

# 新聞焦點

## 基督徒健身運動



基督教音樂，手牽手圍成一圈禱告，更是平常。

基督教文化從健身房的背景出來，成爲一種具有鮮明色彩和影響力的文化。

對於基督徒而言，在一個類似教會環境中進行身體的鍛鍊，無疑對其靈魂也有益處。

許多基督徒有身體是殿堂的觀念，常互相鼓勵，保

### ■朱易

身與營養爲主題的健身計劃。另外，許多教會不是單獨主持，就是聯合其它教會主持健身計劃，讓信徒像參加團契似的每週在健身房聚會，除了讀經、禱告外，還有健身運動，他們稱之爲「信徒操練」(Believerage)。

健身房在美國隨處可見，如今基督徒健身房也正漸漸成爲新興的事物，分散全美。比如一九九七年才開始的Lord's Gym在佛州已開了六家。超過一萬二千間的教會聯合參與了，健

教會主持和開辦健身房並不是新事。其最早的例子可以追溯到十九世紀，不過當時大多爲天主教所爲。即使聞名的YMCA，其根源亦來自基督徒。然而，如今全國方興未艾的基督徒健身房運

動，一改過去基督徒的低調行爲，從健身運動的後台走到前台，並站在聚光燈前號召信徒參與健身，操練靈魂的殿堂(即身體)，並力圖吸引非信徒參與，以致從靈魂到身體都得到鍛鍊，堅定個人的信仰。

這些基督教健身房甚至遵守十一奉獻的原則，把經營所得利潤的十分之一奉獻給國際兒童援助機構等等。在這些健身房中，四處是聖經的標語，音樂是

保羅在前書第六章中寫道：“豈不知你們的身子就是聖靈的殿嗎？這聖靈是從神而來，住在你們里頭的；並且你們不是自己的人，因爲你們是重價買來的，所以要在你們的身上榮耀神。”

持經常的運動。這種風氣也開始散佈到其它宗教，不同的宗教團體開始在全國，建立他們的健身房或主持健身計劃。

身體是上帝的殿的經文，來自聖經新約哥林多前書，作者是使徒保羅。

保羅在前書第六章中寫道：“豈不知你們的身子就是聖靈的殿嗎？這聖靈是從神而來，住在你們里頭的；並且你們不是自己的人，因爲你們是重價買來的，所以要在你們的身上榮耀神。”



## 面對我們的軟弱

### ■李世敏

我們每一個人都有軟弱，我所說的軟弱是你天生的，或是環境造成你無能爲力的軟弱，英文翻譯起來就是「那些讓你設下限制的，以至於你不能發展的」。

每個人都有些天生的限制，有些人天生就是運動健將，體力非常的好，讓人很羨慕他；有些人天生傾向於憂鬱，傾向於對事情會感到害怕，這是我們天生的個性。

有些人生長在非常富有的家庭，生活條件非常的好，有些人生長在非常貧窮的家庭，從小就要不斷的掙扎，那也是我們天生的限制。還有些人的限制是環境造成的，例如人際關係的限制，我們也稱這個叫作軟弱。

沒有一個人喜歡誇耀自己的軟弱，我們每一個人盡量隱藏自己的軟弱。我記得我申請醫學院的時候，申請單上有一個問題：「你的長處在哪裡？」每一個人都能毫不害羞的寫了很多長

處。

另有一個問題問：「你的弱點在哪裡？」很多人跟我說：「你知道要怎麼寫你的弱點嗎？你要寫，我的弱點就是經常讀書讀到忘了時間，這就是我的弱點。你要盡量把你的弱點寫成好像是你的優點一樣。」

當我們應徵工作時，老闆問：「你的弱點在哪裡？」我們經常會回答：

「我的弱點就是經常都忘了下班的時間」。老闆覺得，哇！原來你的弱點就是你的優點。

沒有人喜歡自己的弱點別人知道，沒有人喜歡別人看到你的弱點，於是我們盡量的隱藏，有時候我們假裝它不存在，有時候我們怪別人，怪父母怎麼把我生成這樣，怪旁邊的人怎麼這樣對待我，怪命運怎麼不公平，怪神怎麼這樣對待我。

有一個姐妹跟我說，她兒子早上今天不到教會來，我問她爲什麼？她說因爲她兒子申請了好幾個他喜歡的名校，但那些學校最後沒有收他，只好到他的第二選擇 UCLA 了。

我說：「很好呀！如果我的兒子、女兒能考上 UCLA，被 UCLA 錄取，我就高興得不得了。」她說：「我兒子很生氣，他怪神，說神恨他、不愛他，所以他今天不到教會來了。」

我們真的不喜歡讓人家看到我們軟弱的地方，我們也經常把軟弱歸罪於他人或上帝。

## 母親的膝蓋

### ■吳品

母親的膝蓋是護衛家庭的牆垣。禱告把神得勝的同在帶進家中。

「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然儆醒。」(詩一二七1)，智慧婦人明白得力的泉源在乎神，因此她除了盡本分管教兒女，更要時時仰望神作她的依靠，常常祈求當下的智慧。

神沒應許我們的孩子不會遇到困難，管教過程一帆風順，但祂應許要賜給我們出人意外的平安，必在基督耶穌裡保守我們的心懷意念(腓四6-7)。

向神禱告也意味放下自己的意思，尊重神的作爲和時間。我個人常經歷不死心的禱告(路十八1-8，切求的寡婦)，只要確定動機正確，合神心意，就大膽向主求；此外，耐心等待，是另一項考驗，在漫長的等待過程，堅心仰望，深知神必保守我十分平安(賽二十六3)。

爲孩子的不順服禱告時，需搞清楚：我們爭戰的對象不是孩子，而是孩子背後黑暗的勢力；爭戰的兵器是禱告，以神的話當利器，依靠神的大能大力(林後十三5)，相信神的應許必要成就。



## 困境中的信心



### ■山雨

當人處於一切的不順利與失敗，有兩個方向值得注意：「自我的思想」、「屬靈的試探」，一個讓我們不斷的學習的空間，使我們更加成長；一個是來自上主的恩典，使我們更加的與上主建立親密關係，兩者都是人生路上的好伴侶。

仰是一件很困難的事，尤其是將自我的一切要交托給信仰的對象時，那就更難了！

更何況在人類宗教的經驗中，一定要看到好的結果；譬如，好運連連、萬事順利；那麼？我們的信仰就會更堅定。反之，我們就會怨天尤人、打爛菩薩，作爲自我心理的補償！但我們要問？這樣是信仰嗎？

其實，跌倒或失敗是我們人生路上一定會碰到的事情，上主並不保證天色常藍，也不會因著我們的禱告，滿布著烏雲的天空，就瞬間的放亮，讓我們享受颯陽高照；往往事當我們回過頭去看一切會受過的折磨時，我們才頓悟出，原來我們所受的困境，都早已成爲我們堅毅的勇氣，並成爲我們人生的祝福！

因此，耶穌說：「凡不因我跌倒的，就有福了！」

## 阿山初畫記

(33) 年年有魚 仇錫榮 畫



每天送魚，送魚，越想越沒有勁！在國內自己雖然在科研單位工作，由於平時放鬆自己，不認真地對待英文，如今真是神瓜得瓜，神豆得豆呀！每天一身魚腥味！

歡迎上網 www.gospelherald.com 《基督新報》 閱覽 環球基督教資訊

《基督新報》是一家網上日報，與美國主流基督教報章 The Christian Post 共享信息資源及新聞內容。爲全世界華人提供最新的環球基督教資訊。

## 山行文化網 WWW.A1126.ORG

歡迎 上網 閱覽各項專欄、焦點新聞、歷史煙雲、今日以斯帖、靈修日記、健康資訊、Read with me、山行文化天地、山行基督徒教育研究中心

我們是一群來自大江南北、五湖四海的異鄉客旅。

不論我們現在從事任何行業，但我們有基督的愛以及對中國文化關懷的那把「文心之火」永不止熄。如您有空，又有一顆「文心」。

請來《文心沙龍》，讓我們溫馨的聚在一起分享基督的愛、一起談天說地，以慰「文」愁，一起拾回那曾經擁有、卻已失落的一一「文心」。

## 《文心沙龍》歡迎海外文化人來相聚

每個星期日下午 3:00 - 5:00 P.M.，我們相聚在一起 [免費茶點、晚餐招待]

文心沙龍每週講題與主講人如下：

- 12月17日 如何促進人際關係 (主講人：劉圓圓 女士 資深媒体人 中國西北大學新聞系)
- 12月24日 聖誕節聯歡會
- 12月31日 生命旋律的分享 (主講人：萬 雍 女士 台福神學院進修、文心基督教會同工)
- 2007年1月7日 哲學與生命 (主講人：莊友剛 博士 蘇州大學教授、克萊蒙大學訪問學者)
- 2007年1月14日 「榮耀的光輝」讀後感 (主講人：賀安慰 女士 中興大學、新亞書院 文學碩士)
- 2007年1月21日 近代中國基督教概況 (主講人：陳懷宇 先生 西來大學教授、普林斯頓大學博士)

地址：813 E. Chestnut Ave., (文心基督教會) San Gabriel, CA 91776 (位於 San Gabriel Bl和 Chestnut Ave., 可停車在「現代植牙中心」的停車場內。) 連絡人：陳志平 (626)236-3451, 曾慶華 (909)322-9563

### 《英雄帖》歡迎您成爲「沙龍主講人」

歡迎大家成爲「文心沙龍」的「主講人」 每周日下午 3:00 - 4:00 讓您發表您個人對基督教的研 究心得，隨後 1 小時，大家與您共同討論。 請盡早連絡 E-Mail 至 info@a1126.org 或電 (909)322-9563 曾慶華