文化也因此被塑造成依赖短句和直觉的交流，短句对理性的破坏反过来又加强了非理性的公共文化。

虽然微信主打熟人社交，但是它实际的效果是让熟人更熟悉还是变得陌生和远离，值得打一个问号。通讯工具的发展使得一部分沟通需求被线上化了，带来的后果之一就是线下的来往被缩减，进而导致人们关系的不完整，相当多的有效沟通信息被线上聊天消失了。

手机的成瘾性是另一个大问题。实际上这可能也是一个必然的结果。芒福德说：自从钟表被发明以来，人类生活中便没有了永恒。人类起初是从日出日落的自然节律感知时间的流逝的。而自然界的变化显然是由上帝主宰者。这种对时间的感知也导向对上帝的感知。当钟表被发明出来之后，人类的时间观念被表盘上的三根指针塑造着成为遵守时间的人、节约时间的人以及被拘役于时间的人。因此，有人说钟表的发明削弱了上帝的权威。钟表使得时间能够独立于

人类社会之外而存在。然而在互联网的世界里，人们重新对时间的流逝变得不敏感。可是这种不敏感和古老的感知并不相同，甚至截然相反。人们沉溺于互联网世界提供的“无限多”的信息海洋当中，无暇抽身去顾及互联网之外的“真实”世界。

说了这么多赫胥黎，我都快忘了奥威尔，仿佛我们真的落入西方文明的娱乐化陷阱当中。实际上，奥威尔的预言并未失效，它只是换了一幅面孔，在最先进的技术引导下将真理隐藏起来。前些年微博刚兴起的时候，人们寄希望于新技术可以带来一个更加开放的社会，然而这种奢望无异于相信技术可以带来人性和制度的进步，不过是另一个天方夜谭罢了。

人类活动的创造性在于思想可以被转化为行动。上述内容虽然不足以证明，但是却暗示了新媒体有相当大的可能会造成思想的钝化，因此转化为行动的能力也被大大削弱。

当我们重新着眼于新媒体对教会和上帝国度的影响时，会意识到其中包藏的危机和挑战。新媒体的使用对人们的影响存在个体性的差异，因此，个人从其中的获益可能大于损失，也可能相反。因此，我并不反对使用新媒体，也赞同利用新媒体去补充旧媒体的不足。但是如果新媒体对一个

团体的公共性造成的伤害过于提供的益处，而且这种反差不是由于使用媒介的方式，而是由媒介的本质决定的，那么我们就必须对此加以重视。一种技术存在的问题不太可能用这种技术本身去解决，只能到技术之外寻求方案，要么回到过去，要么展望未来。

教会本质上是一个活的机体，这不是比喻，而是事实。虽然基督徒个体的生命和见证都至关重要，更加彰显上帝国度的还是肉眼可见的地方教会。这意味着我们需要防备那些对教会公共见证有损的要素。看似使用手机和互联网是一件非常私人的行为，其通过对每一个个体产生的试探构成了对教会的伤害，这种伤害通常只有明显地表现出来时才会被意识到，只是等到那一天显现的时候，我们的属灵敏感度是否还足以发出警惕的信号呢？

为此，我们需要重新强调那些对于教会来说被证明是有益的牧养方式，以抵御互联网的消极影响，并且找到一条途径可以积极主动地驾驭互联网，而非简单地以技术中性的名义听之任之。

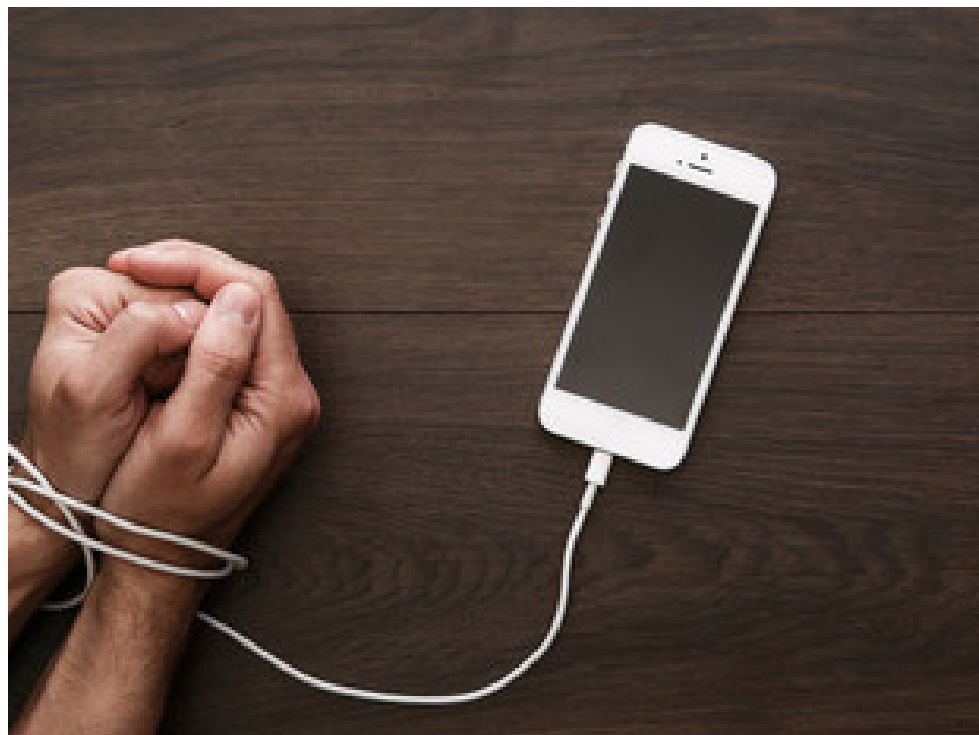
或许，我们格外需要重视阅读（并非仅仅是阅读属灵书籍）和对成年信徒的圣经教育。迄今为止，有质量的阅读可能是最有助于我们反思

和深入思想的方式之一，这也是自从人类发明电报以来，对传统发起攻击的最重要的堡垒。新媒介使得我们可以（看起来）越来越自由的接收和发出信息，沉浸在去中心化的美梦之中。它为我们营造了一个令人陶醉的氛围，让我们误以为阅读是少数人才拥有的特殊爱好。印刷术的发明对于普及文化是一个革命性的事件，然而到了技术高度发达的今天，我们似乎又退了回去，虽然识字率比以前高了，但是识字本身的目的却被我们忘却了。

而平信徒的圣经教育则是另一个牧养教会的有力武器。与印刷术的

方向一致，圣经教育帮助平信徒更深入地理解自己所信的，并且不仅掌握了与信仰有关的知识，而且好的圣经教育可以帮助平信徒不再盲信，不再害怕信仰遭到质疑或是挑战，可以常作准备，以温柔、敬畏的心回答众人，因为首先自己已经获得向下扎根的能力。

没有建立在坚固磐石上的房子，大水来临的时候，必然无法恒久坚立。互联网就是这翻涌着巨浪的洪水，我们身处巨舰之上，却尚未学会驾驭它。也许我们不会很快学会这项艰深的技术，但是是时候意识到它可能将我们带往充满危险的未知之地了。🌀



保持日常生活节律的7个小技巧

文 / aqui la005

大卫·默里在博客文章《数字时代妨碍个人灵修的18种障碍》中提到不少的“障碍”，就是基督徒在当今时代受到的巨大影响(或面对的危险)，如失去界限、失去专注、失去默想、失去安静，失去社交联系、失去友情、失去家庭时间等等。

对我个人来说，网络信息及微信消息的最大影响，正在于其干扰了日常生活的节律。当我身处数不清的信息源、不停息地持续干扰中，就造就了生活中的分心状态，心思仿佛始终游离于现实之外，再难以聚焦。

保罗所说，“不要完全适应你的文化，以致不假思索就完全投入”（罗12:2，信息本圣经），其实并不容易。有时候我觉得自己就像在信息洪流中挣扎的小船，需要“跟巨浪搏斗”、“摇橹甚苦”，才能稍稍前行。回顾过往的经历，我发现有些技巧最能帮助我保持生活的节律，总结成七点，写出来

和大家分享。（我所用的桨和舵主要是纸和笔。）

1. 保护灵修的时间。

我调整了好长时间，现在将早上工作之前的一个半小时作为自己的灵修时间。因为提前到公司的这段时间不容易被打扰，长度也足够，我可以较为安静地读经、默想和祷告。

这里有一点值得一提，就是用纸本圣经来读经。有一段时间我用手机app来完成读经计划，结果发现自己很难避免来自手机本身的各种干扰，很难沉浸其中进入默想。后来我特别采用一种手机上找不到的中文圣经译本（新普及译本）读经，这样来迫使自己安心坐下来打开书页，效果很不错。

2. 与人面对面交流时尽量不看手机。

因为与家人一同进餐、和朋友见面、小组团契等时刻，若是我的心里

记挂着手机上的信息，就难以投入聆听和回应，进行有质量的交谈。所以我将这一条设为心里默认的基本原则。

3. 工作之前列下重点事项,并为之祷告。

我的日常工作项目比较稳定，比较少突然出现需要处理的事情，所以工作之前就可以确定当日的工作重点。用一个清单清楚记下这些项目，能让我持续专注在工作上，很多时候看一眼清单就可以帮助我抵御那些让我分心的事物。

4. 随时做记录。

工作过程中有时候不可避免会受到干扰，心思会游移到其他地方，当然有些确实可能也是有益的或必要的。这时随手记录对我就很有用，能使我能暂时放下一些想法，专注在主要的事务上。以下是一些我经常记录的项目：

- 需要查询的知识点(人物、图书、事件等)；
- 工作或其他方面的一些新的想法；
- 特别需要祷告(或代祷)的事情；
- 需要联系的人，或需要回复的信息；
- 可以进一步仔细阅读的好文章(如微信推文)；
- 值得注意的新闻事件；等等。

每隔1到2个小时，我会在休息时间回顾之前所作的事。为已经完成的事情感谢神，为特别困难的任务恳求神，也会在这个时候花点时间集中处理上面记录的这些项目。这样简单的处理，能让我保持工作的节奏。

5. 零碎时间尽量以背诵经文开始。

背经我是用手机 app，目标是圣经书卷的完整篇章，采用的方式是每天背诵3-4节(手机一屏之内)，周末复习。在一些如等车、乘车、吃饭等零散时间，打开手机的时候，我会尽量先读一两节经文，并尝试背诵。换句话说，打开手机越频繁，背经的次数也会相应增加。这往往也能帮助我在一天的时间中持续默想一两节经文。

6. 每周安排固定的读书时间。

我自己的工作中有不少时间需要接触书、翻书及读书，不过我发现那时的阅读实在难以专注，所以一周之内我会找三、四段稍长的时间段特别用来读书。一边读、一边写、一边思考的时候，我常常能更清醒地认识自己。长时段的沉浸读书，也能帮助锻炼专注力。

7. 在假期时间安排退修。

回忆中今年有六次的假期(或教

会营会),给我很大益处,也是我非常感恩的事。就像斯托得建议的“安静日”,每隔一两个月有一点安息的时间,用来安静在上帝面前真的非常重要。

若是不能参加教会的营会,我会尽量在假期中选择一两天用来作个人退修。事先在手机中下载好一些讲座信息(视频、音频)及赞美诗,加上一本圣经、一个本、一支笔(或者多加一本书),找一个安静一点的地方,就可以开始一段不错的休息时间。

最近雅各·怀特在《迎战关键年代》中的一段话时常会鼓励我,他说,“要想和神深入契合,就好像与任何人深交一样,是很吃力、很困难、很花

时间的,需要决心和操练、目标和动力。”以上是我正在学习和操练的小原则,虽然仍然时常失败和软弱,但我真的渴望在如今的喧嚣时代“和永生神保持亲密关系”,愿神保守引导。

前面提到的大卫·默里,在他的另一篇博文《数字时代个人灵修的20点提醒》中,首要的一点提醒很适合用来作为结尾,和大家共勉:“将内疚感带到神面前:向大多数基督徒提及个人灵修,他们都会非常内疚。让我们从一张白纸开始,把所有的内疚感带到神面前,藉着在基督耶稣里完全和自由的宽恕,我们寻找到能量和自由。”📧



在网络化时代，利用新媒体传福音

文 / Eason

我所在的地方是一家以新媒体传福音的机构，根据我们事工的开展情况，我把一些经历和感想记录下来，和大家探讨如何在移动互联网技术高速发展的今天，利用新媒体传福音。

该机构的异象是触及 10 亿人的灵魂，影响一个族群。这不是说一家机构就能拯救 10 亿人的灵魂，或者把 10 亿人带到教会，而是机构看到了科学技术尤其是互联网带来的巨大福音机会。机构的做法是寻找网络上成千上万的基督徒，激励他们使用我们制作的福音内容和工具分享耶稣，我们把这些人称为“网络宣教士”。

大多数人以为的“宣教”，就是离开自己的本国本乡、去到一个陌生的地方，参与神学的学习和装备，要有一定的经济支持等等，因而有些基督徒总感觉“直到地极，作神的见证”是心有余而力不足的事，加之生活、家庭、工作等各方面的原因，很多人向来只有宣教的想法，却没有宣教的行动。



相对于传统的传福音方法，网络的发达提供了一个更及时、灵活和简单的方式。只要有上网的工具和条件，就等于进到了一个福音禾场，无论你是上班族、家庭主妇、在校学生，都可以在你每天的网络生活中，使用网络上的福音资料，分享在自己的社交媒体如微信、微博、Facebook上，让你的朋友或粉丝看到。

针对网络上数量最大的年轻人群体（截至 2018 年 6 月 30 日，中国网民达到 8.02 亿，其中手机网民为 7.88 亿，10-39 岁年龄段的网民数占整体的 74.7%），往往只是纯文字的福音资料，或是长时间的讲道视频，对于还未认识耶稣的青年朋友，实在很难吸

引他们的注意力。



于是，该机构就把在国外起步较早、发展成熟的福音短视频制作和视频分享网站的概念带入国内基督徒圈，使用互联网技术以及更生动的媒体呈现形式，制作生活化、贴近信徒需要的福音短视频，给网络上的基督徒提供福音资源分享的平台。

后来，以微信为代表的新媒体前所未有地集合了大众传播人际传播、组织传播以及自我传播多种传播形式，使其成为有力的传福音工具。特别是在目前中国还难有基督教的报刊杂志、电台电视台的时期，新媒体的意义和作用格外重大。

同时，新媒体也为基督徒打开了向非信徒亲友同学，乃至陌生人分享福音的宽广空间。

该机构除了中国，其他国家和地区都是使用同一款 App 工具，集合了福音视频、传福音文章，鼓励基督徒下载 App 分享视频给非基督徒看，同时以聊天机器人的方式引导非信徒认识耶稣。

WHO IS JESUS?

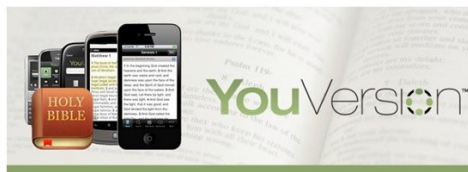


中国因为无法使用 App，机构只好采用本地化的策略，开通微信公众号、微博账号和今日头条账号。其中微信公众号的影响力较大，目前粉丝接近 10 万。

我们制作了适合年轻人喜欢的经文壁纸，很多 80 后和 90 后将这些精美壁纸设置成自己的手机屏保；以热点话题和当下社会现象，制作脱口秀节目，带出圣经和福音的信息；在复活节制作 H5 动态页面，让网友以身临其境的方式经历耶稣受难最后的 7 天；在圣诞节我们制作了适合发放给慕道友的福音小册子和明信片，与教会配搭传福音给来到教会的人；我们的同工去到巴基斯坦和阿富汗，探访当地的宣教士，并记录下他们的感人见证，以视频和文字的形式，激励国内基督徒勇敢传福音。

2018 年，我们与美国超大型教会 Life Church 开发的 YouVersion 团队合作，上线了主题阅读计划。YouVersion 是世界首屈一指的读经软

件,目前,YouVersion 免费提供 1250 种语言的 1797 个圣经译本,在移动设备及个人电脑上均能使用。在我写这篇文章的时候,它的全球下载数已突破 3 亿 4931 万次!



过去的 10 年,YouVersion 一直在寻求做得更好,使人们能够更频繁地读神的话语、更方便地分享神的话语,更充分地理解和应用神的话语。比如从最初的圣经,近年来又发展出圣经、灵修材料阅读计划 (Bible Reading Plan), 2018 年,他们还推出新功能,用户可以邀请朋友和自己同时进行一个阅读计划,力图通过这样的方式调动大家读经的积极性。

在国内,我们与微读圣经团队合作,上线了与 YouVersion 同步的阅读计划。微读圣经已经成为许多中国基督徒每天必看的内容,因其充分本地化的特质以及卓越的用户体验,深受用户喜爱,甚至吸引了非基督徒下载。

有位台湾的弟兄,他在给我们培训的时候,说:“每位神的儿女都是最小的宣教事工单位,你和我都是主的宣教士,有责任告诉人们你所相信的神。当一个媒体特质的人与一个宣教

同工特质的人合二为一,想一想会发生什么?”

| 媒体人特质 | 宣教同工特质 |
|----------------|-------------|
| 1. 具备媒体专业知识能力 | 1. 明白真理知识全备 |
| 2. 具备敏锐的理解观察力 | 2. 真实经历神认识神 |
| 3. 大胆活泼的创意设想 | 3. 得着圣灵能力膏抹 |
| 4. 勇于表达与真实的沟通 | 4. 谦卑祷告凡事谢恩 |
| 5. 熟练团队合作运作模式 | 5. 发挥恩赐成全圣徒 |
| 6. 克服困难坚持使命必达 | 6. 攻克己身与主站立 |
| 7. 得人心起共鸣发挥影响力 | 7. 爱人如己为主火热 |


这个时代需要为福音发声的媒体,更需要能为主发光的媒体勇士,在不断变化的世界中持守永不改变的古旧福音,做光做盐,重新占据政府、教育、媒体、艺术和娱乐等山头,将神的真理带回到社会的各个领域。我们实在没有理由不好好利用新媒体,传福音给万民。

最后,以 Life.Church 牧师 Alan George 对中国教会祝福的一段话结束本文:

“我们人生最大的一个呼召就是到万民中去使他们做主的门徒,训练他们,把各种各样的属灵资源给他们,使他们在过程中变成耶稣基督的样子。这就是我们人生最大的呼召和任务。现在有这么多的资源、技术,你不要把这一切看做世上的东西,因为主把这些放在我们的手中。

当你在线上、在微信上写出一个信息的时候,不要把它当成一个消逝的机会。是主把这样的时间、技术、

这样的人放在我们面前,用你这个人、要用你这个时间、要用你这个技术、要用你现在这个机会将万民的心归给耶稣。我们在这里,不是为了别的,是为了鼓励你们、装备你们、是为了把各种各样的资源放在你们面前。生命教会这样的平台这样的资源全部都

是免费的,这些都是他们付出了极大的代价,不,不是他们付出了代价,而是耶稣付了最大的代价把命给了你,所以你们要好好利用你们现在的资源、时间和机会、技术,把神的国、神的道传出去,让万民归向主。”



主是得救的指望

文 / 郭鹏程

打败太平天国的曾国藩讲述自己作战经历时，发明了一个很著名的词“屡败屡战”，令人感动之外觉得曾国藩文字也颇狡猾。实际情况就是“屡战屡败”而已。我从一个自律的人变成拖延症患者，显示出了一溃千里的战果。奇迹之处不在于屡败屡战，而在于到现在，我反而更有盼望。圣经讲人全然败坏，在我身上已经非常明显了；那么圣经同样讲神所赐的，乃是刚强，仁爱，谨守的心也必然在我身上成为真实。

我开始打游戏是在本科毕业那年。考研尘埃落定，对毕业论文也早已丢掉幻想，大伙儿的人生似乎进入一个暂时没有大事的阶段，纷纷打游戏对战娱乐，在游戏中体验到了结庐在人境而无车马喧的境界，那种感觉仿佛进入永恒的国度，没有时间的流逝，没有环境的改变，没有任务没有痛苦，只有轻松和快乐。仿佛我们永远都不会毕业，永远都可以在学校打着

游戏一样。我要求同学教我打魔兽争霸，他认真的说“你学会打游戏，会后悔的”，我轻松一笑，狂妄地说“我对自己早就令行禁止了”。然而，我现在必须承认，当时并不知道敌人的力量有多强，甚至不知道敌人是谁。

三年后，又一次要毕业了，我仍然在打游戏，只是无法像上次毕业那么轻松了。这时的我，连去吃饭都困难，坐在电脑前似乎全身都不听指挥，头脑非常清醒，不断地提醒甚至威胁自己现在该做什么，但就是什么都没有做。就这样打着游戏错过了吃饭时间，然后一天都过去了，没有去做任何事，随着天色暗淡下去，四围一片死一般的寂静。我意识到自己正在溃败，而且是悄无声息地溃败。心里想，不做工就不吃饭，正好如此。

毕业的可能性越来越小，我甚至不敢去见老师，走在路上可以听见风声说老师打算不让我毕业，因为表现太差。心里忧虑，惧怕。然而，却完全

无法振作起来。每天早上九点才起床，心里冰凉，充满愁苦，觉得周围的光线那么灰暗，充满了绝望。因为场景和昨天一模一样，今天会有变化吗？从自己的身体里感受不到一点点改变的力量，然后又重复前一天的在焦虑绝望中浪费时间，一直到晚上两点才睡觉。

毕业的日子临近，我也知道凭自己是完全无能为力了。充分理解了西希家在耶路撒冷被围时的心态，一见弟兄姊妹，就拉着他们，求他们为我祷告。这日是急难，凌辱，逼迫的日子，就像妇人将要生产，却完全没有力量。

我心里有苦毒，怨恨导致我陷入困境的人和事，埋怨袖手旁观的师兄弟。想起当初学着打游戏，心里十分后悔，也终于明白自己真是太骄傲。然而，一切都不能改变。想着自己曾经意气风发，现在却如同一摊烂泥扶不上墙。真应了那句话，小时候想要拯救全世界，长大了却发现全世界都拯救不了自己。我知道，现在只能完全依靠耶稣基督了。

我每天都去学校的一个小树林祷告。在祷告中，向主抱怨，也向主请功。我说“主啊，我确实行的不好，但是若不是你安排这样的环境，我也不至于到现在的地步。我这三年在学校，

传了很多福音，没有功劳也有苦劳，就求你让我毕业吧。”

有一次，我祷告之后，安静下来。仿佛放电影一般，我这三年的所作所为一幕一幕呈现在眼前。我晚上打游戏，同学说鼠标声音大，他要早睡，我说你戴个耳塞睡。我给同学讲福音，同学与我辩论，我生气地说，就你这种人，该死该灭亡。

在这一切面前，我羞愧难当，因为我的缘故，同学和老师恐怕很难信主了。正如保罗所说，主的名因着我在外邦人中受了亵渎。我就祷告说“主啊，倘若我不毕业，能够挽回我亏缺你荣耀的亿万分之一，那就求你让我不毕业好了。”祷告完之后，心里极为安静。不知道安静的过了多久，心里有一个声音说“你平平安安的回去吧”。我就知道，我一定能毕业了。

后来我仍然惧怕忧虑，几乎不信主会搭救我。有一次祷告后，心里有个声音反问我“你去查考圣经，有哪一个人真的来到耶稣基督面前，是空手而回的？”我恍然大悟，从来不曾有人在耶稣基督面前空手而归！

我经历了一个令同学们都承认是上帝帮助的神迹后，终于毕业了。

我以为自己终于得胜了。然而后来打游戏的事仍有反复，十年过去，直到今天，我也并不比十年前更强。

如果说比十年前有什么变化，就是更发现自己软弱。我必须承认，在我肉体之中，毫无良善，没有任何行善的能力，并且我发现，之所以沉迷游戏的力量如此巨大，就是因为我的旧人本身就是一个游戏瘾君子，完全没有行善的意愿。我十年前能降伏在主面前是因为毕业的压力，一旦我无忧无虑，就又故态复萌。我必须承认，我的旧人就是与上帝为敌的。所以，我若想要得胜，就要违背自己的意愿，让自己

不舒服；我若觉得自己比得胜更重要，就一定不会得胜。其实我真正想要的不是得胜，而是能一直自我中心并且不受困窘，不受审判。我最大的敌人就是自己。

十年前俯伏在主面前那极大的平安宛如伊甸园的记忆，激励我要不断悔改，治死老我。也使我有盼望，我虽然软弱，但是主耶稣是我的力量，是我的得胜，是我永远坚固的保障。🕊



数字化产品如何成了搅乱我们生活的帮凶？

文 / Kevin DeYoung

我第一次真正认识到这个问题的紧迫性，是因为一次事工培训有机会跟几个学生交谈。

当时我在一所顶级神学院举办讲座，结束后，两个年轻人私下找我征求意见。从他们刻意压低的声调和摇摆不定的眼神，我推断他们想问的是一个比较尴尬的话题。我甚至肯定他们要问的是有关色情录像的问题——他们一定是想要谈论在色情网站上的挣扎。但出乎意料的是，他们上瘾的不是色情录像，而是社交媒体。他们告诉他们不能掌控花费在脸书(Facebook)上的时间，同时他们也花费很多的时间刷微博和看博客。

这场谈话发生在几年前，当时我不知道该如何帮助他们。因为我从未听过此类的挣扎，我自己本身也没有这样的经历。但是5年以后，我听过，并且自己也深陷其中。

我曾经取笑过博主，讽刺过脸书，甚至嘲笑过推特。我不是一个对高科

技敏感的人，也不是高新技术的早期使用者，我从不在乎史蒂夫·乔布斯又有什么新想法。我甚至一度对科技爱好者们翻白眼。

直到我变成了其中一员。

现在我有博客、有脸书、有推特、有蓝牙耳机，有iPhone、iPad，我在办公室和家里都装有无线网络，我有有线电视、有Wii（一种跟电视连接的任天堂游戏机）、有蓝光播放机、有多个电子邮箱，还有无数的手机短信。

我出生于1977年，我完全记得数字革命前的日子。在大学里，我们要连接网络就只能去计算机实验室，而且当时网络对我们的吸引力并不高，因为大家邮件往来较少，网页也没什么有趣的内容。但当我在神学院读书的时候，事情就变得不一样了。邮件成了沟通的重要途径，网络也是我和朋友们获取信息的主要来源，我们也通过网络玩游戏，如梦幻橄榄球等。

尽管如此，在当时（90年代后期

和2000年初期),生活也没有像现在这样跟网络紧密相连。整个神学就读期间我只在房间里装了拨号上网的网络,一个咯吱作响、笨重的庞然大物。而且我在读高中、大学和研究生期间都没有手机。就在短短流行的那4、5年间,我的手机也只是用来接打电话而已,我在家也很少连接网络。我并不是说那个时候的生活更健康、更优质,但是我当时的生活的确更有重心、更有意义。很多东西已经慢慢改变了。

已经有很多文章在谈论我们对数字产品无休止的需要,我相信市面上还会有更多这样的文章。我本人并不想评论谷歌是否让我们变得愚蠢、科技是否使年轻人难以建立联系。尽管数字革命给我们带来了许多便利,但我还是想通过以下三个方面来阐述它如何成为了生活被搅扰,使我们疲惫不堪、忙碌不已的帮凶。如果我们明白了这些危害,也许我们就离找到解决方法更近了一步。

第一,成瘾的危害。

这也许有点危言耸听,但事实的确如此。你能一整天不看脸书吗?你能一下午不检查手机吗?你能两天不查看邮件吗?即便我们明知没有紧急事件,也没有新的工作,但我们还是无法远离电子屏幕。事实就是我们无

法控制自己不去敲击键盘,我们也无法强迫自己远离电子设备,哪怕几个小时都不行。

尼古拉斯·卡尔(Nicholas Carr)在他的畅销书《浅薄:互联网如何毒化了我们的大脑》一书中表述了他对现代网络的态度。在他描述为“网络升级到2.0”的2005年,他发现所有的数字体验都是令人兴奋的。他稀奇网络博客如何使传统媒介陷入困境,他喜爱网络的快速、便利,他喜爱那些超链接、搜索引擎、声频、音像等等,他喜爱网络的一切。

可后来,他回忆说“怀疑这条毒蛇悄悄溜进了我的信息天堂”(《浅薄》15页,直译自英文版,下同)。他开始意识到网络以一种前所未有的方式控制着他的生活,他的习惯也开始发生改变来适应数字化的生活方式。他逐渐依赖网络来获取信息,他对事物的关注力在下降。“一开始我以为这只是人到中年思维能力退化的症状,但后来我意识到我的大脑不是单单的无法集中,而是它渴望更多。它要求像网络那样一直为它提供大量的信息,可是它接收到的信息越多,它就越渴望更多的信息。即使我不在电脑旁,我也有查邮件、点击链接、进行谷歌搜索的冲动。我想要跟网络连接”(16页)。

就像卡尔描述的那样，过去的几年里同样的事情也发生在我的身上。除非我对所做的事特别着迷，否则20分钟不到我就有查看邮件、刷新博客、阅读推特的冲动，这种感觉真的非常糟糕。

在《浅薄》后记中卡尔描述说在这本书出版以后，他收到很多人的分享和抱怨，都是有关网络是如何“分散他们的注意力、破坏他们的记忆力，使他们成为信息摄入强迫症患者”，讽刺的是这些分享通常是通过电子邮件发送的。一位大四的学生跟卡尔分享说他从小学三年级就开始跟“中度至重度网瘾”作斗争。这位学生描述到“我无法在任何事情上专心。我唯一能做也唯一想做的就是重新投入到那令人着迷，甚至会走火入魔的网络信息大爆炸中”。他对此表示忏悔，尽管他确信“他最开心、最满足的日子是那些长期远离网络的日子”（226页）。我们中的许多人都在日复一日，年复一年地克制上网的冲动，因为身为基督徒，我们知道“人被谁制伏就是谁的奴仆”（彼后 2:19）。

第二，倦怠的危害。

倦怠是比较古老的一个词，跟“懒惰”和“萎靡”意思相近，但是却不等同于悠闲或懒散。倦怠意味着冷

漠和空虚，就像灵魂处在黑暗中，却比之更乏味、更空虚、更缺乏趣味。就像纽侯斯（Richard John Neuhaus）在《事工的自由》（227页，直译自英文版）中写到“倦怠就像没有沉迷电视的晚上，即没有沉醉于休闲娱乐，却又没有读书受教。倦怠就像那些单单为了不虚度光阴而机械完成任务的晚上。总而言之，倦怠就是冷漠，对主动参与他人生命和见证神在他人生命中做工的拒绝。”

对很多人来说，我们过多使用电子产品只是倦怠更深层次的表达。我们觉得很忙，却不是为了一个爱好，一个消遣或者一场戏剧而繁忙。我们为了繁忙而繁忙。我们没有制定闲时的计划，反而安于现状，毫无计划的度过我们的闲暇时光。我们中间有多少人，对我们生命中的倦怠习以为常，对这种繁忙和空虚并存的状态习以为常？我们总是无休止地用大拇指敲打着键盘，却很少真正审视我们的灵魂。我们一直从网络下载信息，但很少让这些下载的信息直达我们的心灵。这就是倦怠——伪装成持续的忙乱来掩饰生活的空虚和漫无目的。

第三，失去独处的能力。

以上这些带来陷入数字世界的第三个危害，就是我们永远失去了独

处的能力。

失去独处能力不是说我们老大哥在看着我们、被人掌控或安全受到威胁。我指的是我们失去了对独处的渴望。就像彼得·克里夫特(Peter Kreeft)在《现代异教徒与基督教》

(Christianity for Modern Pagans, 中文名暂译)168页所说的“我们想要生活复杂,我们想让生活忙乱。其实无意识地,我们想要那种我们一直抱怨的状态。因为一旦空闲下来,我们就会审视自己的内心,聆听它的呼喊,看到心灵上的缺口,并为之感到害怕。因为那个缺口是如此的巨大,只有神,也唯有神才能填补”。

有时我在想,我之所以如此忙碌是不是因为我开始相信这个谎言——生活就应该忙碌。其实没有任何人任何事比口袋中的那个黑色的、长方形的黑莓手机更让我忙碌。在《哈姆雷特的黑莓手机》(Hamlet's Blackberry)一书中,威廉·包尔斯(William Powers)把我们的电子时代比喻成一个巨大的房间。在这个房间里有成千上万的人,所有的人彼此之间都有着亲密的联系,任何时候都有人拍你的肩膀。就像你在手机上收到了一条短信,一条评论,一个推特信息,一个画报,一条线索。有人想跟你谈工作,有人想跟你抱怨,有人想跟

你分享秘密,有人想跟你调情,有人想卖给你东西有人想给你传达信息,还有人只是单单想告诉你他们的近况。这种情况日以继夜的重复着。包尔斯把它称为“永不停歇的人类互动盛典”。

我们非常享受包尔斯所描述的这样一个房间,但这种享受是短暂的。渐渐地,我们对这种持续不断的搅扰感到厌烦,我们挣扎着想找到一个不被打扰的领域。我们吃饭、睡觉,甚至约会的时候都在被打扰着,哪怕躲在卫生间失声痛哭时也不能幸免。所以我们决定从电子世界暂时抽离出来,哪怕只是短暂的抽离,然而可怕的是没有人知道出口,也没有人对离开感兴趣。事实上,他们对你想离开好像很反感。哪怕你找到了出口,看到外面迷人的世界,你也不确定外面的世界到底是什么样子的。你需要很大的信心才能跳出来。

包尔斯的这个比喻不言而喻。就像托尔金(Tolkien)的魔戒一样,我们既喜欢又厌恶这个房间。我们想在电子世界里按照我们的心意而行,不受辖制,可慢慢的这个巨大的房间成为我们的仅有。当每个人都深陷其中的时候,我们怎么出得去呢?当我们持续被数字信息骚扰的时候,我们怎能有意义的度过时光呢?对我们当中

大多数人而言，网络就像老鹰乐队在《加州旅馆》唱到的那样“你可以一时结账，却永远无法离开。”

最可怕的是我们可能从未想过离开。也许相对死般的沉寂，我们更喜欢无休止的嘈杂呢？也许我们并不在乎是否听到神那持续而微小的声音呢？也许我们生活中的琐碎和心烦意乱并不是因为忙碌所带来的副产品呢？也许这些甚至都不是被动接受的呢？也许我们选择忙碌是因为我们可以为继续忙乱和焦虑找借口呢？如果“陷入数字信息的忙碌是灵魂深处的

天敌”，那么只要我们失去独处，我们就势必继续陷在这种浅薄当中。帕斯卡（Pascal）的名言给我们的数字时代一个新的解释“我常说，人类不快乐的唯一原因是他不知道如何安静地呆在他的房间里”。

就今天的话题而言，也许我们可以说人类不快乐的唯一原因是他不知道如何远离包尔斯所描述的这个房间。📱

（本文转自微信公众号：福音联盟）



© 视觉中国

使用社交媒体的八个智慧原则

文 / 艾伦·雅各布

艾伦·雅各布是我的好朋友，也是贝勒大学(Baylor University)的同事，他曾分享社交媒体事实上正在迫使我们每一件时事尽可能发表自己的观点：

在社交网络上随时分享不成熟的想法在今天渐渐成为了一种美德，而三思而后行(说)则成了反面教材。不仅如此，我们迫不及待的把那些能表达“我光荣伟大正确之立场”的言论发布到网络上，而实则内容空泛且带有煽动性。这并不会在我们的功劳簿上增添一笔。

他给出了一些替代性的建议，帮助大家思考这些相关的问题：

- 1、仅仅因为我身边每个人都在发声，不应该成为我发声的理由。
- 2、如果我对事情知之甚少或毫不知情，那么就不要再发表任何言论。

3、如果那些急于得到回应的人们会在几周或几个月内忘记眼下的事情，那么就不要给他们任何回应。

4、我不会因为“环境所迫”去花时间憋一些无知的话出来。

5、如果我只能让眼下的争论更加热烈，而不带来亮光，那么还是闭口不言吧。

6、私下的交流比公开的对话更有价值。


7、(避开风口浪尖)晚一点沟通，等大家有时间停下来想一想，平息情绪。这样做比第一时间就回应会更有价值。

8、有时候在客厅里或在饭桌上的沟通远比在城门口、十字路口的对话更有意义

长话短说：同侪压力总是可怕的，而社交媒体是放大这种压力的扩音器。当长期使用扩音器后，我们就会忘记，其实是可以用正常音量对话的。

我们会陷入一种常见的误区：如果不在朋友圈，微信群对我们的朋友们喊话，我们就无法与他们对话。

雅各布是一位优秀的文化解读者，专注研究新媒体如何改变我们的思维方式。更多的信息可以阅读他的作品：《我们如何思考：碎片化世界

中的生存指南》(How to Think: A Survival Guide for a World at Odds, 中文名暂译)。

(本来转载自公众号：福音联盟，译：何之是；
校：谢昉)



我花很多时间刷手机，但它让我疲惫又抑郁

文 / Stephen Altrogge

社交媒体真的把我累坏了。

是的，当我熬夜看那些愚蠢的视频——老人家骑滑板车、吃壮阳药（显然我的幽默感很糟糕）——的时候，我觉得体力被耗尽。这样的无厘头和搞笑充斥在社交媒体的角落。我也喜欢那些在网上爆红的东西。

同时，它也让我在情感上觉得累。它使我精神透支、疲乏。就像太少的黄油需要抹在太多的面包上。就像我读了还没有去世之人的讣告。

我刷着一条又一条的帖子，读着别人的故事。那些损毁破碎、泪迹斑斑的生命。那些罹患癌症的诊断、被水淹没的家园、对政治混乱的焦虑、种族主义。关于警察的暴虐行为与复仇行动的新闻。救助悲惨境遇中之人的募款信息，还有很多其他纯粹想发泄情感的人。

我就好像喝下一大碗抑郁的浓汤，下线的时候感觉像看完一部世界超级烂片——明明是悲剧却又夹杂着一

堆混乱而不合逻辑的喜剧。

为什么社交媒体特别让我疲惫？原因在于呼召、负担和界限三方面。

社交媒体超出我所蒙的呼召

让我说一句非常明显但在社交媒体上不太能听到的话：你所蒙的呼召不是我所蒙的呼召。

我蒙召在特定的地方、特定的时间、与特定的人在一起，我蒙召与我的家人、我的教会和我身边的关系圈在一起。我没有蒙召去到每一个地方、担任所有的职责、解决所有的问题。我不是神，我只能出现在一个地方。

让我稍稍坦白交代一点：有的时候我嫉妒你所蒙的呼召，有的时候我误把你的呼召当成我的。

在我看朋友圈的时候，我看到你正在为神做又伟大又令人兴奋的事。也许是宣教，也许是写书，也许你正在带领一个让人惊奇的查经班，也有可能你的教会推出了一些又酷又新的

活动。

在这同时，我却在家里做一些看来微不足道的不重要的小事。接送孩子上学、上班、去教会，没什么大事，没什么会让人点赞或转帖的事。

是有点叫人郁闷。

我嫉妒你。我想要你的呼召。我要做那些好玩、不寻常、又大又刺激的事。我要为神做有意思的事。安安静静实在很无聊，平凡的事看来很蹩脚。我觉得自己又可怜又无意义。

社交媒体牵引着我，让我超出了所蒙的呼召。它使我想要得到神给了你而没有给我的人、地方和事物。我发现约翰·加尔文说的这句话很有帮助：

每个人按照上帝的分派，在自己的岗哨上生活，才不至于掉以轻心在游荡中度过一生。

你的呼召不是我的，如果我试图强取你的，我就会掉以轻心在游荡中度过一生，离弃神为我所预备佳美、丰硕、多结果子之处，而游荡到荒凉之地。

我如果不小心，社交媒体会牵引我，让我越出我所蒙呼召的界限。我一旦越界，就离弃了神领我到的青草地。

社交媒体超出我的力量

社交媒体也总能找到办法，让我

被本来不该背负的担子压垮。

圣经很清楚地告诉我要担当其他信徒的重担（加 6:2），这诫命隐含的预设是我在本地教会里要担当别人的重担。这条诫命是要应用在特定的地方。

我不是神。我连自己的担子都担不了，更别说教会肢体的。在此之上再加别的担子只会叫我踉跄难当。为什么？因为我不是神！我本不该担当大部分人的重担。试图那样做只会把我压垮。

然而当我浏览社交媒体时，我面对一副副将人压垮的重担。一场死伤千百人的地震迫切需要物资救援；一个我了解不多的人陷入财务危机正在请求经济支援；一位我在脸书上随机加入朋友圈的宣教士发起了众筹集资，请求捐助。

我丝毫没有轻看这些问题和担忧，它们都又真实又严重，都需要人帮助。

然而我没有蒙召去背负全宇宙的重担。那是神的工作，只有他有那样的能力。

神让我在特定的地方与特定的人们连结，他呼召我与真正在我身边的人同在。是的，这个原则也有例外，但在大多数情况下，他要我把精力放在一个地方，把其余的交托给他。

社交媒体会把神本来无意要我担负的重担堆在我身上。这会耗尽我的精力——我本来可以用来服事周遭的人的精力。结果我既精疲力竭，做事又没有果效。

社交媒体超出我的地界

社交媒体有我喜爱的东西。我并不认为它是邪恶或不该使用的。但是它能以一种奇怪的方式给我造成一种错觉，让我以为我如神一般的全知，但实际上我却并不如神一般全能。

换句话说，它让我知道有许多事

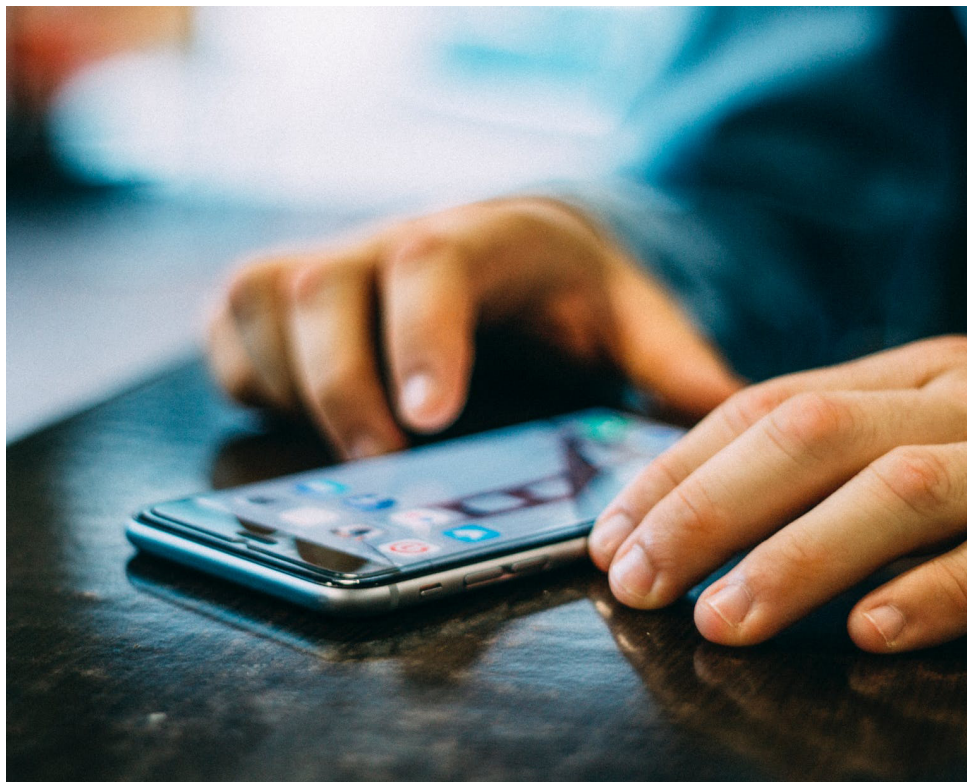
是我无能为力的。

我再说，后果可能是导致我们严重伤害的消沉。对我而言，可能唯一的解决之道是少低头、多环视；少花时间看手机，多花时间注意发生在我身边的近处的事。

如果你认识我，就知道这听起来有多傻：我花很多时间刷手机，但如今却意识到它让我既抑郁又疲惫。

原来我把全世界的重担都装在我的口袋里了。📱

（本文转自微信公众号：福音联盟。）



网瘾青年

—致 2008—2018 逝去的十年

文 / 微尘

高中的时候我们班有一个很聪明的男生，数学 150 分的卷子轻轻松松能考 130 多分，而我使出洪荒之力最多也就 90 来分，这个男生真的很令我敬佩，后来从某个同学口中得知，他成了网瘾少年，曾经连续三天三夜在网吧打游戏，没有出网吧的门，我当时知道了很震惊，这么聪明的一个人为什么不好好利用时间做一些有意义的事情呢，要知道他轻而易举得到的，是我绞尽脑汁也无法获得的，这个事情到现在我还记得很清楚。时常为那个网瘾少年而感到可惜。

时光飞逝，忽然间发觉自己已经告别“青年”步入中年，回过头来看看自己走过的路，发觉自己也是一个不折不扣的网瘾少年，时间都去哪了？我想英语给了我一个最好的回答：I kill the time。

2008 年到 2018 年，十年的时间，除了毕业上班、结婚生孩子以外我还做了什么？那么多时间我把它们花在哪里

了？答：网络。前几年是电脑，我在电脑上看了很多的综艺节目，访谈类、竞技类、相亲类，还有大量的电视剧，几十部电影，后来有了智能手机，每天又花费很多时间用在手机上，我算了算每天刷手机的时间至少是 2 小时，最恐怖的是我在手机上获取的信息百分之九十五是没有任何意义的。每当觉得自己不能浑浑噩噩，要努力的时候，我会去看名人的演讲，明星的成长故事，每次看完都觉得很受激励，好像离着他们很近，但是回归现实还是该吃吃，该喝喝；每当自己的生活、工作受挫时，就会去看相亲节目、明星的真人秀，希望透过看节目来麻痹自己、暂时不去想那些繁杂的人和事，但落实到具体生活中，困扰仍旧得不到解决；每次看了著名牧师的讲道，内心激情澎湃，愿意为主殉道，但是第二天清早仍旧会困于早祷与否的难题中，一般而言，是被窝赢得了衣服，躺下，继续睡觉！

网络时代使我们能近距离的了解别人的生活,尤其是自己崇拜的作家、牧者竟然也在我的朋友圈,于是觉得自己离着他们很近,觉得自己也优秀,殊不知那都是网络带给你的虚假感受。你和他们的距离不但没有减少,反而越来越大,因为他们是用网络来方便自己的工作,而你是把“网络”当成了你的“工作”;他们的精神因为网络而得到传播,而你因为吸食网络鸦片而变得越发神经;一个不读书的人,在朋友圈里大胆的宣讲说自己的梦想是当作家,而真正的作家朋友圈一片空白,他在忙着读书、写作,没时间发朋友圈…….

对于网瘾青年的最好概括就是:梦里走了很多路,醒来还是在床上。只是这一梦就是10年,代价有点惨重,难道还要继续做梦?醒醒吧,你可以选择很多有意义的事情:做家务,

打扫卫生,给父母打个电话,做两个拿手好菜,陪儿子做游戏,聚会,读圣经,祷告,看看书(书架上有几十本好书还没有读呢),写点什么(你心中已经想了好几个话题)……这些生活中的琐事你做好了吗?这是你当尽的本分,你是不是一味的在应付在逃避?因为你觉得这实实在在都是些小事。

不要再去追剧,不要再去观看真人秀,不要再去观看一些心灵鸡汤类的文章,不要再去观看无意义的娱乐新闻,不要再去追踪哪些热点新闻,不要再去刷“朋友”圈?虽然你觉得这些都是些大事,可想想看与你何干呢?

告别网瘾其实很简单,做好你当做的小事情,不看那些惊天动地的大事件。🕒

(本文来自微信公号“恩典妈妈俱乐部”)



生了大病，怎样选择医生？

—《建英的医治攻略》（二）

文 / 唐建英 录音素材整理 / 咏莲

大病是人生的一场灾难。面对灾难，如果不放弃治疗，找到适合的医生是当务之急。

抗癌四年，在北京，我看过肿瘤内科、呼吸科、心血管内科、妇科、肾内科、骨科、神经外科等十多个科室的医生，也被人忽悠过，痛定思痛，自己总结了一些原则和标准：

一、看医生的“三不”原则

不要迷信关系，不要迷信权威，不要忽视全面的身体检查。

第一，不要迷信关系

中国人特别喜欢找关系，大事小事都要找关系，看病这件事儿更迷信找关系，觉得找关系更可靠。其实可不一定，医院也流行“杀熟”。

我在肿瘤医院碰到过一个病人，他就是托人找关系，找到一位医生。结果呢，这个医生的初诊方案用了一

种国产的抗血管生成靶向药，这个药效果很差，医保也不能报销，有良知的医生都不会采用这个方案的。

有一些人去医院找关系，不挂号排队，就直接进诊室找医生给看看片子。有的医生，他碍于人情面子不拒绝，但是他看病诊断的时候会不高兴，并不一定认真看。

我四年多的看病经验，我觉得大部分医生都希望得到别人的尊重和理解。上帝把他们放在这个职位，他们是有职业尊严和荣誉感的。

如果你自己去排队挂号，表达的是你对医生的尊重。我们很多时候都是早上5点多去排队，有的甚至半夜就去排队。有时也会提前一个多月窗口预约，或者提前微信预约。

第二，不要迷信权威

我们爱说某某是科室主任，某某是副院长，以为他的医术和医德就

一定好。

我的答案是，不一定。

我就遇到过奇葩事，有的院士连最普通的核磁片子都看不懂。

现在的公立医院是事业单位，有头衔的院士、院长、主任手握各种资源，权力很大，所以就有很多人想要挤占这些位置。但是，他们不一定是认真钻研医术、关心病人的好医生。

某些所谓的专家，水平还不如一个普通的副主任医师。

有些确实是专家，但他并不擅长看你的病，所以，他的治疗方案就不一定权威、可靠。

第三，不要忽视全面的身体检查

检查不全面，医生没办法好好看病啊！现代医学就是要通过血液、尿液等指标，以及超声、CT、核磁等检查来准确地判断病情。

怀疑自己生了肿瘤的病人，最好先在三甲医院挂普通主治医生的号，做完各项检查之后，再去找专家和肿瘤专科医院看门诊。

除非紧急情况，不要去三甲以下的医院做检查。片子不清晰，可能会多花钱做不必要的检查项目。

知名的肿瘤医院，等候检查的时间特别长，某些专项检查要排到一两个月之后，但在自己家附近的三甲医

院查就会快很多，节省时间。

见专家之前，检查结果和片子越全面越好，有了检查结果，专家才好做判断。

如果有些重要检查没有做，专家开单子要求补做，病人和家属就要多跑一趟。不仅耽误时间，还要多掏一次专家门诊费的钱。知名专家的门诊费可不便宜啊！

二、选择医生有标准

医院这么多，医患关系又紧张，怎样判断这个医生是不是一个好医生，他或她是不是适合我？

我是按照这三个步骤来判断和选择的：

- * 全面收集医生、医院的信息。
- * 制定标准，综合评价医术和医德
- * 挂门诊自己观察和体验医生的医术和医德

第一，全面搜集医生和医院的信息

掌握足够的信息，才有判断的基础。那我怎样搜集医生和医院的信息呢？

1. 首选医生及病友的推荐

虽然我前面讲不要迷信关系，但不是说我们不找亲朋好友咨询，特别是学医的亲朋好友，可以请他们帮忙推荐医生。

他们推荐了，不是就万事大吉了，一定多多考察和求证。

因为学医的亲友有他的专业方向。一个心脏外科的医生，他对肿瘤科医生的了解有限。

我自己 2014 年生病时，有个在肿瘤医院的朋友给我推荐了一个医生。

那后来我的表姐，妇产科医生，帮我咨询复旦肿瘤医院的同学。反馈的意见是，朋友推荐的医生团队治疗肺癌国内领先，所以我毫不犹豫地选定了这位医生。

病友推荐的医生多数靠谱，因为这是他们自己亲身考察过的。有一部分推荐不靠谱，所以要谨慎！

看门诊的时候，跟周围的病人和家属聊聊，多问几个病人，了解医生就更全面。

2. 通过医院网站查询信息

听了亲友、病友的推荐之后，一定要去医院的网站核实，因为信息有可能是错的。

各大医院的网站都有介绍自己的科室、专家和医生，是比较客观、准确和完整的。好大夫在线这样的互联网医疗信息平台也有医生的介绍，但是不太全面，有些自荐信息过度商业化。

第二，自己制定标准，综合评介医术和医德

别人的推荐只是参考啊！医院和患者之间，信息不对称，自己没有标

准，很容易被忽悠。

我把主、客观因素加起来综合评估，按标准去选择医生。

不一定非得是主任医师！有的时候副主任医师也非常优秀。实际上我在北肿看过一个优秀医生，给了我很多帮助，他当时就是个副主任医师。

1. 医术方面的评估标准

怎么评估一位医生的医术是否高明？

我自己常用以下标准去衡量，发现找到的医生大多数专业优秀、态度谦和，但不排除少数人名不副实。

这是我的无奈之举。因为国内没有全科医生、家庭医生分诊，患了癌症这样的大病，找谁看病，怎么看，都是自己摸着石头过河。

(1) 关注医生的教育背景

医生这个职业不同于普通职业，专业水准的高低，关乎人的生命。

可我只不过是个病人，只能找些硬指标，凭常识去判断。

我会看这个医生是从什么学校毕业的。老牌医学院毕业的医生，有着良好的传统。比如说协和医院、华西医院、北大医学部、中大医学院……最好医生去海外交流访学过，视野开阔，知识更新快；部队医院的，301 医

院培养的医生还不错。

我会看这个医生的学历。肿瘤内科医生最好是博士，普通的内科医生硕士 OK；外科医生起码要硕士，当然，资深的外科医生本科没问题的。

申明一下，我并不是唯学历论。只是上帝所造的人体器官非常精妙复杂，癌症这类大病又难治，治疗的副作用可能影响到身体的各个方面。如果医生不经过全面系统的专业学习，基础知识不扎实，又不了解医学前沿科技，医术不可能精湛。

（2）关注医生的科研能力

我觉得医生，特别是内科医生，科研能力非常重要，这意味着他对前沿的治疗信息和治疗手段是否了解，了解得程度如何。

比如肿瘤治疗，如果医生科研能力不行，做不到规范化诊治和个体化诊治的平衡，治疗方案要么盲目冒进，没有科研数据支持，危及我们病人的生命；要么因循守旧，不敢采用前沿的新方案，耽误治疗。

怎么评估医生的科研能力呢？

我参考了大学、科研机构的标准，看他发的论文。但是我不是看他论文发了多少，是看他论文发在什么级别的刊物上。我会关注他是否在英文期刊上发表论文，比如说是否在 SCR

期刊上发表论文。

这些信息，关注医院网站上医生的个人介绍，都能查得到。

我特别感恩生活在北京，好医生足够多，才有机会选择。

用这个标准筛选，发现北京的医院，很多医生真的优秀。他们出门诊、查房、做手术，在这么忙碌的情况下居然能在国际医学杂志上发那么多的论文。我觉得，这至少说明他们工作勤勉、严谨，愿意钻研医学。

这些专家，有的互联网医疗平台能预约到，在线图文问诊或电话问诊，咨询之后，可以再选择本地治疗，省得总是往北京跑。2016年，我在海南，就把片和检查报告从网上传给医生，然后打了付费电话咨询。

（3）关注从医年限的长短

如果是外科医生，我会看他的从医年限。外科医生做手术做的越多，经验就越丰富。一般来说，失误就越少。

所以，选外科医生，当然是选年富力强，做手术次数多的，从医十年以上最好；如果约不上，那也要找至少是从医五年以上的医生。

2. 医德方面的评估标准

一个医生如果品行不端，不尊重生命，不负责任，即使医术好，也尽量

远离。

那判断医生医德的标准是什么呢？
这个不好评估，主要看口碑如何。

(1) 病人和家属的口碑评价

我的经验是，候诊的时候跟周围的病人多聊天，就会知道这个医生是否正直可靠，有没有责任心，是否替病人着想，这个评价标准最直接。加入病友的微信群，也可以问一问，综合评估判断。

(2) 观察好大夫在线的患者留言和评价

一个患者留言说好的不一定医德就好，因为每个人了解的事实有限。但是，如果多个患者留言说某个医生不好，那这个医生肯定有他的问题。

注意啊，医生的态度和脾气与他的个性和处境有关。态度不热情、脾气焦躁的医生，不一定医德不好。

第三，挂门诊观察和体验医生的医术和医德

像癌症这样的大病不可能只看一次。如果一位医生门诊的病人少，态度不好，又不仔细看片子，看检查报告，那么下一次复诊就要立马换医生。

不过如果考察之后，选定了医生，就不要轻易换。长期在一个医生那里看病，医生熟悉你的情况，有时病情突然有变，来不及挂号，医生能帮你加个号。如果需要其他科室处理或转

院，医生也能帮你协调一下。

三、学习与医生良性沟通

优秀的医生不一定适合你！

这个就涉及到医患沟通的问题了。

有时候我们会因为沟通不畅，就给某个医生下结论，说这个医生不好，以后不找他看病了。

我常挂号看的一位肿瘤内科专家，经验丰富，科研能力又强，对病人挺负责任的。但是，她的个性比较直爽，对病人的态度一视同仁，说话直截了当，有些人感觉受伤害，扭头就走了。

我有时也感觉受伤，但我留了下来，因为业务能力出众、为人正直、值得信任的专家不好找。

如果实在沟通不了，就只好换医生。不过换医生有时间成本，再找医生，彼此都要重新熟悉。

那怎么和医生的沟通呢？自己要尽本分啊！

1. 见医生之前把所有的检查资料带全，分类整理，给医生留下良好的印象

医生看病可能就是几分钟。如果挂特需专家号，一般不超过十五分钟。不准备好资料，现场翻找，浪费的是自己宝贵的就诊时间。

2. 提前列出想要问的关键性问题，不要超

过三个，因为时间不够

不少专家出诊时会带上自己的学生或者助手。所以一些不重要的、琐碎的问题可以咨询他们。

3. 理解医生的心态

在沟通的过程中，不少医生很不耐烦，为什么呢？因为你问的问题他可能已经回答了上百次、上千次了。

嘈杂的医院环境，如果一天看几十个病人，看那么长时间的门诊，很多问的都是类似的常识问题，如果换作是我们自己，我们烦不烦呢？

当然，我不是说医生不耐烦是对的。

4. 积极与医生沟通

医生不是病人，他看的数据、报告是死的，没有生命的体温；而每一个活生生的病人对药物、手术的反应是千差万别的。

所以，很多医生其实蛮喜欢与病人交流的。有时候也会根据病人、家属的反应来建议使用保守的方案还是激进的方案。碰到这样的医生，赶紧抓住机会说出自己的顾虑和想法。

和医生交流之前，可以查查丁香园等医学类网站的文章，看看医学类微信公众号。多了解一些医学常识，问医生心里也有底气。

我自己订阅了“医脉肿瘤通”、

“希望树”、“与癌共舞”、“全球肿瘤医生”等微信公众号，经常看，收获很大。

注意啊！百度搜索出来的答案要分辩，有医托儿，见医生多问问。

四、医院不收治，急诊医生是最好的选择

被医院、医生拒收，是病人和家属心中永远的痛。我也被拒绝过好多次，伤痕累累。

被拒绝的原因有很多。

经常碰到需要住院治疗，医生却没有给安排床位，忍不住抱怨医生是不是有问题。

确实有的医生让人很无语！社会整体性溃败，医院少不了有腐败黑暗的地方，会照顾各种关系，挤占浪费了医疗资源，有需要的病人住不进去。

但是，有的时候，也确实是因为病人多、床位紧张，医生会优先考虑危重病人。这时，家属可能要多跑几趟医院，多找医生问问。

我去年底做化疗，经常过了二十一天的化疗周期，医院还不给安排床位，老蒋打了好多电话不管用，只好跑到医院找住院总解决。

当然，医院拒绝收治病人，有时是说不出口的原因。医生对治疗没把握或者认为没有治疗价值，他就会拒绝收治病人，谁都不希望病人死在自己手里。

这种情况怎么办呢？

我的经验是，如果病情紧急、严重，又找不到医院收治，拨打120，指定一家医院的急诊中心，那里的急诊医生会救治或者转诊，因为急诊不能不收啊！

治病这四年多，我觉得即使现在的医疗体制这么让人崩溃，医疗环境这么恶劣，危急时刻，多数医生还是

会尽力挽救病人的生命的。🍵

（作者介绍：建英，基督徒，肺癌患者，高校教师，清华大学传播学博士。2014年，确诊晚期肺癌，全身转移，曾经被医生宣判只能活三个月到一年半。抗癌四年半，经历三次手术，十多次化疗，服用过五种靶向药物。抗癌历程，多次命悬一线，感谢上帝的保守，经过科学的治疗，转危为安，肿瘤不断缩小。

文章来自公众号“蒋唐说”）



© 视觉中国

癌症治疗的十点注意事项

— 《建英的医治攻略》（三）

文 / 唐建英 录音素材整理 / 咏莲

2018年诺贝尔医学奖颁奖，两位专门研究肿瘤免疫治疗的科学家获奖。其中一位是日本的科学家，另一位是美国的科学家。

这是一个令人振奋的消息，有很多朋友转发微信分享给我，因为科学家说这个免疫治疗将来有可能治愈癌症。

免疫治疗对癌症患者来说确实是好消息。但是我却不适合用。现阶段的免疫治疗，如PD-1、PDL1，对于像我这样携带有Alk基因突变的病人来说，疗效非常的差，基本上肿瘤科的医生不推荐使用。免疫治疗可能将来会有一些突破，但是目前对于我而言，就不是一个好的选择。

我不是医生，我并没有资格建议什么治疗方案好。但是我有一些治疗经验可以分享。

我总结了癌症治疗的十点注意事项。

- * 最新的方案不一定适合我
- * 中医中药、保健品不能治疗癌症
- * 尊重主治医生的意见
- * 初诊和病情变化时，注意咨询多个医生的建议
- * 治疗有顺序，须遵循序贯治疗的原则
- * 全身治疗和局部治疗联合使用
- * 不要把化疗妖魔化
- * 放疗要谨慎，注意防治副作用
- * 吃靶向药之前，先做基因检测
- * 没有完美的方案

注意事项一：最新的方案不一定适合我

前面的例子已经说明了这一点，比如最新的这个PD-1免疫治疗就不适合我。现今，肿瘤新技术发展日新月异，比如说癌症疫苗，CAR-T、TCR等细胞免疫治疗，还有这个PD-1、PDL1等等，这些都是非常前沿的医学科技。但这些并非适合每一

个病人。

这些最前沿的医学科技很多是在临床实验阶段。不是说临床实验就不可以去尝试，而是说在尝试之前，一定要了解它对什么样的患者适用。如果要加入临床实验组，它会有些入组条件，需要咨询医生，是不是符合入组的条件。如果不符合条件就不要去勉强，很可能疗效不好，副作用还不能耐受。

注意事项二：中医中药、保健品不能治疗癌症

这是我特别想强调的一点。目前国内、国外规范化的癌症治疗指南里，没有建议使用中医、中药和保健品治癌。当然我不是说中医中药、保健品完全不能看、不能吃。如果平时你在身体有一些不舒服症状，在医生的指导下用一些中药或者保健品，会有效果，但是肯定不能治疗癌症。

我生病以来，经常有人给我推荐去看老中医好像老中医就包治百病。事实上中医中药可能对癌症患者的一些不良反应有治疗效果，但是不能当做癌症的治疗手段，会耽误治疗的。我的一位医生朋友说，如果中医中药能治癌症，那就可以拿诺贝尔奖了。

即使在医生同意的情况下，吃中药防治恶心、呕吐、乏力等副作用，也

要注意去抽血查肝肾指标，因为很多中药伤肝、伤肾，还很严重。这是我在全国排名前三的医院，听医生不止一次说过。

中国人特别迷信中医中药，当然也特别迷信保健品，这其实是科学素养和健康素养匮乏导致的结果。

前面提到中医中药不能治癌症，保健品同样不能。即使号称是什么美国的保健品、澳洲的保健品，也只是起到辅助，补充营养物质的作用，并没有说能治疗癌症的。有些保健品自己宣传说能抗肿瘤，卖得特别贵，有些还是以类似传销的方式向病人推广，大家一定要谨慎，千万不要上当。

去年我刚做完手术，就有人向我传销这种打着抗癌旗号的保健品。说实话我只有四个字的评价：图财害命！明明不能治癌，却浪费了病人那么宝贵的金钱，那些钱是可以用来去医院采用规范化的手段治病的。

注意事项三：尊重主治医生的意见

上一篇文章，专门介绍怎样选择医德好、医术高的医生。癌症治疗，选择医生的时候一定要谨慎又谨慎，因为这个病不是一天两天就能治愈的。即使说早期的病人可以做手术，那么做完手术以后，每过三个月或者半年要去复查看医生。

因此，选择一个长期固定去看的主治医生（主要负责制定整体治疗方案的医生，不是医生职称系列的“主治医”）是非常重要的。

癌症常规治疗手段有手术、化疗、放疗、靶向药物、免疫治疗，到底应该用哪种手段好，建议多听主治医生的意见。别的医生也可以去咨询，但是主治医生的建议最重要。为什么呢？因为如果长期在他那里看病，他对病人的病情、病史比较了解，能够因人而宜，综合各种因素来做判断和选择。

注意事项四：初诊和病情变化时，注意咨询多个医生的建议

是不是觉得这条跟上一条尊重主治医生的意见相矛盾呢？

不矛盾。在刚刚查出患了癌症的时候，一定需要多去看医生，去不同的医院，不同的科室咨询。这也是比较、选择主治医生的一个过程。如果几个医生的方案都倾向于一致，那么这个方案基本上没太多问题。

在病情变化的时候，比如肿瘤有进展了，或者病人身体上出现明显不舒服的症状，这可能涉及到下一步治疗方案要不要更换。所以，千万要谨慎，就要拿片子、检查报告去咨询多个医生，看看大家的意见是否一致。

如果不一致的话，那就只能凭着经验和智慧来做判断。我去年脑部肿瘤长到四厘米多的时候，昏昏沉沉，走路不稳。主治医生说只能全脑放疗，后来我们去天坛医院咨询，说可以手术。老蒋和我祷告之后，都觉得做手术心里最平安。我就选择了脑部手术，现在身体状态很好。

注意事项五：治疗有顺序，须遵循序贯治疗的原则

癌症治疗的常规手段，一般都知道。但是这几种手段先用什么后用什么，这个是有规范化的诊疗指南做指导的，所以一般要听从主治医生的安排。

肿瘤医院或者高水平综合医院的资深医生，他们并不是按照个人经验做判断来决定先用什么手段，后用什么手段。他们往往是遵循国内或国外最新癌症治疗指南来决定序贯治疗的顺序，因为这样失误的风险小。

举个例子说，是先化疗还是先手术？医生会根据癌症分期的不同来做决定，还有先靶向还是先化疗？这个医生也会根据规范化的指南，以及病人的实际情况来做选择。

就是说，这个治疗顺序，不是自己随便可以选的，我想先做什么就做什么。

凡事都要规规矩矩地进行，如果不按照序贯治疗的顺序，有的时候会造成后面的治疗没法进行或者效果不佳。

当然，有时候病情特殊、危急，赶紧和主治医生商量，提前采用有效的手段治疗，这时候就不用考虑序贯治疗原则了。

注意事项六：全身治疗和局部治疗联合使用

什么是全身治疗？化疗就属于全身治疗，我一直在吃着靶向药也是全身治疗，免疫也是全身治疗。哪些是局部治疗呢？比如说手术，针对的是局部器官和组织；还有就是放疗、微创的消融手术，也属于局部的治疗。

中、晚期的癌症患者，全身治疗和局部治疗可以结合起来使用。我自己就是采用了联合治疗。

我做了三次手术，有的是在手术的第二天，有的是一出院就立即服用了靶向药，就是说我不是只靠手术，是手术和靶向联合使用。我在做化疗的时候也不是单纯只做化疗，我是化疗加靶向，效果非常好，肿瘤缩小了一半。

但是，这个全身治疗加局部治疗呢，副作用肯定要大一些。所以，注意在医生的指导下尝试。不过，现在都有很多辅助药物和手段处理治疗的

不良反应。

我自己的体会，联合治疗对病人的身体素质要求就比较高，就是病人的营养状况、身体条件要好可能才能承受。

注意事项七：不要把化疗妖魔化

一说到谁谁得了癌症，谁谁在做化疗，大家就觉得哎哟呀，这个人遭大难了，病人自己也是一听到化疗，马上就极其的恐惧。我自己也走过这样的心路历程。我刚查出肺癌的时候本来是要做化疗的，我就拼命祷告说我不想做化疗，希望我有基因突变可以吃靶向药，后来我也一直在吃靶向药。

但是，去年靶向药耐药，我开始做化疗之后，我的很多认识才被颠覆了。

第一，现在的化疗药物都经过了改良，副作用没有那么大了。

第二，现在的医生非常注重化疗的副作用，所以在做化疗的时候，有保肝药、保胃药、保护心脏的药，还有止吐药，以及处理肠胃不适的药。医生都会根据你的情况输液或者开口服药。

如果在肿瘤医院或者大型的综合医院做化疗，这些辅助药，医生都会用的，像过去那样吐的一塌糊涂的情况现在很少见，因为止吐药物特别多，很有效。如果觉得恶心得厉害，可

以和医生说，换更好的止吐药。

至于掉头发，生命比头发宝贵。我去年做脑部手术，头发剃光了，接着做化疗，头发就不长了，戴了六个月的帽子，慢慢就长成齐耳短发了。

注意事项八：放疗要谨慎，注意防治副作用

很多人觉得放疗就是放那么几次不就完了吗，痛苦也就痛苦几次。其实，放疗的副作用是很可怕的，因为它的有些副作用是不可逆的。

什么意思呢？就是一旦它造成了身体的一些伤害，可能终生都没有办法恢复。所以，选择放疗的时候一定要特别谨慎，不要做普通放疗，伽马刀、射波刀、托姆刀、速光刀等立体定向放疗可以考虑。

我至今为止没有选择过放疗，我生病的时候医生就要我做全脑放疗。

2014年年末，靶向药控制不住我的脑部肿瘤进展，有很多医生建议我用全脑放疗，我拒绝了。我一直等待了三个月，等候加入二代靶药的实验组。

为什么呢？因为当时我有个医生朋友跟我说，脑部放疗的范围总是要比肿瘤组织范围要大一些，在什么部位放射范围多出一些没法知道，这会对大脑造成什么影响也不知道，这些副作用都是不可逆的。后来我查到资

料并问过医生，这个全脑放疗可能会造成痴呆，痴呆的比例在百分之五到百分之十二左右。

其他器官的放疗副作用也很大。比如胸部放疗或是做食管放疗，有可能导致放射性肺炎、放射性食管炎。放射性肺炎有可能会致命的；放射性的食管炎特别难受，完全吃不下饭，还非常的疼。如果一旦发现做完放疗之后有一些不适的症状，要及时跟医生沟通，及时处理副作用。

伽马刀、速光刀等立体定向放疗精准，对身体的伤害小，可以考虑使用。

我个人的感受，能用手术、化疗或者靶向，那就不用放疗的手段，如果必须要用的话，选择立体定向放疗。

注意事项九：吃靶向药之前，先做基因检测

我是吃了四年多靶向药，经常有病人或者病人的家属、好友来咨询老蒋和我，问这个病人能不能也吃靶向药？

靶向药有可能将癌症当做慢性病来治疗，但靶向药不能随便吃。靶向药有很多种，每一种都是针对特定的基因突变研发的，没有基因突变盲吃，可能没效果，耽误治疗。

初诊的时候，建议做一个基因检测。不用花那么多钱，在肿瘤医院或大型的综合医院做一代基因检测就

可以了。现在这个基因检测炒得很热，很会有二代基因检测、全基因检测，这些是很好，但是价格也非常昂贵，有的要一万多块钱，而且即使检测出很多基因突变，也未必有匹配的靶向药物。

什么时候需要做呢？做了治疗之后又发现肿瘤有进展，需要更换治疗方案，可以考虑做二代或者全基因检测，有可能会发现以前没有发现的基因突变，说不定，刚好就有新药可以吃呢。

10 注意事项十：没有完美的方案

作为病人、家属、亲朋好友一定要接受一个事实，就是医生一定会出错的。因为人都会犯错误，医生怎么就不会犯错误呢？再优秀的医生都会判断失误，都会出错误。

所以，前面提到，病情变化时多咨询几位医生。但是咨询多了也有一个问题，就是这个说这个好，那个说那个好，那怎么选择呢？

我的答案是：没有完美的方案。

在治疗的过程中一定会出现几位专家不一致的情况，他们的建议好像

都很有道理，怎么办呢？

这个时候，我只能选择信任一位医生，然后按照他的治疗思路，在各方面都配合他来继续下面的治疗。也有可能选择另一医生的治疗方案会好一点，但是也不一定，也许它的副作用会更大，人可能无法耐受。所以，没有办法这么去比较，也最忌讳这么犹豫不决。

选择治疗方案的时候最忌讳的是犹豫不决，就是到底是这个好还是那个好？犹豫会耽误治疗！现在癌症的治疗手段很多都在探索的阶段，诊疗指南年年更新，有时候医生也是摸着石头过河。虽然癌症治疗越来越规范，有治愈的希望，但真的是没有完美的治疗方案。👉

（作者介绍：建英，基督徒，肺癌患者，高校教师，清华大学传播学博士。2014年，确诊晚期肺癌，全身转移，曾经被医生宣判只能活三个月到一年半。抗癌四年半，经历三次手术，十多次化疗，服用过五种靶向药物。抗癌历程，多次命悬一线，感谢上帝的保守，经过科学的治疗，转危为安，肿瘤不断缩小。文章来自公众号“蒋唐说”）

关于城市宣教的一些反思

文 / 季丰羽

引言

当我们谈到宣教使命的时候，我们可能会想到历史上一些伟大的宣教士，教会的福音事工，某些去往少数民族地区、第三世界国家传福音的弟兄姐妹，活跃于当今时代的各种大大小小的宣教机构，或者我们自己所面对的尚未归信的亲朋好友群体等等。这些联想都是好的，表明我们对于宣教使命有所认识与触及。但是，当我们产生各种联想的同时一定要注意，不要认为我们个人、机构或者教会是完成宣教使命的主体。其实，在任何个人或者组织去到宣教禾场之前，上帝已经在那里做了很多预备的工作。这样的宣教预工可能是藉着其他基督徒的撒种工作，也可能是藉着上帝在创造中所显明的普遍启示。因此，我们需要认清一点，准确的说上帝才是宣教使命的主体，我们宣教乃是被上帝邀请加入祂的国度在地上建立的伟大工作之中（本文所使用宣教的概念不是宣教学中所指的跨

文化的、去到没有被福音触及之地履行大使命。而是基于圣经神学得出的、广义上的、上帝在所有地方、为着拓展祂国度而进行的使命性工作，神学上的表达是 *missio Dei*）。

上帝作为宣教主体的原因

1. 基于上帝的本性

为什么说上帝是宣教使命的主体呢？这个问题的答案其实在于上帝自己的本性，祂是生命的源头，也是美善的源头。这一点我们从人类未堕落前的伊甸园中就可以看到，上帝创造了万物，并且万物在祂眼中都是好的，也就是说万物都彰显着上帝的荣耀。在万物之上上帝创造人作为全地的管理者，并把自己的形象唯独给了人，又为男人创造配偶帮助他。在这样的创造与安排中，我们可以看到神对人美好的心意与祝福，神盼望看到人生养众多、遍满地面，透过工作蒙福，来完成我们今天称之为的文化使

命。不仅如此，堕落以前神也与人同在。因此，在创造中可以看到神要祝福人并渴望与人同在。可惜这一切因着人的堕落而被打破，罪导致神人之间产生阻隔，将人生命中的祝福变为咒诅。本应给人带来喜乐的工作成为劳苦，本应让人享受的婚姻变为辖制。虽然人背叛上帝似乎打乱了神最初的安排，但是上帝祝福人类要与人同在的心意却不能被任何事情阻挡于是，我们在“最初的福音”中看见了神坚定实现祂计划的应许，这位创造生命满有良善的上帝最终要兴起一位女人的后裔来彻底解决罪的问题，从而使人可以重新进入到与神同在、被神祝福的美好生命状态之中。这样，我们透过伊甸园的故事看到神在历史中开始了祂的救赎计划，也就是开始了祂自己的宣教使命，并且上帝保守了祂的宣教使命在历史各个阶段的推进，祂也最终会完成祂自己的宣教使命。上帝宣教的目的，从狭义来说是要救赎人类，从广义来说是要在地上建立祂的国度。

2. 基于三位一体的教义

从上帝的应许可以看到，上帝宣教使命的核心乃在于那位女人的后裔，透过神在圣经中的启示我们知道这位女人的后裔是亚伯拉罕的子孙、

大卫的后代耶稣基督。根据保罗在罗马书中的介绍，耶稣不仅是人的后裔同时也是神的儿子，也就是三位一体上帝的第二位格——圣子上帝。在此，我们看到上帝作为宣教主体的第二个原因，这个原因植根于三位一体的教义。上帝的宣教使命是由圣父发出差遣，圣子亲自完成的。当耶稣复活升天以后，圣父和圣子差遣圣灵继续完成上帝的宣教使命，这点在使徒行传中就可以看到。在耶稣复活升天到祂第二次再来的这段时期内，上帝将宣教的使命颁布给了教会，并应许祂自己将会在宣教过程中与教会同在。因此，与其说是教会去完成神的宣教使命，不如说是教会加入到神自己的宣教工作之中。这一点对于我们今天认识宣教使命至关重要，这主要体现在我们首先需要坚定的相信神自己现在就在宣教；其次，我们需要透过祷告和寻求去发现神在各处的宣教工作，积极回应神的呼召并参与其中。

教会如何参与宣教使命

上面简单分享了上帝作为宣教主体的问题，下面分享一下在具体处境下教会应当如何去参与上帝的宣教使命，与神同工，拓展神的国度。本文盼望针对当前中国城市家庭教会所面临的特殊政治、社会环境，提出相应思

考探索，以期对当下中国城市家庭教会宣教策略的制定有所帮助。

1. 教会在逼迫中当持守信心

当下中国城市家庭教会面临的最大的外在问题就是来自于政府的逼迫。一些教会因为逼迫而失去聚会场所、无法正常聚会，也因此导致教会为福音作见证的主要方式被破坏。在教会外面，许多社会问题爆发，人们在身体、心灵等各个方面都承受着不同程度的痛苦与伤害。而本来应该成为痛苦心灵避风港湾的教会，由于被限制敬拜的自由而无法迎接那些无依无靠的灵魂。无论从教会还是社会角度，看上去整个中国的形式都在每况愈下，让人实在灰心沮丧。然而在这样的时候，在逼迫环境中仍然持守对主忠心的家庭教会应当回到自己力量之源上来。也就是回到那位不仅创造天地万物、如今也在统管万有的上帝面前。不仅要回到上帝面前，也要相信即使今天中国情况继续糟下去，上帝仍然掌管这个国家，并在这个国家的各处进行着祂的宣教工作，许多人心仍然在被神预备的过程当中，各处仍然有许成熟的庄稼等待教会去收割。我想，这是教会在逼迫中仍然应当在上帝面前持守的信心。因为我们所信的上帝超过这个世上一切有权

有势将要败亡之人，并且这些人也都在神的掌管之中。虽然他们抵挡福音，神却能使用他们的抵挡来为教会预备庄稼！

2. 使徒保罗的两种宣教策略

当我们有了这样的信心，我们才能透过逼迫的环境更清楚地看到神在中国各处的宣教工作，并积极地去思考如何在当前中国的特殊处境下带领更多的人归主。那么，当我们的信心建立在神的身上之后，下一步就是如何参与到神的工作之中的问题了。其实，今天中国教会所面临的情况也不是唯一特殊的。查看教会历史，我们就会发现在许多不同的时代当中教会都有经历不同程度的逼迫。而这也是真正跟随主耶稣基督、立志在地上敬虔度日之人都会经历到的。当我们看今天教会的情况时，我们希望能从历史中找到相应借鉴，从而帮助教会在这个世代做好神的宣教工作。对于任何时代的教会来说，最好的历史借鉴永远出自于圣经。因为圣经是神给教会的特殊启示，教会透过圣经不断地认识神和祂对教会的心意。因此，接下来本文会主要借鉴圣经中使徒保罗的宣教策略，并盼望能够为今天处于逼迫环境下的中国城市家庭教会带来一些宣教上的反思。

在使徒行传中我们可以看到保罗宣教的两个主要的场所——犹太会堂和外邦人所在的市场（或者其他外邦人聚集的场所）。由于在犹太会堂和外邦人的市场上保罗所面对的宣教对象不同，因此主张“向着什么人就作什么人”的保罗所使用的宣教策略也截然不同。在犹太会堂保罗会本着旧约圣经向犹太人进行福音性的讲道。当保罗在犹太人的逼迫下无法继续在会堂布道时，他就转向外邦人。在外邦人聚集的市场保罗会本着神的普遍启示与外邦人进行福音性的对话。保罗向犹太人与外邦人传福音的这两种进路可以总结为藉着特殊与普遍启示进行宣教。在圣经中可以看到这两种方式都是被神所使用的。

3. 教会如何借鉴保罗的宣教策略

(1) 藉特殊启示进行宣教

这两种方式对于今天的教会也同样适用。今天的教会主日礼拜，传道人在前面讲道，有不信的人进来听到神的话语被圣灵光照而愿意悔改，就是教会藉着特殊启示履行宣教使命的例子。当然，我们相信神在这人听道之前已经在他生命中做了很多预备性的工作，而教会敬拜讲道的那段时间里教会加入了神自己的宣教工作

之中，从而收割了神的庄稼，拓展了神的国度。

(2) 藉普遍启示进行宣教

关于第二种藉着普遍启示进行宣教的方式相比于第一种方式在今天是被很多教会所忽略的，但其重要性却完全不亚于第一种方式。不但如此，当逼迫环境临到教会的时候，第二种方式就更显出其在上帝宣教工作中的重要意义。

如果把上帝的宣教工作比作一个天平，天平两边分别是殊启示与普遍启示，那么当逼迫来临教会无法正常组织聚会的情况下，这天平就将开始向普遍启示的一边倾斜。而教会效法保罗去到“外邦人的市场”就成了教会在逼迫环境之中参与上帝宣教工作的主要方式。教会若想要善用普遍启示来参与到上帝的宣教工作之中，首先需要在神学上对普遍启示有正确认识，并且能够将普遍启示的神学知识进行处境化的应用。而正确认识普遍启示的前提是正确地认识特殊特殊。特殊启示是基督徒所享有的特权，也是我们正确诠释普遍启示的唯一途径。在此，教会的两大任务也就显明了出来——正确教导上帝的特殊启示以及帮助信徒透过特殊启示更深认识并应用普遍启示。下面具体来分

享一下教会如何通过上帝的普遍启示完成宣教使命。

A. 寻找并锁定“外邦人聚集的市场”

今天教会存在的一个很大的问题是许多信徒不愿意走出教会、进入社会去履行宣教使命。一方面可能是因为教会强调与世界的分别，导致一些信徒产生圣俗二分的思想；另一方面则可能是因为教会里面太“温暖”了，导致一些信徒产生惰性与封闭的思想。无论是哪种原因，如果教会中的信徒开始产生这样的状态，那么这对于一个教会来说是一个警钟。因为教会需要走出去，与上帝同工完成宣教使命。那么有时上帝会借着逼迫帮助信徒被动地进入社会，从而参与到上帝在各地已经开始的宣教工作中。当逼迫来临的时候，教会其实是可以更积极地面对逼迫，那就是开始积极地计划去教会外面寻找“外邦人聚集的市场”。这些地方可能是医院的病房，公司的写字楼，公园的广场，大学的食堂，或者亲友的聚会，同学的聚会，驴友的聚会，又或者是书店，咖啡店，酒吧等等不同的场所场合。之前芳洲患病治疗时，我们在医院生活了将近8个月的时间。在这段时间里我们一方面成为病人和病人家属，另一方面自然而然也成为了病友和病

友家属中的一员。因此我们就有了接触到其他病人和病人家属的机会，而这也为我们之后在这个群体中分享福音做了预备。

B. 研究“市场”中的文化，发现神通过普遍启示已经在“市场”中开始的宣教工作

当我们找到了神为我们预备的“市场”之后，不要急于去传福音。而是首先需要去研究和学习属于这个“市场”的特定文化，并有智慧地融入其中。任何一群人聚集在一起都会产生一些特定的群体文化，而当我们不了解也不愿意去了解这些文化时，我们传福音很可能会对人产生冒犯，从而导致福音受阻。因此，我们需要首先去学习这个“市场”的文化。在学习地过程中我们有两个基本的目标，就是尽量去发现神透过普遍启示（当然不排除神已经透过特殊启示在某些人生命中动工）在相关群体的领域中已经做了哪些工作，以及如何使用这些神已经做的工作来服侍该群体。还是藉着芳洲生病住院的例子来具体说明这一点。由于芳洲自己就是病人，所以她直接就成为了病人群体中的一员，也就没有什么融入的问题了（这也提醒我们其实对于不同的信徒，最直接的“市场”就是神已经把

我们安置在的社会上的各个领域）。

医院是个特殊的地方，而肿瘤科又是特殊中的特殊。在这里病人和病人家属始终都直接面临的一个煎熬的痛苦，就是死亡的威胁。在这样的环境之中，人们自然会产生很多负面的情绪，比如恐惧、绝望、痛苦、苦毒、自怜等等。同时在治疗过程中（尤其是化疗和手术）人们的身体会经历极大的痛苦与创伤，而这些都在挑战着病人身体、心理与心灵的极限。这时，如果想和病人建立关系，最好的方式是去学习那些神在普遍启示中已经藉着人的科学经验总结出的关于该疾病的各种知识，并在其中寻找可以帮助病人缓解身体和心理痛苦的各种方法。其实这些知识本身也是上帝在该领域内已经开始的宣教的工作，可以帮助我们更好地去接触病人群体。芳洲在治疗的过程中，主动学习了很多关于肿瘤、化疗、手术以及术后康复的知识，这些知识不仅为她与其他病友进行沟通、建立关系奠定了基础，甚至还吸引了很多病友主动来找她探讨病情和向她询问一些治疗过程中实用的方法。例如，芳洲在化疗过程中根据自己的学习总结了一些防止呕吐的方法，并整理成文，经医生阅读鉴定之后得到认可，后来在病友群中发布，给很多在化疗中痛苦的病友带来了非常实际的帮助。许多病友遇到一

些问题的时候不愿意去找医生（因为医生有时回答病友问题的时候会非常不耐烦）有时就来找她。她就这样和许多病友建立了很好地关系，而这关系一直持续到今天，现在还不时有病友会在微信中问她治疗完成后的各种康复方法。在这个过程中，芳洲基本没有和来找她的病友谈论罪的问题，除非是有人已经对她的信仰产生极大地兴趣，她才会去分享福音。

C. 将自己作为神普遍启示中的一部分

其实，我们常说创造中所蕴含着神的普遍启示，然而我们却常常忽略神的创造之最高峰——人，最大地彰显了神在创造中透过普遍启示所显明的、祂自己的荣耀。虽然人堕落以后亏缺了神的荣耀，但被称义之人却可以重新活出神在创造中所赐下的荣耀，也就是被神所看为“好”的那荣耀。这里的“好”不仅仅是道德层面的好，而是指神所创造的、有着祂自己形象的生命的美好。而这种美好往往需要借助一定的环境才会彰显出来，被人看到。出于神的保守，芳洲在住院期间可以说她是整个病房乃至整个科室最有盼望、喜乐和求知欲最强的一位病人。她积极的学习，面对死亡威胁的镇定，以及对于其他病友所表现出的怜悯与关心，这一切都被

身边的病友看在眼里，他们看到了一个面对疾病和死亡与自己不一样的生命。我相信这群病友那时在芳洲身上看到了神所创造之生命在苦难之中所展现出的荣美，换句话说就是他们看到了神透过祂的创造（芳洲）所彰显的普遍启示所显明的祂自己的荣耀。而这种出于神的荣耀就吸引了一些好奇的病友进一步询问，而此时也是传递福音的最佳时机。感谢主，在芳洲治疗期间，她向几位姐妹传了福音，并带她们信主。

D. 通过践行大诫命实现大使命

当然，福音一方面需要 we 进行宣讲，另一方面也需要我们用爱的行动将福音表明出来。说到爱，我们很直接地想到上帝所颁布的大诫命，要求我们要爱神并爱我们的邻舍。长久以来，许多信徒践行大诫命的范围仍然局限在教会内部，仿佛只有其他弟兄姐妹才是我们的邻舍。然而，这诫命中的邻舍所涵盖的范围却远远大于教会内的弟兄姐妹，并可以延伸至社会上各个领域中还认识神的人。另外，我们也可能会把大诫命当成我们个人成圣的方式，却忽略了大诫命也是实现大使命的最佳方式。当我们真的以神的爱去爱那些仍然不认识神的人的时候，圣灵就会完成父神在创


世以前就预定的拣选工作，带来罪人的重生。当然，这个爱可能需要很长时间才会结出福音的果子，但这是值得忍耐等候的。

结语

面对宣教使命首先我们需要清楚地认识到这使命的主体是上帝而不是教会。在宣教使命完成的过程中，教会乃是加入上帝的宣教工作、与上帝同工，最终实现宣教使命的也是上帝而不是教会。这样，我们在面对宣教使命的时候，就会因着上帝作为宣教主体而能够把自己放在正确的位置上，并会带着信心地、积极地参与到上帝的宣教工作之中。在宣教过程中，我们相信神不仅透过特殊启示工作，也通过普遍启示工作。教会在受逼迫下无法通过特殊启示传递福音的时候，需要更多地考虑藉着神在普遍启示中的工作来传扬福音。基督教的文化在于谦卑、爱、舍己与忍耐，这些都是植根于福音之中的美好品格，不会随着时代的变化而过时。当信徒真正把这些品格践行在生活中时，自然而然会带出一种超越世俗文化的基督教文化，从而彰显神的荣耀，为福音预备道路。

另外，我们也需要谨记，大诫命不仅需要在教会内部彰显出来，同时

也需要在宣教使命中彰显出来。我们应当把大诫命看作实现大使命的方式。当我们真正在教会以外践行大诫命的时候，教会也会因此变得更具生命活力。我们需要拔除心中自义的毒根，明白神给我们特殊启示的目的不是让我们显得更特殊，而是为了让我们更好地使用普遍启示去接触那些尚未领受特殊启示的人们。因为，我们知道在这个世界上只有教会能够依靠特殊启示正确地解释普遍启示，神给教会的责任非常之重大！教会应当在持守住特殊启示的同时善于去发现

特殊启示与普遍启示之间的联系。盼望教会在这逼迫愈演愈烈的环境中继续持守真道，自身以福音为中心的同时坚定地传扬福音。因为我们相信虽然环境恶劣，神在中国的宣教工作仍然在各处悄无声息地进行着，并且没有任何势力可以阻挡。盼望更多的教会因着积极参与宣教使命、拓展神的国度而被主记念，最终到主面前时会被称赞说：“你这又良善又忠心的仆人，你在不多的事上有忠心，我要把许多事派你管理；可以进来享受你主人的快乐。”



为万国祷告——苏丹

苏丹,这个名字听起来有点陌生,也许你甚至不知道它位于哪个大洲,但是这个国家已经连续5年位于全球受逼迫最严重的前10名国家,并且在过去的两年中,它已经进入了全球受逼迫最严重的前5个国家。“我实在告诉你们,这些事你们既做在我这弟兄中一个最小的身上,就是做在我身上了。”(马太福音 25:40)虽然对苏丹并不熟悉,但是愿我们在祷告中纪念苏丹,因为上帝也像爱我们一样爱着苏丹。

全球守望名单: 04

首都: 喀土穆

人口: 4216万

基督徒人数: 199万

主要宗教: 伊斯兰教

主要族群: 超过130个种族群体与次群体的复杂混合。

官方语言: 阿拉伯语、英语

主要逼迫来源: 伊斯兰压迫



<http://map.ps123.net/world/19718.html>

政治:

独立之前,从1899年至1956年苏丹由埃及和英国共同统治。北部伊斯兰化的阿拉伯人以及南部非阿拉伯的非洲黑人不断爆发冲突。2005年的和平协议终止战争,接着南部在2011年举行公民投票后宣布独立,形成南苏丹共和国。因此,苏丹失去了26%的领土以及25%的人口。但是,

感恩的是，当这个国家一分为二的时候并没有爆发激战，请继续为此地的和平祷告，当地局势依然非常紧张，因为两国间还有许多尚未解决的争议。

经济：农业与矿藏资源丰富。多年的经营失调、内战与饥荒阻碍经济进步。许多苏丹人生活在贫穷中。

宗教：统治苏丹的政党认为，苏丹是只属于穆斯林的国家。他们想在苏丹成立一个伊斯兰国家，并实施一个宗教、一个文化、一个语言的政策。这无疑是指，要将伊斯兰教成为国教，而国中只有阿拉伯语言和文化。住在苏丹的基督徒非洲人因此受到巨大压力，尤其政府将基督徒视为西方国家的间谍。目前已经有超过 20 间教会被关闭，数十名基督徒被拘捕。清真寺和伊斯兰学校里也在撒播反基督教的情绪。苏丹的法律制度按照伊斯兰教教法设立，从伊斯兰教改信别的宗教可判死罪。因此，改信基督教的人不会拥有基督教的物品，甚至不会在网上收看基督教电视台的节目或资讯，为的是不让任何东西指证他们。由于害怕会不经意地显露自己的信仰，穆斯林归主者大都不会告诉子女他们的新信仰。



苏丹难民营里的一个家庭

<https://www.opendoors.org.hk/zh-hant/christian-persecution/wwl/sudan/>

祷告事项：

1. 求神保守苏丹的基督徒，让他们能够有机会和别的信徒团契相交。
2. 为教会的领袖祷告，求神让他们虽然要面对当局和伊斯兰极端主义者的逼迫，又要承担带领教会的压力，但仍然能够站立得稳。
3. 求神在苏丹领袖的心里动工，让圣灵激动他们，令他们为国家带来公义与和平。📍

更多内容，可以参考 <https://www.opendoors.org.hk/zh-hant/2017/02/9987/>

《苏丹 ~ 间谍罪成 判囚 23.5 年》。

@守望

版权说明

本刊为守望教会的电子期刊，主要收录、编辑本教会内的弟兄姊妹的生命见证。订阅电子版期刊请登录 <http://tiny.cc/sw-ej-sub>，PDF 版下载请登录 <http://tiny.cc/shwforum-ej>。期刊为月刊，版权归守望教会文化事工部所有，欢迎转载，请注明出处（例如：本文转载自《@守望》某某期）。

本刊是非商业性刊物，所用图片除了标注说明的以外多来自互联网，可能无法确认图片的所有人，如因此侵犯您的权利请通知本刊，本刊将及时撤销图片。

欢迎投稿及提供新闻线索：shwchurch3+ej@gmail.com