



我的婚姻曾經出現嚴重的問題，因而導致我跟丈夫分開超過十年。我始終都不知道是甚麼原因使我們關係破裂，也不願意再去想這個傷痛，因為現在我們已經修復關係，又走在一起了。

感謝神！在最近我們教會的師母教導「改變帶來醫治」的學習中，我終於找到導致我們婚姻決裂的原因，那就是「失去信任和與人相連的能力」。在這學習過程中我了解到，其實很多時候，我們把家庭當作法庭，太多的道理、原則、對錯、應該這樣而不應該那樣，我把這樣的「判決」方式帶到家庭中，於是夫妻關係開始產生變化，失去信任，彼此懷疑，缺乏恩典、愛、接納和包容忍耐，也沒有從對方的角度來看事情，以致造成彼此的傷害。

「改變帶來醫治」的學習教導我如何做好與人相連的關係。首先，我們要建立與神愛的關係。與神-與人-與自己的連結好比一個「鐵三角」，神、丈夫、妻子的連結也是一樣，必須有神的愛在其中，任何關係的建立和連結就是在神的愛中。真的，當我和丈夫都成了基督徒後，我們各自都改變了；靠著神的愛，彼此建立更親密的關係，更懂得珍惜對方，更懂得互相包容、互相尊重。我才了解，若離開了神就容易出問題，容易犯罪；與神相連必定能與人相連。

我不是專家，但曾經經歷過，就因為我和丈夫的愛不夠深，失去連結的能力，也沒有跟神連

上帝是 夫妻關係的主

..... TERESA CHAU

結上，所以我們白白浪費了超過十年的時間。現在我們很感恩，因為神大能的手緊緊拉著我和丈夫的手，一起走我們的人生。雖然很多時候我們還是有大大小小的爭執，但我們學會珍惜，我們真的不知道自己在世上的日子有多久，所以要好好珍惜我們身邊的人，珍惜時間，珍惜神給我們與人相處的每一刻。

以下分享一些我們夫妻常常引用的神的話語，每當



我們有爭執時就拿出來，互相警醒，互相鼓勵，才能讓我們一起走更遠的路。

哥林多前書 13章 4-5、7-8a 節：「愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒；愛是不自誇，不張狂，不做害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，……凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。愛是永不止息。」

彼得前書四章 8 節：「最要緊的是彼此切實相愛，因為愛能遮掩許多的罪。」神的愛使我們有能力去愛，每當受試探憤怒發脾氣犯罪之前，要深呼吸，禱告，止住怒氣，止住我們的口，因為人的怒氣不能成就神的義。

以弗所書四章 26 節：「生氣卻不要犯罪；不可含怒到日落。」如果我們有任何的爭執，必須在當天晚上之前把事情講清楚、說明白。切記，過去就讓它過去，千萬不要翻舊帳！

哥林多前書三章 9 節：「我們是與神同工的；你們是神所耕種的田地，所建造的房屋。」如果我們離了神，就什麼都不能做，但我們若與神保持連結就不用擔心，因為我們是與神同工的。

總結就是：夫妻間若有什麼問題要解決，先把神擺在我們的面前，讓祂作我們的調解員，為我們做主，那麼所有問題都會迎刃而解，因為祂擁有所有問題的答案！感謝神，祂就是我們夫妻關係的主！有主真好！

生活大小事

美食收藏庫

在禱告中與神對話

..... 新竹

神常常會藉著聖經或是各樣的方式對祂的子女說話。聖靈會幫助我們在禱告中學習如何傾聽神的聲音，使我們明白並且遵行聖靈對我們的啟示。對於重生得救的基督徒而言，能夠藉著禱告與神對話，實在是莫大的恩典與喜樂！

在為自己或是別人禱告時是否能聽見神的聲音，很重要的關鍵是，我們有沒有用神的眼光來看自己和別人？想想看，我們內心深處真的有看好自己、我們的孩子或是配偶嗎？我們是否還是用主觀

的眼光和負面的思想來看自己和論斷別人？當聖靈照明我們心中屬靈的眼睛，好像神讓我們戴上矯正我們眼光的眼鏡，就幫助我們回轉像小孩子一樣，能單純地相信並看見天父對我們每個人良善的心腸和永不改變的愛和喜悅。馬太福音五章 8 節說：「清心的人有福了！因為他們必得見神。」我們需要有一顆單純的心 (pure heart)，才能領受神的啟示。

事實上，即便我們心中看自己一無是處，而別人樣樣都比我們順利成功，神看我們的眼光從沒有改變，祂還是一樣地愛我們。所以，當我們受到各樣的打擊，或是遭遇種種艱難挫敗時，永遠要牢牢记得，我們是神所愛的孩子，是被聖靈所充滿的，我們從神所領受的是兒子的靈，而非恐懼的靈。在禱告中我們靈裏的眼睛怎麼看，會影響我們怎麼領受和反應。錯誤的信仰系統會導致我們做出錯誤的回應；而正確的信仰系統則會帶領我們看到神真正的心意和屬天榮耀的盼望以及超自然的應許！

記得有位美國的牧者分享他在禱告中聆聽神的聲音所學到的功課，給我很大的提醒。多年前在一個聚會中，他為一位青少年做先知性的禱告。事先他知道這位青少年有吸毒的問題，本想藉著為他禱告的機會來揭發和教訓這個孩子。不料，當這位牧者靜下心來禱告仰望神時，卻領受到完全出乎他意料的啟示。聖靈很清楚地給他話語，要他對這孩子說：「我愛你，我要你成為我最好的朋友！」在震驚之餘，這位牧者內心也深深地向神認罪悔改，求主幫助他脫離自己天然人的主觀和論斷，使他成為滿有天父的良善心腸和帶來盼望與改變的代禱者。

這位牧者的心路歷程很值得我們每一位基督徒借鏡。「聆聽的心」永遠比「聆聽的能力」更重要！當我們渴望能更多在禱告中聆聽聖靈的聲音、與神對話，我們也需要求主先煉淨並赦免我們心中一切的主觀和論斷，使我們成為真正以耶穌基督的心為心的代禱者！

瑪格麗特小酥餅

..... 主小羊

材料：

無鹽奶油 (黃油) Unsalted Butter 100 克
糖粉 Powder Sugar 60 克
鹽 Salt 1 克
熟蛋黃 Boiled Egg Yolk 2 個
低筋麵粉 Cake Flour 100 克
玉米澱粉 Corn Starch 100 克
食用色素 按個人喜好加或不加

作法：

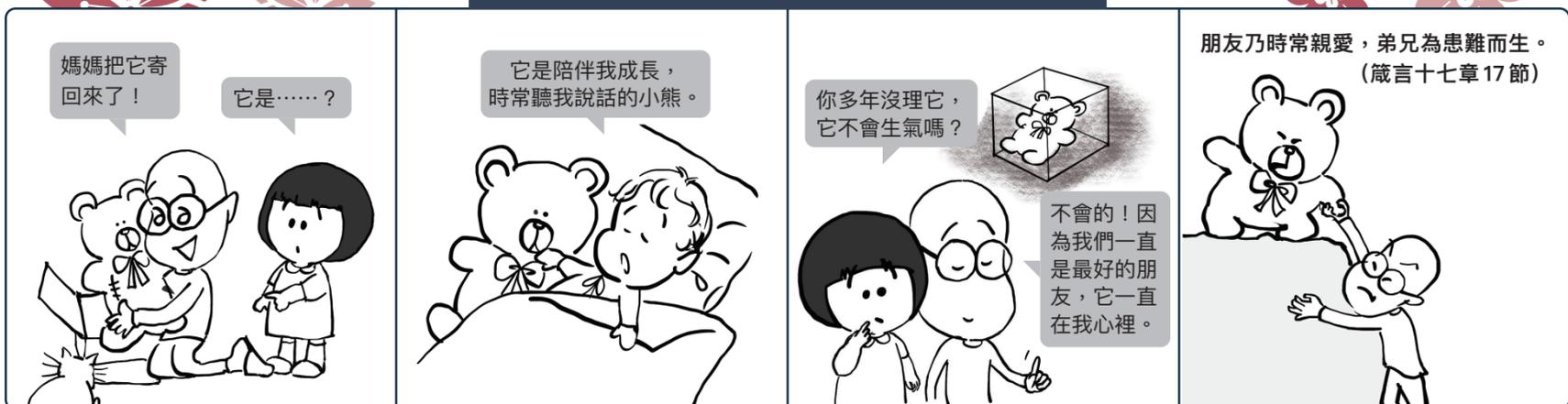
1. 烤箱預熱華氏 302 度。
2. 黃油室溫軟化到手指可以輕鬆按壓的程度。
3. 黃油加糖粉跟鹽打發。
4. 加入過篩的蛋黃拌勻。
5. 低筋麵粉跟玉米粉一同過篩後加入。
6. 攪拌成團，用食用色素調色 (如不想調色就直接分割)。
7. 分割成 15 克的小球，搓圓。
8. 以拇指壓扁，麵糰邊緣龜裂是特色喔！
9. 進烤箱烤 20 分鐘。
10. 出爐晾涼後，也可以用巧克力來裝飾酥餅。



愛的禱告

親愛的主耶穌，在這充滿愛的季節裡，求祢幫助我們，讓我們的口常說出愛的語言用愛表達。有的時候，因為我們不會表達或不善言詞，以至於和家人朋友同事之間發生了很多的誤會。主耶穌，祢是我們愛的源頭，我們愛是因為祢先愛了我們。求祢常常提醒我們勒住自己的舌頭，不合時宜的話一句也不說。讓我們有智慧常常憑「愛心」說誠實話、說造就人的話、說安慰勸勉的話、說感謝的話，藉著我們愛的話語把天父的慈愛、主耶穌的救恩傳遞出去。這些愛的話語就如金蘋果落在銀網子裡那樣無比美好的、榮神益人。感謝禱告奉主耶穌的名求。阿們！「一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡。」 (箴言廿五章 11 節)

豆仔·栗子雜趣卷【朋友篇】



編者的話

親愛的讀者朋友們，歡迎你來稿分享你經歷神的故事，讓愛傳萬家！

投稿熱線

gracebolip@gmail.com