

# 自我中心： 一切痛苦的根源





**自我中心：**  
**一切痛苦的根源**

若无特别注明，中文经文均引自和合本。

## **自我中心：一切痛苦的根源**

# 目录

前言	.....	i
第一章	最根本的问题.....	1
第二章	愤怒的顽童.....	8
第三章	征服自己的英雄.....	15
第四章	我的宗教式的谦卑.....	23
第五章	自私的赢得灵魂者.....	31
第六章	神无私的爱.....	39
第七章	活祭.....	45
如何接受耶稣.....		51
如何接受圣灵.....		53

---

神已经赐给你所需的一切  
去克服生命中的困难，  
但是否使用这一切取决于你！

---

## 前言

---

# 耶稣或自我？

“你们听见我对你们说了，我去还要到你们这里来。你们若爱我，因我到父那里去，就必喜乐，因为父是比我大的。”（约翰福音 14:28）

耶稣被钉十字架的前一天晚上，他对门徒说：“小子们，如果你们真的爱我，你们现在就不会这么沮丧！你们有这些感受，是因为你们在想，‘看看，为了作你的门徒，我都放弃了什么——我的计划、希望和梦想。现在我的捕鱼业务被毁了！如果你不是真正的弥赛亚，如果我不是你教会的基石，我该怎么办？接下来他们会把我钉在十字架上吗？’今天早些时候，你们还在争论谁为大、谁在天国里居首位。不要如此地以自我为中心！你们要因我到天父那里去而欢喜！”

自我中心导致了他们的痛苦。如果门徒真的爱耶稣胜于爱自己，他们会为耶稣往天父那里去而感到高兴。但他们却为即将失去的东西而哀恸，心想，主要离开我，我该怎么办？门徒进入了他们一生中最具挑战性的

时刻——基督被卖、被捕和被钉十字架。他们更关心将发生在他们身上的事，而不是耶稣。他们完全沉浸在自我之中！

主也希望处理你的自我中心！你曾否有意识地处理过“自我”？你的生命有多少是以骄傲、愤怒、危机和痛苦为特征的呢？你真的爱主胜于爱自己吗？

困境可以揭示你内心真正的想法。无论你的问题是财务压力、关系破裂还是亲人的离世，你可以选择是否使这些演变成危机。神已经赐给你所需的一切去克服生命中的困难，但是否使用这一切取决于你！

你会继续自私地生活还是成为活祭？耶稣还是自我？这是你的选择！

## 第一章

---

# 最根本的问题

悲伤源于自我中心。当亲人离世时，我们泪流满面地问自己：“没有了他，我怎样活下去？”我们会屈服于强烈的情绪，因专注于死亡和所失去的而哭泣：“我再也见不到他了！”然后，我们说服自己这是为死者哀伤，但事实上却是为我们自己。

如果你为之悲伤的死者已经信主，那么他现在在天堂，这是多么值得庆祝的事情。你所爱的人如今站在耶稣面前，并接受他们永恒的奖赏！如果你不是如此的自我中心，你能想象信徒葬礼的气氛吗？那将不会是艰难的时刻，而是充满感恩、赞美和喜乐的激动人心的时刻！

真的，你的悲伤是因为自私。对你而言，痛苦和损失似乎比你所爱的人在天堂的快乐与平安更真实。停下来问问你自己：“我到底在为什么而悲伤呢？是为他还是为我？”诚实的回答将揭示你内心的自私。



无论是在葬礼上，还是在日常生活中，以自我为中心可以把任何事情变成危机！

## 你想交换位置吗？

你曾经为自己的财务状况感到沮丧吗？作为一个典型的西方人，如果你能客观地看待你的状况，你确实没有什么可悲伤的。在你最贫穷的时候，你仍然比地球上大部分的人富足。就算在你最坏的情况下，他们中的任何一个人也愿意立刻跟你交换位置！

大多数所谓的危机只是对你而言是个“危机”。当你抱怨你的“需求”没有得到供应时，你周边的人会想，这有什么大不了呢？所谓大不了的事情，只不过是自我中心将你的小土堆放大成了一座山。“我的两台电视都旧了，我需要一台新电视！”“我还不能买新的立体声系统，我很失望！”“我的车已经开了一年。该买另一辆了。”

当你超越自己和面对的困难去帮助环境更严峻的人，你的观点便会改变。当你介入并帮助那些在财务、情感、精神或身体上遭受重创的人，你的问题会迅速缩小。你会突然发现，我的情况没有我想象的那么糟糕！

## 踢“死人”

以自我为中心的人很容易被冒犯。他们总有办法在最简单、最愚蠢的事情上生气！然后，他们沿着那条通向抑郁、灰心和失败的道路走下去。为什么？因为他们完全陷入自我里面！

当你开始滑入另一场危机时，如果你能退后一步并保持客观，你便可以避免很多痛苦。问自己一些挑战性的问题：“我在这事情上有什么立场？”“我为什么觉得如此挫败？”“我的自我被冒犯了吗？”当心情被扰乱的时候，如果你能这样处理，很多所谓的“危机”将不成其为危机。

死人对任何事情都不会有感觉！你可以对尸体做各种刻薄的事情，但你不会得到回应。你可以踢它、向它吐口水、用力打它，无论做什么，它都不会回敬你。为什么？因为它已经死了！根据圣经，你应该已经死了（罗马书 6:8，提摩太后书 2:11）。那么，为什么当别人对你说什么或做什么时，你这么容易受伤？为什么你的人际关系碰到这么多问题？显而易见——你的骄傲仍然活着！

## 这是你的选择

“争端只因骄傲”(箴言 13:10, 英王钦定本直译)。  
你正在经历苦毒、痛苦或愤怒吗？神的话语给出了个中原因，让你没法回避自己的责任，所以最好早点面对，因为没有其他原因会引发上述感受。你不是生来就这样的，这不是你的个性，也不是环境造成的。争端进入你的生活是源于骄傲！骄傲不是主要原因，而是唯一的原因。

我们的榜样耶稣凭信心生活。他在地上的时候，并没有倚靠其神的身份活着。在我们面前，耶稣以人的身份并靠着对神的信心而活。在被钉十字架时，他祈祷说：“父啊！赦免他们，因为他们所做的，他们不晓得。”(路加福音 23:34)不久之后，司提反展示了我们有能力做同样的事情。当他被石头打死时，他祈祷说：“主啊，不要将这罪归于他们！”(使徒行传 7:60)耶稣选择原谅，所以我们也必须选择原谅！

“并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。”(以弗所书 4:32)主不会命令你去做你做不到的事。在他里面，你有能力饶恕任何人，并以爱对待所有人。你已经被赋予了这能力，现在就凭信心去操练吧！

## 无过失人际关系

你是否听说过“无过失人际关系”？也许你对“无过失汽车保险”一词更熟悉。大致上，这意味着无论是谁导致了车祸，保险公司都会支付所有相关的维修费用（根据购买的保险金额）。同样，在无过失人际关系中，无论他人如何对待你，你都选择行在爱里，并饶恕他们。根据马太福音 18 章 21 至 22 节，神的饶恕是七十个七次！因为耶稣是这样做的，所以你可以这样做，而且现在他住在你里面，并透过你活着！

这个世界的方式，是以他人应得的方式对待他人。就像你常听到的，“你帮我，我也帮你”，“你若惹我，那你就等着瞧”！如果你以他人应得的方式对待他人，你会变得一团糟！为什么？因为人都不值得被爱——没有一个人值得被爱！离开耶稣，我们甚至被吐口水的资格也没有！你可以将自己与任何人比较，但论到你自己，你仍然达不到神的标准，你亏缺了神的荣耀！

“安德烈，你已经走遍世界各地教导神的话语，医治病人，为迷失的人宣讲救恩。你已经被圣灵充满了数十年，并且经历了很多神奇妙的大能。你当然没问题！”我不想戳破你的幻想，但我跟你一样都是普通人。你去问我的妻子，她可以告诉你！洁米见过我最好



的一面、最差的一面以及这两者间的一切。她知道我仍然有问题！

我不值得被爱！如果我的妻子用我应得的方式对待我，真的，她早就跟我离婚了。为什么？因为我未能完美地照顾她。圣经告诉我要像基督爱教会一样爱她（以弗所书 5:25），而我尚未完全做到。如果她采取这种态度：“你没有像圣经所说的那样对待我，所以，我有理由这样对你！”你想想看，事情会发展成什么样？用爱、怜悯和恩典而不是以对方应得的方式对待彼此，会建立更好的关系！

---

你的反应取决于你的视角！

---

## 第二章

---

# 愤怒的顽童

愤怒的人是以自我为中心的！我哥哥年轻时爱发脾气。在大发脾气后，他总是会说：“对不起！如果我知道我所做的事会伤害你，我就不会那么做了。”从小到大这句话我听了不下几百次。他的意思是：“生气的时候，我没有考虑你或其他任何人。我只关心自己和所发生的事情对我的影响。”这就是自私！

愤怒还会暗暗地透过自怜、抑郁和情感创伤显现。无论何时受到伤害，你的肉体都想放大痛苦和专注于自我。然而，你可以透过关爱别人而中止 90% 的抑郁、悲伤和受伤的感觉。这是怎样做到的呢？减少对自我的关注帮助你免疫于受伤害的感觉！

作为被神救赎的孩子，自我为魔鬼的入侵计划提供了滩头阵地。这是它最喜欢的着陆区！在敌人统治的地方，自我被抬到最重要的位置。自我保护在我们的肉体看来似乎是值得尊重的美德，即使以牺牲任何人和所有人为代价。但在神的国度并不是这样！通过处理自我中

心的问题来保护这滩头阵地，你将战胜生命中许多邪恶的问题。

## 视角的力量

最近，在收看反对死刑的电视节目时，神以强有力的方式对我说话。但是，在和你分享我所学到的之前，我想说明我的观点。我个人相信，如果执行得当，死刑既符合圣经又有益处。正如战争的威胁可以阻止国际间的流氓势力，死刑的威慑也可以遏止社会中的流氓个人。作为战争时期曾积极在战区服役的老兵，我并不真的喜欢战争。但是，作为一位公民，我感谢因着国家过去的胜利，我可以受益和得到保护。如果执法当局不使用死刑，便会因少数行恶的人不受控制的自私行为，使更多无辜的生命无谓地被摧毁。

当我观看这个节目时，聚光灯照射在一个因强奸和谋杀而入狱的人身上。摄像机将他悲哀、孤独的脸放大，然后镜头移出，死囚牢房高高的水泥墙出现在眼前。当我看到真实的行刑室，感觉到他死亡的迫近时，怜悯之情油然而生。这确实是一个悲惨的处境！

屏幕上排列着婴儿照片和一个可爱的小男孩骑着棍子马的照片。我在想，这个天真的孩子如何在长大后



犯下这么可怕的罪行？性虐待和性骚扰进入了画面。在很年轻的时候，他已经不断进出惩戒所。越来越清楚的是，这个孩子在生命的早期遭受了很多打击。一切都出了问题——严重的问题！

像其他收看这节目的人一样，我受到诱导，为这个男人感到难过。一些旁白在我脑海中回响：“他从来没有真正的机会！”我的情绪在整个过程中被这节目巧妙地操控了。我希望看到这个男人为他所做的事而受罚的欲望已经减弱。

然后，神问我：“如果他们也展示被强奸和谋杀的女孩儿时的照片，那会怎么样？如果他们讲述她的成长故事，然后讨论她的未来计划，又会怎么样？”

我心想，或许这个女孩是个基督徒，对神为她预备的将来有美好的梦想。或许她打算嫁给一个健康的男人。然而，一个变态的人强迫从她身上得到满足。在强奸后，他谋杀了她并试图遮掩一切！我的情感立刻从怜悯变成义怒！如果那些带着同情心的电视观众看到了女孩这一面的故事，他们会很容易变成想干掉这个强奸杀人犯的义愤的私警。为什么？因为你的反应取决于你的视角。

你的视角决定了你的情感！从自私的角度去看待一切事情是很危险的。“看看他们对我做了什么！每一个人都对不起我！”你猜会怎样？你生活的每一天，自我都会有充足的机会感到被冒犯。如果你更关心别人，那么愤怒就无法操控你。放弃以自我为中心，当不愉快的事情发生时，你就不会感到生气。为什么？因为你会想到别人！视角是有力量的！

## 你天生是自私的！

人类天生就是自私的。作为新生婴儿，你来到这个世界时就是以自我为中心的。为使你安全来临，妈妈经历了数小时的生产过程。她非常疲倦，相当长的一段时间，一直生活在某种程度的不适中。也许她已经好几个晚上都没有好好休息了……但你根本不在乎！出生后，你立即透过有力的哭声来表达自己的需求——“哇啊！”

从父母带你回家并开始适应你，这种情况会一直持续。每当你觉得有需要时，妈妈最好在那里，否则你会设法让她知道。“现在喂我！我需要新的尿布。抱着我！我不想洗澡。我累了！”你是宇宙的中心！除非满足你的需求，否则没有人存在。这对一个婴儿来说是可以接受的行为，但对二十岁、四十岁或六十岁的信徒则不是。你现在应该知道世界上还有其他人！

## 九号通道

圣经的教养方式包括处理孩子的自我中心。生命不是关于每时每刻被人服事！孩子需要学习，付出才是真正的收获。他们必须被训练去很好地服事他人。你的父母有这样教导你吗？你在这样教导你的孩子吗？

大多数父母都很难解决孩子的自我中心问题，因为他们从未真正解决过自己的这一问题。情急之中，不纠正小孩的自我中心问题对爸妈来说似乎更容易。

一个妈妈和她的小孩在杂货店购物。他们来到九号通道，孩子大胆地说：“我要冰淇淋！”

妈妈冷静而坚定地回答：“不，儿子。不可以。”

这样对答了几个来回后，小孩的声量越来越大，直至他尖叫说：“我就是想要！”感觉到需要施加更大的压力，这小孩便躺倒在地板上，继续发威。

你知道大多数以自我为中心的家长会怎样做吗？他们会因为“自我”而屈服于孩子。为了摆脱不必要的关注（“每个人都在看着我！”），家长会满足孩子的要求，而不是根据圣经的教导去纠正孩子。当这种情况发生时，小孩的自我便被加强。他学到只要自己大发脾气，便可以得到任何东西！

## 你是老顽童吗？

你是一个 30 岁、50 岁甚至是 70 岁的老顽童，还在靠乱发脾气来达到自己的目的吗？想一想吧！你会不会发脾气并试图以退出关系来“惩罚”他人呢？你是否逼迫他人，直到他们向你认错求饶？你是否像一台“播放机”，喋喋不休地跟身边每一个人分享自己的意见？或者狡猾、忍耐和隐晦更适合你的报复口味，因为“报仇最好是冷战”？无论你怎么演绎，这都是自我中心！

你需要认清你愤怒的本质：自我中心。从天父的角度来看，这些成年人的行为方式跟九号通道地板上的又踢又叫是一样的。朋友，是时候长大了！





## 第三章

---

# 征服自己的英雄

没有人已经完全征服了“己”。事实上，大多数人甚至没有在意识的层面上处理过它！神不会杀了你从而除掉你的“己”。他期望你练习自我控制！每天学习舍己并高举他，这是你灵性成长的基础。

你有意识地处理过你的自私吗？当有人反对你时，你会怎么做？你首先想到谁？你会考虑对方，还是为自己辩护？

## 谁是最谦和的人？

摩西很好地处理了他的自我。当人们指责抨击他时，他立刻面伏于地，为他们祈祷。为什么？因为他知道他们跟神有麻烦了！摩西没有为自己辩护，反而呼求神怜悯得罪他的人。

“摩西娶了古实女子为妻。米利暗和亚伦因他所娶的古实女子，就毁谤他。”（民数记 12:1）摩西是中东

人，而他的妻子是黑人。他的兄长和姐姐因他与异族通婚而公开反对他。

“（他们）说：‘难道耶和华单与摩西说话，不也与我们说话吗？’这话耶和华听见了。”（民数记 12:2）换句话说，亚伦和米利暗不再尊重摩西，而是开始批评他，因为他们认为他做了错事。他们公开挑战他的领导权，并宣称：“神不只借着你说话，我们也是他的器皿！”

下一句话就厉害了！“摩西为人极其谦和，胜过世上的众人。”（民数记 12:3）圣灵指示摩西把对自己谦卑的评价永远记录在圣经中。“我是世上最谦和的人！”这难道不令人惊叹吗？只有神知道那时有多少人活在世上，而摩西是所有人中最谦和的。

摩西为得罪他的两兄妹哀求神的怜悯（13 节），主答应了他的请求。多好的例子！摩西更在乎神和他人，而不是自己！

主一直在我里面建立同样的态度。我还未到达，但很多年前我已经出发！有好几次，我深深沉浸于神的同在，以至几乎忘了我周遭的世界。我感觉就像摩西脸上带着神的荣耀从山上下来，无论往哪里看，看到的都是我所爱的主！这种专注使我在某些非常危险的情况下，受到超自然的保护。

## 占领！

二十年过去了，我才意识到在越南期间神为我所行的奇事。我从未体会过其他美国士兵因参与战争而遭受的精神创伤。我被子弹射中过，而且在战场上有很多次差点被杀死。但是，我带着百倍强大的内心和对耶稣千倍的爱返回家中。为服务国家而在越南当兵，这是我一生中最美好的经历之一！因此，我也没有费心去阅读任何与越战相关的东西，直到二十年之后。

我收到一本书，记载了十二名前军人的作战经历。他们当中有三个人在我所在的师，其中两个跟我同一时间在越南，并且有一位记述了他经历的一个火力支援基地被越共占领的事情。

这个 LZ（登陆区）是位于老挝边境的一个火力支援站，坐落在渺无人烟之处，我可以从我们所在的位置看到胡志明小径。这个支援站的面积仅相当于一个老式的集会帐篷。在这片小地方，我们平均每小时受到大概二十枚迫击炮的攻击。每隔几分钟就有炮弹袭来，那刺耳的声音迫使我们急忙寻找掩护。我在山头被占领前两天到达。

当我读到这个人的叙述时，主打开了我的眼睛，使我能从一个不信者的角度看到我所在的 LZ（登陆区）

被占领时发生了什么。尽管我不认识他，但作者和我曾在同一时间呆在那地方。他在那一刻经历了赤裸裸的恐怖，自此以后噩梦一直折磨着他！

我只记得自己沉浸在对耶稣的爱中！尽管恐惧、死亡和危险从四面八方压来，神的同在将我封在超自然的泡泡中。我既在那里，又不在那里——两者同时存在！

当周围 5,000 名北越士兵向我们发起进攻时，我所能做的就是祈祷：“天父，那些人你不认识你！我希望我不必杀死他们当中的任何一个！”我所想的并不是：“我会怎么样？”我忙着为那些前进的敌军代祷！我跟他们距离很近，甚至可以看到他们的枪口在喷火，但恐惧无法触摸到我。我忘记了自己的处境，只是为别人祷告：“神啊，请以某种方式触摸他们！”只有当你想着自己时，恐惧才能影响你！

## 英雄

英雄把别人放在第一位。几年前的冬天，一架飞机坠入华盛顿附近的河中。不同的人跳进了冰冷的水中，救出了在撞击中幸存下来的乘客。之后，记者采访那些英雄，问他们：“你没有想到自己吗？如果你丢了性命，你的配偶和子女将会怎样？”每个人都回答说：“我没有想到这些。我只想着要救出那些人！”

当遇到紧急情况，英雄愿意冒自己生命的危险去拯救别人。他们没有一个人站在那条寒冷的冰河岸边犹豫：“这些人需要我，但我的家庭也需要我！”对遇险乘客的关心胜过对自我的关注。如果他们关注自己多过那些需要他们帮助的人，他们就不会那样做了！

## 圣灵充满和自私自利

这篇信息和今天大多数“受欢迎的基督教教义”大相径庭。看到这么多圣灵充满的信徒像世人一样自私，让我心碎！他们被完备福音的信息吸引，是因为他们认为可以从中得到他们想要的，他们真正的“神”其实是自己。是时候来对付这些错误的动机了！

神不是自动售货机，他是主！是王！你不能只是投入一枚硬币，按下他的按钮，然后随时取出你想要的任何东西。兴盛不是为了满足你的欲望。不要回到从前摧毁你的老路上，从而践踏耶稣医治的宝血。那是愚蠢、不成熟和自我中心！当然，天父已经供应了他孩子们的每一个需求——但是孩子，是时候长大，不要再如此自私地对待神！

“你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。”（马太福音 6:33）。你所需用的会作为先求

他的国和他的义的副产品加给你。信心就是相信别人的需要可以通过你得到满足。它从来没有打算被用来首先满足自我！如果你致力于祝福他人，你会在此过程中蒙福。问题是——你的焦点在哪里？

## 没做过猜测性想象？

自守是神对服事者的一个要求。“‘人若想要得监督的职分，就是羡慕善工。’这话是可信的。作监督的，必须……自守……”（提摩太前书 3:1-2）。当我作长老时，我问主这如何应用于日常生活。由于下一节特别提到“不因酒滋事”，我认为“自守”更多是与我的态度有关。当我查字典时，“不做猜测性的想象”这条释义让我印象深刻。所以我问他：“天父，‘不做猜测性想象’是什么意思？”有一天，他出乎意料地回答了我。

那时，我已经定期到各城市布道。无论我去到哪里，主总是赐给我特别的朋友和福音合作伙伴。如果我计划在他们附近的任何地方服事，他们总是会出席。我为着这些忠诚的伙伴和朋友而赞美主！

默想着“自守”，我开始在一对夫妇的居所附近举行一系列会议，他们是“忠实的追随者”中的一对。我在第一晚的整场会议中都在搜寻他们，但他们没有出



现。由于他们的缺席很不寻常，我的思绪迅速回到了我最后一次见到他们的时候。我记得我把他们从人群中叫出来，向他们发了一个很特别的预言。那不是一般性的、普通的预言，我要不就是说中了，要不就是搞砸了！说出那个先知性的话语，我将自己置于一个很容易受到批评的位置。

当回想到这一点时，一个想法冒了出来：我说的那个预言一定是弄错了。他们现在可能认为我是个假先知。我敢打赌，他们已经忽视了我给他们带来的一切好处！当“自我”运作时，我想象着这对夫妻出来反对我，并宣称：“安德烈·渥迈克是属魔鬼的！”我几乎想要一拳打在他们的鼻子上！

第二天晚上，这对夫妇来到会议并向我解释说：“我们很抱歉昨晚没能来。我们家中有一人离世，我们整个星期都不在城里。我们从来没想到要错过你的聚会！”

就在那一刻，主向我揭示了什么是“猜测性想象”。我被自己脑海中想象出来的东西搅得心烦意乱，而那既不是事实也没有根据，纯粹是猜测。它始于我想知道他们为什么没来，随后盘旋而至的想法都是源于自私。感谢主，我没有一拳打在他们的鼻子上！

弟兄姊妹们，放下你的猜测性想象，保持清醒的头脑。谦卑自己，相信他人最好的一面。为那些冒犯你的人祷告。爱主——不要只是试图利用他！施比受更为有福，所以，运用你的信心去满足他人的需要，你的需要也将被充分满足！让我们继续在主里长大成熟！

## 第四章

---

# 我的宗教式谦卑

我很惊讶有些人如此容易被冒犯！我通常对每周见到的数百人礼貌而友好，但有时当有人跟我打招呼时，我的思绪可能在别的地方。那人对此感到生气，开始不断问我：“怎么回事？有什么问题吗？”其实，人们被冒犯是因为我没有以他们认为我应该的方式回应。我见过有些人因为他们的牧师上周没有打电话给他们，或者他向周围的人打招呼却忘了和他们握手而被冒犯。这种不成熟的情况发生的频率比你想象的要高，其根源是以自我为中心。

爱神胜过爱自己的人，当情况与预期不同时，他们不会崩溃。这就是为什么耶稣问门徒：“你们本该欢喜，为何如此忧愁？”（约翰福音 14:28，我的解释）他们关注的是他的离去，而不是他去见天父的喜悦。因为以自我为中心，门徒们拥抱的不是他的喜乐，而是自己的“危机”。

你觉得你的婚姻是一场危机吗？你的配偶不是你的问题——你才是！与那个伴侣离婚再找一个新伴侣解决不了任何问题。无论你的伴侣是谁，你都会面临同样的问题，因为你无法与自己离婚！无论你往哪里去，无论跟谁在一起，自我也将在那里。魔鬼甚至会利用你的配偶来为难你，但他或她做什么真的不重要。除非你处理好自己自私的心态，否则没人能取悦你！

## 得救了，但充满自我

我曾在处理自我的问题上一败涂地。我从小接受的宗教教导是反对自我，不断强调要治死自我，将自我钉死在十字架上。虽然他们说的有一定的道理，但其“治疗”方法让病情更加严重。

我记得当时有人给我笔和纸，让我列出曾经犯过的每一宗罪。尽管我这辈子从没说过一句脏话，没抽过烟，没喝过酒，也没喝过咖啡（不是说喝咖啡是罪。你可以依靠马可福音 16 章 18 节：“若喝了甚么毒物，也必不受害。”），没过多久，我已将正反两面都写满了，并要了另一张纸！

看着纸上列出的所有罪状让我崩溃，但对治愈自我中心却毫无作用。我整天闷闷不乐，垂头丧气，宣告着

“我有祸了，我要灭亡了”(歌词)，唱着“像我这样一条虫”。而我真这样相信，觉得自己完全没有价值，认为自己是世上的渣滓！

当我读完高中，我已经在宗教中浸泡了十六年。我的自卑感让我感觉很糟糕，我甚至不能看着一个人的脸和他们交谈！在我认识的人中，我是最自卑的，但是我和其他人一样活在骄傲中。因为我没有抬高自己，我以为我是安全的。我不知道自我贬低也是一种骄傲！无论自高还是自卑，两者都是自我中心。

## 真正的谦卑

大多数自称“胆小”或“害羞”的人其实只是骄傲。自卑导致自我控制了他们的思想。甚至一想到在别人面前作见证，讲述神在他们生命中所做的事，他们的脑海中就会掠过恐惧——人们会怎么看我？我会出丑吗？

我记得在科罗拉多州普韦布洛的一次会议结束后，一个男人来跟我说话。他说：“我没有任何骄傲，恰恰相反——我很自卑。”我回应说，他的自卑实际上只是另一种形式的骄傲。这是专注于自己的结果：你拿自己跟别人进行比较，然后得出结论，认为你就是不如别人，并且你周围的人都知道。这一切还是关乎你自己。

当我刚开始服事的时候，也经历了同样的事情。神用一个智慧的人使我得着自由。他说：“安德烈，如果你更关心你所服事的人，而不是自己和他们对你的看法，神便会使用你！”今天，只要我能把神的观点清楚地表达出来，我并不在乎你对我的看法！

因耶稣的缘故，自我对于真正谦卑的人来说不成问题。他们不会看自己高于或低于神的话语所说的。以神为中心的人会在主的引领下做出一些对自己不利的事情，他们也会在主的带领下祝福他们自己。无论如何，自我都不会妨碍他们顺服他们所爱的天父！

## 四处寻找

许多人仍然相信“贬低自己便是谦卑，高举自我便是骄傲”。雅各书 4 章 10 节透过揭示神想要升高谁来反驳这种宗教观念：“务要在主面前自卑，主就必叫你们升高”。当你谦卑自己、让神开始提升你时，会发生什么？真正谦卑的人会让他这样做——提升你，但骄傲的人不会。他们太在意别人的看法了！

以自我为中心的人也无法处理正面的反馈。在说出有恩膏的话语或唱出一首鼓舞人的歌曲后，他们会回应说：“这全是耶稣的功劳。不要夸我，因为我什么也不

是！”在不知不觉中，他们将所有注意力都吸引到自己身上！一个谦卑的人对鼓励的话会回答说：“谢谢，为耶稣赞美神！”

虚假的谦卑也会四处寻找赞美。“我真的没有很好的嗓子，但是主说，‘发出喜乐的声音。’请在我唱歌时，为我祈祷！”他们通过贬低自己，希望吸引别人去高举他们。这正是骄傲在行动！

## 发臭的思想

每天早上，当我竭力去杀死自我时，我反而使自我复活！我把自己绑在一张想象中的电椅上，坦白我认为自己最近犯过的所有罪：“骄傲！傲慢！没有读圣经！”清单没完没了！经过一个小时“处决”我所想到的每样罪，我花了整个灵修时间专注于自己。

以宗教的方式处理自我，只会让你得到宗教式的谦卑。之后，你仍然充满自我，以至当主说：“去按手在病人身上，他们就会痊愈。”你立刻专注于自己的局限，并回应：“谁？我？”因为你发臭的思想，神不能在他的大能下使用你！



## “我爱你，洁米！”

对他人的爱能战胜自我。当神超自然地把洁米和我连在一起时，我已停止约会五年了。神告诉我，他为我寻找伴侣的方法比世界的方法好得多。出于对耶稣和我未来新娘的爱，我相信他。

当我向工友们宣布订婚的消息时，他们无法相信我在准备迎娶这么美丽年轻的女士期间，会继续保持诚实、正直和道德。我和洁米在牵手或约会之前就订婚了，他们的脑袋对此很难接受。这些非信徒认为我不会坚持下去。他们根据他们的派对生活方式（每晚与不同的女人睡觉，喝醉酒等）来评断我，他们很清楚我这辈子从未做过这样的事情。一次又一次，他们不断地挑衅我，试图“证明”他们对我的扭曲看法是正确的。老板（也是我最好的朋友）和我只要一有机会就向他们作见证。然而，这些骚扰使水泥工的工作有时苦不堪言。

每天早上到达后，工友们会唱着同样的老歌：“好好先生，你昨晚做了什么？你出去玩‘舔脸游戏’了吗？你什么时候进来的？”因此，我决定不再在工作时提到洁米。这给了他们太多的弹药！

后来有一天，我站在一扇飘窗旁边，看着阳光反射在新浇筑的水泥上。阳光恰到好处地照射在水面上的

美感，使我的思绪集中在我的未婚妻身上。我暂时忘却了周围的环境，开始低声哼唱：“我爱你，洁米！我爱你，洁米！”我沉浸在对我的准新娘的甜蜜遐想中。然而，我短暂的幸福戛然而止，因为我注意到在倒影中我的旁边突然出现了所有其他人的笑脸。所有工友都站在那里听我最后一次哼唱：“我爱你，洁米！”他们立刻对我开足了火力！

如果我能控制的话，我绝对不会在那些人面前说那些话！但我的心被完全占据了，我对洁米的爱超越了我的自我意识。正因如此，我实际上做了一些对自己不是最有益处的事情。爱情真的战胜了！当我爱别人胜过爱自己时，自我就消失了。这才是真正战胜自我的唯一途径。

---

爱耶稣胜过爱自己！

爱上他，你就不会再想着自己。

---

# 自私的赢得灵魂者

在我真正爱上耶稣之前，我害怕作见证。出于宗教的责任，我强迫自己跟别人分享信仰。我甚至强迫自己在每周的探访配额基础上，再进行额外的十次探访。教会对我印象深刻，他们要求我在探访期间带着其他人一起去，教导他们如何“赢得灵魂”。尽管我这样做取得了一定程度的成功，但因为我是一个内向的人，内心还是被恐惧笼罩。总的说来，我很自我，害怕与人交谈。在前往别人家门口的路上，我的祷告是：“神啊，请让这家里空无一人！”

我是怎么做到的呢？我提醒自己因带领人归主而得到认可、荣誉和奖赏是什么感觉。十七岁的时候，我看到“决志信主”的人，通常比我的牧师看到的还多！每逢主日，教会的领袖都会报告我每周赢得的“灵魂数目”，并在全会众面前祝贺我。在去作见证前的几个小时，我会以此为动力来祷告并激励自己。自私使我能够克服恐惧！

## 被操控了！

大多数教会通过激发自我来操控你去作见证。他们唱着这些古老的赞美诗，说他们站在神的面前，手上沾满了鲜血，没有灵魂可以献给神。传道人警告说有一个“审判台”，在那里你未得救的邻居会站在你旁边，用他被硫磺烧焦、还在冒烟的手指着你的脸，质问你：“你为什么没告诉我关于主的事？”当这些歌曲和故事被使用的时候，祭坛上挤满了渴望“作见证”的人。为什么会这样呢？因为自我不想感到尴尬。“我不想在那一天空手站在全能者面前！”那么你会怎么做呢？你向人作见证。不是因为你爱他们，而是因为你爱自己。

宗教助长自我！你有多少次听到：“给予，自己才能得到！你想兴旺吗？慷慨地奉献给我，主会百倍地回报你！”你们当中有些人奉献了几百甚至几千英镑，但还没有见到回报。你知道为什么吗？你的付出并不是出于神无私和无条件的爱。你真正的动机是以自我为中心的，因为你内心的态度纯粹在于你是否看到回报。圣经说，即使你捐出所有的财物周济穷人，如果没有爱，仍然对你无益（哥林多前书 13:3）。礼物背后的动机比礼物更重要。神的爱不是以自我为中心的！

## 被他的爱淹没

1968年3月23日，我与神的一次相遇永远地改变了我的生命——我发现耶稣是那么爱我！我的世界顿时天翻地覆，在四个半月的美好时光里，主完全占据了我的思想。我完全忘记了我每天骑的那匹马。我不知道它是否被喂过、是否还活着。我也忘记了我每天必看四五个小时的电视节目——它们甚至不曾出现在我头脑里！我每晚只睡一两个小时，内心的兴奋使我无法睡着。我会站着阅读，直到我昏过去，撞到地板，然后醒过来，继续站着阅读。我爱上了神，他彻底改变了我的生命！

我开始向一切能动的东西作见证！“神啊，请让这家里空无一人！”的祈祷已经消失。我放弃了周四晚的那些探访，开始随时随地与人交谈。我每天敲一百多扇门，在家庭、商店、加油站和餐馆与人分享基督。我一点也不害怕他们会说我什么，因为现在我真的关心失丧的人。我想要每个人都知道并经历神奇妙的爱！

爱耶稣胜过爱自己！爱上他，你就不会再想着自己。当你向人们作见证时，你会很大胆并充满了他对他们的爱。当你意识到他在你生命中所做的事，信心便会在你心中提升。神的爱改变一切！

## 防备犬类

在这之后不久，我们把我们在的城市分成了几个区域，并开始行动，去敲了几百扇门。我从城市最富裕的地方开始，这并不聪明，但我不知道更好的方法。门一扇接一扇地在我们面前砰地关上。我们用这个简单的提问开始：“你是基督徒吗？”但很快就发现，人们不知道什么是基督徒。他们回答说：“我当然是基督徒！我不是佛教徒或印度教徒，所以我一定是基督徒。”有些人甚至从口袋里掏出硬币并解释说：“看到了吗？上面写着‘我们信靠神’。我当然是基督徒！”他们不明白重生的经历。

有一天，我下定决心要和某位住在独栋房子的女士倾谈。由于实在厌倦了门在我面前砰地一声关上，我决定改变策略。当她开门的时候，我大声宣告：“赞美神！我已经找到了一个基督徒！”

她直视着我，问道：“你凭什么认为我是基督徒？”

我抓住机会，继续说：“嗯，你外面的围栏上挂着一句经文。”

她打开门，走到门廊上，并询问：“你是什么意思？”



我马上翻到腓立比书 3 章 2 节，读到“防备犬类”，然后继续读下去！在她当着我的面把门关上之前，我把那一章剩下的内容读完了。

我的变化真大！我使用噱头，做一切能做的事，只是为了能跟人们谈论主。为什么呢？我更关心他们而不是自己。

当我把自己放在一边，为别人付出生命的时候，这是我经历过的最好的事情。即使他们恨你，又怎样呢？即使你的配偶令你困扰，又如何呢？牺牲你自己！因为施比受更为有福。发现自己并不是宇宙的中心是很有趣的！

## 你的生活比你想象的要好！

住在美国，你的生活比你想象的要好。我在印度参观了一个百万富翁的家，我惊讶地发现，几乎所有我见过的美国房子都比这所更干净、更漂亮。你还需要多少呢？真的是神要带领你去买那更大、更新、更贵的房子吗？只是随口问问！

一些美国人已经形成了一种福利心态。“这个政府欠我一个更好的生活！”错了！人们不欠你任何东西。如果这激怒了你，请原谅我，但你活着是为了去创造、

去给予。你在这里不只是为了依靠社会而生活。改变你的心态吧！不要再如此以自我为中心！不要再只是坐享别人的资源，开始做个有贡献的人吧！

有些人可能在短时间内需要政府的援助，直到他们能够重新站起来，但不该是一代又一代。如果你有能力工作，你就应该工作！记得在六十年代末，我只是一个送报纸的高中生，而我每月能赚 500 多美元。如果你不能比福利援助更好地养活自己，那么你已经有一只脚踏进了坟墓。当神成为你的源头时，谁都可以打败福利援助！他会一步一步地带领你走向更丰盛的生活！

## 给我！给我！

以自我为中心的人总会不断地想，我能得到什么？我可以从这段关系中得到什么？这间教会能为我做什么？为什么他们没有做这个？为什么他们没有做那个？相反，我们应该思考，我怎样才能成为祝福？神能怎样通过我满足他们的需要？我可以如何帮助这间教会成为神所希望的样子？我有什么可以贡献的？

不要再对你的家人指手划脚，而是开始问：“我能对我的配偶做什么？我怎样才能成为每个家庭成员的祝福？”别再想，他们不配！因为你也不配。彼此扯平了，重新开始吧。尝试给对方超出对方给你的！

服事你的教会，祝福你的家庭，但不要出于自私的动机。把妻子当皇后一样对待以换取自己国王般被对待，这仍是以自我为中心！无论你在哪里，无论你和谁在一起，都要问自己：“我怎样才能成为祝福？”



## 第六章

---

# 神无私的爱

神就是爱！耶稣基督为阿道夫·希特勒献出了他的生命，就像他为你所做的一样。希特勒可能没有接受主，但耶稣爱他。事实上，耶稣对被圣灵充满的信徒的爱并不比对那些没有被圣灵充满的信徒多。你可能在以更多的方式经历他，但他也想让其他基督徒受圣灵的洗！所有人都可以得到同样的爱，因为爱是他的本性。

神是极度慷慨的施与者！他本不需要为我们舍命。如果人类没有被救赎，圣父、圣子、圣灵也不会崩溃。他可以选择把我们全部消灭，然后创造一个全新的种族，但是他没有。基督为我们这些无助而可怜的罪人慷慨地牺牲了自己。这种无条件的爱多么不可思议！

属肉体的爱相形见绌。当我们根据他人的表现去“爱”人时，就显露出我们对神的爱的理解和经验之肤浅。他的态度是：“我选择爱你。我不在乎你是否恨我，唾弃我，或恶意利用我，我心意已定。我爱你！”当这种无尽的爱的光芒首次照亮我的魂时，我祷告说：

“主啊，让你无条件的爱通过我涌流！”我当时不知道对这个祷告的响应会带来多大的释放！

## 普里切特的宽恕

我曾经在科罗拉多州普里切特的一个小教堂担任牧师。在那个教会，我和会众彼此很难相处。那时候，只要受到攻击我就会立刻反击。作为牧师，我的座右铭很简单：“事情就是这样，如果你不喜欢——门就在那里！”现在我意识到，我们本该更有智慧地回应彼此，但是我们没有。尽管我们有问题，神还是通过许多明显的神迹证实他的话语，包括一个人从死里复活。

我到那里不足一年，教会里就有几个人想把我赶走！不同的人以各种方式撒谎并公开反对我。他们指控我偷了教会的钱，而我甚至连工资都没有领过！直到今天，还有人威胁说，如果我踏进他的地盘，他就会杀了我。不去讨论所有问题的细节，这些人基本上是在我努力为他们做了很多事情后，选择转身在我背后捅刀子。我原谅了他们，并决定无论如何还是要行在爱里。

那个曾经成为我最好朋友之一的人，最终却尽其所能来伤害我。有一次，我发现他在电话里对别人说我是魔鬼，以及其他可怕的事情。当我和他对质时，他指责我是骗子，并且不承认任何事情。作为长老，他挑起事

端，带领那群人想把我赶出教会。我只是把这一切都交给主，并从心底里原谅了他！

之后不到一个星期，我和洁米开车去兜风。我过去习惯在这位兄弟的服务站停下来，进去和他聊天。这是我喜欢做的事情，所以我停了车，进到里面，试着和他聊了一会儿。回到车上，我对洁米说：“有点不对劲！我不知道是什么，但他就是不一样了！”

洁米看着我，惊叹道：“你在说什么？”

“嗯，他有点儿不对劲。”我回答：“他对我的态度不太正常。”

她不可思议地看着我，问道：“你不记得吗？”洁米只好把一周前的情况完整复述了一遍！

我已经原谅到了这样的程度，以至于和这个人相处了十五分钟后，我仍然为他的不友善而感到困惑！事实上，我已经放下了我们之间的问题，忘记了一切，而是选择了用神无条件的爱去爱他。你看，这就是自由！

## 你只是在伤害自己

你若一直生气，怀恨在心，暗藏苦毒，这只会伤害自己。这不会伤害对方，也不会改善你的处境。神并没



有创造你来承受这类事情。养育着伤口并用你的想象力去“惩罚”别人，只会破坏你的人际关系，并最终毁了你。主说：“伸冤在我。”（罗马书 12:19）你天上的保惠师有更好的方法来处理与你有关的事情。不要试图为自己报仇——要原谅！

有一位全国知名的牧师指控我在领导一个邪教。他们尽其事工的全部力量反对我们，极力宣称我“甚于吉姆·琼斯”！显然，这位邪教领袖是当时他们所听过的最好的“信心”传道人。这位牧师及其追随者动用他们所有的力量和影响力，一心要颠覆我们的事工。

我原谅了这个人并且爱他。从那时起，我们在同一个电台服事，一起举办会议，甚至拥抱！我不止一次把人们送到这位牧师的教会，并向他们的项目捐钱。我可以坦诚地告诉你，我对这个人或他的事工没有任何不满。我没有被不原谅、愤怒和苦毒所捆绑，而是把全部注意力不受阻碍地集中在主身上！

## 恢复神的意识

神创造了你，是让你过以他为中心的生活。他一开始的计划就是用“神的意识”取代你的“自我意识”。亚当和夏娃一直享受着对造物主的意识，直到他们吃了

禁果。那时，他们的注意力就从神的身上落到了自己身上。

通过末后亚当的牺牲和圣灵的浇灌，持续地活在神的意识中所需的一切已提供给你。你可以选择离开以自我为中心，并将你的专注放回创造你的那一位——去爱他。

你会选择谁？神还是自我？只有你能决定！

---

大多数人从未有意识地对付自我。

你是否也是如此？

---

## 第七章

---

# 活祭

“所以弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的，你们如此事奉，乃是理所当然的。”（罗马书 12:1）今天，要谦卑自己，拒绝自我成为“主”，在神的祭坛上将自己献上当作活祭。然后，呼求他从天上降下圣火，把你炼净！鉴于他为你所做的一切，这是理所当然的。

活祭的唯一问题是，他们会从祭坛上爬下来。即使你现在做了这个承诺，明天、下周、下个月你还得再次更新。选择爱耶稣胜过爱自己是一个持续的人生决定。你不可能只祷告一次就永远对付了自我。这种方式行不通！只要你还活在世上，你就必须不断地选择“留在祭坛上”，把自我当作已经死了，并顺服于圣灵的权柄。如果你不这样做，自我很快就会找到办法重新抬起它丑陋的头来！

神不想你有自我意识，甚于你自己！他邀请你今天有意识地开始这个生命的承诺。将自己向神敞开，让圣灵将这个真理深深地根植到你的心里！

## 因他的话语而成熟

在他的良善中，神发出话语——不是病痛、疾病或贫穷——来纠正和让他所爱的孩子成熟。靠着他的话语，你就完全被装备行各样的善事（提摩太后书 3:16-17）。神的话语今天已临到你！你是否愿意谦卑自己，凭着信心遵行他所说的话？

你能读到这里，就说明了一些事情。你可能是别人称之为“好人”的人。大多数时候，你的态度和愿望都很好。你甚至正以各种方式积极地参与你所在教会。然而，诚实地问问你自己：你是否赢得了与自我的日常争战？我很清楚你还没有“到达”，但你是否已经启程？

大多数人从未有意识地对付过自我。你是否也是如此？也许这是第一次，从神来的话语向你传达了这个消息。也许你在某些方面稍微处理过自我，但总的来说，自我仍然是你真正的王。在你内心深处，你仍然是宇宙的中心吗？你仍然是一个会乱发脾气的小顽童吗——在言语或行为上？你是否把所有的资源都消耗在自己身上？你的内心是否真的觉得有一位比你更重要？

圣灵正在引导你根据他所揭示的做出特别的回应。无论你是否以前有意识地这样做过，神想要你从现在开始信实地对付自我。这是一个将持续一生的过程！

我曾经以为阿波罗号宇宙飞船是沿着一条直线直接飞到月球上。后来我遇到了吉姆·欧文 (Jim Erwin)，他是一位曾在月球上行走的宇航员。他说：“在整个飞行过程中，我们每隔十分钟就进行一次航向修正。我们只是不断地对照当前的位置和将要到达的地方，并相应地进行调整，直到我们到达为止！”

条件和环境总是在变化，这给了自我重新抬头的机会并重获控制权。当你开始诚实地处理自我中心的问题时，你就已经离开了发射台。然而，随着条件的变化，你必须进行许多航向修正以让自我顺服。你已经出发了吗？你在定期调整航向吗？

## 被暴露的伪君子

1968年3月23日星期六晚上，我与神相遇，那永远改变了我的生命。你可能听我讲过这个故事，但我相信这能帮助你克服你的自我中心。我在一个基督教家庭长大，八岁就重生了。我避免了与青春期相关的叛逆期，而是走了相反的方向，然后变成了现代版的法利赛人。我实际上相信，通过自己的义和善行，我可以与神建立更亲密的关系。

像往常一样，我和朋友们一起聚会代祷。我以为这只是又一个星期六的晚上。然而，当我听我的朋友祷告

时，心里冒起了强烈的苦涩感。他在跟神说话，好像神是他的朋友一样！为什么我就做不到呢？我心想。就在这时，主在我面前放了一面镜子，我第一次清楚地看到了自己的反射。我不喜欢我所看到的。镜子里的人是一个伪君子——很像耶稣所谴责的宗教领袖。我做好事是为了得到人的认可，赢得神的爱。

我立刻开始承认我的自我中心以及我能想到的其他罪。我原本期待神的愤怒临到我，但相反，在他的同在那里，我被无条件的爱淹没了！当我感觉最糟糕的时候，神的爱吞没了我！我立刻深深地爱上了神。接下来的四个月，我完全忘记了我自己的事。在那段时间里，我甚至不知道自己的饮食和睡眠情况，因为我完全被他占据了。

当你对神的意识比对自己的意识更强时，自我中心就消失了。谦卑自己，成为活祭，你的许多痛苦就会结束！

## 呈上你自己！

在神、自己和魔鬼的面前大声做下面的祷告。为了达到最大的效果，请你的配偶或亲近的人倾听并同意你的祈祷（自我不喜欢这样，但这对你有益处）。谦卑自

己，拒绝以自我为“主”，躺在神的祭坛上，然后呼求神从天上来的圣火把你炼净——成为活祭！

天父，我今天选择谦卑自己。我想更多地意识到你，而不是我自己。我现在看到我是多么的自私。因此，我全心全意地放弃自我中心，选择从现在开始！

原谅我责怪环境和他人，原谅我因为没有得到什么而沮丧，以及沉迷于自我。天父，我曾让“自我”成为我生命中的“神”——请原谅我！

请从里面改变我——唯有你是神！我不知道怎么做，但我愿意改变！我想让你成为我生命每一部分的主。

父啊，我把自己放在你的祭坛上，作为活祭。你要我做什么我都会顺服。请帮助我爱你胜过爱自己。从今天起，用你天上的爱之火将我炼净！奉耶稣基督我王的名，阿们。

如果你发自内心地这样祷告，神就已经信实地开始了他的工作。去吧，向耶稣表达你的爱。用你自己的话来赞美和高举他。思想他在你生命中的良善，感谢他从里到外改变你！

无论你在哪里，开始练习神的同在；每天无论何时，你都意识到并承认他与你同在。你对主的爱和认识



将会增加。当你活着经历生命中的逆境并在他里面兴盛时，曾经的“危机”甚至不会让你烦扰！荣耀归于耶稣！

# 如何接受耶稣

选择接受耶稣做你的主和救主将是你一生最重要的决定！

神的话应许说：“你若口里认耶稣为主，心里信神叫他从死里复活，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。”（罗马书 10:9-10）

“凡求告主名的就必得救。”（罗马书 10:13）因着神的恩典，他已经做了一切以成就救恩。你要做的只是相信并接受。

请大声祷告说：“耶稣，我承认你是我的主和救主。我心里相信神使你从死里复活。因相信你的话，我现在就领受救恩。感谢你拯救了我！”

当你把自己的生命交托给耶稣基督的那一刻，他话语的真理立刻在你的灵里应验。现在，你重生了，成为全新的你！

---

神永远尊荣他的话语——  
相信它！

---

# 如何接受圣灵

作为他的孩子，慈爱的天父要赐给你活出这新生命所需的超自然能力。

“因为，凡祈求的，就得着；寻找的，就寻见；叩门的，就给他开门。……何况天父，岂不更将圣灵给求他的人吗？”（路加福音 11:10, 13）

你唯一要做的就是祈求、相信和领受！

祷告说：“父啊，我意识到我需要你的大能来活出这个新生命。请用你的圣灵充满我。凭着信心，我现在就领受！感谢你为我施洗！圣灵啊，欢迎你进入我的生命！”

恭喜你——现在你被神超自然的能力充满了！

一些你不明白的音节将从你的心里涌到口中发出来（哥林多前书 14:14）。当你凭着信心开口，大声说出这些音节的时候，你便从里面释放出神的大能，并在灵里造就自己（哥林多前书 14:4）。只要你愿意，你随时随地可以这么做！

当你祷告接受主和他的灵时，你是否有什么感觉并不重要。如果你心里相信你领受了，那么神的话语就应许你得到了。“所以我告诉你们：凡你们祷告祈求的，无论是甚么，只要信是得着的，就必得着。”（马可福音 11:24）神永远尊荣他的话——相信它！

如果你已经祈祷接受耶稣为你的救主或被圣灵充满，请跟我联系。我愿意与你分享这份喜悦，并帮助你更多地了解在你生命中发生了什么。我会送你一份免费的礼物，帮助你了解你与主的关系，并在其中成长。欢迎你进入新生命！



## 自我中心：一切痛苦的根源

如何处理困境会揭示人的内心。极端的经济压力、破碎的家庭关系或亲人的死亡，对一个人来说可能是危机，而对另一个人来说则是证明神话语能力的机会。有什么不同呢？这就是本书要回答的问题。

本书直指问题的核心，清楚地教导当两个人面对同样有压力的环境时，会如何作出非常不同的反应。你将学习圣经中所说的“我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着”是什么意思，以及这真理如何能改变你在危机中的反应。即使在最糟糕的情况下，爱、喜乐和平安也可以属于你。