

恩典滿滿過大年

- (1) 講稿放大、單面複印在 A4 紙上。不要帶這本書上講臺，避免在講臺上翻書、翻頁。
- (2) 講員提前 10-14 天開始練習；每天花固定時間熟悉內容，開口朗讀，直到爛熟。切忌臨時預備。
尊重講臺就必須花充足的時間預備。這個講章不是用來「省」時間的，而是用來「花」時間的。
- (3) 查考主題經文和引用經文；默想信息內容，吃透信息精神。預備的過程，就是學習的過程。
- (4) 講員提前預講，用手機錄音給自己聽；這是最好、最方便的指導老師。
- (5) 講道前一天開始封閉自己，全天預備、禱告、默想；上講臺時信息已經完全充滿自己。
- (6) 為自己、為聽眾切切禱告；務必請教會為自己禱告。

讀經

.....

【領會帶領大家】「在你面前有滿足的喜樂，在你右手中永遠的福樂。」（詩篇 16:11）

開場

.....

【講員】弟兄姊妹們平安！春節要到了，四處洋溢著節日的氣息；很多弟兄姐妹要啟程回到家鄉，和家人團聚。在外忙碌一年，期待著和家人團聚的喜悅，此刻你已經歸心似箭。很多人要離開教會一些日子，但是，離開教會不等於離開主，停止聚會不等於停止作一個基督徒。

春節給人一種假像，似乎要「離開」主一段時間，教會顯得淡漠。恰恰相反，春節是一個特別需要主的恩典和同在的時候。

我要關照一些春節期間，弟兄弟姐妹們要注意的事項。我們先有點簡單禱告：

「慈愛的天父，首先讓我們感謝你一年來，給我們豐盛的供應和帶領。在此佳節來臨之際，我們把眾人恭敬地仰望在你面前，求你保守眷顧；特別是要離開教會的弟兄弟姐妹們，他們的身、心、靈都蒙你保守。感謝你，禱告奉主的名，阿們！」

證道

.....

春節期間，我們要注意哪些事項呢？

第一，注意凡事要有節制。

無論是食物，還是作息、娛樂，都要有節制。食物好吃是因為少吃，電視好看是因為少看，遊戲好玩是因為少玩。太多的好東西也會適得其反。從前人的難處是「缺乏」，現代人的難處是「過剩」；節制，就成了一件特別重要的美德。節制很重要。

神愛我們，給我們豐盛的供應，但是我們必須有節制，不然豐盛就成了負擔。神負責供應，我們負責節制；節制的責任不在神、在我們。

節制，就是知道什麼時候說「夠了」，就是知道什麼時候停止。節制是聖靈的果子(加 5:23)，肉體是不會節制的。讓我們學會「攻克己身、叫身服我」(林前 9:27)。學會了節制，神豐盛的賜予就成為我們的益處，而不是負擔。

不但飲食起居需要節制，就連和人交往也要適可而止。有時候和親戚、朋友講話投緣、感覺很好，覺得無話不說、一吐為快。但是多說的幾句話很可能變味，這樣的事屢見不鮮。讓我們知道凡事見好就收、適可而止。凡事都要有節制，這是第一點。

第二，注意心理健康。

節日的關鍵字是歡樂，但歡樂對很多人還是一個挑戰。對幸福的期盼，反而使人失落；對豐盛的期盼，反而使人不滿；對親情的期盼，使孤獨顯得更加孤獨。忙碌了一年，你指望節日到了可以放鬆，但節日可能是一年中壓力最大的時候。過年，又叫做過「年關」。聽說過 holiday blue (節日抑鬱) 嗎？

有的人面對家庭的團聚心生憂慮，因為家人團聚常常意味著大吵一場、不歡而散。你指望配偶給你一絲溫情，你指望父母給你一些理解，你指望朋友給你一點陪伴，但不是所有的時候都如你所願。春節不經意之間，會變成精神和人際的真空地帶；不經意之間，我們的情緒會遭遇滑坡。

Holiday blue 襲擊我們怎麼辦？親近主、禱告主、敬拜主；回到主裡面來。如果感到虛空，耶穌是我的價值；如果感到孤獨，主時刻與我同在；如果感到世界不夠好，天堂才是我永遠的家！

心理健康很重要，沒有它，一切都沒有意義。聖經說：「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效，是由心發出。」(箴 4:23) 用什麼保守我們的心？用食物嗎？用娛樂嗎？用別人的關愛嗎？如果這些是你的指望，你會非常傷心、非常失落、非常脆弱。時刻禱告他、仰望他，讓主的同在保守我們的心，讓主成為我們快

樂的緣由。把我們精神和感情的大廈，建立在主的磐石上！

春節是一個特別、特別需要主的時候！即便是那些盆滿鉢滿、一無所缺的人，也需要仰望主！為什麼？因為人的心是個靈，只有神才能讓人的心找到安息。

第三，注意關懷身邊不幸的人。

如果你今年富足、健康、團圓、幸福，不要忘了身邊那些沒有你幸運的人。有的人生病、有的人孤苦、有的人缺乏；神要我們「與喜樂的人要同樂，與哀哭的人要同哭」（羅 12:15）。如果從前過節我們的任務是尋找快樂，那麼從今年開始，讓我們作一個尋找痛苦的人。一個電話、一個探望、一個微笑、一個關懷，讓我們成為別人的一縷陽光，讓我們作一個賜予快樂的人。

主說：「我餓了，你們給我吃；渴了，你們給我喝；我作客旅，你們留住我；我赤身露體，你們給我穿；我病了，你們看顧我；我在監裡，你們來看我。」（太 25:35-36）我們就是主的手、我們就是主的腳、我們就是主的口。讓我們留意身邊那些沒有我們幸運的人，主在永恆裡必要紀念我們因他的名付出的一切愛心（來 6:10）。

第四，如果你今年是一個不幸的人。

提示：第四點是針對正處在艱難中的弟兄姐妹講的，這是給他們的一篇「迷你」信息。要懷著對他們艱難處境的體認，用神的話預備他們的心，面對一個艱難的節日。講的時候心裡一定要瞄準目標，有的放矢；不能當成空道理。

有些人因著某些原因，或許是婚姻問題、或許是事業問題、或

許是身心的疾病，很可能將要面對一個艱難的節日。怎麼辦？這個時候我們有兩個選擇：我們可以讓自己在自卑自憐中打滾，責備自己、責備別人，甚至責備神。或者，我們仰望主：

- ◆ 知道這一切困難都是暫時的，快樂有一天會再來；
- ◆ 知道主有他的美意，雖然我們用天然的眼睛看不見；
- ◆ 知道艱難不會擊垮我，只會使我更堅強；
- ◆ 知道有一天艱難的日子也會成為美好的回憶。

耶穌自己也是「多受痛苦，常經憂患」(賽 53:3)。但痛苦沒有阻止他人格的偉大，沒有阻止他完成神的旨意，沒有阻止他到神面前來得祝福！神為什麼讓我們經過這些？我們會問這個問題。神給了我們答案，神讓我們經過這些：

- ◆ 以至於幸福來臨的時候，我們會感恩；
- ◆ 以至於幸福來臨的時候，我們不會輕狂；
- ◆ 以至於幸福來臨的時候，我們可以看得見別人的憂傷；
- ◆ 以致於幸福來臨的時候，我們可以成為別人的祝福。

約瑟被賣以後，度過了十三個苦難的春秋，每年他要在孤苦中，看著別人團圓和歡笑。十三年有多久？對於痛苦中的人來說，每一天都像永恆一樣漫長。但是神一旦動手，約瑟一夜之間就站在了法老的面前。

可是神為什麼要等那麼久的時間才動工呢？神其實天天在動工，神十三年的作品就是約瑟！經過苦難的磨煉，他變成了一個成熟、幹練、穩重、有信心、更有愛心的約瑟，以至於他能夠承受神

將要賜給他的祝福。神賜我們的痛苦，不是白白的浪費，要在我們身上成就更美好的生命。

「一宿雖然有哭泣，早晨便必歡呼。」（詩 30:5）假如我們在烏雲之下，一定要相信，雲上的太陽沒有改變。如果我們今年處在艱難之中，請我們千萬不能放棄；時候到了，神一定會帶我們出來，愛和溫馨又會來到你身邊。

第五，注意建立家庭關係。

我們已經離開了原生家庭，但離開不等於結束；原生家庭還在繼續。每年一次的春節團聚，是建立原生家庭的重要時刻。

大學的時代，我們吃得滿嘴流油然後拍屁股走人，覺得沒啥。但是請讓我提醒你，大學畢業已經多年，要漸漸改變我們的習慣。要學會讚美、要學會感謝、要學會鼓勵。有不滿意的地方，要學會包容。聖經說：「我們做孩子的時候，說話像孩子，心思像孩子，意念像孩子；既成了人，就丟卻了孩子的樣子。」（林前 13:11，另譯）

該見的人要見、該送的禮要送、該說的話要說。我們回去不只是享受氛圍，也要創造氛圍；不只是接受愛，也要付出愛。要做一個大人！

有隔閡的要修復、有誤會的要打消、有疏遠的要聯絡。節日常常是情緒高漲的時候；別人情緒失控不代表我也要失控。成熟的人要以修補為樂，不要以撕裂為樂；要做一個 peace maker，而不是 peace breaker。做一個成熟的家庭成員。

春節是一年一次培養、修復家庭關係的重要機會。我們要知道，好的家庭關係不是隨機產生的，是刻意經營的結果。帶著建立家庭關係的目的回去過春節。

許多人春節回來時，有一種失落感，覺得成年後春節沒什麼意思。根源在哪裡？根源不在於食物、娛樂；在於你回去沒有帶著「目的性」。讓我們帶著強烈的「目的性」回去，回來的時候就會覺得非常的充實。把建立家庭關係當做我們的使命，你離開的時候一定會覺得很充實。

第六，注意「學習」孝敬父母。

每年春節，大家都是帶著滿腔的熱情和濃濃的愛意，回到父母身邊。但回來的時候，有些人哭喪著臉，哭哭啼啼的都有。不是所有人如此，有些人會如此。

和父母相處容易嗎？不容易。開開心心吃個飯不容易；你竭力想討好父母、讓他們開心，不一定做得到。受傷的時候卻是常常都有。

神命令我們：「要孝敬父母。」（弗 6:2-3）孝敬不容易。所以第六點，我說，要注意「學習」孝敬父母，因為你不一定會，這是我們要不斷學習的一件事。

兒童時期孝敬父母很容易，聽話就行。但是如今你已經長大，你的經歷漸漸超出了父母的理解。另一方面，父母退休、變老，他們的世界在變小。讓我們面對一個事實：你改變了、父母也改變了！這要求我們的關係也要改變。從前你是被關懷者，現在你要關懷他們；從前他們以你為中心，現在你要以他們為中心；從前回去

是彙報，現在回去要傾聽。

許多人回家，還帶著兒時的記憶，想回去能夠和父母「重溫舊夢」。你很快發現，那個舊夢已經漸漸不存在了！這就像刻舟求劍的故事，從原來的地方跳下去，是找不到那把劍的，因為船已經離開了很遠。像從前一樣跟父母交流，是得不到原來的感覺的。千萬記得，我們回去不是「重溫舊夢」的，而是要創造「新的溫情」！

我們和父母的關係在發生著深刻的改變，這是一個長期而艱巨的過程。千萬不能無視這個改變而指望和父母相處開心。你在學習做一個成年的子女；你的父母也在學習做成年子女的父母，要給他們轉彎的機會。其中會有傷心的時刻，但不要灰心。去年離開的時候不那麼開心，今年還要回去；這是一件你要花功夫做的事，不可逃避。

無論何時，千萬記得不要說傷害父母的話。你會有一時憤怒的情緒，但不要把它變成子彈射出去；時間過去，你的想法會改變的。無論什麼景況，不要懷疑父母對你的愛。最終不能指望他們改變，而是我們改變。這個題目我們有機會還要再談。

第七，注意給家人見證福音。

每年春節回家，是我們給家人見證福音的時候；這是我們的「年度福音之旅」。

從前中國鄉下沒有醫院，只有城裡才有。政府每年組織城裡的醫生下鄉巡迴醫療，把醫藥送到最需要的地方。所以，每年有幾個禮拜，你到醫院，醫院是關門、或半關門。醫院不是關門，而是把

醫藥送到更需要的地方去。

每年春節教會經常關門或半關門；不是關門，是把福音送到更需要的地方。

馬可福音第 5 章，耶穌在格拉森醫治好一位被鬼附的人。聖經記載，他懇求和耶穌同在，主不許；對他說：「你回家去，到你親屬那裡，將主為你所做的是何等大的事，是怎樣憐憫你，都告訴他們。」那人就走了，回到低加波利傳揚耶穌為他做了何等大的事（可 5:19-20）。那個人就是主差到他家鄉的使者，那個人就是主差到他家鄉的使徒！

每年一次，主也要差派一位福音使者到你家去，和你的家人一起吃飯、一起起居好幾天；那個福音使者有時候好吃好喝，過得太快活了一點，竟然忘了自己的使命，竟然忘了給你家人傳福音！那個福音使者不是別人，那個福音使者就是——你！是的，春節是我們需要主的時候，也是主需要我們的時候。

怎麼傳？有時候我們覺得給家人傳福音是最難的事，因為我們的關係太近了，反而覺得難開口。如果這是你的難處，彼得的一段話給我們啟示，他說：「(若)有人問你心中盼望的緣由，就要常作準備，以溫柔、敬畏的心回答各人。」（彼前 3:15）

當別人看見我們生命裡流露出一不一樣、又讓他們羨慕的東西，他們會來問你！是的，給家人傳福音常常用的不只是我們的嘴巴，而是我們的行為。

但是，你有可以讓人羨慕的生命嗎？別人看得出你的生命有一不一樣的地方嗎？吃飯前有禱告嗎？對人更和氣嗎？錢財上更慷慨嗎？耶穌說：「人點燈，不是放在斗底下，是放在燈臺上，就照亮一家的人。你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行

為，便將榮耀歸給你們在天上的父。」(太 5:15-16)我們的品行、我們的生活、我們對人的態度，是福音最好的見證；讓我們用好行為為我們贏得「話語權」。

給家人傳福音要防止兩個極端：(1) 要防止因看不到結果而不做；(2) 也要防止因看不到結果而操之過急。我們要有耐心、鏗而不捨，不用畢全功於一役；我們在要來的二十、三十年的春節裡持續見證。如果我們有心，滴水可以穿石。神會與我們同工；他會用你的見證，在他們心裡做工。

讓我們從禱告開始，從現在起就為他們禱告，每天分別一點時間，預備我們的心，讓福音的負擔深深紮在我們心裡。讓我們憑信心祈求，不看結果、不看環境、不看難處、持之以恆。

福音太重要了；地上的團聚再好、遲早會結束的，但福音會讓我們全家人在天堂永遠團聚！讓我們帶著使命回去，不只是今年，而是以後的每一年。

總結一下，春節期間：(1) 注意節制；(2) 注意心理健康；(3) 注意身邊不幸的人；(4) 如果你今年有艱難；(5) 注意原生家庭的建設；(6) 注意「學習」孝敬父母；(7) 注意給家人見證福音。

結語

.....

再重複一遍，很多人覺得成年以後春節變得很乏味，變得沒有意思了；那是因為我們在心理上還停留在孩童階段，有意無意忽略了自己肩上的責任，以至於感到空乏。

帶著使命感回去，把孝敬父母、修復關係、見證福音當作自己的使命；當你有了目的性，自然變得很充實。這是成年人快樂的秘

訣，這是成年人的快樂跟孩童的快樂不一樣的地方。願主賜我們這樣的使命感！

讓我們春節放鬆但不放蕩；安逸但不懈怠；豐盛但不誇張。

讓我們靠著主，有喜樂的心。喜樂、愛、成熟的生命，是福音最好的語言。

讓我們帶著使命出門，離開教會不等於離開主，停止聚會不等於停止作一個基督徒；讓我們的燈臺照亮在眾人面前。

求神帶我們平平安安回去，又帶我們平平安安回來；神祝福我們！_____（寫入你教會的名字）在此，祝你春節快樂！我們一起禱告：

「愛我們的主，你豐富賜予我們，讓我們平安度過這一年；我們把感謝歸給你。在這個節日之際，很多人要回到家鄉。我們離開教會不等於離開你，停止聚會不等於停止作基督徒；節日是我們特別需要你同在的時候。願我們帶著使命、帶著從你來的恩典與力量，平安回去、平安回來。

「也把因各種原因今年不和家人團聚的弟兄姐妹們，交托在你的手中，你自己陪伴他們、作他們的喜樂。無論在哪裡，我們知道你自己才是我們的喜樂。願你祝福我們，過一個有意義的節日，奉主的名祈求，阿們！」

回應詩歌

.....

《常常喜樂》

再唱

《主賜的福音如春雨》

信息提示

本篇信息的核心是：「春節是我們特別需要主的時候，也是主特別需要我們的時候」。面對春節，許多時候我們的講臺隻字不提，彷彿春節不存在，或者信仰跟春節毫無關係一樣。事實不是這樣；信仰對我們生活的每一個層面都很重要，春節也不例外。信息列出了七個方面的內容，值得提醒大家特別注意。講員可以根據主的帶領，加入貼近大家的內容，使信息更切合本教會的屬靈實際。講員可以插入自己過春節的故事，使信息更加真實、生動、感人。這篇信息特別適合春節前最後一個禮拜講，作為教會對弟兄姐妹回家過年的關照。最好由負責弟兄講。

講章使用方法

方法 (1) 忠實於原稿。熟練、大聲、清晰、飽滿地按原稿講；約 30-33 分鐘講完。這種方法適用於初學講道者。

方法 (2) 保持原稿的基礎上，講員加入自己的故事和適合會眾的內容，長度可增加到 35-45 分鐘不等。建議不要徹底打散原稿結構，講一段稿子，適當穿插一段自己的內容。這是最有效、最建議的方法。

方法 (3) 使用原稿的提綱、經文、資料，講員按自己的感動，做不同程度的再創作，寫成講員自己的信息。

小組討論

小組討論技巧提示：(1) 小組長負責協調、引導，避免長篇講話，儘快把問題交給大家回答。(2) 提開放性問題，利於接話。(3) 小組長不要怕短暫「冷場」，大家正在思考；等 5-10 秒一定有人發言。(4) 若有人「統治」討論，適當提醒、打斷，

強調輪流；(5) 主動提問安靜的人，鼓勵不開口的發言。(6) 時間一到就禱告結束，不拖堂。(7) 以下是建議討論題，根據情況，靈活增減、變動。(8) 討論小組 6-10 人為宜，不建議超過 13 人。

- (1) 今天信息給你最深的感觸是什麼？
- (2) 回顧一下，春節有哪七方面的注意事項？
- (3) 對於過好一個年，哪一點對你感觸最深？
- (4) 結束前，留時間禱告，感謝神一年的供應；求神春節保守我們平安來去，又為神作美好見證。



.....

我是從天上降下來生命的糧；人若吃這糧，就必永遠活着。

我所要賜的糧，就是我的肉，為世人之生命所賜的。

約翰福音 6:51

.....