

雅伟神救我脱离抑郁症和苦毒的阴间

分享者：诺曦

“我虽行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖，你的竿都安慰我，在我敌人面前，你为我摆设筵席。”（诗篇23：4-5）

（一）

每个人一生的年日都在神的手中，我们还在母腹中、出生，到认识神都不是偶然巧合。每个人的经历也都不尽相同，或痛苦、或悲伤、或丰富多彩、或平淡无奇，但其中都充满了神的智慧、慈爱和丰盛的恩典。我们的人生逆境无非是神引导我们认识祂的途径，我们的生命能够被改变更是一个神迹……

在我童年的时光里，充满了开心与快乐，也浸透了苦恼与忧伤，也饱经风霜和四面楚歌的境遇……生活的变故和很多事件的发生，使我对人、对事物有了新的看法。我开始认识到人的虚假和人性最隐秘处的黑暗……我的家庭从表面上看似完整的，实际上却是支离破碎、充满伤害。

之前无忧无虑的我，一下子面对这样的变故无法接受，也越来越厌恶个家。贫穷、父母的不和、亲属的排斥和冷漠……这一切都伴随着我的童年一起长大，以至于我变得很内向、忧郁、自卑、自闭、悲观和胆小；内心充满怨恨、苦毒和报复心。我的脾气变得非常暴怒、

任性、倔强和坚持己见，自己认定的事情不会轻易改变。加之父亲对我的教育和影响，使我养成了自义和爱憎分明的个性。因为我暴怒、任性，所以很难和家人相处（虽然我很渴望和睦，但我做不到）。常常与父母作对，气得妈妈痛哭流涕，我也不会低头认错和道歉。我还常常打弟弟妹妹发泄内心的怨气，以至于他们背后说我的坏话，也很讨厌我、怕我，不敢靠近我。我认为所有的逆境都是别人造成的，都是别人对我不公平，我埋怨命运，怨天尤人，在怨恨中度日。

逐渐我内心压抑的状态也与日俱增，一直到上中学的时候，周期性我会感到神经非常紧张压抑和忧郁，孤僻、恐惧，不爱说话，有时候面无表情。上课时注意力无法集中，反应迟钝，记忆力减退，更不能像其他同学一样有很好的学习成绩。直到参加工作后我才知道自己患了较为严重的心理疾病，是一种综合性的心理病症。我尝试过药物治疗，也找过那座城市最有权威的心理专家，都无济于事，药物只能抑制我的情绪和麻醉我的神经。却无法真正医治我内心的状态。因为我脾气暴怒，任性，都让父母到了为我非常担忧的地步，妈妈说生了我，简直就像生了个仇人一样……

然而，在我内心深处，是非常渴望一切美善的事物、渴望真正美善的生命性情。我常常梦想人与人都能够和谐、无私该多好！我常常在想一个家庭为什么会有如此之多的矛盾，为什么人与人之间不能以诚相待。我看到人与人彼此伤害，即便是亲人之间也是如此，这些我都想不通。因此，我开始问很多的‘为什么’，开始思想人生和生命的意义。我常常问：人活着是为什么？生命的意义和价值到底是什

么？我读一些书籍尝试找到答案，但最终都不能回答我的问题。从小我敬仰那些伟人、英雄和他们所做过感人的事迹。其中，我最爱慕的一个人物就是雷锋，我想人活着应该像雷峰那样无私奉献，我自己也追求这种活法。所以，那时候我认为一切崇高美好的事物就是真理，一切好的道德就是人活着的标准。我也认为能像军人一样保家卫国、为国捐躯，就是生命的尊荣，能像医生一样救死扶伤就是生命的价值。

但有一天，我见到有人拿着一本写有‘圣经’字样的书。我觉得很好奇。直到我上技校的时候，也是我的抑郁症期间。有一次，我竟然发现同学拿着一本《圣经》，我心里非常高兴。因为我一直觉得《圣经》是很宝贵的书，里面一定有‘真理’，所以，我想拥有这本书。于是，我请求同学把那本《圣经》送给我，没想到她很爽快地给了我，那是我第一次看《圣经》。

后来，我偶然看到一个电视科教节目，主持人的一句话使我更渴望对‘真理’、对‘上帝’了解释更多。那句话令我非常震惊。那位主持人说：“在浩瀚的宇宙中不可能只有我们人类，一定还存在着另外一种生命。”于是，我想如果宇宙中还有另一种生命，那这个生命到底是什么呢？我一定要认识。于是，我就上网找到了一本书叫《认识真理》。原来这本书就是根据《圣经》写出来的。“真理”这两个字是我从小听父亲谈论的最美的字眼儿。所以，我非常兴奋，这本书里反复提到《圣经》的话，列举了人类很多的罪。里面提到了神创造天地万物和生命的由来，这对于我来说很稀奇。

当我看到圣经对罪的定义时，我很吃惊，从小我是在父亲良好的教导下成长，有很好的道德，不做什么出格的事，不做恶事，也乐于助人。在学校是乖学生，尊敬师长，遵守一切规章制度和纪律。在社会上是遵纪守法的好公民，爱护公物。在人际关系上，我对朋友真诚，重情重义。所以，我不觉得自己需要改变，要改变的应该是别人，我靠自己就能有很好的道德改良。以前，我不觉得发怒、发脾气、在背后说人的坏话、嫉妒、仇恨、骄傲、轻看人、自我中心、我行我素、不好的意念、甚至对身边人的冷漠和忽略是罪。但来到神的话语面前，我真的很吃惊，《圣经》的话就像一面镜子一样让我看到自己内心隐秘处的黑暗、污秽和败坏，我看到自己在神眼中竟然是个罪人。以往我认为做了杀人放火的事才是罪，但看了《圣经》后，我对罪的定义有了新的认识。所以，我就做了一个祷告，承认自己是个罪人，请求这位雅伟神赦免和接纳我。

就这样我开始了信仰历程，同时间我还在网上找到的福音电台，听电台的讲道，也开始寻找教会。我冥冥当中感到雅伟神在亲自带领我去认识祂，我也迫切想要认识祂。终于，我通过拨打114找到了一间教堂，但是我做了一件很不成熟的事，就是信主后大概两三周的时间我就稀里糊涂的受了洗。可是我根本不明白洗礼的意义，不明白洗礼就意味着彻底转离过往罪恶和自我中心的生活方式。那时候我以为信主就是每周参加聚会，有好的道德，按着圣经的道德标准去行事为人，不追求世界的价值观，不随波逐流就可以了。原来基督信仰意味着生命彻底的改变。

所以，我虽然受了洗，但我的生命没有因洗礼而改变。我的确放下了很多外在的追求、享受和世界的价值观，对罪也非常的恨恶。但是我没有能力胜过自我，也无法控制自己的怒气，对人的态度一如既往。我也无法容忍别人的坏习惯，无法放下对人的挑剔，无法对人宽容和体谅。虽然我也苛意去忍耐别人，但我那种忍耐不是一个拥有新生命的基督徒内在生命的得胜。因为怕羞辱神，伤害别人，就一直将怒气憋在心里，但我却憋得非常痛苦、压抑。同时间我还很积极的向人传福音，热心读经、祷告、参加各种聚会和服侍。也确实有很多行为上的改变，看上去是一个非常敬虔的基督徒。但我的内心却依然固我，自我中心，这岂不是很讽刺吗？

后来，随着对《圣经》的熟悉和听电台的讲道，我开始认识到一个基督徒不是热衷于外在的服侍和热心参加各种宗教活动，而是让神掌管自己的生命，过一个讨神喜悦的生活，是内在生命真正地被神改变。所以，我开始明白一个基督徒生命最重要的素质是“爱”，圣经说：即使我们能作很多事，如果没有爱，生命没有完全被神掌管和改变，就什么都不是。也是在这个时候我渐渐发现我所在的那间教会很多所谓基督徒，他们的生命素质、彼此相处时的态度、待人接物和生活方式让我很失望，没有人完全按照《圣经》传讲真理。后来因为一些事情的发生，我和一位姐妹离开了那间教堂，和一些同龄人开始家庭聚会。但不久我发现他们聚会拖拉散漫，对罪和生命最基本的问题同样是视而不见。我也越来越不想参加聚会，每次到聚会的时间我就发愁，总是找借口逃避。我觉得很痛苦，就将这些看见告诉了福

音电台的老师。后来，发生了一件事情使我彻底看到了他们的生命是有问题的，我也借此离开了那里的聚会。

但我从那位姐妹（是家庭教会的负责人）受到的伤害也是非常刻骨铭心。她在电话里一次又一次的咄咄逼人，让我喘不过气来。因此，我越来越害怕接别人的电话，也害怕给人打电话，每次手机一响我就心砰砰跳，痛苦不安。原本已经有所好转的恐惧症、忧郁症再次复发，很长一段时间我都不愿和人说话，面无表情。甚至不敢再向人提说我的信仰，更害怕见人。我一听到那位姐妹的名字就非常愤怒和痛苦，更别提说出她的名字，为她祷告那更是不可能的。因为很难原谅她，所以，我只有俯伏在主面前坦诚自己没有能力饶恕。我说：“主啊，你知道她伤害我很深，你也知道我非常痛恨她，但你说我们要饶恕人的过犯，要我们爱仇敌。可是，我做不到，求你帮助我。”那段时间，雅伟神一直透过《圣经》里有关饶恕的经文提醒我，我看到马太福音5章43-45节说：“你们听见有话说：‘当爱你的邻舍，恨你的仇敌。’只是我告诉你们，要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告，这样，就可以作你们天父的儿子，因为他叫日头照好人，也照歹人；降雨给义人，也给不义的人。”（太5：43-45）。6章14-15节说：“你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯，你们不饶恕人的过犯，你们的天父也必不饶恕你们的过犯。”我明白了主的心意，他要我学习饶恕，要我为那位姐妹祷告。

说到饶恕，我坦诚从小我是一个不容易饶恕人的人，谁冒犯我、伤害我，我就会对那个人怀恨在心。但是我看到圣经上记载了一个不

饶恕人的恶仆人的比喻，主人饶恕了欠他一千万两银子的那仆人，免了他的债。但那个仆人却掐住欠他十两银子的同伴，不愿意放过他，没有怜恤同伴，像主人怜恤他，最终他也没有得到饶恕。雅伟神很长时间一直都用这幅图画提醒和鼓励我去饶恕。所以，我就开始为伤害我的人祷告，第一次努力说出她的名字为她祷告时，真是流着眼泪痛苦的为她的全家祝福祷告。

在那段日子里，我只能做到为伤害自己人祷告，我也愿意学习饶恕。但我的生命依然非常失败和软弱无力，甚至令我精疲力竭，几乎要死。我发觉自己越是追求生命的素质，越是无法活出来我想要的。因此，心里的痛苦和压力越来越大。那是一种内心被挤压和撕裂的痛苦，就像是两股力量在互相厮杀。我里面成了肉眼看不见，却很真实的战场，我不禁说自己快被五马分尸了，快崩溃了，我的心灵、精神状态和身体也出现了很多问题。这种内心分裂的痛苦，要比忧郁症、恐惧症要痛苦许多倍。但是，我不大明白这种状况是出于什么原因。

我不明白为什么我里面越来越没有平安和喜乐，自杀的念头越来越强烈，常常有声音告诉我：“你去死吧，你这样活着只能羞辱神，不如死了算了。”因为内心极度痛苦，我多次用拳头砸自己，用棍子打自己，有一次，我还把镜子和一块表面很锋利的观赏石砸向自己的头，如果不是弟弟急忙夺下我手里的石头，我的头部一定会严重受伤。之前我也用刀片划伤胳膊，流了很多血。

我看到自己生命深处的坎坷，我在痛苦和绝望中向神发出呼求，

我紧握拳头俯伏在地向 神发出撕心裂肺的呼求。神在耶利米书29章12-13节说：“你们要呼求我，祷告我，我就应允你们。你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。”

这个时候我对雅伟 神的称呼不单是“主”，怎么能让 神听见我的呼求我就怎么称呼。我说：“亚伯拉罕的 神，以撒的 神……赐我生命让我此刻活着的那一位，求你可怜我，求你救救我。你看到我这么痛苦为什么不理我，为什么不救我？难道我真的没救了吗？也求你让我看到我生命问题的根源在哪里，在你面前我到底是一个什么样的人。我不想做一个假冒为善的人。如果我真的完全崩溃了，死了，不能荣耀你。”

记得我每天都这样向 神呼求。我说：“主啊，我知道你是有能力改变我的，你能让死人复活，你也能让我的生命活过来，你使受压制的得自由，我现在内心就是受压制的、心灵被囚的，你若肯，求你改变我，拯救我……”我就这样在 神面前发出心底的呼求与呐喊，因为我再也没有力气撑下去了。当时我就像一个生命枯干快要濒临死亡的人拼命的想要抓住最后一根救命稻草。但雅伟 神不是救命稻草，在祂有慈爱，有生命，有拯救的大能。

那些日子，我常常流着眼泪读诗篇，我看到诗人在痛苦和绝望中向 神发出的呼求，对 神那份的倚靠。我也看到自己的生命就像诗篇里所描写的那样，罪孽高过我的头，生命枯干、身体疲倦、心里不安、眼中没有光。诗人说：“因我的罪过，我的骨头也不安宁。”（诗篇38:3）

我真的感受到连骨头都是难以形容的疼痛，我体会到了这种生命的可怕。

在这期间我已经离开了原来的教会，就和家人一起看圣经，但我还是渴望能有正式的查经和敬拜。于是，我再一次呼求神，我说：“请求你能赐给我一间圣经定义的教会，能真正有生命影响力，能传递生命的教会，赐给我像圣经里描述的那种美丽生命的弟兄姐妹，赐给我好的属灵长辈。”我说：“如果你让我遇到的是一间没有生命的教会，我宁可不要，如果我的生命不被改变，我宁可不做基督徒，我要做就做最好的。”因为圣经提摩太后书二章3-4节说：“你要和我同受苦难，好像基督耶稣的精兵，凡在军中当兵的，不将世务缠身，好叫那招他当兵的喜悦。”这里说基督徒是一个像精兵一样生活的人，是一个努力讨神喜悦的人。其实，我是有属灵追求、一个不甘平庸的人，我不甘心做一个平平庸庸的基督徒。我真的极度渴望能有拥有一间有生命力的教会。

于是，我就将自己渴慕教会的想法告诉了福音电台的老师，奇妙的是过了段时间他告诉我说：“我每个月安排一位同工姐妹过去带领你和家人聚会，你同意吗？”我非常高兴的同意了，我知道神听了我的祷告，就这样我认识了这间教会。透过委身课的学习和对圣经的查考，我的心越来越渴慕神。圣经的每句话就像清流活水一样流进我的心灵深处，以前我觉得自己很好，认为自己有很多可取之处。但随着对神话语更深的认识，我越来越认识到真正的自己。

《圣经》的话就像一道强烈的光，照进我生命深处的黑暗，我看到了自己的败坏和污秽。认识到自己的生命需要彻底的改变，而不是表面的道德改良，更不是做几件好事那么肤浅。神透过马太福音9章16-17节让我看到自己生命的真实光景，这里说：“没有人将新布补在旧衣服上，因为所补上的反带坏了那衣服，破得更大了；也没有人把新酒装在旧皮袋里，若是这样，皮袋就裂开，酒漏出来，连皮袋也坏了。”我一直觉得我对神是真心的，我也在尽力做一个好基督徒。但是，直到现在我才真正猛然觉醒，一直以来我都是用自己的努力想遵行神的话。结果，这种新旧不能相容的状况反而暴露出我生命里更多的问题。我越想遵行神的话，越是没有能力，最后导致我的生命完全崩溃了。

我也越来越认识到若想和这位美善的神、和这位生命的源头建立友谊，就必须放下很多东西，必须除去我生命里阻挡和神建立关系的任何障碍，而这些教导是我在以前的教会里从未听到过的。谈到这一点，我想说很多我自己认为好的、放不下的、看重的东西却让我陷入了最深的痛苦之中。我最看重的就是丈夫、爱情、婚姻和家庭。

(二)

记得有一天，我一个人走到大街上，我说：“主啊，我的问题到底出在哪里，为什么我这么痛苦，是什么原因使我成了这个样子。”雅伟神用诗篇16篇4节回答了我：“以别人代替雅伟的（或作“送礼物

给别神的”)，他们的愁苦必加增。”这里说的是愁苦必“加增”，我说：“主啊，我的生命里到底是东西代替了你，以致我的痛苦这样加增呢？”我突然明白，自己虽然撇下了很属世界的追求，对真理也很执着。但是，我却看重自己的丈夫、看重爱情和婚姻。我把这些摆在了和神同等的位置，有时候甚至高过神在我心里的位置。以致他不陪我，忽略我，就可以使我痛苦的生不如死。

主耶稣说：“一个人不能侍奉两个主。不是恶这个，就是重这个轻那个。你们不能有侍奉神，又侍奉玛门。”(太6:24)在我的生命里我看丈夫是我生命的全部，是我的整个世界，以至于没有他我根本活不下去。我又想爱神，又不想从心里放下丈夫，所以严重影响我不能对神专一，最终我的生命也崩溃了。

说到婚姻，其实是我一直不想再提起的事，因为对我的伤害和打击实在太大了。从小我是在一个充满伤害的环境中长大，直到毕业找工作时认识丈夫后，他给了我很多爱，忍耐和包容。所以，当我第一次从他身上得到情感和爱的满足时，我就极度依赖和享受这种感觉，对他非常眷恋和依赖，他也凡事都对我非常迁就和包容，渐渐的我的世界里只有他一个人，我也越来越离不开他。他也成了我的整个世界和生命的全部，我沉浸在他的爱里不能自拔，全心全意为这个男人付出，和他在一起尽十年来我都是这样。

我们有很好的感情，但我们的爱都很自我，有很强烈的占有欲。我对他极度的看重，所以，就无法容忍他身上的缺点，当他有一点不

能满足我的要求，不照我的标准行事时，我就会对他挑剔，要求苛刻。我的这种态度让我们彼此都非常的痛苦，我越在乎他，将他抓的越紧，我发觉他越是痛苦，越想挣脱，结果两个人都受了伤害。我这些自我激动的情绪和与他相处的方式使我们彼此间的关系出现了裂痕……

几年后，他开始自己的事业。这样他就忙于生意，回家的次数就很少，甚至已经忘记了妻子和家庭。他几乎将全部的精力和时间都投入到了事业上。这样，我们就很少有在一起交流的时间，关系随之时好时坏。到一个程度一旦他不和我交流、不回家，我就痛苦的生不如死，几乎每天都以泪洗面，整个人状态很差。我生重病时他也不关心我，即使回来了也会冲我大吼大叫。他对我的这种态度，我只归结于他的工作压力太大才对我这样，所以我也就默默的承受了。

我说过在我生命里其中最大的一个问题，就是我太害怕失去丈夫和婚姻了，以致这些成了我的捆绑和枷锁。终于，我最担心、最害怕的事情发生了……

有一天他回到家，我看出他非常痛苦和忧愁，他对我说：“我做错了一件事，你可以原谅我吗？”我立刻猜到是他背叛了我。但我当时的反应出奇的平静，连我自己都感到惊讶……之后我明白了自己为什么会有这种出奇的平静，因为我以前想过这类事情如果临到我，我会有怎么样反应呢？我会像许多女人那样展开报复、不冷静的处理这种事吗？事后当我回想时，我才知道是神让我预先有心理准备，好让我知道当这种事情发生时，我应当如何处理才对别人的生命有

益。

当时我得知这件事情时，内心是平静的。但过后我心里的忧伤和痛苦不断的涌上来，是撕心裂肺的痛！我无法控制自己的眼泪。我想找个没人的地方放声痛哭一场，想把一切痛苦随着泪水冲去，我想用喝酒来麻醉自己，好忘掉一切。但主提醒我不可以这样，我向雅伟神说：“主啊，这件事你都看见了，你知道我受的伤痛……你知道我从理性上愿意原谅他们，但真正原谅，我需要时间，需要你的恩典。”的确，如果没有雅伟神的恩典，我无法用正面的态度面对这种痛心切骨的事。我看到太多这样的事情，他们不是互相仇恨，就是展开报复，结果弄得两败俱伤，所以，我不愿意实行报复。依我以前的本性，我也会选择报复，然而，因为我认识神是爱，所以我没有选择这样做。

但在这种情况下，我对有关婚外情的事非常敏感。当我听到或看到这类事情时，我就会对丈夫说一些不痛不痒的话刺激他。以至于他终于忍受不了内心的愧疚而向我提出离婚，当他第一次提出离婚时我都快疯了。

后来，丈夫和那个女人将他们的这种事弄得满城风雨，这令我含羞忍辱，很难面对那些知道此事的人。所以，我就更厌恶那个女人，见到她时，我只能做到勉强问候，却厌恶的连看她一眼的力量都没有。丈夫让我递给她一瓶水，我很不愿意这样做。我连看她一眼都很难，怎能给她水呢？突然，我想起罗马书12:20-21说：“你的仇敌若饿了，就给她吃；若渴了，就给她喝……你不可为恶所胜，反要以善胜恶。”

我说：“主啊，求你给我力量，帮助我把水给她喝。”于是，我把水递给她，后来也有机会和一起她吃饭。我的举动令她很惊讶，她看到我不愤怒、反而恩待她时，她无地自容，她流着眼泪向我道歉，也想跟我去教会（不知道为什么她后来又没去）。

就在我正承受着这一切的时候，更大的麻烦又来了，这个时候，我要面对那个女人隔三差五来家里要挟丈夫，又要面对丈夫做生意惹下的麻烦。这些麻烦到一个程度连我们的性命都受到威胁。我承受着外在和内在巨大的压力，在这种情况下我还要照顾一个背叛了自己的男人的母亲（她患了非常严重的病），这对我来说太难了。我可以有理由不照顾她，甚至有理由离开这个家。但靠着神的恩典，我没有这样做，我想给他足够的时间和机会反省和悔改。

对于这一切，我靠着雅伟神的恩典选择以善胜恶。我既然向神要的是爱的生命，我也必须亲身经历什么样的生命才是爱的生命。以前我以为神会把爱的恩赐给我，就可以立刻去爱人了。但经过这些伤害，我才明白，爱是需要自己经历一些环境去学习操练，倚靠神的爱和恩典才能去爱，因为祂才是爱的源头。透过这些经历我体会到，不论自己面对多么大的困难和软弱，雅伟神都在安慰和扶持我走过幽谷。

我很喜欢诗篇23篇4-5节的经文，这里说：“我虽行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖，你的竿都安慰我，在我敌人面前，你为我摆设筵席。”我也第一次体会这段经文的真实，我的确

经历了太多打击、伤害和压力，甚至想以自杀来结束痛苦，这些痛苦就像死荫的幽谷一样，但 神用祂的慈爱扶持我一步步走过来，我在雅伟神那里看到了盼望。

就在这些痛苦和压力底下，我明白到这个世界上没有任何东西值得我去依靠和信赖，即便自己是最亲爱的人都会背叛你。我的痛苦又不能跟父母倾诉，这时候我唯一的依靠、盼望和倾诉的对象就是这位慈爱的 神，是我新认识的教会的老师和姐妹，是神透过他们帮助我。除此之外，有谁还能这么帮助我呢？说到教会的老师和姐妹，我想有个小插曲，因为他们对我的影响非常大，和我以前见过的基督徒完全不一样。我留意到他们的生活和生命与众不同，不论是吃的、穿的、用的都非常简单。即使这样他们也甘愿付出而不求回报。但他们内心非常平安喜乐，没有忧虑，生命有动力、有方向，活的很充实。

在我最无助绝望，生不如死的时候，就是他们在帮助我。我自己牢牢抓住 神，不断依靠祂。心里难过的时候我就读《诗篇》。这时候我才体会到《诗篇》的内涵，体会到诗人在痛苦和绝望中的时候，他唯一的依靠就是雅伟神的慈爱，相信 神会救他。在这种艰难之中，一直都是辅导我的姐妹，对我这个毫不相干的人，细心和无微不至的照顾，不断用雅伟神的爱鼓励和扶持我。没有 神透过他们对我的帮助，我不可能挺过来。可以说我整个人就是被这种生命深深吸引的，我观察到老师们的生命都是一个完全以 神为中心，为别人而活的生命，我心想这不就是生命的意义和价值吗？这不就是我一直以来寻找和想拥有的生命吗？

看到这群拥有美丽生命的基督徒，我也渴望把自己完全委身给雅伟神，想拥有和他们一样的生命。但是，我说过丈夫是我和神之间最大的障碍，如果要完全委身给神，我就得认真面对这个问题，当老师提醒我说：“如果神要你为了祂放弃婚姻，你愿意吗？如果神拿走你的婚姻，甚至你丈夫的性命，你还会选择爱神，为神而活吗？”（他的性命那段时间是受到威胁的，因为那个女人要杀他）。我说：“主啊，如果你真的拿走了这一切，我不敢说我还能爱你，为你而活。我只求你帮助我，愿你的旨意成就，相信你所做的是最好的，都是为了我生命的益处。”

这时，我想起约伯记1章21节的一句话：“赏赐的是雅伟，收取的也是雅伟，雅伟的名是应当称颂的。”受洗真的是人生的一大转折和抉择，我自己也不想让任何东西成为我跟随神的障碍。主耶稣说：“你们若不撇下一切所有的，就不能做我的门徒。”所以，我要面对很实际的问题。快要受洗的那几天，我的挣扎很大。但不论是读经，安静，还是老师的提醒，神都让我看到亚伯拉罕献以撒的图画。《圣经》说：亚伯拉罕将他“独生的儿子”，“所爱的”以撒献为燔祭。

我慢慢明白了神想让我对祂毫无保留，神想透过这些事考验我对祂是否真心。原本我的心是愿意的，但要面对真正委身给神的抉择时，我愿意的心就被考验了。主耶稣说：“若有人要跟从我，就当舍己，天天背起他的十字架来跟从我。”舍己背十字架，就意味着放下一切，不再自我为中心，不再为自己活。我认识到委身就是要完全以神为中心，为别人而活的生命方式和态度。我明白了，就做好了一

切心里准备，下决心受洗把自己的一切交给 神。

但在我预备受洗委身给 神的时候，需要处理以往的罪，也看到自己以往活在罪的权势下亏欠和伤害人，内心没有平安和自由。所以，靠 神的恩典，我偿还从小到大对人的亏欠，原来圣经对“偷”的定义是不告而拿。所以，我以前拿过别人的东西，哪怕是公司的一张纸，我都加倍去偿还。我曾经伤害和得罪过的人，我想尽办法联系他们。向他们道歉的过程并不像我想象的那么尴尬和难堪，我也经历到认真处理掉罪而得到内心的释放和轻松。

在洗礼的前一天晚上，我经历了魔鬼的攻击，好像是梦，但又不像梦，很真实，我从未经历过这样的属灵争战。魔鬼狰狞的对我说恐吓的话，拼命的拦阻不让我去受洗，甚至要杀害我。这种窒息的感觉让我无法入睡，我就起来打开灯呼求 神。但是，当我稍微闭上眼睛时，魔鬼又来了，所以，后半夜我都是边读经边祷告坐着等到天亮。

之所以提到这一点，是因为我体会到了灵界的真实存在，体会到受洗委身给神是两个灵界的国度在打仗，这是一场看不见硝烟的战争。不论你信不信有灵界，但灵界都是真实存在的。以前我活在魔鬼的权势下，属于魔鬼，被他控制，过着体贴肉体和以自我为中心的生活。现在我要和他断绝关系，选择活在 神的王权下，他当然不会甘心。

说到这里，我想说不论我以前是一个怎样的人，但在受洗委身给神的那一刻，我以往所有的罪都被赦免了。我也经历到了内心从未有

过的平安，自由和喜乐。因为我的影响，妹妹和我同一天受洗委身给神。以前我老打她，所以她很讨厌我，我们也没有什么感情，但现在我们的关系非常好，我们彼此相爱、彼此鼓励。从小到大总是和妈妈吵架，现在我和她的关系可以像好朋友一样谈心。捆绑和压制我我近二十年的综合性心理疾病也好了。

(三)

委身给神以后，我的生活并不是风平浪静的，但正是这些不平静使我更多经历到神的慈爱，信实和奇妙的恩典。很深的一个感受是我不再是以前那个自己了，以前一切旧的习惯，观念，价值观和思维方式都要被调整，仿佛一切都得从零开始。我也有能力胜过自我，有能力控制自己的脾气，也有能力放下自我的感受去亲近不可爱的人。

老师也给机会让我和姐妹们一起生活，每天晚上我们都有在一起的交流，分享和读经，学习彼此相爱，彼此付出。我看到这是一个全新的团体生活，大家可以像一家人一样彼此相爱，这是一种新的美丽的生命素质，是新的与人相处的方式，能够照亮这个黑暗的时代。

洗礼后，我还要面对一个很大的艰难就是工作。因为以前经历太多事情带给我的痛苦，压力和打击，我已经没有力气面对工作了。之前我把自己封闭在家里整整四年，只是有时候绘制一些图纸（绘制图纸是我以前的工作）。经历了那么多事情后，我感到自己身心疲惫，精疲力竭，每次一想到上班我更是痛苦不安。所以，我需要主的恩典

才能迈出这一步，神实在帮助我突破了这些障碍，帮助我有勇气和不同的人交往，相处。

在找工作的半个月里，多次会因每周三聚会而被拒绝。但面对碰壁，面对拒绝和嘲笑时，奇怪的是，我居然没有因此放弃，没有发怨言，内心还很喜乐，我以前可不是这种心态。后来，神奇妙的带领我找到了一份工作。这家公司是在众多的电子简历里随便选了一份（后来同事告诉我的）。没想到这家公司的董事长和我以前的老板是好朋友，我说我是基督徒，必须每周三和周天聚会，老板很爽快的答应了。

刚上班时我发现同事们大部分对人很冷漠，我祷告求主帮助我如何和他们相处，帮助我留心观察她们的需要。当我主动关心她们时，她们对我的态度很快就转变了，有的主动靠近我，跟我说很多心里话。当我主动关心其中一个女孩子时，她认为和别人不一样，觉得我这人很怪，但她却很愿意和我谈心。我能够去爱，去关心冷漠我的人，这不是我的本性，我知道这是神的能力。

在我作这份工作的期间，老板让我写四十多份假合同作为公司贷款的凭证。我很果断的说：“我是基督徒，做事有原则，我宁可失去这份工作，也绝不会做虚假的事得罪我的神。”为此老板跟我谈了近一个小时，劝我好好考虑考虑，他说：“如果你坚持自己的原则，就会影响其他员工……”记得他跟我说了很多不好听的话，我当天就辞职了。的确，若坚持做神所喜悦的事，我就得付代价。不做假就可能面对失去工作，但我坚持站在雅伟神正直的这一边。

辞职后我就找了一份新的工作，是打扫卫生的。我是一个很爱面子的人，也过过富裕的生活，作这份工作确实对我是很大的挑战和考验，当然也少不了别人的不理解，藐视和嘲笑。公司高层岗位的有些员工对我的称呼也很不尊重，听起来很不顺耳。记得有一次我正打扫卫生，公司的其中一个员工的对我指手画脚，态度也不怎么好，好像我什么都不懂。我当时都快哭了，心里很难受。小时候只有父母对我指手画脚过，之后的多年来，我几乎都是在别人的认同，肯定和称赞中走过。身边的人几乎都对我很客气，很尊重。面对这份工作，我知道神要我要学习放下很多的东西。对于这些员工对我的嘲笑和指手画脚，我明白神要学习放下自我的感受，学习宽容别人，学习不要别人来肯定和尊重自己，要放下自尊和面子。

的确，我在受洗的时候都是立志要跟随主，但面对考验，我会怎样呢？透过这份工作，我体会到跟随主是很实际的。我不是要效法主耶稣舍己背十字架来否定自己吗？要跟随主就必须放下自我，放下自尊和面子，必须甘愿接受被人藐视。做了基督徒，如果我还期望得到别人的尊敬，肯定和称赞的话，我就不能和主同行。以前我做设计的工作，很体面，有自己的专业知识和技能。但我明白主想让我学习的功课，我也愿意去学。

我想如果我没有技能和专业知识，做这些低微的工作可能没有什么困难。但我拥有相对优越的条件，还能为了主，为了爱别人的缘故去做。就需要主的恩典帮助我放下自我的东西，我必须谦卑自己，才能做得到，正是这样，我更多经历到了雅伟神的同在和看顾。

我还在很多小事上经历到了神，在我受洗后作第一份工作的时候，有一次，老板给我一大串钥匙，让我打开其中一个文件柜，我心想这么多钥匙怎么知道那把才是这个文件柜的呢？我就祷告让神帮助我，结果我随便挑了一把，没想到就打开文件柜了。

还有一次，我家来了一个亲戚，我送他到楼下。但是他的车夹在了前后两辆车的中间，无法开出去。于是，我就叫保安帮忙，保安喊破了嗓子问这是谁的车，但一直都没人下楼。等了很久，最终我决定挨家挨户敲门，但又想大半夜的挨家挨户敲门很不好。所以，我就依靠主凭信心一直爬到五楼，我问主：“主啊，那辆车到底是哪家的呢？我该敲谁家的门。”心里就有个声音说：“继续上到六楼。”我就顺着心里的声音爬到六楼，这已经是最顶楼了。我问主：“我该敲左边还是右边的门呢。”我还是顺着心里的声音敲了左边的门，就在我刚敲门的时候，这家的人正好开门要下楼。我说：“请问楼下的车是你的吗？”他说：“是。”他很惊讶地问我：“你是怎么知道那辆车是我的。”

之后的一段时间我和妹妹一起生活，那些日子我们的条件比较差，生活很拮据，买一个馒头都要考虑多少钱。但正是这样，我更多经历到了神的供应，神的同在和恩典。我们的一些日用品在每天正常用量使用的情况下用了半年，直到我们离开那里的时候才用完。透过这些经历，我更乐意选择走贫穷的路，走窄路。因为这是我更多亲近神，依靠神的机会，也是我更多懂得体会别人，将来能帮助别人的机会，因为没有经历过苦，就不能帮助在困苦中的人。圣经说：“**在信的人，必有神迹奇事随着他。**”只要在生活的每件小事上让神参与，

你都会经历 神的同在和真实， 神是很愿意参与到我们的生活里来的。

圣经说：“若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，一切都变成新的了。”（哥林多后书5：17）没有死亡，就没有生命，主耶稣说：“一粒麦子若不落在地里死了，仍旧是一粒，若是死了，就结出许多籽粒来。”（约翰福音12：24）我知道从前那个性情暴怒，任性，倔强的我已经死了，在基督里我是个新造的人，有从 神来的新的生命性情。 神让我有能力胜过自我，有能力面对各种艰难的环境。

如果没有 神的慈爱和怜悯，我不可能活到现在，都不知道死了多少回。我那些曲折的人生经历在人看来不可能跨过，但《圣经》说：“在人不能，在 神凡事都能。”以前我对 神有保留，没有撇下一切所有的跟随主。虽然，委身了很多，但保留的那一小部分毁了我全部的委身，导致我的生命崩溃了。雅伟神出于爱，透过艰难的环境光照我，引导我回到祂面前。我要么选择侍奉 神，要么选择自己所看重的东西。生命真的没有中间路线，我亲身经历到脚踏两只船的痛苦，到头来不但帮不了人，连自己也掉进水里了。

经过这么多艰难的经历，我也体会到 神的爱有能力改变一个人，有能力医治一个心灵破碎的人。也因丈夫的背叛，我更深体会到我们和 神之间关系的宝贵。神容忍不了不忠心，我们委身给 神以后，如果对祂不专一，甚至背叛祂， 神是非常伤心的。如果对 神没有忠心，不冷不热，即使为祂做很多，祂是不会高兴的，就像夫妻关系一样。

我想如果我的生活一帆风顺，即使我重生成为真基督徒，我也未必会珍惜神的恩典。正是因为这份恩典来之不易，神才会让我更加珍惜。我想我们每个人都得经过一个学习的过程，既然委身给神，就意味着要完全听从圣灵的引导去生活。现在无论神带领我去哪里，我都做好准备去跟随，只要那里有需要，我会立刻行动。以前我所做的一切，都是为了赢得别人的认同，肯定和赞扬。但现在无论做什么，我都愿意学习是出于爱神爱人的缘故去做，为了能够在神面前尽忠。我也更愿意把自己的一生奉献给雅伟神，好回应祂的爱。

现在我非常感恩过去所经历的一切，都有雅伟神美好的心意，我不再视那些痛苦的经历是打击，而是天父雅伟丰盛的祝福。那些痛苦和坎坷的人生经历显出了神伟大而又奇妙的大能和作为，祂用自己慈爱的双手拯救我脱离罪恶的辖制和捆绑，祂亲自向我显明祂的爱，这份爱改变了我的生命，使我出死入生……我也学到了很多在顺境中学不到的宝贵的人生功课，使我更多的经历和认识神，也更多能够去体会和帮助那些在困苦中挣扎的人。有句话说：“苦难和挫折是人生最宝贵的财富。”的确没错，《圣经》也说：“我们进入神的国要经历许多艰难。”一直以来，神都透过祂的仆人和祂的话扶持和鼓励我们这些跟随祂的人，至今祂依然眷顾我们。

不论我过去经历了什么，但雅伟神的意念是赐平安的。耶利米书29章11-13节说：“我知道我向你们所怀的意念，是赐平安的意念，不是降灾祸的意念，要叫你们在末后有指望。你们要呼求我，祷告我，我就应允你们，你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。”这段经文

是我的经历，任何苦难都是经过神的允许才临到的，但祂的心意都是为了爱我们，为了让我们的生命得益处。

朋友，你这一生所寻求的是什么呢？或许，你没有和我一样坎坷的人生经历？或许，你未曾遭遇过众叛亲离，你的心灵未曾被烈日灼伤过。但是，在茶余饭后，你是否感到人生在世物质和生命的短暂，与心灵深处的空虚？偷偷增添的那一缕白发与脸颊上悄然爬上的皱纹，你有否思想过这一切意味着什么吗？或许你会用美酒、美女、物质和许多的娱乐来填满自己的空虚，试图忘却事实。但当你做完这一切之后，你的心灵真的满足吗？当你迷茫无助，在人生的十字路口上徘徊时，你如何选择自己的人生呢？雅伟神为我们划定了人生正确的道路，唯有按照祂所划定的轨迹生活，你才能找到生命的真谛、价值和意义。我盼望每个人都能经历和认识雅伟神，好按照祂的旨意去生活，回应雅伟神对我们的爱。