

爱自己

弟兄姐妹们平安！

又是一个星期的时间飞快的过去了，大家过得都好吗？最近一段时间春雨连绵，现在终于迎来了一个晴朗的周末，不知道大家有什么计划，如何享受这风和日丽的春日？我们全家一直很想去看看 Yosemite，看一看白雪覆盖的崇山峻岭，瀑布森林，会美到一个什么样子。可惜一直很难成行。家里人口本来不多，却是各忙各的，很难凑到一起。也很想再去享受一下那种爬山的感觉，特别是在那种令人心旷神怡的地方。我现在最大的锻炼就是陪我们家的狗狗在社区走上一圈，还不一定每天都能。

基督徒也要爱护自己的身体，因为上帝说，我们的身体是他的圣殿。华里克牧师讲了一个他自己的故事。他 60 多岁了，身体一直都很健康，精力非常充沛。他并没有花太多的精力在他的健康上面，也不在乎他的外表，所以他基本上想吃什么就吃什么，而相应的后果就是他有点发胖。有一次他们的教会实行洗礼，一次就有将近 900 人受洗。华里克牧师花了四个小时的时间为这 900 人施洗。当他洗到第 500 个人的时候，他忽然意识到一个问题，一个不是非常属灵的问题，也许是一个牧师不应该想到的问题，但他还是想到了。那就是，每个受洗的人都很胖，每个人都有点超重。少算点，如果男男女女平均下来一个人体重 165 磅的话，再减去 2/3 的水的浮力，那一天他大概搬运了五万磅的重量。做牧师有的时候也是一个力气活儿。问题是华里克牧师自己也很胖。他说他做牧师的这些年里，其实每年只增加两三磅的重量。但是他做了 30 多年的牧师，所以一共增加了 90 磅。因此他就想到，如果他自己都不是很健美的话，他也不能够期待他的会众个个都很健美。因为这个领悟，他在全教会开始了一个减肥计划，结果有一万二千人参加。一年下来，他们一个教会共减去重量二十五万磅。华里克牧师自己就减去了 50 磅。因为这个成功，很多电视台都来报道他们的故事，时代杂志甚至把他们的健身成功的照片作为封面。

我们要爱自己的身体，更要好好爱自己的灵魂。我们都很注重身体的营养，我们愿意我们身体保养得非常地健康强壮。但是很多时候，我们的灵魂却是饥渴难耐，被饿得瘦小枯干，或是整天吃一些垃圾，最后变得虚弱不堪。每天我们都有怎样的食物为我们的灵魂预备呢？我们要像神爱我们那样来爱自己，因为只有神最知道我们的需要和我们长远的好处。我们是按照神的形象创造的，按照他的目的被造的，为的是承受神的爱，永远与神同在。像神爱我们一样爱自己，就是要接受神为我们所预备的最好的礼物，接受神为我们所做的最好的安排，把我们自己变成神所期待的样子，按照他的心意来生活。以前觉得“信耶稣得永生”，这是基督教最好的卖点，谁不愿意永远地活下去呢？可是

最近传福音的时候，却常常在这一点上碰钉子。跟老年人说永生，他们就回答，我活了一辈子了，哪见过什么永生，我才不相信呢！跟年轻人谈永生，他们就说，我今生的事还忙不过来呢，哪有时间顾得上永生？还是让永生等一等吧。由此我就想到保罗的一段话，他曾经对犹太人说：“神的道先讲给你们，原是应当的，只因你们弃绝这道，断定自己不配得永生，我们就转向外邦人去。”（使徒行传 13:46）断定自己不会得永生，看不见自己的灵魂在神的面前具有永恒价值，不关心自己的灵魂的永恒的归宿，这样的人，到底有多爱自己呢？让我们先明白神的爱，然后才能更好地爱自己。神按照他自己的形象创造了你，耶稣为你舍命，圣灵愿意住在你的里面，你说神爱不爱你呢？你需要明白神对你的爱，也要按照神的心意来爱自己。

愿神赐给大家又一个平安美好的周末！

韩珂