



JY05-07 简体字版 2022年四月03日

- ❖ 从失意歌手到油漆工，异梦领受绘画呼召
- ❖ 用舞蹈亲近神
- ❖ 非常时刻 非常能量
- ❖ 在多样环境中，你都能跟主耶稣祷告
- ❖ 只给一粒芝麻
- ❖ 烦恼，就像哥吉拉
- ❖ 哪个才是真正的我？

欢迎免费索取，自由奉献

电子版: sulamev.wunme.com | 脸书: www.facebook.com/true.fortune.way
南美福音中心地址: Rua Pirapitingui, 174, Liberdade, São Paulo-SP
电话: (11) 3208-8144 / 电子邮箱e-mail: sulamev@gmail.com

从失意歌手到油漆工，异梦领受绘画呼召

优席夫：创作灵感来自上帝！

◆王诗瑜

从歌手梦想中跌落，漂流异乡，成为油漆工，罹患忧郁症，最后在异梦中，听见「绘画的时候到了」，优席夫在上帝的手引领下，成为知名艺术家，没有经纪人的他，却与多方知名品牌合作。

「创造力不是一朝一夕，而是生命的淬炼！」因走过死荫幽谷的经历，令其作品充满张力，每次的创作，他都向神祷告，仿佛从天上「下载」灵感，只愿为神而画，以艺术感动人心，带来安慰和力量。

16日晚间，基督教研究智库【KG 知识健身房】，邀请到著名旅英艺术家优席夫(Yosifu)，分享生命见证及创作旅程，由神学工作者林鸿信牧师，以及舞蹈家陈秋吟进行访谈。

■音乐梦想屡遭挫折，异乡罹患忧郁症

身为阿美族的优席夫，从小热爱唱歌，立志要当一名歌手，18岁时离开家乡，来到北部逐梦，在多次歌唱比赛中夺冠，却三番两次遭受挫折与冷冻，出片梦想也一次次破灭。

正当低潮时，受到英国的朋友邀请，前往爱丁堡散心，经历很长的适应期，后来找到油漆工的临时工，时常漆到一半时，忍不住痛哭流涕，因过去在舞台上光鲜亮丽，如今却仿佛什么都不是。

当时他罹患忧郁症，经常酗酒，以暂忘不得志的痛苦。「我埋怨上帝，上帝给我那么棒的音乐天分，我却像笼中鸟无法发挥，我觉得

上帝不爱我。」那时，他远离神，不再祷告，也决定不再听音乐。

■异梦中听见：「绘画的时刻到了！」

「但这三年油漆工的经历，却奠定我成为画家的基础。」2003年，他随朋友来到希腊旅游，某一晚凌晨三点，他做了一个特别的梦——梦见三个蓝色天使，对他说：「时候到了，要画画了……」并教他如何使用笔刷，异象中有蓝色、绿色、紫色的颜料从墙壁上流下。

返回英国后，他开始「手痒」，创作多幅绘画作品，房东看见后非常欣赏，便让他把作品挂在客厅墙上。

有天晚上，突然一个神秘人物来访，看见其作品惊为天人，表示自己是爱丁堡国际艺术节青年联展的策展人，并邀约优席夫一起参展。

「我说，你确定吗？我没有任何学院背景……」

没想到开幕式当天，不到半小时的时间，优席夫成为十个画家中第一个卖出画的艺术家的。

■上帝为其打开艺术之窗

在上帝的带领下，他从一个失意的歌手，成为油漆工，最后在艺术界崭露头角。起初，他带着自己的画前往画廊，但其鲜艳用色的作品，却接连遭到拒绝。

直到走进一间咖啡厅，看见墙上有许多年轻艺术家的作品，他立刻拿出画作与老板分享，对方竟相当喜欢，给了他五天的空档可以展出



画作。

优席夫自己挂画、打灯光、发传单，展览结束后，他不敢踏进去，没想到老板拉着他走进咖啡厅，墙上85%的作品皆已卖出，当下优席夫忍不住泪流不止。「隔了三年，我终于可以寄钱回家！」

有次，朋友邀约参加由伦敦艺术大学举办的华人美术大赏。「参加的都是科班出生，我是野生艺术家怎么比过人家？」没想到报名后，他竟入选决赛，前往伦敦，最后更得到首奖，名声从伦敦传回爱丁堡，开始打开其知名度。

优席夫分享，在这过程中，上帝从没放过自己，不断透过各样人事物对自己说话。「我就发现，看起来上帝关了我音乐的门，他却开了一扇那么大的窗（艺术），我怎能不回馈？」

■从大自然中，看见上帝创造颜色的奥秘

在创作过程中，他更认识上帝创造者的本质。「神是最伟大的艺术家，创造了天地万物。」在成为艺术家的过程，更能明白上帝创造的心意，也学习更像上帝，更明白上帝对其生命计划的蓝图。

每次创作卡关时，他就停下来祷告，期盼透过作品能够带来祝福，让悲伤的人得到喜乐，让需要安慰的人得到拥抱，让人可以得着启发。每当有人跑来告诉他：「我看到你的作品，有一股力量在安慰我。」他就知道，是上帝在动工！

优席夫的画作用色大胆，他分享是从观察大自然开始，色彩学的奥秘就蕴藏其中，不论是花虫鸟兽、瓢虫、热带鱼、珊瑚等等，都有神奇妙的创造。「上帝常常透过大自然向我们显现，我们却常常错过，所以上帝要我们安静知道祂是神，安静才有办法听见神的声音！」

■经死荫幽谷，淬炼出画作的生命力

过去因父亲非常严厉，父子俩关系并不好，直到后来在上帝的爱里，开始去理解，父亲从小也未曾好好被爱，优席夫开始能去理解与饶恕。

「没有行出来的信仰是死的，我们要爱父母亲，当我选择要用神的爱去行动，一切美好事情就发生。」如今他与父亲，都能彼此拥抱。

许多人被优席夫作品散发的生命力所触动，他坦言，自己亲身经历许多死荫幽谷，如今的笑容，背后是有许多的眼泪，但因曾经过黑暗，才更理解光明的可贵。

他也感恩，上帝给原住民一个很棒的礼物，彷彿有一种喜乐的天性，以至于能度过生命许多低潮。

「创造力不是一朝一夕，而是生命的淬炼！」因经历生命的淬炼，也造就他在画布上所呈现出的力量。他也认为这些创造，并非靠自己的能力，每当要创作时，他会跟天父说：「我要开始创作啰！」

当与神关系越亲密时，就越能实时的领受，彷彿是从天上直接「下载」灵感。「我不再是为别人画，而是为了讨神喜悦而画」，在创作时会去思考上帝的心意，以及作品能否带来祝福和影响力？期盼透过艺术来感动人。

■上帝是最好的经纪人

曾设计劳斯莱斯新款车身彩绘、纽约地铁、台湾机捷与普悠玛车身艺术彩绘、富邦银行卡、花东纵谷大地地景艺术等，与多方知名品牌合作的优席夫，并没有经纪人，因上帝告诉他：

「我就是你最好的经纪人，为什么还要去外面找？」因此他选择将主权交给上帝。

「我常常对上帝说，谢谢祂让我成为现在的优席夫，让我的故事可以鼓励到这么多人！」因着他的故事，鼓励了许多部落的孩子，能够不轻看自己，勇敢逐梦。

最后，优席夫鼓励在低潮中挣扎的年轻人，在低潮中要安静自己，将问题交给神，因为上帝是垂听祷告的神。「祂就在等（我们）那一句话，当我们愿意把主权交给祂，上帝一定会响应！」

（本文摘录自“基督教今日报”网站）

用舞蹈亲近神

◆郑羽婕

在那段时间，我的身体最放松、心灵最无杂念，能感受到身体里面的对话……

我是台南科技应用大学艺术学院舞蹈系学生，这个学期系上多了堂「即兴舞蹈」课程。即兴舞蹈就是依即席而作理论所衍



生的一种舞蹈型态，舞者要根据时间、空间和动力三大元素，激发想象，用不同的身体姿态、不同的动作来诠释舞蹈的段落。

换句话说，它是身体依照不同的元素即席展现出来的舞蹈肢体游戏。

上课时，老师会先播一段音乐让我们自由舞动，接着引导我们：「现在的你，不是在上芭蕾、武功、民族或现代舞课，也不是在读书；现在的你，要把一切放下，把所有压力释放开来，请闭上眼睛，好好感受从你身体延伸出来的那种力量，让那股力量带你到一个你意想不到的地方……」

这学期课业忙碌，加上术科压力大，常让我喘不过气来，即兴舞蹈刚好可以让我学习放松，在那段时间好好亲近神。当我闭上眼睛、释放压力，慢慢感受身体要跟我说什么话时，仿佛听到上帝安慰的声音对我说：「不要担心，不要害怕，别让忧虑占据妳的心灵，慢慢来，妳做得到，妳可以的……」

亲近神有很多方式，有人透过唱歌、有人弹琴、有人读圣经，也有人祷告；而我，选择即兴舞蹈。在那段时间，我的身体最放松、心

灵最无杂念，我能感受到身体里面的对话，那不是一种有声的言语，而是无声的表达，在那段静谧的时光中，我感受到神的存在。

在即兴舞蹈中，舞者用各自的创意与发想去自由摆动肢体，享受其中的乐趣，身体随着旋律起舞，谱出令人惊喜的乐章。现代舞大师马莎·葛兰姆（Martha Graham）曾经说过：「动作从不说谎，舞者透过身体的律动，告诉观众他／她是谁。」圣经中也有多处提到人们用跳舞来赞美神，例如：「歌唱的，跳舞的，都要说：我的泉源都在祢里面」（诗篇八十七篇7节）、「愿他们跳舞赞美祢的名，击鼓弹琴歌颂祢！」（诗篇一四九篇3节）。

感谢主，让我能透过跳舞来赞美祂、亲近祂。其实，无论何人，无论遭遇何事，只要你愿意，可以随时用即兴舞蹈向神倾诉。因为敬拜神的人，是用心灵和诚实，神所看重的，不是惊艳的舞技，而是一颗敬虔的心。

（本文摘录自“耕心周刊”网站）

非常时刻 非常能量

在每一个人身上，都隐藏着一些非常的能量，在非常时刻就会被激发出来。那不单是在危险中的逃生能力，也包括在患难中的真情流露、彼此扶持。有些人经历考验后，生命越见成熟、高贵，但无可否认地，也有些人会出现完全相反的结果。在紧急关头，有人会出卖别人以求自保，或会表现得十分懦弱与惊惧，逃避责任，甚至伤害别人。在那些过程中所流露出来的言语行为，有时事后连自己也会感到羞耻，无地自容。为什么会有如此大的分别呢？

我们相信这与一个人的生命素质很有关系。我们是被造为有自由意志的人，可以作出善与恶的选择，而事实上，由于人有良知，及分辨是非、了解真理的能力，以至在非常时刻，一般都能发挥良善的能量。人们是有责任去守护这些良善，及分辨是非善恶的能力的。若失去了，就会变得迷失，无力面对冲击；在非常时刻，就只会无所适从，在绝望时，甚至会践踏别人来自保。

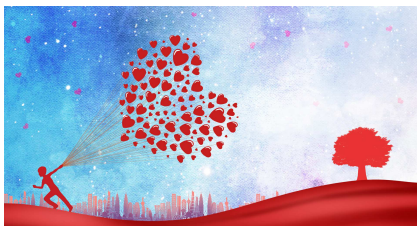
按《圣经》的教导，这守护是从「保守自己的心，胜过保守一切」开始的，因为一生的果效，都是由心里发出的。事实上，不单一生

的果效，我们的心态如何，其实影响着我们每一天的果效；只有一个良善正直的心灵，才可以在非常时刻，产生良善的正能量。

但如何守护己心，却通常有两种可能。一种是率性而行，步步为营地按着良心的启迪，及个人一直以来的修为去作出判断；出于责任感，这样的人也会在「非常时刻」，产生「非常的能量」。但无可否认地，勇敢与懦弱，无私与自私，奉献与保留，常常都是一念之差，当眼前的风浪高于我们的勇气时，我们很可能会退缩；当发现自己的能力将会用罄时，就很容易倾向于保留。

所以一个真正有责任感的人，他们是不会满足于独自的努力，而一定会寻求更大的帮助，去面对更严峻的非常时刻的——这是属于第二种可能。基督徒的信仰属于这方面，不是自己去努力守护己心，而是靠着圣灵的引导，重视《圣经》真理的熏陶，注重对罪恶不洁思想的内省，注重信徒之间的互勉互助，目的是让人的生命得到炼净，心地清纯光明，以至在非常时刻，可以流露出良善与正义。

《圣经》中记载了一个这样的故事，当耶



稣的门徒犹大，带着一大群人去捉拿耶稣时，那真是一个非常时刻。耶稣的门徒彼得反应敏捷，那潜藏在他里面的能量完全发挥出来，立刻抽刀出来，削去那走在最前面的人的耳朵。而同样在这个非常时刻，耶稣没有趁机逃跑，

却很自然地伸出手来，医治那个人的耳朵！这是生命的自然流露，而并非盘算利与害的结果。

非常时刻，流露非常的能量；更要注意的是，那是怎么样的一种能量。

(本文摘录自“号角月刊纽约版”网站)

日本311大地震，一位基督徒蒙拯救的故事 在多样环境中，你都能跟主耶稣祷告

2011年3月11日，日本发生大地震进而引发海啸，称为日本311大地震，至今11年！期间1.6万人因而罹难。凡是看到灾难画面的人，都不由得有同样的悲恸。

一位基督徒说到，当时海啸来临的经历，他所教的学校因着海啸完全被摧毁了。在访问中，我们听见 David 说，他们在无光的黑暗里，被洪水环绕，坚持了六个小时；我们也听到他如何在洪水中，试着抓住几个孩子。在黑暗之中，他说，他希望能让孩子们脸上有一点笑容。

当海啸一发生，David 失去联络的时候，在他的涂鸦墙上，充满了弟兄姊妹们担心的留言。弟兄姊妹从那一天起，就没有停止为日本、为他的祷告。之后他平安脱险，四周的祝福和赞美之声群涌而至。他说，「我真的觉得主在海啸来的整个过程中，都遮蔽着我」。

有一个留言，是最让我感动的。他在网络上，写了几句简单的话给一位弟兄：「弟兄，谢谢你们所有的祷告」，那位弟兄说，「你仍在我们的祷告中。」

在日本的弟兄姊妹们，虽然我们没有肉身的血缘关系，可是在灵中却没有一点间隔，我们都是神家里的亲人。虽然我们生活在不同的国家，但心灵深处仍然有着深厚的情谊。

想到一同祷告的同伴们，我们也确信，有一群人就像主耶稣一样，满了怜恤，满了最深

挚的爱。

这让我想起，一个在圣经中出现的词汇：「怜恤」。

路加福音一章七十八节说，「因我们神怜悯的心肠（或译，怜恤），叫清晨的日光从高空临到我们，要照亮坐在黑暗中死荫里的人，把我们的脚引到平安的路上」。

那是我们身为人与生俱来的属性，一种最甜美的趋向。在希腊文里的「怜恤」一辞，基本字根乃指人里面的器官，就像这里所说的「心肠」。

一般相信，那就是人里面柔细情爱的中心，而这个字是指爱人的一方，心里所产生的内在感觉。当我们看见别人可怜的光景，里面所起内在的感觉，就是怜恤。这个最深刻、最内在的爱，就是怜恤。

我们的神乃是怜恤的父、安慰的神。祂不只有里面怜恤的感觉，祂更被祂的怜恤推动，向着坐在黑暗中死荫里的人而去。当我们坐在黑暗中死荫里的时候，那道清晨的日光，就是成为人的主耶稣。

今日，就让我们呼求祂的名：「哦，主耶稣」祂不受任何时间、空间限制，无论我们在甚么样的环境下，祂的怜恤都能临到我们，我们都能倚靠祂，让祂能亲自成了我们的拯救。

(本文摘录自“水深之处福音网”网站)



只给一粒芝麻

◆何天朵

记得当慕道友那一年，在圣诞节前夕，我带了一位亲戚孙伯来听道，他是勉强来的。当牧师讲到信徒要赚钱，要努力工作，在社会上作光作盐，孙伯跟我说，牧师讲的很好。等讲道快结束时，牧师继续说，我们应该做好十一

奉献，把钱用在爱神爱人的事业上。聚会结束后，孙伯对我说，今天牧师讲得一塌糊涂！不要听他的。

那个时候，我刚从学校毕业，在一个中学代课，每月收入工资500元，除了租房吃饭，基

本没有剩余。我对孙伯说，一周七天收入一百元，哪能再奉献呢？

后来才渐渐懂得不是收入多少问题，乃是应将当纳给神的十分之一归入神的仓库，使神家有粮，祝福便临到你。

人类一切的不幸在于人的罪，而人的罪有来自人的私欲、贪心，如果我们不学习奉献就不能克服贪心，不克服贪心我们就无法得着丰盛的生命。经文说：所以不要忧虑吃什么？喝什么？穿什么？这都是外邦人所求的。你们需用的这一切东西，你们的天父是知道的。你们要先求祂的国和祂的义。这些东西都要加给你们了。一个人唯有把神的国和神的义放在首位才能蒙受加倍的祝福。

自从全职写作以来，虽然收入也不稳定，但我也学会了乐意奉献。

神不是靠我们的奉献维持生计的弱者，福音也不是金钱所能买到的，但十分之一正如撒种的种子，我们只要把种子撒在神的事业里，那么就会结出三十倍、六十倍、一百倍的果子，重点是我们当先种才能收。

昨天看到一个很有意思的喻道故事，说的是一个小孩子正吃芝麻烧饼。母亲问他：你给我吃些好吗？小孩子看看饼，又看看母亲，舍不得，就把一粒芝麻给母亲。母亲喜悦得很，就进房去，拿出一盒糖给儿子。

相对于主送给我们的一盒糖来说，我们的奉献就好比是一粒芝麻。

讲一个我自己的见证，在市区买房的时候我只有能力给了个首付订金，剩下的分期付款。那个二十号，又该到了还款的日期，微信里却还差一些，在临睡前，却发现有位编辑发红包过来，说这是圣灵的感动，她不能消灭圣灵的感动，虽然数额足够还房贷，但也不能小看圣爱产生的威力，让我很感动。

认识一位李弟兄很有爱心，常常将他收入的超过十分之一给教会。但他未曾因此感到缺乏，反倒日益丰富。他的朋友们觉得很奇怪，就来问个中的秘诀。他说，我有一个量器，神也有一个量器。我用我的量器给人，神就用祂的量器给我。但是神的量器比我的量器大得多。所以我无论怎样量，都无法胜过祂。

“你们要给人，就必有给你们，并且用十足的升斗，连摇带按、上尖下流地倒在你们

怀里”（路六38）。

美国实业家、美孚石油公司（标准石油）创办人。洛克菲勒是美国历史上最富有的人，是世界公认的“石油大王”。

他建立了十二所综合大学，建立教会4928间，没有一间设立自己的铜像。说所有的一切都是属于神的，没有属于自己的。神不仅祝福了他本人，还祝福他的子孙。当中有作副总统的，作州长的，作议员的。有记者调查后，得出了这样的结论，就是他从来都是以喜悦和感谢的心奉献了十分之一。他小的时候，有一次得到了1.5美金。他把这赚来的钱带给母亲。母亲不断地夸耀：真了不起。如果你能从这里拿出十分之一献给神，我就更感到幸福。他说如果当时没有拿出15美分作为十分之一献给神，如今他就不可能把1000万美金当作十分之一献上。

如此这样的事例，在我们的周围也见证如云。有很多时候，我们无法把握命运，无法脱离世界的苦难，然而如果我们遵守且去行诫命，我们的命运就会改变，上帝也必赐给我们喜乐平安。因主要怜悯谁，就怜悯谁，要恩诗谁，就恩诗谁。如此，万军之耶和華说：“我必为你们斥责蝗虫，不容它毁坏你们的土产。”“蝗虫”原文作“吞噬者”，也可象征一切的邪灵和污鬼。魔鬼来吞噬、杀害、毁坏，他在我们生命当中作种种破坏、攻击、偷窃的工作，但主说：“我必为你们斥责蝗虫。”也就是说：“我要斥责你一切的仇敌。”

蝗虫代表那恶者的搅扰，但上帝保守我们免去多项不必要的支出，免受恶者的攻击。当我们尊主为大，把当纳的全然送入仓库时，神的家和事工就有生命的供应，我们先求祂的国和祂的义，祂就会在我们的生命里敞开天窗，赐福如降雨来滋润浇灌我们！不论我们的需要是经济上的、健康上的、家庭方面的、工作上的，在属灵上和身体上，每一个方面，都当存着信心来仰望他，这是一个美妙的祝福。

愿神得着我们的心，使我们成为一个愿意的人，愿意把我们青春、才华和时间都摆出来，如此神也会顾念我们，甚至给我们的更多，超过我们所求所想。

（本文摘录自“旷野呼声”网站）



烦恼，就像哥吉拉

◆施以诺

前阵子我在日间病房的团体治疗里，向我的个案们分享什么是「烦恼」。任何人都会有烦恼，即便我是精神科的治疗师也不例外，是以大家都分享了很多刻骨铭心的观点，团体治疗的分享过程中，我提了一个诠释——「烦恼，就像哥吉拉」！没想到我这诠释一出，引来许多个案哄堂一笑、点头如捣蒜。在此也向大家分享这个观点。

烦恼，就像哥吉拉？谁说不是呢！它在我们的生活中「大」得很！破坏力强得很！一出场，彷彿就让我们眼前的世界成了废墟那般令人气馁。烦恼，绝对就像只大怪兽！对人情绪与生活质量的负面影响极大，君不见许多令人鼻酸的社会新闻，都是因着当事人过不了自身的某些烦恼那一关而产生的吗？

而在早期的电影原著中，「哥吉拉」原本不过是只一般的蜥蜴！被核能幅射给不断放大之后，才突变成一只庞然巨兽！我们在日常生

活中的「烦恼」不也一样吗？一开始只是一般的小问题，但被我们的恐惧、焦虑或是怯懦给不断放大之后，原本的小问题，就变成了大烦恼、大怪兽，对我们的情绪与生活带来了莫大的杀伤力。

每个人都会有烦恼的事，但我们要学习「不去放大烦恼」！不要将思虑做过度的衍生。我

很喜欢圣经上的一句情绪管理的名谚：「你们哪一个能用思虑使寿数多加一刻呢？」可不是吗？人固然要有忧患意识，但亦要懂得将思虑到的事放心交托，否则，一旦让小烦恼突变成巨兽，就划不来了。

烦恼，就像哥吉拉！愿我们能常保交托、豁然的心，别让牠太常登陆我们的生活中；也愿我们别太去放大某些小问题，让那些小问题变成大怪

兽，为自己的生活平添太多只的哥吉拉。

（本文出自《喜乐，是一帖良药》）



哪个才是真正的我？

◆小瑜

我对自己的改变也同样感到惊奇。我问上帝：「以前的我和现在的我，哪个才是真正的我呢？」

五岁开始学琴，六岁画素描，九岁练声乐，同学叫我「才女」。然而，翻开国中毕业纪念册却看见同学如此留言：「虽然妳人缘不好，但我仍愿意跟妳交朋友。」看来这位同学是希望我能多与人互动往来。对于这些善意提醒，我虽不完全接受，但仍会有所参考。上高中时，为了融入群体，我阅读了好多心理学方面的书，但没一本派得上用场。高中毕业纪念册上，有同学留言说我是个怪人，希望我能「好好打扮自己并且要合群」。

我喜欢唱歌，毕业后加入一个合唱团，记得第一次演出时，由于太紧张，我独唱时身体僵硬，无法好好发挥。第二次演出前，我对着镜子反复练习，果然改善不少。表演完，同团队友还夸我：「妳是全场的猪脚（主角）喔！」听后令我又好气又好笑。但十年的舞台经验，确实造就了我传福音时自弹自唱、毫不怯场的功力。

成年后，我最怕聚餐时被问：「妳有几个小孩？」如果我说还没结婚，就会被劝导「眼光不要太高」。最近一次聚餐前，我求问上帝：「要跟朋友聊什么？」祂说：「赞美她们。」照做之后，朋友果然滔滔不绝畅谈自己的生活经验、画展等，也化解了我不知聊什么的尴尬。

现在的我，随时都能跟陌生人聊起来，而「赞美」永远是最好的开场白。我每天都会去菜市场传福音。我曾教一个老板娘唱圣诗，看她唱得浑然忘我，我真的好开心。从一个内向的书呆子，成为一个交游广阔的福音使者，当年同学若看到现在的我，想必会大吃一惊。其实，我对自己的改变也同样感到惊奇。我问神：「以前的我和现在的我，哪个才是真正的我呢？」祂回答我：「两个都是。」只不过以前那个我不爱神，眼中只有自己；现在的我不仅会关心别人，还会用神的眼光看人。所以，我还是我，只是因为爱神，让我的眼光有了转变。原来，认识神也能让人更认识自己，进而活出更丰富的人生。

（本文摘录自「果子传媒」网站）