

**Rúhé Huó de**  
**如何活得**  
**Xīnmǎn-Yìzú**  
**心满意足**

**A Satisfying Life—How to Attain It**

Chinese (Simplified) and Pinyin

Qǐng xiǎngxiǎng zhège máodùn xiànxàng zài yíge gōngyèhuà guójiā lǐ bǎifēnzī jiǔshí  
 请 想想 这个 矛盾 现象：在 一个 工业化 国家 里，百分 之 90  
 yǐshàng de rén rènwéi zìjǐ shífēn kuàilè huò xiāngdāng kuàilè dàn zhège guójiā zuì chángyòng  
 以 上 的 人 认为 自己 十分 快乐 或 相当 快乐。但 这个 国家 最 常用  
 de shí zhǒng yàowù zhōng jìng yǒu sān zhǒng shì kàng yīyù yào gāi guó bǎifēnzī jiǔshíyī de  
 的 十 种 药 物 中，竟 有 三 种 是 抗 抑 郁 药。该 国 百分 之 91 的  
 rén mǎnyì zìjǐ de jiātíng shēnghuó kěshì chàbùduō yībàn de hūnyīn què yǐ líhūn  
 人 满意 自己 的 家庭 生活，可 是 差不多 一半 的 婚姻 却 以 离婚  
 shōuchǎng  
 收 场！

Shìshíshàng yánjiūyuán céng duì shíbā gè guójiā de rén jìnxíng diàochá zhèxiē guójiā de  
 事实上，研究 员 曾 对 18 个 国家 的 人 进行 调查（这些 国家 的  
 zǒng rénkǒu xiāngdāng yú shìjiè rénkǒu de yībàn jiéguǒ xiǎnshì shìrén dàdū duì wèilái  
 总 人口，相 当 于 世界 人口 的 一半），结 果 显示，“世 人 大都 对 未来  
 chōngmǎn bēiguān de kànfǎ yīncǐ xǔduō rén xiǎnrán bìngbù huó de kāixīn nǐ yòu zěnyàng  
 充 满 悲 观 的 看 法”。因 此，许 多 人 显然 并 不 活 得 开 心。你 又 怎样  
 ne wǒmen chūbǎn zhè běn cèzi shì yào bāngzhù nǐ huó de xīnmǎnyìzú  
 呢？我 们 出版 这 本 册 子，是 要 帮 助 你 活 得 心 满 意 足。

## Mùlù 目 录

## Yè 页

1. Xīnmǎn-Yìzú de Shēnghuó Zhǐshì Mèngxiǎng ma ..... 3
2. Huó de Xīnmǎn-Yìzú zhī Dào ..... 6
3. Kěkào de Zhǐnánshū ..... 13
4. Kuàngshì zhī Shū de Wěidà Zuòzhě ..... 17
5. Rènshi Shàngdì ..... 20
6. Yēhéhuá Wèishénme Chuàngzào Wǒmen ..... 23
7. Xīnmǎn-Yìzú de Shēnghuó Wèishénme Zhème Nán Shíxiàn ..... 26
8. Huíguī Xìngfú Shēnghuó zhī Lù ..... 30
9. Xiànzài hé Yǒngyuǎn Dōu Huó de Xīnmǎn-Yìzú ..... 33

## Xīnmǎn-Yízú de Shēnghuó Zhǐshì Mèngxiǎng ma 心满意足的生活只是梦想吗？

<sup>1</sup> Zài yíge fādá guójiā lǐ, yī suǒ shèbèi qíquán de fángzi yěxǔ jiào rén gǎndào  
在一个发达国家里，一所设备齐全的房子也许叫人感到  
shūshì fāngbiàn Kěshì nǐ yī lái dào mén qián, què kěnéng fājué shénme ne Yī zhǒng  
舒适方便。可是，你一来到门前，却可能发觉什么呢？一种  
júcùbù'ān lìng rén bùkuài de qìfēn Fùmǔ duì shíjǐ suì de érǚ shuōhuà dàn érǚ hěn  
局促不安、令人不快的气氛。父母对十几岁的儿女说话，但儿女很  
bù gāoxìng de zhǐ huídá shì huò bùshì Mǔqīn hěn xiǎng zhàngfū duō diǎn zhùyì tā dàn  
不高兴地只回答“是”或“不是”。母亲很想丈夫多点注意她，但  
fùqīn què zhǐ xiǎng qīngjìng yíxià bù xiǎng shòu rén dǎrǎo Dújū de zǔfùmǔ hěn xiǎng gēn  
父亲却只想清静一下，不想受人打扰。独居的祖父母很想跟  
jiāren xiāng xù gòngxiǎng tiānlúnzhīlè kěshì què yǒu hǎo jǐ gè yuè méiyǒu gēn ér sūn jiànguò  
家人相叙，共享天伦之乐，可是却有几个月没有跟儿孙见过  
miàn le Lìngyí fāngmiàn yǒuxiē jiātíng suīrán yě miànduìzhe tóngyàng de yā lì què nénggòu  
面了。另一方面，有些家庭虽然也面对着同样的压力，却能够  
yìngfù yùrú kuàikuàilèlè Nǐ xiǎng zhīdào gèzhōng yuányīn ma  
应付裕如，快快乐乐。你想知道个中原因吗？

<sup>2</sup> Qǐng xiǎngxiǎng zài lìng yí jiǎoluò, yíge fāzhǎn zhōng guójiā de jiātíng Zhège jiātíng  
请想想在另一角落，一个发展中国家的家庭。这个家庭  
yījiā qī kǒu zhù zài pòlàn de xiǎo mùwū lǐ Tāmen jiā wú yúliáng bù zhīdào shénme  
一家七口，住在破烂的小木屋里。他们家无余粮，不知道什么  
shíhòu cái yǒu xià yī dùn fàn chī Zhè zhǒng kěbēi qíngxíng zhèng hǎo shuōmíng shìrén gēnběn  
时候才有下一顿饭吃。这种可悲情形，正好说明世人根本  
wúfǎ xiāochú jīè hé pínqióng Kěshì shìshàng xǔduō jiātíng què nénggòu ānpínlèdào  
无法消除饥饿和贫穷。可是，世上许多家庭却能够安贫乐道。  
Wèishénme ne  
为什么呢？

<sup>3</sup> Jiùsuàn zài fùyù de dìfang, jīngjì yě kěnéng chūxiàn wèntí Riběn yǒu gè jiātíng zài  
就算在富裕的地方，经济也可能出现问题。日本有个家庭在  
pàomò jīngjì de gāofēng qī mǎile yī suǒ zhùzhái Yóuyú yǐwéi wèilái shōurù huì jìxù  
“泡沫”经济的高峰期买了一所住宅。由于以为未来收入会继续  
zēngjiā tāmen shēnqǐng le dà bǐ fángwū dīyā dàikuǎn Kěshì jīngjì pàomò hòulái pòmiè le,  
增加，他们申请了大笔房屋抵押贷款。可是，经济“泡沫”后来破灭了，

---

### Nǐ Rènwei Zěnyàng 你认为怎样？

Wǒmen miànduì shénme rìcháng nántí  
1-3. 我们面对什么日常难题？

tāmen wúli chánghuán jièkuǎn zhǐhǎo bǎ fángwū dī jià chūshòu Tāmen suī bù zhù zài zhè  
他们 无力 偿还 借款，只好把 房屋 低价 出售。他们 虽 不住 在这  
fángzi lǐ réng yào jìxù chánghuán fángzi de zhàiwù Lǐng qíngkuàng xuěshàngjiāshuāng de shì  
房子里，仍 要 继续 偿还 房子的 债务。令 情况 雪上加霜 的是，  
yóuyú lànòng xìnyòngkǎ tāmen yě yào zhīfù dà bǐ zhàngdān Fùqīn yòu xǐhuan dǔmǎ  
由于 滥用 信用卡，他们 也 要 支付 大笔 账单。父亲 又 喜欢 赌马，  
jiéguǒ zhè jiā rén gèng shì zhàitáigāozhù zhuōjīnjiànzhōu Kěshì shìshàng xǔduō jiātíng què  
结果 这 家人 更 是 债台高筑，捉襟见肘。可是，世上 许多 家庭 却  
nénggòu shìyìng nǐjìng bǎochí kuàilè Nǐ xiǎng zhīdao tāmen zěnyàng zuò ma  
能够 适应 逆境，保持 快乐。你 想 知道 他们 怎样 做 吗？

4 Wúlùn nǐ zhù zài shénme dìfang rénjìguānxì dōu kěyǐ zàochéng bùshǎo fánnǎo jiào  
无论 你 住 在 什么 地方，人际关系 都 可以 造成 不少 烦恼，叫  
nǐ huó de bù kuàilè Zài gōngzuò dìfang nǐ yěxǔ chéngwéi zhòngshǐzhīdì bèihòu yǒu xǔduō  
你 活 得 不 快乐。在 工作 地方，你 也许 成为 众矢之的，背后 有 许多  
rén shuō nǐde huàihuà Biérén yěxǔ dùjì nǐde chéngjiù duì nǐ tíchū bù gōngdào de  
人 说 你的 坏话。别人 也许 妒忌 你的 成就，对 你 提出 不 公道 的  
pīpíng Měitiān gēn nǐ gòngshì de rén yěxǔ zhǔguān hěn qiáng chùfànle nǐ Nǐde háiizi zài  
批评。每天 跟 你 共事 的 人 也许 主观 很 强，触犯了 你。你的 孩子 在  
xuéxiào lǐ kěnéng bèi rén qīfū hé sāorǎo huò shòudào lěngluò Rúguǒ nǐ shì gè dānqīn fùmǔ  
学 校 里 可能 被 人 欺负 和 骚扰，或 受到 冷落。如果 你 是 个 单亲 父母，  
jiù hěn míngbai gèzhōng zīwèi shēnghuó hěn nán rúyì Jīntiān zhè yīqiè nántí shǐ xǔduō  
就 很 明白 个 中 滋味，生活 很 难 如意。今天，这 一切 难题 使 许多  
rén de shēnghuó chōngmǎnle yālì  
人 的 生活 充 满 了 压力。

5 Yālì huì bùzhībùjué jiān lěijī qǐlái ránhòu tūrán bàofā shìqián yīdiǎn jìxiàng yě  
压力 会 不知 不觉 间 累积 起来，然后 突然 爆发，事前 一点 迹象 也  
méiyǒu Yīncǐ yālì hǎoxiàng wúshēng de shāshǒu chángqī de yālì zé yǒurú màn xìng  
没有。因此，压力 好像 无声 的 杀手，长期 的 压力 则 有如 慢性  
dúyào yīyàng Míngní sūdá Dàxué de Luóbótè Wéinínggé jiàoshòu shuō Zài jīntiān shìjiè  
毒 药 一 样。明尼苏达 大学 的 罗伯特·韦宁格 教授 说：“在 今天 世界  
měigè jiǎoluò yālì hé tā suǒ yīnzhì de jíbìng zhèng yǐngxiǎngzhe suǒyǒu gōng rén Jùchēng  
每个 角落，压力 和 它 所 引 致 的 疾 病 正 影响 着 所有 工人。”据 称，  
yóu yālì yīnzhì de jíbìng shǐ Měiguó měinián méngshòu liǎng qiān yì měiyuán de jīngjì  
由 压力 引 致 的 疾 病，使 美国 每 年 蒙 受 2 000 亿 美元 的 经济  
sūnshī Yālì gèng bèi shìwéi Měiguó zuì xīn de shūchū pǐn Zài gè zhǒng zhǔyào yǔyán zhōng  
损 失。压力 更 被 视 为 美国 最 新 的 输 出 品。在 各 种 主 要 语 言 中，

Rénjìguānxì duì nǐ yǒu shénme yǐngxiǎng

4. 人际关系对你有什么影响？

Nǐ rènwéi jīntiān shìshàng chōngmǎn yālì de yuányīn shì shénme

5. 你认为今天世上充满压力的原因是什么？

yā lì yī cí shí cháng shòu rén tí jí Yóu yú wèi néng wán chéng shǒu shàng gōng zuò nǐ  
“压力”一词时常受人提及。由于未能完成手上工作，你  
kě néng shòu dào hěn dà yā lì bìng qiě gǎn dào nèi jiàn Zuì jìn yī ge yán jiū bào dào rén men  
可能受到很大压力，并且感到内疚。最近一个研究报道，人们  
měi tiān dōu yǒu liǎng xiǎo shí gǎn dào nèi jiàn Kě shì yǒu xiē rén què yǒu néng lì yìng fù yā lì  
每天都有两小时感到内疚。可是，有些人却有 能力 应付 压力，  
shēng huó yú kuài  
生活 愉快。

Nǐ kě yǐ zěnyàng yìng fù yǐ shàng de shēng huó wèn tí huó de xīn mǎn yì zú ne Yǒu xiē  
6 你可以怎样应付以上的生活问题，活得心满意足呢？有些  
rén qiú zhù yú zhuān jiā xiě de zì zhù shū jí Wǒ men kě yǐ xìn lài zhè xiē shū jí ma Jiào yù  
人求助于专家写的自助书籍。我们可以信赖这些书籍吗？教育  
zhuān jiā Běn jié míng Sī bō kè bó shì xiě le yī běn jiào yǎng hái zǐ de shū zhè shū yǒu sì shí èr  
专家本杰明·斯波克博士写了一本教养孩子的书，这本书有 42  
zhǒng yǔ yán bǎn běn xiāo shù jǐ dá wǔ qiān wàn běn Tā shuō Shí xià Měi guó fù mǔ zuì  
种语言版本，销数几达 5 000 万本。他说：“时下美国父母最  
cháng jiàn de wèn tí shì tā men bù gòu yán lì Tā jiē zhe zhǐ chū zhuān jiā men bāo kuò tā  
常见的问题是，他们不够严厉。”他接着指出，专家们，包括他  
zì jǐ zài nèi qí shí yě nán cí qí jí jiù Tā chéng rèn shuō Wǒ men bù chá jué dào zhuān jiā  
自己在内，其实也难辞其咎。他承认说：“我们不察觉到，专家  
nà zhǒng zì yǐ wéi wú suǒ bù zhī de tài dù xuē ruò le fù mǔ de zì xìn xīn Wǒ men xiàn zài  
那种自以为无所不知的态度，削弱了父母的自信心。我们现在  
fā jué kě xī yǐ tài chí le Yīn cǐ wǒ men dà kě yǐ wèn dào Wèi le zài jīn tiān hé wèi lái  
发觉，可惜已太迟了。”因此，我们大可以问道：“为了在今天和未来  
dōu huó de xīn mǎn yì zú wǒ men kě yǐ fàng xīn tīng cóng shéi de zhōng gào ne  
都活得心满意足，我们可以放心听从谁的忠告呢？”

---

Nǐ rèn wéi shì rén de zhì huì néng gòu bāng zhù nǐ huó de xīn mǎn yì zú ma  
6. 你认为世人的智慧能够帮助你活得心满意足吗？

## Huó de Xīnmǎn-Yízú zhī Dào 活 得 心 满 意 足 之 道

<sup>1</sup> Nǐ yù dào wèn tí, huì xiàng nǎ yī fāng qǐng jiào ne? Nǐ kě néng huì tīng tīng kě xìn  
你 遇 到 问 题, 会 向 哪 一 方 请 教 呢? 你 可 能 会 听 听 可 信  
péng you de yì jiàn, huò xiàng yǒu jīng yàn de gù wèn qiú zhù. Nǐ dào tú shū guǎn sōu xún zī liào,  
朋 友 的 意 见, 或 向 有 经 验 的 顾 问 求 助。你 到 图 书 馆 搜 寻 资 料,  
yě xǔ huì yǒu bāng zhù. Huò zhě nǐ huì tīng tīng lǎo rén jia de zhì huì, cóng tā men de fēng fù  
也 许 会 有 帮 助。或 者 你 会 听 听 “老 人 家 的 智 慧”, 从 他 们 的 丰 富  
jīng yàn dé yì. Wú lùn nǐ yòng shén me fāng fǎ jiě jué wèn tí, xiǎng xiǎng yī xiē jīn yù liáng yán wú yí  
经 验 得 益。无 论 你 用 什 么 方 法 解 决 问 题, 想 想 一 些 金 玉 良 言 无 疑  
shì hǎo de. Yí xià yǒu xiē míng zhì zhōng gào, nǐ huì fā jué pō yǒu bāng zhù.  
是 好 的。以 下 有 些 明 智 忠 告, 你 会 发 觉 颇 有 帮 助。

<sup>2</sup> Jiā tíng shēng huó : Xǔ duō fù mǔ shí fēn dān xīn ér nǚ shòu dào shì jiè bù liáng fēng qì suǒ  
家 庭 生 活 : 许 多 父 母 十 分 担 心 儿 女 受 到 世 界 不 良 风 气 所  
yǐng xiǎng. Tā men liú yì yí xià quàngào, huì yǒu yī dìng bāng zhù. Yào jiào hái zǐ zǒu hé yí de  
影 响。他 们 留 意 以 下 劝 告, 会 有 一 定 帮 助: “要 教 孩 子 走 合 宜 的  
lù, zhè yàng tā dào lǎo yě bù piān lí. Suí zhe hái zǐ jiàn zhǎng, tā men yào zǒu yī tiáo  
路, 这 样 他 到 老 也 不 偏 离。”<sup>1</sup> 随 着 孩 子 渐 长, 他 们 要 走 一 条  
hé yí de lù, zūn xún yī tào biāo zhǔn. Zhuān jiā men zhú jiàn yì shí dào, ér tóng zūn shǒu yǒu yì  
“合 宜 的 路”, 遵 循 一 套 标 准。专 家 们 逐 渐 意 识 到, 儿 童 遵 守 有 益  
de guī zé, dí què shí fēn zhòng yào. Fù mǔ dìng xià míng zhì de biāo zhǔn, huì lìng hái zǐ gǎn dào  
的 规 则, 的 确 十 分 重 要。父 母 定 下 明 智 的 标 准, 会 令 孩 子 感 到  
ān quán. Lìng yī jù zhēn yán shì: Zhàng dǎ hé zé bèi shǐ rén yǒu zhì huì, fàng zòng de hái zǐ  
安 全。另 一 句 箴 言 是: “杖 打 和 责 备 使 人 有 智 慧, 放 纵 的 孩 子  
shǐ mǔ qīn méng xiū. Zhàng shì zhǐ fù mǔ de quán wēi. Fù mǔ huái zhe ài xīn xíng shǐ quán wēi,  
使 母 亲 蒙 羞。”<sup>2</sup> “杖” 是 指 父 母 的 权 威。父 母 怀 着 爱 心 行 使 权 威,  
jiù kě yǐ fáng zhǐ ér nǚ wù rù qí tú. Kě shì fù mǔ zhí xíng zhè yàng de quán wēi, bìng bù biǎo shì  
就 可 以 防 止 儿 女 误 入 歧 途。可 是, 父 母 执 行 这 样 的 权 威, 并 不 表 示  
tā men kě yǐ rèn yì nǚ è dài hái zǐ. Shèng jīng gěi fù mǔ de zhōng gào shì: Bùyào jīnù ér nǚ,  
他 们 可 以 任 意 虐 待 孩 子。圣 经 给 父 母 的 忠 告 是: “不 要 激 怒 儿 女,  
miǎn de tā men huī xīn sàng qì.”<sup>3</sup>  
免 得 他 们 灰 心 丧 气。”<sup>3</sup>

---

### Nǐ Rèn wéi Zěnyàng 你 认 为 怎 样 ?

Nǐ zěnyàng chǔ lǐ shēng huó de zhǒng zhǒng wèn tí  
1. 你 怎 样 处 理 生 活 的 种 种 问 题 ?

Shén me jīn yù liáng yán kě yǐ fáng zhǐ jiā tíng pò liè  
2-4. 什 么 金 玉 良 言 可 以 防 止 家 庭 破 裂 ?

<sup>3</sup> Fūqī ēn'ài shì xìngfú jiāting zhī běn Fūqī zěnyàng cái néng qínsèhéxié ne  
夫妻恩爱，是幸福家庭之本。夫妻怎样才能琴瑟和谐呢？

Nǐmen gè rén dōu gāi ài qīzi hǎoxiàng ài zìjǐ qīzi yě gāi shēnshēn zūnjìng zhàngū  
“你们各人都该爱妻子，好像爱自己；妻子也该深深尊敬丈夫。”<sup>4</sup>

Rúguǒ jiāting shì yī bù jīqì àixīn hé zūnzhòng jiùshì rùnhuáyóu Dàn yào zhège quàngào  
如果家庭是一部机器，爱心和尊重就是润滑油。但要这个劝告

xíngdetōng gōutōng shì bùkě shǎo de yīnwèi Méiyǒu mìtán jìhuà jiù shībài Wèile  
行得通，沟通是不可少的，因为“没有密谈，计划[就]失败”。<sup>5</sup> 为了

kāichéngxiāngjiàn de gōutōng fūqī gāi shèfǎ míngbai pèi'ǒu de gǎnshòu zhēnzhèng liǎojiě  
开诚相见地沟通，夫妻该设法明白配偶的感受，真正了解

duìfāng de xiǎngfǎ Yào jìzhù rén xīnlǐ de sīxiǎng hǎoxiàng shēn chù de shuǐ míngbiàn shìlǐ  
对方的想法。要记住，“人心里的思想好像深处的水，明辨事理

de rén què néng jíyǐn chūlái”<sup>6</sup>  
的人却能汲引出来”。

<sup>4</sup> Xǔduō lǎorén wǎnjǐng qīliáng gūkǔ língdīng Shènzhì zài zhòngshì xiàodào de guójiā lǐ  
许多老人晚景凄凉，孤苦伶仃。甚至在重视孝道的国家里，

zhè zhǒng qíngxíng yě bìngbù hǎnjiàn Zuò èrsūn de zuìhǎo xiǎngxiǎng zhèxiē jīnyùliángyán Yào  
这种情形也并不罕见。做儿孙的，最好想想这些金玉良言：“要

xiàojìng fùmǔ Mǔqīn lǎo le yě bùkě qīng kàn È dài fùqīn gǎnzǒu mǔqīn de shì  
孝敬父母。”<sup>7</sup> “母亲老了，也不可轻看。”<sup>8</sup> “恶待父亲、赶走母亲的，是

kěchǐ diūliǎn de érzi Lǐngyīfāngmiàn niánlǎo fùmǔ yě yào tàidu jījí zhūdòng gēn  
可耻丢脸的儿子。”<sup>9</sup> 另一方面，年老父母也要态度积极，主动跟

jiārén péiyǎng qīnmì de guānxì Gūlì zìjǐ de rén zhǐ qiú mǎnzú zìsī de xīnyuàn bìng  
家人培养亲密的关系。“孤立自己的人只求满足自私的心愿，并

wéibèi yīqiè shíyòng zhìhuì”<sup>10</sup>  
违背一切实用智慧。”

<sup>5</sup> Hē jiǔ Chéngrán jiǔ néng jiào shēngmìng huānlè hē jiǔ yěxǔ néng lìng rén wàng  
喝酒：诚然，“酒能叫生命欢乐”；<sup>11</sup> 喝酒也许能令人忘

yōu bù zài jìzhù zìjǐ de fánnǎo Kěshì yào jìzhù dàn jiǔ zhuān hǎo jīqiào liè  
忧，“不再记住自己的烦恼”。<sup>12</sup> 可是，要记住：“淡酒专好讥诮，烈

jiǔ xuānhuá chǎonào fán yīn jiǔ wùrùqítú de dōu méiyǒu zhìhuì Qǐng xiǎngxiǎng xiǔjiǔ de  
酒喧哗吵闹；凡因酒误入歧途的，都没有智慧。”<sup>13</sup> 请想想酗酒的

yǐngxiǎng Jiǔ zhōngguī yào xiàng shé yīyàng yǎo nǐ yǒurú dúshé fàngchū dúyè Nǐde yǎn huì  
影响：“酒终归要像蛇一样咬你，有如毒蛇放出毒液。你的眼会

jiàn qíyì de shì nǐde xīn huì shuō xūwàng de huà Wǒ shénme shíhou cái xǐnglái ne  
见奇异的事，你的心会说虚妄的话。……“我什么时候才醒来呢？

Wǒ hái yào zài qù zhǎo jiǔ hē”<sup>14</sup> Shìliàng hē jiǔ yěxǔ yǒuyì dàn xiǔjiǔ jiù yīdìng yào  
我还要再去找酒喝。”<sup>14</sup> 适量喝酒也许有益，但酗酒就一定要

bìmiǎn le  
避免了。

Guānyú hē jiǔ nǐ zuìhǎo tīngcóng shénme míngzhì zhōnggào  
5. 关于喝酒，你最好听从什么明智忠告？

<sup>6</sup> **Lǐcái** Yǒushíhòu zhǐyào lǐcái yǒu dào jiù néng miǎn qù xǔduō jīnqián fánnǎo Qǐng  
**理财**: 有时候, 只要理财有道, 就能免去许多金钱烦恼。请  
 tīngtīng zhège quàngào Bùyào zòngjiǔ bùkě tān ròu Zuǐjiǔ tānshí de zhōng bì pínqióng hǎo  
 听听这个劝告: “不要纵酒, 不可贪肉。醉酒贪食的, 终必贫穷; 好  
 dǎdūn de bì yīshānlǎnlǚ Wǒmen bìmiǎn xùjiǔ xīdú hé dǔbó jiù néng hǎohǎo  
 打盹的, 必衣衫褴褛。”<sup>15</sup> 我们避免酗酒、吸毒和赌博, 就能好好  
 yùnyòng jīnqián zàofú jiārén Kěshì xǔduō rén què méiyǒu liàngrùwéichū jiéguǒ qiǎnxiále  
 运用金钱, 造福家人。可是, 许多人却没有量入为出, 结果欠下了  
 yīshēn zhàiwù Yǒuxiē rén fùzhàilěilěi yào kào jièzhài dùrì Jǐn jì yíxià de zhìhuì zhī yán  
 一身债务。有些人负债累累, 要靠借债度日。谨记以下的智慧之言,  
 wúyí huì yǒuyì de duō Zhuīqiú xūfú dōngxī de bǎoshòu pínkùn Wǒmen kěyǐ wènwèn  
 无疑会有益得多: “追求虚浮东西的, 饱受贫困。”<sup>16</sup> 我们可以问问  
 zìjǐ Wǒ xiǎng mǎi de dōngxī wǒ zhēnde xūyào ma Yǒu duōshao dōngxī wǒ zhǐ yòngguò jǐ  
 自己: “我想买的东西, 我真的需要吗? 有多少东西我只用过几  
 cì jiù diū zài guǐ lǐ wàngjǐle ne Yīge zhuānlán zuòjiā xiě dào Rén jīběn xūyào de  
 次, 就丢在柜里忘记了呢?” 一个专栏作家写道: “人基本需要的,  
 qíshí bù duō dàn yùwàng quèshì wúxiàn de Qǐng liúyì zhèxiē zhìhuì zhī yán Wǒmen  
 其实不多, 但欲望却是无限的。”请留意这些智慧之言: “我们  
 méiyǒu dài shénme dào shìshàng lái yě bùnéng dài zǒu shénme Suǒyǐ zhǐyào yǒu yī yǒu shí  
 没有带什么到世上来, 也不能带走什么。所以, 只要有衣有食,  
 jiù gāi zhīzú Tāncái shì yīqiè huòhài de gēnyuán yǒuxiē rén yīxīn tāncái jiù yòng  
 就该知足。……贪财是一切祸害的根源, 有些人一心贪财, 就……用  
 xǔduō tòngkǔ bǎ zìjǐ cì de biàntǐlínshāng  
 许多痛苦把自己刺得遍体鳞伤。”<sup>17</sup>

<sup>7</sup> Qín lì gōngzuò jiùshì jiějué jīnqián wèntí de fāngfǎ Lǎnduò de rén a nǐ qù  
**勤力工作**, 就是解决金钱问题的方法。“懒惰的人啊, 你去  
 kànkàn mǎyǐ zěnyàng zuòshì jiù kěyǐ dézháo zhìhuì Zài shuì yīhuìr zài dǎ gè  
 看看蚂蚁怎样做事, 就可以得着智慧。……再睡一会儿, 再打个  
 dǎnr bàozhe shǒu zài tāng yīzhènr pínqióng jiù xiàng liúkòu líndào Shěnshèn jìhuà  
 盹儿, 抱着手再躺一阵儿; 贫穷就像流寇临到。”<sup>18</sup> 审慎计划,  
 dìngxià qièshí kěxíng de yùsuàn yě huì yǒu suǒ bāngzhù Nǐmen xiǎng gài yī zuò tǎlóu yǒu  
 定下切实可行的预算, 也会有所帮助。“你们想盖一座塔楼, 有  
 shéi bù xiān zuòxià jìsuàn fèiyòng kàn néng bùnéng gài chéng ne  
 谁不先坐下计算费用, 看能不能盖成呢?”<sup>19</sup>

<sup>8</sup> Kěshì rúguǒ wǒmen jīnglǐ qióngkùn què bùshì yīn zìjǐ de cuò zàochéng de nà  
 可是, 如果我们经历穷困, 却不是因自己的错造成的, 那  
 yòu zěnyàng ne Lìrú wǒmen hěn xiǎng nǔlì gōngzuò dàn yóuyú jīngjì bù jǐng wǒmen  
 又怎样呢? 例如, 我们很想努力工作, 但由于经济不景, 我们  
 yěxǔ shīyèle Huòzhě zài wǒmen jūzhù de dìfang shēnghuó shuǐpíng dōu zài pínqióng xiàn  
 也许失业了。或者在我们居住的地方, 生活水平都在贫穷线

6-9. Qǐng jǔchū yīxiē lǐcái zhī dào  
 请举出一些理财之道。



yíxià nà yòu zěnyàng ne Zhìhuì néng bǎohù rén jiù xiàng jīnqián néng bǎohù rén yíyàng dàn  
 以下,那又怎样呢?“智慧能保护人,就像金钱能保护人一样;但  
 zhìhuì néng bǎoquán míngzhì rén de shēngmìng zhè jiùshì zhīshì de yìchū Qǐng yě  
 智慧能保全明智人的生命,这就是知识的益处。”<sup>20</sup> 请也  
 xiǎngxiǎng zhège zhōnggào Nǐ jiànguò jìqiǎo jīngzhàn de gōngrén ma Tā bì zhàn zài jūnwáng  
 想想这个忠告:“你见过技巧精湛的工人吗?他必站在君王  
 miànqián Wǒmen kě fǒu xuéhuì yīxiē jìnéng yǐ qiú jiào róngyì zhǎodào gōngzuò ne  
 面前。”<sup>21</sup> 我们可否学会一些技能,以求较容易找到工作呢?

<sup>9</sup> Yíxià quàngào tīnglái yǒudiǎn máodùn quèshì zhìlǐmíngyán Yào cháng xiàng rén  
 以下劝告听来有点矛盾,却是至理名言:“要常向人  
 shīyǔ nǐmen jiù bì méng shīyǔ Nǐmen yòng shénme liángqì liáng gěi rén rén jiù bì  
 施与,你们就必蒙施与。……你们用什么量器量给人,人就必  
 yòng shénme liángqì liáng gěi nǐmen Zhè bìng bùshì shuō wǒmen yào shīēn wàng bào Xiāngfǎn  
 用什么量器量给你们。”<sup>22</sup> 这并不是说我们要施恩望报。相反,  
 zhège quàngào qiángdiào wǒmen yào péiyǎng kāngkǎi de jīngshén Kāngkǎi de rén bì dé fēngyíng  
 这个劝告强调我们要培养慷慨的精神:“慷慨的人,必得丰盈;  
 dàfang zīrùn rén de bì méng dàfang zīrùn Biérén yǒu xūyào shí wǒmen lèshàn hào shī zhè  
 大方滋润人的,必蒙大方滋润。”<sup>23</sup> 别人有需要时,我们乐善好施,这  
 zhǒng jīngshén zuì zhōng yě huì zào yì zìjǐ  
 种精神最终也会造益自己。

<sup>10</sup> Rénjìguānxì Yī wèi zhìhuì de guówáng shuō Wǒ kànjiàn yīqiè xīnláo hé gè yàng  
 人际关系:一位智慧的国王说:“我看见一切辛劳和各异  
 gōngzuò jìnéng shǐ rén bǐcǐ jìngzhēng Zhè yě shì kōngxū yě xiàng bǔfēng Jìngzhēng de  
 工作技能使人彼此竞争。这也是空虚,也像捕风。”<sup>24</sup> 竞争的  
 jīngshén zhǐ huì jiào rén xíngshì bù zhì Yīge rén kànjiàn línrén mǎile yī tái bāshí límǐ de  
 精神只会叫人行事不智。一个人看见邻人买了一台80厘米的  
 diànshìjī yúshì zìjǐ yě jí máng qù mǎi yī tái jiǔshí límǐ de jíshǐ tā yuánběn nà tái  
 电视机,于是自己也急忙去买一台90厘米的,即使他原本那台  
 qīshí límǐ de bìng méiyǒu shénme bùtuǒ Zhèyàngde jìngzhēng shì kōngxū wúyì de jiù xiàng  
 70厘米的并没有什么不妥。这样的竞争是空虚无益的,就像  
 bǔfēng yíyàng túláo Nǐ qǐ bù tóngyì ma  
 捕风一样徒劳。你岂不同意吗?

<sup>11</sup> Biérén yěxǔ shuōle yīxiē màofàn wǒmen de huà jiào wǒmen hěn bù gāoxìng Dànshì  
 别人也许说了一些冒犯我们的话,叫我们很不高兴。但是  
 qǐng xiǎngxiǎng zhège quàngào Nǐ bùyào xīnlǐ jí zào qīngyì dòngnù yīnwèi nùqì liú zài  
 请想想这个劝告:“你不要心里急躁,轻易动怒,因为怒气留在  
 yúmèi rén de huái lǐ Bùcuò yǒuxiē shìqíng shì rén yǒu lǐyóu gǎndào fènkǎi de Gǔdài  
 愚昧人的怀里。”<sup>25</sup> 不错,有些事情是人有理由感到愤慨的。古代  
 yīge zuòzhě chéngrèn shuō Nǐmen fānù què bùyào fànzuì bùyào dào rìluò hái zài  
 一个作者承认说:“你们发怒,却不要犯罪;不要到日落还在

10, 11. Nǐ kěyǐ zěnyàng chǔlǐ jìngzhēng hé nùqì de wèntí  
 你可以怎样处理竞争和怒气的问题?

dòngnù Nàme wǒmen kěyǐ zěnyàng kòngzhì fènnù de qíngxù ne Rén dòngxī shìlǐ jiù 动怒。”<sup>26</sup> 那么，我们可以怎样控制愤怒的情绪呢？“人洞悉事理，就  
bù qīngyì fānù bù zhuījiū guòfàn jiùshì tāde měidé Wǒmen xūyào dòngxī shìlǐ 不轻易发怒；不追究过犯，就是他的美德。”<sup>27</sup> 我们需要洞悉事理。  
Wǒmen kěyǐ wènwen zìjǐ Tā wèishénme huì zhèyàng zuò ne Qíngkuàng shìfǒu 我们可以问问自己：“他为什么会这样做呢？情况是否  
qíngyǒukěyuán Chúle dòngchá shìlǐ zhīwài wǒmen hái kě péiyang qítā měidé qù kòngzhì 情有可原？”除了洞察事理之外，我们还可培养其他美德去控制  
nùqì Yào chuānshàng liánxù zhī qíng réncí qiānbēi wēnhé jiānrěn Wúlùn shéi yǒu lǐyóu 怒气。“要穿上怜悯之情、仁慈、谦卑、温和、坚忍。无论谁有理由  
duì rén bùmǎn dōu yào jìxù bǐcǐ bāoróng bǐcǐ gānxīn kuānshù Chúle zhè yīqiè 对人不满意，都要继续彼此包容，彼此甘心宽恕。……除了这一切  
zhīwài hái yào chuānshàng ài yīnwèi ài néng wánměi de wéixī tuánjié Bùcuò ài néng 之外，还要穿上爱，因为爱能完美地维系团结。”<sup>28</sup> 不错，爱能  
jiějué bùshǎo rénjìguānxì de wèntí 解决不少人际关系的问题。

<sup>12</sup> Kěshì yǒu gè xiǎo jiāhuo què néng pòhuài rénjì zhī jiān de hé mù guānxì tā 可是，有个“小家伙”却能破坏人际之间的和睦关系，它  
jiùshì shéitou Yíxià de huà shuō de hěn duì Shéitou què méiyǒu rén néng xùnfú érqǐè shì 就是舌头。以下的话说得很对：“舌头却没有人能驯服，而且是  
gè bù shòu guǎnshù hài rén bù qiǎn de dōngxi chōngmǎn zhìsǐ de dúsù Zhège quàngào 个不受管束、害人不浅的东西，充满致死的毒素。”<sup>29</sup> 这个劝告  
wúyí zhíde wǒmen liúyì Rénrén dōu yào mǐnyú língtīng bù jíyú shuōhuà bù jíyú 无疑值得我们留意：“人人都要敏于聆听，不急于说话，不急于  
dòngnù Kěshì wǒmen yě bù gāi wèile wéixī biǎomiàn de hé mù jiù shuōhuà shīshí 动怒。”<sup>30</sup> 可是，我们也不该为了维系表面的和睦，就说话失实。  
Nǐmen de huà shì jiù gāi shuō shì bùshì jiù gāi shuō bùshì cǐwài zài shuō shénme duōyú 你们的话，是就该说‘是’，不是就该说‘不是’；此外再说什么多余  
de huà jiùshì chūyú nà èzhě de huà 的话，就是出于那恶者的。”<sup>31</sup>

<sup>13</sup> Wǒmen kěyǐ zěnyàng yǔ rén bǎochí liánghǎo guānxì ne Qǐng liúyì zhège zhǐdǎo 我们可以怎样与人保持良好关系呢？请留意这个指导  
yuánzé Gè rén bù yào dān gù zìjǐ de shì yě yào gùjí biérén de shì Zhèyàng wǒmen 原则：“各人不要单顾自己的事，也要顾及别人的事。”<sup>32</sup> 这样，我们  
jiùshì shíxíng jīnguī de xùnshì le Zài yīqiè shì shàng nǐmen xīwàng rén zěnyàng dài 就是实行“金规”的训示了：“在一切事上，你们希望人怎样待  
nǐmen nǐmen yě děi zěnyàng dài rén 你们，你们也得怎样待人。”<sup>33</sup>

12. Nǐ kěyǐ zěnyàng kòngzhì zìjǐ de shéitou 你可以怎样控制自己的舌头？

13. Nǐ huì zěnyàng bǎochí liánghǎo de rénjìguānxì 你会怎样保持良好的人际关系？

14 **Yālì** Zhège shìjiè chōngmǎn yālì wǒmen zěnyàng cái néng bǎochí qíngxù pínghéng  
 压力：这个世界充满压力，我们怎样才能保持情绪平衡  
 ne Xīnzhōng xǐlè róngguāng huànfā xīnlǐ tòngkǔ ànrán shénshāng Wǒmen kànjiàn  
 呢？“心中喜乐，容光焕发；心里痛苦，黯然神伤。”<sup>34</sup> 我们看见  
 biérén hūlūlè wǒmen xīnmù zhōng rènwéi shì duì de shì yěxǔ hěn róngyì jiù shīqù  
 别人忽略了我们心目中认为是对的事，也许很容易就失去  
 xīnzhōng de xǐlè Kěshì wǒmen zuìhǎo jìzhù zhè fān huà Bùyào guòfèn zhèngyì yě  
 “心中[的]喜乐”。可是，我们最好记住这番话：“不要过分正义，也  
 bùyào guòdù zì chēng zhìhuì Hébi hé zìqǔ mièwáng ne Lìngyīfāngmiàn wǒmen yěxǔ  
 不要过度自逞智慧。何必自取灭亡呢？”<sup>35</sup> 另一方面，我们也许  
 chángcháng bǎoshòu shēnghuó de yōulǜ Wǒmen kěyǐ zěnyàng yìngfù ne Yào jìzhù Rénxīn  
 常常饱受生活的忧虑。我们可以怎样应付呢？要记住：“人心  
 dānyōu yùyùbùlè tīngjiàn liáng yán xīnlǐ huānxǐ Wǒmen kěyǐ chénsī yīxià gǔwǔ rénxīn  
 担忧，郁郁不乐；听见良言，心里欢喜。”<sup>36</sup> 我们可以沉思一下鼓舞人心  
 de liáng yán Jíshǐ huánjìng bùlì dàn wǒmen zhǐyào bào zhe jījí de tàidu zhè yě huì  
 的“良言”。即使环境不利，但我们只要抱着积极的态度，这也会  
 duì wǒmen chǎnshēng yǒuyì de yǐngxiǎng Xǐlè de xīn shì zhìbìng liángyào Rúguǒ wǒmen  
 对我们产生有益的影响：“喜乐的心是治病良药。”<sup>37</sup> 如果我们  
 yùyùbùlè zhǐ yīn kànlái méiyǒu rén guānxīn wǒmen hébù shìshì yǐxià de liáng fāng  
 郁郁不乐，只因看来没有人关心我们，何不试试以下的良方：  
 Shīyǔ bǐ jiēshòu gèng kuàilè Wǒmen yǒu jījí de tàidu jiù néng yìngfù měitiān de  
 “施与比接受更快乐。”<sup>38</sup> 我们有积极的态度，就能应付每天的  
 yālì le  
 压力了。

15 Nǐ rènwéi shàngshù de jīnyùliángyán huì duì shēnghuó zài èrshíyī shìjì de nǐ yǒu  
 你认为上述的金玉良言，会对生活在 21 世纪的你有  
 shíxiào ma Qíshí zhèxiē zhōnggào dōu chūzì yīběn gǔlǎo de shū jiùshì Shèngjīng Dànshì  
 实效吗？其实，这些忠告都出自一本古老的 书，就是圣经。但是，  
 wǒmen wèishénme yào kàn Shèngjīng ér bùshì yánjiū qítā de dàoli ne Yīge lǐyóu shì  
 我们为什么要看圣经，而不是研究其他的道理呢？一个理由是，  
 Shèngjīng de yuánzé dōu shì jīngdeqǐ shíjiān kǎoyàn de Qǐng kànkàn Kānghào hé Xiāngdàizǐ liǎng  
 圣经的原则都是经得起时间考验的。请看看康浩和香代子两  
 rén de shìlì tāmen céng zhīlì yú fùnǚ jiěfàng yùndòng Hòulái Xiāngdàizǐ huáile Kānghào  
 人的事例，他们曾致力于妇女解放运动。后来，香代子怀了康浩  
 de gǔròu tāliǎ bùdé bù jiéhūn Kěshì tāmen chūxiànle jīngjì wèntí jiāshàng dàjiā yě  
 的骨肉，他俩不得不结婚。可是，他们出现了经济问题，加上大家也  
 hébù lái yúshì hěn kuài jiù líhūnle Hòulái shuāngfāng dōu gèzì gēn Yēhéhuá  
 合不来，于是很快就离婚了。后来，双方都各自跟耶和  
 Jiànzhèngrén xuéxí Shèngjīng dàn bǐcǐ què bù zhīdào zhè huí shì Tāmen fājué dào duìfāng de  
 见证人学习圣经，但彼此却不知道这回事。他们发觉到对方的

Shénme yǒu zhù nǐ yìngfù yālì  
 14. 什么有助你应付压力？

Wèishénme Shèngjīng hěn zhíde nǐ kàn  
 15, 16. 为什么圣经很值得你看？

shēnghuó yǒu hěn dà gǎibiàn Yúshì Kānghào hé Xiāngdàizǐ zàicì jié wéi fūfù Dāngrán ,  
生活有很大改变。于是，康浩和香代子再次结为夫妇。当然，  
tāmende shēnghuó bìngbù huì yīncǐ jiù yīfānfēngshùn dàn tāmen xiànzài què ànzhào Shèngjīng  
他们的生活并不会因此就一帆风顺，但他们现在却按照圣经  
yuánzé ér shēnghuó dàjiā dōu yuànyì ràngbù hǎo jiějué tāmende wèntí Nǐ huì zài  
原则而生活，大家都愿意让步，好解决他们的问题。你会在  
Yēhéhuá Jiànzhèngrén dāngzhōng jiàndào shíjiàn Shèngjīng yuánzé de hǎo jiéguǒ Hébu cānjiā  
耶和华见证人当中见到实践圣经原则的好结果。何不参加  
tāmende jùhuì jiéshí zhèxiē nǚlì shíxíng Shèngjīng jiàoxun de rén ne  
他们的聚会，结识这些努力实行圣经教训的人呢？

<sup>16</sup> Shèngjīng díquè shì gè yǔ rén qǐdí de bǎokù yùnhán wúqióngwújìn de shíyòng zhìhuì  
圣经的确是个予人启迪的宝库，蕴含无穷无尽的实用智慧，  
wǒmen yǐshàng zhǐshì lüè jǔ yī èr éryī Yēhéhuá Jiànzhèngrén lèyú shíjiàn Shèngjīng yuánzé  
我们以上只是略举一二而已。耶和华见证人乐于实践圣经原则，  
shì yǒu dàoli de Hébu zhǎochū tāmen lèyú zhèyàng zuò de lǐyóu bìngqiě xuéxí Shèngjīng  
是有道理的。何不找出他们乐于这样做的理由，并且学习圣经  
yīxiē jīběn dàoli ne  
一些基本道理呢？

### Zhāochū Shèngjīng de Jīnyùliángyán 找出圣经的金玉良言

1. 箴言 22:6 2. 箴言 29:15 3. 歌罗西书 3:21 4. 以弗所书 5:28, 33 5. 箴言 15:22  
6. 箴言 20:5 7. 马太福音 19:19 8. 箴言 23:22 9. 箴言 19:26  
10. 箴言 18:1 11. 传道书 10:19 12. 箴言 31:6, 7 13. 箴言 20:1  
14. 箴言 23:29-35 15. 箴言 23:20, 21 16. 箴言 28:19 17. 提摩太前书 6:7-10; 路加福音 12:15  
18. 箴言 6:6-11 19. 路加福音 14:28 20. 传道书 7:12  
21. 箴言 22:29 22. 路加福音 6:38 23. 箴言 11:25; 传道书 11:1  
24. 传道书 4:4 25. 传道书 7:9 26. 以弗所书 4:26, 27 27. 箴言 19:11  
28. 歌罗西书 3:12-14 29. 雅各书 3:5-8 30. 雅各书 1:19 31. 马太福音 5:37  
32. 腓立比书 2:4 33. 马太福音 7:12 34. 箴言 15:13 35. 传道书 7:16  
36. 箴言 12:25 37. 箴言 17:22 38. 使徒行传 20:35

## Kěkào de Zhǐnánshū 可靠的指南书

<sup>1</sup> “Shèngjīng shì rénlèi wénmíng hé shēnghuó jīngyàn de jiéjīng, shì dúyīwú'èr de.”

Guǎngzhōu Zhōngshān Dàxué chūbǎn de yī běn zázhì zhèyàng shuō. 18 shìjì shēn jù yǐngxiǎng lì de zhéxuéjiā Kāngdé céng shuō. Shìrén yǒu Shèngjīng zhè běn shū, shízài shì zuìdà de xìngfú. Rènhe biǎndī zhè běn shū de qǐtú, dōu wéifǎnle rénlèi de lìyì. Měiguó Bǎikēquánshū shuō. Shèngjīng duì rénlèi de yǐngxiǎng, bùjǐn xiànyú Yóutàirén hé Jīdūtú. Zhè běn shū bèi shìwéi dàodé hé zōngjiào de bǎokù. Tā hányǒu qǔzhībùjìn de jiàoxùn, yǒuzhù yú cùjìn yíge wénmíng de shìjiè.”

<sup>2</sup> Wúlùn nǐ xìnfèng shénme zōngjiào, duō zhī yídiǎn zhè běn shū qǐ bùshì hǎoshì ma? Dào èrshí shìjì mò, Shèngjīng quán shū huò bùfēn yǐ bèi yì chéng liǎngbǎi liǎngqiān duō zhǒng yǔyán. Dàbùfēn rén dōu nénggòu yǐ tāmen tōngxiǎo de yǔyán yuèdú hé míngbai Shèngjīng. Zìcóng fāmíng huózì yìnshuāshù yǐlái, gūjì quánqiú yǒu sìshí yì běn Shèngjīng liú tōng.

<sup>3</sup> Rúguǒ nǐ yǒu yī běn Shèngjīng, qǐng fān dào tāde mùlù, kànkàn gè juǎn shū de míngchēng, cóng Chuàngshìjì kāishǐ dào Qǐshìlù jiéshù. Shèngjīng qíshí shì yī tào cóngshū, yǒu liùshíliù juǎn, dàyuē yóu sìshí rén zhíbǐ xiěchéng. Qián bùfēn yǒu sānshíjiǔ juǎn, xǔduō rén jiào tā zuò Jiùyuē Shèngjīng, dàn jiào shìdàng de jiàofǎ shì Xībó lái yǔ jīngjuǎn, yīnwèi zhè bùfēn zhǔyào shì yòng Xībó lái yǔ xiěchéng de. Hòu bùfēn yǒu èrshíqī juǎn, xǔduō rén jiào tā zuò Xīnyuē Shèngjīng, dàn jiào shìdàng de jiàofǎ shì Xīlàyǔ jīngjuǎn, yīnwèi zhè

---

### Nǐ Rènwei Zěnyàng? 你认为怎样?

Nǐ yǒu shénme lǐyóu yào rènzhēn kǎolù Shèngjīng

1, 2. 你有什么理由要认真考虑圣经?

Guānyú Shèngjīng de zhíbǐzhě, shénme shì lìng rén chēngqí?

3. 关于圣经的执笔者, 什么事令人称奇?

bùfen shì Jīdūtú yòng Xīlàyǔ xiěchéng de Shèngjīng de xiězuò qī gòng yǒu yīqiān liùbǎi duō  
 部分是基督徒用希腊语写成的。圣经的写作期共有 1 600 多  
 nián cóng Gōngyuánqián yī wǔ yī sān nián kāishǐ dào Gōngyuán jiùshíbā nián jiéshù Zhíbǐzhě cóng  
 年，从公元前 1513 年开始，到公元 98 年结束。执笔者从  
 méiyǒu jùjí qīlái yītóng shāngliáng yào xiě shénme Yǒuxiē shūjuǎn suī zài tóngqī xiěchéng  
 没有聚集起来，一同商量要写什么。有些书卷虽在同期写成，  
 dàn zhíbǐzhě què bǐcǐ fēngé shù qiān lǐ Jíshǐ zhèyàng Shèngjīng què yǒu yīge zhǔtí  
 但执笔者却彼此分隔数千里。即使这样，圣经却有一个主题，  
 bìngqiě shǒuwěi yīguān háowú máodùn Zài shíliù gè shìjī qījiān yóu sìshí rén suǒ xiě de  
 并且首尾一贯，毫无矛盾。在十六个世纪期间、由四十人所写的  
 yī bù shū zěn kěnéng huì zhème héxié yīzhì ne Zhè zhēn jiào wǒmen gǎndào jīngyà  
 一部书，怎可能会这么和谐一致呢？这真叫我们感到惊讶。

Shèngjīng suī zài yīqiān jiùbǎi duō nián qián xiěchéng dàn tāde nèiróng què jiào xiàndài rén  
 4 圣经虽在 1 900 多年前写成，但它的内容却叫现代人  
 yě gǎndào xìngqù Lǐrú qǐng fāndào Shèngjīng de Yuēbóji dì èrshíliù zhāng dì qī jié Xū zhīdào  
 也感到兴趣。例如，请翻到圣经的约伯记 26:7。须知道，  
 zhè jié jīngwén shì zài Gōngyuánqián shíwǔ shìjī xiě xiàlái de Jīngwén shuō Shàngdì bǎ  
 这节经文是在公元前 15 世纪写下来的。经文说：“上帝把  
 běijí pū zài xūwú zhī jìng bǎ dàdì xuán zài xūkōng zhī shàng Ránhòu qǐng fāndào  
 北极铺在虚无之境，把大地悬在虚空之上。”然后，请翻到  
 Yísàiyàshū dì sìshí zhāng dì èrshí'èr jié qǐng zhùyì Yísàiyàshū shì zài Gōngyuánqián bā shìjī  
 以赛亚书 40:22；请注意，以赛亚书是在公元前 8 世纪  
 xiěchéng de Zhè jié jīngwén shuō Shàngdì zhù zài dàdì de yuánquān zhī shàng dìshàng de  
 写成的。这节经文说：“上帝住在大地的大圆圈之上，地上的  
 jūmín hǎoxiàng huángchóng Tā pū kāi qióngcāng rútóng bóshā zhǎnkāi tiānkōng rú kě zhù de  
 居民好像蝗虫。他铺开穹苍如同薄纱，展开天空如可住的  
 zhàngmù Dúguò zhè liǎng gè miáoshù zhīhòu nǐ xiǎng dào shénme jǐngxiàng ne Yīge qiú tǐ  
 帐幕。”读过这两个描述之后，你想到什么景象呢？一个球体  
 xuán zài tài kōng zhī zhōng Nǐ hěn kěnéng cóng xiàndài hángtiānqì chuánsòng lái de túpiàn shàng  
 “悬”在太空之中。你很可能从现代航天器传送来的图片上  
 jiànguò zhège jǐngxiàng Nǐ yěxǔ gǎndào jīngqí shēnghuó zài zhème yuǎngǔ de rén zěn kěnéng  
 见过这个景象。你也许感到惊奇，“生活在这么远古的人，怎可能  
 shuōchū rúcǐ héhū kēxué de huà lái ne  
 说出如此合乎科学的话来呢？”

Xiànzài ràng wǒmen kànkàn yǒuguān Shèngjīng de lìng yīge wèntí Shèngjīng de jìzǎi  
 5 现在让我们看看有关圣经的另一个问题。圣经的记载，  
 zhǔnquè wúwù ma Yǒuxiē rén rènwéi Shèngjīng zhǐ hányǒu shénhuà chuánshuō bìng méiyǒu shìshí  
 准确无误吗？有些人认为圣经只含有神话传说，并没有事实  
 gēnjù Wǒmen qiě yǐ zhùmíng de Yísèliè guówáng Dàwèi wéi lì Zhídào jìnnián zhǐyǒu  
 根据。我们且以著名的以色列国王大卫为例。直到近年，只有  
 Shèngjīng tídao tāde cúnzài Suǐrán lìshǐxuéjiā dàdū chéngrèn Dàwèi zhēn yǒu qí rén dàn  
 圣经提到他的存在。虽然历史学家大都承认大卫真有其人，但

Nǐ wèishénme nénggòu xiāngxìn Shèngjīng lǐ de huà  
 4-6. 你为什么能够相信圣经里的话？

yǒuxiē huáiyílùnzhě què shēngchēng tā zhǐshì Yóutài xuānchuánjiā xūgòu chūlái de rén Shìshí  
有些怀疑论者却声称他只是犹太宣传家虚构出来的人。事实  
jiūjìng zěnyàng  
究竟怎样？

<sup>6</sup> Yī jiǔ sān nián yǒu rén zài Yǐsèliè gǔ chéng Dàn de fèixū lǐ fāxiànle yī kuài  
1993 年，有人在以色列古城但的废墟里发现了一块  
shítou shàngmian kè yǒu Dàwèi jiā zhè zìyàng Zhè kuài míngkè shì Gōngyuánqián jiǔ shìjī  
石头，上面刻有“大卫家”这字样。这块铭刻是公元前 9 世纪  
yīge jìniànbēi de suìpiàn shì Yǐsèlièrén de chóudí yòng lái jìniàn zhànshèng tāmen de yī  
一个纪念碑的碎片，是以色列人的仇敌用来纪念战胜他们的一  
chǎng zhànzhēng de Yǒule zhège chūhūyìliào de fāxiàn zhīhòu wǒmen xiànzài yǒu Shèngjīng yǐwài  
场战役的。有了这个出乎意料的发现之后，我们现在有圣经以外  
de gǔwù qù zhèngshí Dàwèi zhège rén le Zhè yǒu shénme yìyì ne Lùndào zhège fāxiàn  
的古物去证实大卫这个人了！这有什么意义呢？论到这个发现，  
Tèlāwéifū Dàxué de xuézhě Yǐsèliè'ěr Fēnkè'ěrsītān shuō Fāxiànle zhège Dàwèi míngkè  
特拉维夫大学的学者伊斯雷尔·芬克尔斯坦说：“发现了这个大卫铭刻  
zhīhòu Shèngjīng suǒ shòu de gōngjī jiù zài yī yè zhī jiān xiāoshīle Zhíde zhùyì de shì  
之后，圣经所受的攻击就在一夜之间消失了。”值得注意的是，  
kǎogǔxuéjiā Wēilián Ào'ěrbulàitè jiàoshòu huāle jǐ shí nián shíjiān zài Bālèsītān fājué  
考古学家威廉·奥尔布赖特教授花了几十年时间在巴勒斯坦发掘  
gǔjì tā shuō Yīge fù yīge de fāxiàn zhèngshíle wúshù de xìjié Zhè shǐ Shèngjīng  
古迹，他说：“一个复一个的发现，证实了无数的细节。这使圣经  
de lìshǐ jiàzhí shòudào gèng dà zhòngshì Wǒmen kěyǐ zài wèn gǔdài de shǐshī hé  
的历史价值受到更大重视。”我们可以再问，“古代的史诗和  
chuánshuō dōu jiāzále bùshǎo xūgòu chéngfèn Shèngjīng zhè bù gǔshū yòu zěn kěnéng hányǒu  
传说都夹杂了不少虚构成分，圣经这部古书又怎么可能含有  
zhème zhǔnquè de lìshǐ ne Dàn Shèngjīng de dútè zhī chù bìng bùshì dào cǐ wéi zhǐ  
这么准确的历史呢？”但圣经的独特之处，并不是到此为止。

<sup>7</sup> Shèngjīng yě hányǒu xǔduō yùyán Bǐdéhòushū Yùyán zhège cí  
圣经也含有许多预言。（彼得后书 1:20, 21）“预言”这个词，  
yěxǔ lìjí jiào nǐ xiǎngqǐ bùshǎo yǐ xiānzhī zìjū de rén de kōnghuà Dànshì qǐng nǐ piēxià  
也许立即叫你想起不少以先知自居的人的空话。但是请你撇下  
chéngjiàn fāndào Shèngjīng de Dànyǐlǐshū dì bā zhāng Dànyǐlǐ zài yìxiàng lǐ jiàndào yī zhī  
成见，翻到圣经的但以理书第 8 章。但以理在异象里见到一只  
shuāngjiǎo de gōngmiányáng hé yī zhī duō máo de gōngshānyáng hùxiāng tuīzhuàng gōngshānyáng  
双角的公绵羊和一只多毛的公山羊互相推撞；公山羊  
yǒu yī zhī xiǎnyǎn de jiǎo Gōngshānyáng huòshèng dàn tāde dà jiǎo què bèi zhéduànle  
有一只“显眼的角”。公山羊获胜，但它的大角却被折断了，  
ránhòu yǒu sì zhī jiǎo qǔ'èrdàizhī Zhège yìxiàng shì shénme yìsī ne Dànyǐlǐ de jìzǎi  
然后有四只角取而代之。这个异象是什么意思呢？但以理的记载  
jìxù shuō Nǐ kànjiàn de shuāngjiǎo gōngmiányáng xiàngzhēng Mǐdīyà hé Bōsī de wáng  
继续说：“你看见的双角公绵羊象征米底亚和波斯的王。  
Duō máo de gōngshānyáng dàibiǎo Xīlà wáng Liǎng yǎn zhōngjiān de dà jiǎo dàibiǎo tóu yīge  
多毛的公山羊代表希腊王。两眼中间的大角代表头一个

Nǐ zěnyàng kàn Shèngjīng de yùyán  
7, 8. 你怎样看圣经的预言？

wáng Dà jiǎo bèi zhéduàn hòu yǒu sì zhī jiǎo qǐlái qǔ'érdàizhī jiùshì yǒu sì gè wángguó  
王。大角被折断后，有四只角起来取而代之，就是有四个王国  
cóng tāde mínzú zhōng qǐlái zhǐshì méiyǒu tā nà yàng de quánshì Dànyǐlǐshū  
从他的民族中起来，只是没有他那样的权势。”——但以理书8:3-  
22。

8 Zhège yùyán yǒu méiyǒu yīngyàn ne Dànyǐlǐshū shì zài Gōngyuánqián wǔ sān liù nián  
这个预言有没有应验呢？但以理书是在公元前 536 年  
zuǒyòu xiěchéng de Yībǎi bāshí nián hòu Mǎqí dùn wáng Yàlìshāndà Dàdì chūshēng le tā  
左右写成的。一百八十年后，马其顿王亚历山大大帝出生了，他  
zài Gōngyuánqián sān wǔ liù nián zhēngfú le Bōsī dìguó Tā jiùshì duō máo de gōngshānyáng  
在公元前 356 年征服了波斯帝国。他就是“多毛的公山羊”  
liǎng yǎn zhōngjiān de dà jiǎo Jù Yóutài lìshǐjiā Yuēsèfūsī shuō Yàlìshāndà zài  
两眼中间的“大角”。据犹太历史家约瑟夫斯说，亚历山大在  
zhànshèng Bōsī zhīqián céng jìnrù Yēlùsālěng yǒu rén ná Dànyǐlǐshū gěi tā kàn Tā  
战胜波斯之前曾进入耶路撒冷，有人拿但以理书给他看。他  
rènwei Dànyǐlǐ lùnjí tā de yùyán zhèng hǎo miáoshù tā duì Bōsī fādòng de gōngjī Cíwài  
认为但以理论及他的预言，正好描述他对波斯发动的攻击。此外，  
nǐ zài shìjiè lìshǐ de kèběn lǐ yě dúdào Yàlìshāndà zài Gōngyuánqián sān èr sān nián sǐ  
你在世界历史的课本里也读到，亚历山大在公元前 323 年死  
hòu tāde dìguó yǒu shénme yǎnbiàn Tā shǒuxià de sì gè jiāngjūn zuìhòu bǎ dìguó guāfēn  
后，他的帝国有什么演变。他手下的四个将军最后把帝国瓜分  
le Dào le Gōngyuánqián sān líng yī nián qǔdài dà jiǎo de sì zhī jiǎo yǐjīng bǎ dìguó yī  
了。到了公元前 301 年，取代“大角”的“四只角”已经把帝国一  
fēn wéi sì Wǒmen yǒu lǐyóu zài wèn Yī běn shū zěn néng bǎ èrbǎi nián hòu fāshēng de shì  
分为四。我们有理由再问：“一本书怎能把二百年后发生的事，  
zhème shēngdòng bīzhēn de yùgào chūlái ne  
这么生动逼真地预告出来呢？”

9 Shèngjīng běnshēn huídá le yǐshàng wèntí Shèngjīng quán dōu shì Shàngdì yòng shènglíng  
圣经本身回答了以上问题：“圣经全都是上帝用圣灵  
qǐshì de ... jìn dōu yǒu yì Tímótàihòushū Yī zuò Shàngdì yòng shènglíng  
启示的，……尽都有益。”（提摩太后书3:16）译作“上帝用圣灵  
qǐshì de Xīlà cí zìmiàn de yìsi shì Shàngdì hū qì Shàngdì bǎ Shèngjīng de zīliào  
启示”的希腊词，字面的意思是“上帝呼气”。上帝把圣经的资料  
hū jìn dàyuē sìshí gè zhíbǐzhě de nǎohǎi lǐ Wǒmen kǎolǜguò kēxué lìshǐ hé yùyán  
“呼进”大约 40 个执笔者的脑海里。我们考虑过科学、历史和预言  
fāngmiàn de zhèngjù zhīhòu suǒ dé de qīngxī jiélùn zhǐyǒu yīge Shèngjīng shì yī bù  
方面的证据之后，所得的清晰结论只有一个。圣经是一部  
wúyǔlún bǐ de shū tā bùshì zhǐ hányǒu rénlèi de zhìhuì ér shì láizì Shàngdì de Kěshì  
无与伦比的书，它不是只含有人类的智慧，而是来自上帝的。可是，  
jīntiān què yǒu xǔduō rén huáiyí tāde zuòzhě Shàngdì de cúnzài Nǐ yòu zěnyàng ne  
今天却有許多人怀疑它的作者——上帝——的存在。你又怎样呢？

Wèishénme Shèngjīng shì yī bù wúyǔlún bǐ de shū  
9. 为什么圣经是一部无与伦比的书？



## Kuàngshì zhī Shū de Wěidà Zuòzhě 旷世之书的伟大作者

<sup>1</sup> Měiguó yǒu bǎifēnzī jiǔshiliù de rén shēngchēng xiāngxìn Shàngdì dàn zài Ōuzhōu hé Yàzhōu zhège bǐlǜ què dī de duō Kěshì shènzhì zài bìngfēi xìnyǎng Shàngdì de guójiā lǐ yě yǒu bùshǎo rén rènwéi wùzhì yǔzhòu shì yóu mǒuxiē wèizhī lìliang chǎnshēng chūlái de. Zhùmíng de Rìběn jiàoyùjiā Fúzé Yùjī miànzhí yīwàn rìyuán de chāopiào shàng yìn yǒu tāde xiàoxiàng yǒu yīcì xiě dào Shàngtiān zào rén wú fēn gāodī Fúzé yǐ shàngtiān yī cí qù zhǐ dàzìrán de dìnglǜ tā rènwéi rén jiùshì yóu zhè zhǒng dìnglǜ chǎnshēng de. Xǔduō rén dōu xiàng Nuòbèi'ěrjiǎng dézhǔ Fújīng Qiānyī nànyàng jiēshòu yīge chōuxiàng de shàngtiān guānniàn Fújīng biǎoshì tā xiāngxìn yǔzhòu jiān yǒu yīge jùdà de tǐxì kěyǐ yòng Shàngdì zhège zōngjiào cíyǔ lái biǎodá dàn tā què chēng zhī wéi zìrán de tèxìng

<sup>2</sup> Zhèxiē zhīshífēnzǐ xiāngxìn mǒu gè yǒnghéng de dōngxī huò gètǐ cùchéng le yǔzhòu de yùnxíng Wèishénme ne Qǐng xiǎngxiǎng Tàiyáng de tǐjī shífēn jùdà zúyǐ róngnà yībǎiwàn gè dìqiú dàn yǔ Yínhéxì xiāngbǐ tā zhǐ bùguò shì cānghǎiyīsù éryǐ Dàn yǔzhòu yǒu yīwàn gè xīngxì Yínhéxì yě zhǐshì qízhōng yīge bāle Gēnjù kēxué guānchá gè xīngxì kànlái zhèng yǐ gāosù xiàng wài tuījìn Yào tuīdòng yǔzhòu de yùnxíng jiù bìrán qiānshè dào jùdà de néng Zhè gǔ néngliàng láizì shéi huò shénme fāngmiàn ne Shèngjīng wèndào Nimen xiàng tiān jǔmù ba Zhè yīqiè shì shéi chuàngzào de ne Shì Shàngdì chuàngzào de tā shuàilǐng xīngchén rú lǐng dàjūn xīshù hào zhào yīyī diǎnmíng hūhuàn Tā nénglì chōngpèi lìliang qiángdà suǒyǐ lián yī kē xīng dōu bù quēshǎo Yǐsàiyàshū

### Nǐ Rènwéi Zěnyàng 你认为怎样？

Nǐ rènwéi yǔzhòu shì zěnyàng lái de  
1, 2. 你认为宇宙是怎样来的？

40:25, 26) Jīngwén xiǎnshì yǔzhòu shì yóu yíge gètǐ cùchéng de tā jiùshì nénglì zhī yuán  
经文显示，宇宙是由一个个体促成的，他就是“能力”之源。

<sup>3</sup> Qǐng yě xiǎngxiǎng dìqiú shàng de shēngwù jìnhuàlùnzhě shēngchēng shēngmìng shì zìxíng chǎnshēng de Zhège shuōfǎ duì ma Shēngwùhuàxuéjiā Mǎikè'ěr Bèihè shuō Duiyú shēngwù de huàxué guòchéng kēxué yǐ yǒu chángzú de liǎojiě dàn zài fēnzǐ de céngcì shàng kēxué què wúfǎ jiěshì shēngwù xìtǒng de jīngqiǎo hé fùzá shì zěnyàng lái de..... Xǔduō kēxuéjiā duànyán tāmen yǐ zhǎngwòle qízhōng de jiěshì huò chízǎo huì zhēnxiàngdàbái Kěshì zhuānmén de kēxué shūkān què bù zhīchí zhèyàngde shēngchēng Cíwài gēnjù shēngwù fēnzǐ xìtǒng de jiégòu wǒmen yǒu chōngfèn lǐyóu rènwéi yǐ Dá'ěrwén de lǐlùn qù jiěshì shēngmìng jīzhì shì yǒng bùhuì chénggōng de  
请也想想地球上的生物。进化论者声称，生命是自行产生的。这个说法对吗？生物化学家迈克尔·贝赫说：“对于生物的化学过程，科学已有长足的了解：但在分子的层次上，科学却无法解释生物系统的精巧和复杂是怎样来的。……许多科学家断言，他们已掌握了其中的解释，或迟早会真相大白。可是，专门的科学书刊却不支持这样的声称。此外，根据[生物分子]系统的结构，我们有充分理由认为，以达尔文的理论去解释生命机制，是永不会成功的。”

<sup>4</sup> Jìnhuàlùn rènwéi rénlèi shì tiānrán chǎnshēng de méiyǒu jièzhù rènhe zhīlì Nǐ zhēnde mǎnyì zhèyàngde jiěshì ma Yǒurén shuō rénnǎo shì yǔzhòu zhōng zuì fùzá de wùtǐ Xiànzài jiù ràng wǒmen yánjiū yíxià rénnǎo kànkàn kěyǐ dédào shénme jiélùn Lǐcháde Léisītākè yīshēng shuō Lián zuì xiānjìn de lèi shénjīng wǎngluò diànnǎo de gōngnéng yě bùguò děngyú yī zhī cāngyíng de wànfenzhīyī Rénnǎo bǐ cāngyíng de nǎozǐ yōuyüè de duō Rénnǎo yǒu xuéxí yǔyán de nénglì nénggòu zìxíng xiūlǐ zìxíng gǎibiān chéngxù bìngqiě gǎishàn gōngnéng Nǐ yīdìng tóngyì qiánglì chāojí diànnǎo de gōngnéng suīrán zhǐ jí cāngyíng  
进化论认为人类是天然产生的，没有借助任何智力。你真的满意这样的解释吗？有人说，人脑是“宇宙中最复杂的物体”。现在就让我们研究一下人脑，看看可以得到什么结论。理查德·雷斯塔克医生说：“连最先进的类神经网络电脑的功能，也不过等于一只苍蝇的万分之一。”人脑比苍蝇的脑子优越得多。人脑有学习语言的能力，能够自行修理，自行改编程序，并且改善功能。你一定同意，强力超级电脑的功能虽然只及“苍蝇

Nǐ rènwéi shēngwù píng jìnhuà ér lái de kěnéngxìng yǒu duō dà  
3. 你认为生物凭进化而来的可能性有多大？

Rénnǎo de gōngnéng xiǎnshì nǎozǐ shì zěnyàng lái de  
4. 人脑的功能显示脑子是怎样来的？

de wànfēnzhiyī dàn yě bìrán shì jīng zhìhuì shèjì chūlái de Nàme rénnǎo yòu zěnyàng  
的 万分之一”，但也必然是经智慧设计出来的。那么，人脑又怎样  
ne  
呢？”\*

<sup>5</sup> Sān qiān nián qián rénlèi hái wèi wánquán zhīdao réntǐ de qímiào jiégòu dàn dāngshí  
三千年前，人类还未完全知道人体的奇妙结构，但当时  
yīge Shèngjīng zhíbǐzhě sīkǎoguò réntǐ de gòuzào hòu shuō Wǒ yào chēng yáng nǐ  
一个 圣经 执笔者 思考过 人体的 构造 后，说：“我要 称 扬 你，  
yīnwèi wǒde shòuzào qímiào kěwèi Nǐde zuòwéi qímiào wǒ xīnli qīngchū zhīdao Zhíbǐzhě  
因为 我的 受造 奇妙 可畏。你的 作为 奇妙，我 心里 清楚 知道。” 执笔者  
suīrán duì tuōyǎnghétángésuān de fēnzǐjiégòu yīwúsuǒzhī què xiě dào Wǒ hái shì  
虽然 对 脱氧核糖核酸 (DNA) 的 分子结构 一无所知，却 写道：“我还是  
pēitāi deshíhòu nǐde yǎnjīng jiù kànjiàn wǒ le ..... Yǐjīng jì zài nǐde cè shàng le.”  
胚胎 的时候，你的 眼睛 就 看见 我了。……已经 记 在 你的 册 上 了。”

Shīpiān Tā suǒ zhǐ de shì shéi ne Nénglì chōngpèi chǎnshēng yǔzhòu wànwù  
(诗篇139:14, 16) 他所指的是谁呢？“能力 充沛”、产生 宇宙 万物  
de shì shéi ne  
的是谁呢？

<sup>6</sup> Shèngjīng dìyī jié jīngwén jiù shuō Zuìchū Shàngdì chuàngzàole tiāndì Chuàngshìjì  
圣经 第一节 经文 就说：“最初，上帝 创造了 天地。” (创世记  
1:1) Tā yě shì Shèngjīng de wēidà zuòzhě bǎ zhè běn shū de nèiróng xiàng rén qǐshì  
他也是 圣经 的 伟大 作者，把 这本书 的 内容 向 人 启示  
chūlái Tā xiǎnshì zìjǐ shì yī wèi lèyú yǔ rén qīnjìn de Shàngdì yīncǐ wǒmen nénggòu  
出来。他 显示 自己 是一位 乐于 与 人 亲近 的 上帝，因此 我们 能够  
gēn tā dìjié qīnmì de guānxì  
跟他 缔结 亲密 的 关系。

---

\* Yǒu Yī Wèi Guānxīn Rén de Zàowùzhǔ ma Niūyuē Shǒuwàngtái Shèngjīng Shūshè chūbǎn  
《有一位 关心 人的 造物主 吗?》 (纽约 守望台 圣经 书社 出版)

dì èr zhì sì zhāng zǎi yǒu jìnyībù de xìjié kě gōng dúzhě cānkǎo  
第 2 至 4 章 载 有 进 一 步 的 细 节，可 供 读 者 参 考。

---

Guānyú shēngmìng de qǐyuán nǐ dédào shénme jiélùn  
5, 6. 关于 生命 的 起源，你 得到 什么 结论？

## Rènshi Shàngdì 认识上帝

<sup>1</sup> Nǐ xiǎng xiàng rén qǐngjiào, qǐ bùhuì zhǎo gè zhíde xìnren de rén ma? Rúguǒ yìjian  
 你想向人请教, 岂不会找个值得信任的人吗? 如果意见  
 de láiyuán shì nǐ hěn xìnren de nàme, bùlùn shìfǒu lìjí jiànxào, nǐ yě huì bǐjiào yuànyì  
 的来源是你很信任的, 那么, 不论是否立即见效, 你也会比较愿意  
 tīngcóng. Nǐ zhēnde xiǎng cóng Shèngjīng de shíyòng quàngào déyì, jiù bìxū rènshi tāde  
 听从。你真的想从圣经的实用劝告得益, 就必须认识它的  
 wēidà zuòzhě. Shìshíshàng, nǐ shènzhì nénggòu chéngwéi tāde péngyou. Yǐsàiyàshū  
 伟大作者。事实上, 你甚至能够成为他的“朋友”!——以赛亚书  
 41:8。

<sup>2</sup> Nǐ xiǎng gēn mǒu gè rén zuò péngyou, wúyí huì xiǎng zhīdao tāde míngzi. Shèngjīng  
 你想跟某个人做朋友, 无疑会想知道他的名字。圣经  
 de Shàngdì yǒu gè míngzi ma? Tā xuāngào shuō: Wǒ shì Yēhéhuá, zhè shì wǒde míng. Wǒ  
 的上帝有个名字吗? 他宣告说: “我是耶和华, 这是我的名。我  
 jué bù ràng zìjǐ de róngyào guīyú bié shén, yě jué bù ràng wǒ dāng shòu de zànměi guīyú  
 决不让自己的荣耀归于别神, 也决不让我当受的赞美归于  
 ǒuxiàng.” (Yǐsàiyàshū Shàngdìde míngzi jiùshì Yēhéhuá, Xībó lái yǔ de xiěfǎ shì  
 偶像。” (以赛亚书42:8) 上帝的名字就是“耶和华”, 希伯来语的写法是  
 יהוה (yóu yòu zhì zuǒ). Zài Shèngjīng de Xībó lái yǔ Jīngjuàn lǐ zhège míngzi  
 出现了差不多七千次。上帝的名字含有“成事者”的意思, 暗示  
 Yēhéhuá wèile shíxiàn zìjǐ de zhǐyì, tā yào chéngjiù shénme, jiù chéngjiù shénme. Zài zhè  
 耶和华为了实现自己的旨意, 他要成就什么, 就成就什么。再者,  
 ànzhào Xībó lái yǔ de yǔfǎ, zhège míngzi de xíngtài biǎoshì xíngdòng zài fāzhǎn zhōng, zhí dào  
 按照希伯来语的语法, 这个名字的形态表示行动在发展中, 直到  
 wánchéng wéizhǐ. Zhè biǎoshì shénme ne? Zhè biǎoshì wèile shíxiàn zìjǐ de zhǐyì, Yēhéhuá  
 完成为止。这表示什么呢? 这表示, 为了实现自己的旨意, 耶和华  
 chéngjiùle tā xūyào chéngjiù de yīqiè shì, érqiě hái huì jìxù zhèyàng zuò. Tā shì huó de  
 成就了他需要成就的一切事, 而且还会继续这样做。他是活的  
 Shàngdì bìng bùshì yī gǔ méiyǒu gèxìng de lìliang  
 上帝, 并不是一股没有个性的力量!

### Nǐ Rènwei Zěnyàng? 你认为怎样?

Rènshi Shàngdì wèishénme zhì wéi zhòngyào  
 1. 认识上帝, 为什么至为重要?

Rènshi Shàngdì de míngzi hé tāde hányì wèishénme yìyì zhòngdà  
 2. 认识上帝的名字和它的含意, 为什么意义重大?

Yēhéhuá shì zàowùzhǔ Chuàngshìjì Tā shì yǒng huó de Shàngdì Tā zàole  
<sup>3</sup> 耶和華是造物主。(創世記 1:1) 他是“永活的上帝。他造了  
 tiān dì hǎi yòu zàole qízhōng de wànwù Shǐtú Xíngzhuàn Yēhéhuá chuàngzàole  
 天、地、海，又造了其中的萬物”。(使徒行傳 14:15) 耶和華創造了  
 wànwù bāokuò rénlèi de shǐzǔ Yádāng hé Xiàwá Yīncǐ Shàngdì shì shēngmìng de  
 萬物，包括人類的始祖亞當和夏娃。因此，上帝是“生命的  
 yuántóu Shīpiān Tā yě wéichí wànwù de shēngmìng Tā chángcháng xíngshàn wèi  
 源頭”。(詩篇 36:9) 他也維持萬物的生命。他“常常行善，為  
 zìjǐ zuò zhèng lìrú cóng tiān jiàng yǔ cìxià fēngshōu de shíjié ràng nǐmen chīhē bǎo  
 自己作證，例如從天降雨，賜下豐收的時節，讓你們吃喝飽  
 zú mǎnxīn huānxīn Shǐtú Xíngzhuàn Zài Fēizhōu hé Yàzhōu xǔduō rén bài zǔxiān  
 足，滿心歡欣”。(使徒行傳 14:17) 在非洲和亞洲，許多人拜祖先，  
 shì yīnwèi tāmen gǎnjī zǔxiān chuán gěi tāmen shēngmìng Dànshì zàowùzhǔ jìrán chuàngzàole  
 是因為他們感激祖先傳給他們生命。但是，造物主既然創造了  
 dìyī duì rénlèi bìngqiě fùyǔ tāmen shēngyù nénglì yě wéichí wǒmen de shēngmìng wǒmen  
 第一對人類，並且賦予他們生育能力，也維持我們的生命，我們  
 qǐ bù gèng dāng gǎnjī tā ma Nǐ xiǎngxiǎng zhè jiàn shì yěxǔ huì bùjīn jīngtàn shuō  
 豈不更當感激他嗎？你想想這件事，也許會不禁驚嘆說：  
 Yēhéhuá wǒmen de Shàngdì nǐ pèi dé róngyào zūnchóng lìliang yīnwèi nǐ chuàngzàole  
 “耶和華我們的上帝，你配得榮耀、尊崇、力量，因為你創造了  
 yīqiè yīqiè dōu shì yīnwèi nǐde zhīyì cái néng cúnzài cái bèi chuàngzào de。”——  
 Qǐshìlù  
 啟示錄 4:11。

Nǐ kě cóng Shèngjīng qù rènshi zàowùzhǔ Yēhéhuá zhīdao tā shì zěnyàngde Shàngdì  
<sup>4</sup> 你可從聖經去認識造物主耶和華，知道他是怎樣的上帝。  
 Shèngjīng tòulù Shàngdì jiùshì ài Yuēhàn Yīshū Chū'āijī Cóng  
 聖經透露，“上帝就是愛”。(約翰一書 4:16；出埃及記 34:6, 7) 從  
 Shèngjīng de Chuàngshìjì dào Qǐshìlù nǐ huì dúdào xǔduō jìzài biāomíng Yēhéhuá díquè  
 聖經的創世記到啟示錄，你會讀到許多記載，表明耶和華的確  
 shì rén'ài de Shàngdì Hébu yǎngchéng tiāntiān yuèdú Shàngdì huàyǔ de xíguàn yǐ qiú rènshi  
 是仁愛的上帝。何不養成天天閱讀上帝話語的習慣，以求認識  
 zàowùzhǔ ne Yě yào jiēshòu shúxī Shèngjīng de rén de bāngzhù zǐxì xuéxí Shèngjīng  
 造物主呢？也要接受熟悉聖經的人的幫助，仔細學習聖經。  
 Shǐtú Xíngzhuàn Nǐ huì kànchū Yēhéhuá yě shì gōngzhèng de Shàngdì tā bùhuì  
 (使徒行傳 8:26-35) 你會看出，耶和華也是公正的上帝，他不會  
 yǒngyuǎn róngxǔ zuì'è cúnzài Shēnmìngjì Dui rénlèi lái shuō yào zài àixīn hé  
 永遠容許罪惡存在。(申命記 32:4) 對人類來說，要在愛心和

Nǐ yǒu shénme lǐyóu yào zànměi Yēhéhuá  
 3. 你有什么理由要赞美耶和華？

Yēhéhuá yǒu shénme xiǎnzhù tèzhì  
 4. 耶和華有什么显著特质？

gōngzhèng zhī jiān bǎochí pínghéng bìngbù róngyì dànshì Yēhéhuá píngzhe tāde zhìhuì què néng  
公正 之间 保持 平衡 并不 容易；但是 耶和華 凭着 他的 智慧，却 能

zài liǎngzhě zhī jiān bǎochí wánměi de pínghéng Luómǎshū Shēn wéi quánnéng  
在 两者 之间 保持 完美 的 平衡。(罗马书11:33; 16:27) 身为 全能

de Shàngdì tā yǒu lìliang zuò yīqiè yào zuò de shì hǎo chèdǐ chéngjiù tāde zhǐyì  
的 上帝，他 有 力量 做 一切 要 做 的 事，好 彻底 成就 他的 旨意。

Chuàngshìjì Yào jìnli tīngcóng Shèngjīng de míngzhì zhōnggào zhèyàng nǐ jiù huì gèng  
(创世记 17:1) 要 尽力 听从 圣经 的 明智 忠告，这样 你 就会 更

gǎnjī zàowùzhǔ míngbai tāde quàngào zǒng shì duì wǒmen yǒu hǎochù de  
感激 造物主，明白 他的 劝告 总 是 对 我们 有 好处 的。

Yào qīnjìn Shàngdì háiyǒu lìng yīge fāngfǎ jiùshì dǎogào Yēhéhuá shì tīng dǎogào  
5 要 亲近 上帝，还有 另 一个 方法，就是 祷告。耶和華 是 “听 祷告

de zhǔ Shīpiān Tā néng chéngjiù yīqiè yuǎnyuǎn chāoguò wǒmen yīqiè suǒ qiú suǒ  
的 主”。(诗篇 65:2) 他 能 “成就 一切，远远 超过 我们 一切 所 求 所

xiǎng de Yīfúsuǒshū Kěshì rúguǒ yīge péngyou zhǐshì yǒu qiú yú nǐ cái lái  
想 的”。(以弗所书 3:20) 可是，如果 一个 “朋友” 只是 有 求 于 你 才 来

zhǎo nǐ nǐ huì duì tā yǒu shénme kànfǎ ne Nǐ duì tāde yìnxiàng kǒngpà bùhuì tài hǎo  
找 你，你 会 对 他 有 什 么 看 法 呢？你 对 他 的 印 象，恐 怕 不 会 太 好

ba Tóngyàng nǐ yǒu róngxìng xiàng Shàngdì dǎogào wúyí bù gāi zhǐ qiú tā cì nǐ xiǎng yào  
吧。同 样，你 有 荣 幸 向 上 帝 祷 告，无 疑 不 该 只 求 他 赐 你 想 要

de dōngxi yě yào gǎnxiè tā hé zànměi tā Féilībǐshū Tiēsālúníjīqiánshū  
的 东 西，也 要 感 谢 他 和 赞 美 他。——腓立比书 4:6, 7; 帖撒罗尼迦前书

5:17, 18。

---

Nǐ hái kěyǐ zěnyàng qīnjìn Shàngdì  
5. 你 还 可 以 怎 样 亲 近 上 帝？

## Yēhéhuá Wèishénme Chuàngzào Wǒmen 耶和華 為什麼 創造 我們？

Rènshi Yēhéhuá duì nǐ yǒu shénme yìyì ne Qízhōng yī diǎn shì nǐ huì zhǎozhāo  
<sup>1</sup> 认识耶和華，對你有什麼意義呢？其中一點是，你會找着  
yīge kùnrǎo xǔduō rén de wèntí de dá'àn Wèntí jiùshì Wǒ wèishénme huózhe Nǐ  
一個困擾許多人的問題的答 案。問題就是：“我為什麼活着？”你  
yěxǔ céng xiǎngguò zhège wèntí Gùdài yǒu gè zhìhuì de guówáng tā dāngrì de cáifù  
也許曾 想過這個問題。古代有個智慧的國王，他當日的財富  
shèngguo dìshàng de lièwáng tā yě céng tànsuǒguò rénsēng yìyì de wèntí Lìdàizhìxià  
“勝過地上的列王”，他也曾探索過人生意義的問題。（歷代志下  
Chuándào shū Tā jiùshì quán qīng tiānxià fù jiǎ yī fāng zhìhuì wúshuāng  
9:22；傳道書 2:1-13）他就是權傾天下、富甲一方、智慧無雙  
de Suǒluómén wáng Tā tànsuǒguò wèntí zhīhòu yǒu shénme jiélùn ne Tīngguò yīqiè yǐhòu  
的所羅門王。他探索過問題之後，有什麼結論呢？“聽過一切以後，  
jiélùn jiùshì Yào jìngwèi Shàngdì jǐn shǒu tāde jièmìng Rén de yìwù quán zài hū zhè yī  
結論就是：要敬畏上帝，謹守他的誡命。人的義務全在乎這一  
diǎn Chuándào shū Jiànyú Suǒluómén de jīnglì shèngguò zhòng rén tāde jiélùn  
點。”（傳道書 12:13）鑒於所羅門的經歷勝過眾人，他的結論  
wúyí zhíde wǒmen zǐxì xiǎngxiǎng Chuándào shū  
無疑值得我們仔細想想。——傳道書 2:12。

Suǒluómén shuō wǒmen yào jìngwèi Shàngdì yìsī bùshì yào wǒmen kǒngjù shénmì de  
<sup>2</sup> 所羅門說我們要敬畏上帝，意思不是要我們恐懼神秘的  
língjiè lìliang Xiāngfǎn zhè shì yī zhǒng jiànkāng de wèijù shēngpà lìng wǒmen qīn'ài de rén  
靈界力量。相反，這是一種健康的畏懼，生怕令我們親愛的人  
bù yuè Nǐ shēn ài yīge rén jiù huì shíshíkekè dōu xiǎng qǔyuè tā bìngqiě bìmiǎn zuò  
不悅。你深愛一個人，就會時時刻刻都想取悅他，並且避免做  
rènhe dézuì tā de shì Nǐ zhēnzhèng ài Yēhéhuá yě huì yǒu zhèyàngde gǎnjué  
任何得罪他的事。你真正愛耶和華，也會有這樣的感覺。

---

### Nǐ Rènwei Zěnyàng 你認為怎樣？

- Rénshēng yǒu shénme yìyì  
1. 人生有什麼意義？
- Jìngwèi Shàngdì shì shénme yìsī  
2. 敬畏上帝是什麼意思？

<sup>3</sup> Tōngguò yuèdú Shèngjīng nǐ huì zhīdào zàowùzhǔ xǐ'ài shénme bù xǐ'ài shénme yě  
 通过 阅读 圣经，你会知道造物主 喜爱 什么、不 喜爱 什么，也  
 míngbai tā chuàngzào dìqiú de mùdì Shèngjīng chēng Yēhéhuá wéi sùzào zhìchéng  
 明白 他 创造 地球 的目的。圣经 称 耶和华 为 “塑造、制成 ……  
 dàdì de Shàngdì tā jiān lì dàdì chuàngzào dàdì bùshì túláo de tā sùzào  
 大地” 的 上帝，他 “坚立 大地，…… 创造 大地，不是 徒劳 的；他 塑造  
 dàdì shì yào gěi rén jūzhù Yísàiyàshū Yēhéhuá bǎ dàdì gěi rén jūzhù yào  
 大地，是 要 给 人 居住”。(以赛亚书45:18) 耶和华 把 大地 给 人 居住，要  
 tāmen zhàoliào dàdì guǎnlǐ yīqiè shēngwù Chuàngshìjì Dàn Yēhéhuá zào rén zhǐshì  
 他们 照料 大地，管理 一切 生物。(创世记 1:28) 但 耶和华 造 人，只是  
 yào tāmen liàolǐ dàdì ma  
 要 他们 料理 大地 吗？

<sup>4</sup> Bùshì de qízhōng hái yǒu gèng chónggāo de mùdì Dìyī gè rén Yādāng gēn Yēhéhuá  
 不是 的，其中 还有 更 崇高 的目的。第 一 个人 亚当 跟 耶和华  
 xiǎngyǒu qīnmì de guānxì Tā nénggòu zhíjiē gēn zàowùzhǔ gōutōng tīngdào Shàngdì shuōhuà  
 享有 亲密 的关系。他 能够 直接 跟 造物主 沟通，听到 上帝 说话，  
 yě néng xiàng Yēhéhuá biǎodá tāde sīxiǎng Chuàngshìjì  
 也 能 向 耶和华 表达 他的 思想。(创世记 1:28-30; 3:8-13, 16-19;  
 Shǐtú Xíngzhuàn Yīncǐ Yādāng hé tāde qīzi Xiàwá kěyǐ bùduàn jiāshēn duì  
 使徒行传 17:26-28) 因此，亚当 和 他的 妻子 夏娃 可以 不断 加深 对  
 Yēhéhuá de rènshi gēn tā yǎngchéng gèng qīnmì de guānxì Yēhéhuá jìshì kuàilè de  
 耶和华 的 认识，跟 他 养成 更 亲密 的关系。耶和华 既是 “快乐 的  
 Shàngdì Yādāng Xiàwá rènshi tā hé xiàofǎ tā zìrán nénggòu huó de xīnmǎnyízú  
 上帝”，亚当 夏娃 认识 他 和 效法 他，自然 能够 活 得 心满意足。  
 Tímótàiqiánshū Yēhéhuá shì hòu cì bǎi wù gěi wǒmen xiǎngshòu de Shàngdì tā  
 (提摩太前书1:11) 耶和华 是 “厚 赐 百物 给 我们 享受” 的 上帝，他  
 bǎ dìyī gè rén ānzhì zài Yīdiàn lèyuán lǐ ràng rén yǒu xīwàng yǒngyuǎn huóxiàqù  
 把 第 一 个人 安置 在 伊甸 乐园 里，让 人 有 希望 永远 活 下去。——  
 Tímótàiqiánshū Chuàngshìjì  
 提摩太前书6:17; 创世记 2:8, 9, 16, 17。

<sup>5</sup> Yǒngyuǎn huóxiàqù Nǐ yěxǔ rènwéi yǒngshēng de xiǎngfǎ shì huāngdàn wújī de Dàn  
 永远 活 下去？你 也许 认为 永生 的 想法 是 荒诞 无稽 的。但  
 zhè jiàn shì zhēnde bù kěxìn ma Xiànzài kēxuéjiā rènwéi tāmen duì xībāo shuāituì de chéngyīn  
 这 件事 真的 不可信 吗？现在 科学家 认为 他们 对 细胞 衰退 的 成因  
 yǐ yǒu diǎn tóuxù Tāmen fāxiàn xībāo rǎnsètǐ de mò duān yǒu yī xiǎo duàn yíchuán wùzhì  
 已 有 点 头绪。他们 发现 细胞 染色体 的 末端 有 一 小 段 遗传 物质，

Yēhéhuá zào rén yǒu shénme mùdì  
 3. 耶和华 造 人 有 什么 目的？

Shénme kě shǐ rén huó de xīnmǎnyízú  
 4. 什么 可 使 人 活 得 心满意足？

Nǐ duì yǒngshēng yǒu shénme kànfǎ Wèishénme  
 5, 6. 你 对 永生 有 什么 看法？为什么？



chēngwéi duānli Xìbāo měi fēnliè yīcì duānli jiù suōduǎn yīxiē Xìbāo fēnlièle wūshí zhī  
称为 端粒。细胞 每 分裂 一次，端粒 就 缩短 一些。细胞 分裂了 50 至  
yībǎi cì zhīhòu duānli jiù hàojìnle ér dàbùfēn xìbāo yě dōu tíngzhǐ fēnliè Kěshì  
100 次 之后，端粒 就 耗尽了，而 大部分 细胞 也 都 停止 分裂。可是，  
zuìjìn de kēxué fāxiàn xiǎnshì píngzhe duānliméi de bāngzhù rénlei xìbāo què kěyǐ wú  
最近 的 科学 发现 显示，凭着 端粒酶 的 帮助，人类 细胞 却 可以 无  
xiànzhì de fēnliè xiàqù Suīrán zhè bìng bùshì shuō Yēhéhuá huì yòng zhè zhǒng méi shǐ rén  
限制 地 分裂 下去。虽然 这 并 不是 说 耶和华 会 用 这种 酶 使人  
dédao yǒngshēng dàn zhè què zúyǐ shuōmíng yī diǎn Yǒngshēng de xiǎngfǎ bìng bùshì  
得到 永生，但 这 却 足以 说明 一点：永生 的 想法 并 不是  
huāngmiù wújī de  
荒谬 无稽 的。

<sup>6</sup> Shèngjīng tòulù Shàngdì zàole dìyī duì rénlei yuánběn yào ràng tāmen yǒngyuǎn  
圣经 透露，上帝 造了 第一 对 人类，原本 要 让 他们 永远  
huóxiàqù Shèngjīng de jìzǎi shì wánquán kěxìn de Rénlei kěyǐ yǒngyǒngyuǎnyuǎn jiāqiáng  
活下去。圣经 的 记载 是 完全 可信 的。人类 可以 永永远远 加强  
tāmen yǔ Yēhéhuá de guānxi Tāmen huì gēn tiānfù jiànli jǐnmì de liánxi qīngchū zhīdao  
他们 与 耶和华 的 关系。他们会 跟 天父 建立 紧密 的 联系，清楚 知道  
tā zào rén zài dìshàng de mùdì bìngqiě nǔlì dáchéng zhège mùdì Tāmende shēnghuó bìng  
他 造 人 在 地上 的 目的，并且 努力 达成 这个 目的。他们的 生活 并  
bùhuì dāndiào fáwèi Xiāngfǎn Yàdāng Xiàwá xiǎngyǒu qímiào de qiántú kěyǐ shǐ dìshàng  
不会 单调 乏味。相反，亚当 夏娃 享有 奇妙 的 前途，可以 使 地上  
bùmǎn kuàilè wánměi de hòudài Tāmen yǒngyuǎn huì yǒu chēnxīnrúyì ráo yǒu yìyì de  
布满 快乐、完美 的 后代。他们 永远 会 有 称心如意、饶 有 意义 的  
gōngzuò kě zuò Zhè díquè shì xīnmǎnyìzú de shēnghuó Chuàngshìjì  
工作 可做。这 的确 是 心满意足 的 生活！——创世记 1:28。

## Xīnmǎn-Yízú de Shēnghuó Wèishénme Zhème Nán Shíxiàn 心满意足的生活 为什么 这么 难 实现？

Wèishénme xǔduō rén zhēngzhá qiú cún zhǎobùzháo rénsēng de zhēnzhèng yìyì ne  
1 为什么 许多人 挣扎 求存， 找不着 人生的 真正 意义 呢？

Rén cóng fùrén ér shēng shòumìng duǎncù bǎoshòu fánrǎo hǎobǐ huā kāi tūyàn bèi rén  
“人 从 妇人 而 生， 寿命 短促， 饱受 烦扰， 好比 花 开 吐艳， 被 人

gē xià yòu rú yǐngr fēi shì bù zài cúnliú Yuēbójì Yǒu yī jiàn shì fāshēng  
割下； 又如 影儿 飞 逝， 不再 存留。” (约伯记14:1,2) 有 一 件 事 发生

zài lèyuán lǐ de rénlèi shǐzǔ shēnshang jiéguǒ huǐle rénlèi de guāngmíng qiánjǐng  
在 乐园 里 的 人类 始祖 身上， 结果 毁 了 人类 的 光明 前景。

Rénlèi jiātíng yào dédào zhēnzhèng xìngfú jiù bìxū gēn Shàngdì yǒu liángǎo guānxi zhè  
2 人类 家庭 要 得到 真正 幸福， 就 必须 跟 上帝 有 良好 关系； 这

zhǒng guānxi yīnggāi shì zìxíng xuǎnzé ér bùshì miǎnqiǎng wéichí de Shēnmíngjì  
种 关系 应该 是 自行 选择， 而 不是 勉强 维持 的。(申命记30:15-20；

Yuēshūyàjì Yēhéhuá xīwàng rén fú cóng tā jìngbài tā dàn rén zhèyàng zuò bìxū yào  
约书亚记24:15) 耶和 华 希 望 人 服 从 他、 敬 拜 他， 但 人 这 样 做 必 须 要

chūzì zhēnxīn fā zì àixīn Shēnmíngjì Yīncǐ Yēhéhuá zài Yīdiànyuán lǐ zuòle  
出 自 真 心、 发 自 爱 心。(申命记6:5) 因 此， 耶 和 华 在 伊 甸 园 里 作 了

yīge guīdìng ràng dìyī gè rén yǒu jīhuì zhèngmíng zìjǐ de zhōngchéng Shàngdì gàosù  
一 个 规 定， 让 第 一 个 人 有 机 会 证 明 自 己 的 忠 诚。 上 帝 告 诉

Yàdāng Yuánzi lǐ gè yàng shù shàng de guǒzi nǐ dōu kěyǐ chī chī dào mǎnzú Zhǐshì  
亚 当：“园 子 里 各 样 树 上 的 果 子， 你 都 可 以 吃， 吃 到 满 足。 只 是

biànshí shàn è shù de guǒzi nǐ bùkě chī yīnwèi nǐ chīle dāngtiān nǐ jiù yīdìng  
‘辨 识 善 恶 树’ 的 果 子， 你 不 可 吃， 因 为 你 吃 了， 当 天 你 就 一 定

sǐ Chuàngshìjì Zhè shì gè xiǎoxiǎo de kǎoyàn Yēhéhuá zhǐshì jìnzhǐ Yàdāng  
死。” (创 世 记 2:16,17) 这 是 个 小 小 的 考 验。 耶 和 华 只 是 禁 止 亚 当

chī yuán lǐ yī kē shù de guǒzi bàle Zhè kē shù xiàngzhēng quán zhì de zàowùzhǔ yǒu quán  
吃 园 里 一 棵 树 的 果 子 罢 了。 这 棵 树 象 征 全 智 的 造 物 主 有 权

juédìng shénme shì shàn shénme shì è Yēhéhuá gěile Yàdāng yīge xiāngpèi de qīzi  
决 定 什 么 是 善， 什 么 是 恶。 耶 和 华 给 了 亚 当 一 个 “相 配 的” 妻 子，

yúshì Yàdāng bǎ Shàngdìde mìnglìng gàosùle qīzi Chuàngshìjì Tāmen liǎng rén dōu  
于 是 亚 当 把 上 帝 的 命 令 告 诉 了 妻 子。(创 世 记 2:18) 他 们 两 人 都

---

### Nǐ Rènwéi Zěnyàng 你 认 为 怎 样 ？

Shàngdì wèishénme jìnzhǐ rén chī biànshí shàn è shù de guǒzi  
1, 2. 上 帝 为 什 么 禁 止 人 吃 “辨 识 善 恶 树” 的 果 子？

hěn mǎnyì zhège ānpái yuànyì shòu Shàngdì tǒngzhì Tāmen zhōngxīn shùnfú Shàngdìde zhīyì  
 很满意这个安排，愿意受上帝统治。他们衷心顺服上帝的旨意，  
 jiècǐ biǎomíng tāmen àidài cì rén shēngmìng de zàowùzhǔ  
 借此表明他们爱戴赐人生命的造物主。

<sup>3</sup> Hòulái yǒu yī tiān yī tiáo shé jìng duì Xiàwá shuō qǐ huà lái. Shé wèn Xiàwá shuō  
 后来有一天，一条蛇竟对夏娃说起话来。蛇问夏娃说：

Shàngdì zhēnde shuō nǐmen bùkě chī yuánzi lǐ gè yàng shù shàng de guǒzi ma Xiàwá  
 “上帝真的说你们不可吃园子里各种树上的果子吗？”夏娃  
 huídá shuō zhǐshì yuánzi zhōngjiān nà kē shù shàng de guǒzi jiùshì biànsǐ shàn è shù  
 回答说，“只是园子中间那棵树上的果子”，就是辨识善恶树  
 de guǒzi Shàngdì cái bùxǔ tāmen chī miǎnde tāmen sǐwáng Chuàngshìjì  
 的果子，上帝才不许他们吃，“免得[他们]死亡”。——创世记 3:1-3。

<sup>4</sup> Zhè tiáo shé jiūjìng shì shéi ne Shèngjīng de Qǐshìlù biǎomíng zuìchū de shé jiàozuò  
 这条蛇究竟是谁呢？圣经的启示录表明，“最初的蛇，叫做

Móguǐ yòu jiào Sādàn míhuole pǔ tiānxià de rén Qǐshìlù Móguǐ Sādàn shì  
 魔鬼，又叫撒但，迷惑了普天下的人”。（启示录 12:9）魔鬼撒但是  
 Shàngdì chuàngzào de ma Bùshì yīnwèi Yēhéhuá de zuòwéi shì wánměi liángshàn de  
 上帝创造的吗？不是，因为耶和华的作为是完美良善的。

Shēnmìngjì Qíshí shì zhège língtǐ shēngwù xùyì shǐ zìjǐ chéngwéi Móguǐ yìsī  
 （申命记 32:4）其实，是这个灵体生物蓄意使自己成为魔鬼（意思  
 shì huǐbàngzhě hé Sādàn yìsī shì dídúizhě de Tā bèi zìjǐ de sīyù suǒ  
 是“毁谤者”），和撒但（意思是“敌对者”）的。他“被自己的私欲所  
 gōuyīn yòuhuò wàngtú xiǎngyǒu Shàngdìde dìwèi yúshì qǐlái fǎnpàn zàowùzhǔ Yǎgèsū  
 勾引诱惑”，妄图享有上帝的地位，于是起来反叛造物主。——雅各书  
 1:14。

<sup>5</sup> Móguǐ Sādàn jiēzhe duì Xiàwá shuō Nǐmen yīdìng bùhuì sǐ Zhǐshì Shàngdì zhīdao  
 魔鬼撒但接着对夏娃说：“你们一定不会死。只是上帝知道

nǐmen chīle nà yī tiān nǐmende xīnyǎn jiù bì dǎkāi nǐmen bì xiàng Shàngdì yīyàng néng  
 你们吃了，那一天你们的心眼就必打开，你们必像上帝一样，能  
 biànsǐ shàn è Chuàngshìjì Sādàn shǐ rén juéde chī biànsǐ shàn è shù de guǒzi  
 辨识善恶。”（创世记 3:4, 5）撒但使人觉得，吃辨识善恶树的果子  
 shì duì rén yǒulì de Zài shízhì shàng tā fǎngfú shēngchēng Shàngdì liúxiàle yīxiē hǎo  
 是对人有益的。在实质上，他仿佛声称：“上帝留下了一些好  
 dōngxī bù gěi nǐ Nǐ jǐnguǎn chī shù shàng de guǒzi hǎo le zhèyàng nǐ jiù huì hǎoxiàng  
 东西不给你。你尽管吃树上的果子好了，这样你就会好像  
 Shàngdì yīyàng nénggòu zìjǐ juéding shénme shì shàn shénme shì è Jīntiān Sādàn réngrán  
 上帝一样，能够自己决定什么是善，什么是恶。”今天，撒但仍然  
 yǐ zhè zhǒng lùndiào yòushǐ xǔduō rén bù yuàn shìfèng Shàngdì Tā sǒngyǒng rén shuō Nǐ  
 以这种论调诱使许多人宁愿事奉上帝。他怂恿人说：“你

Rénlèi jiāting yǒu shénme shì fāshēng shǐ rén de shēnghuó biànde kōngxū fáwèi  
 3-6. 人类家庭有什么事发生，使人的生活变得空虚乏味？

xǐhuan zuò shénme jiù zuò shénme hǎo le Jiùsuàn nǐde shēngmìng shì láizi Shàngdì de nǐ  
喜欢做什么，就做什么好了。就算你的生命是来自上帝的，你  
yě méiyǒu qiàn tā shénme Qǐshìlù  
也没有欠他什么。”——启示录4:11。

Zài Xiàwá yǎn zhōng shù shàng de guǒzi tūrán biànde shífēn hǎokàn lìng rén wúfǎ  
6 在夏娃眼中，树上的果子突然变得十分好看，令人无法  
kàngjù Yúshì tā zhāixià guǒzi lái chī yòu ná gěi zhàngfū chī Yādāng suīrán shēn zhī shìqing  
抗拒！于是她摘下果子来吃，又拿给丈夫吃。亚当虽然深知事情  
de hòuguǒ què tīngcóngle qīzi de huà bǎ guǒzi chī le Jiéguǒ zěnyàng ne Yēhéhuá duì  
的后果，却听从了妻子的话，把果子吃了。结果怎样呢？耶和华对  
nǚrén pànle yíxià de chéngfá Wǒ yào dàdà zēngjiā nǐ huáiyùn de tòngkǔ nǐ shēng hái zi  
女人判了以下的惩罚：“我要大大增加你怀孕的痛苦，你生孩子  
bì duō shòu chǎntòng Nǐ bì liànmù nǐ zhàngfū nǐ zhàngfū bì guǎnxiá nǐ Nánrén yòu  
必多受产痛。你必恋慕你丈夫，你丈夫必管辖你。”男人又  
zěnyàng ne Dì jiù yào yīn nǐ ér zāoshòu zhòu zǔ Zài nǐ yǒu shēng zhī nián nǐ bì  
怎样呢？“地就要因你而遭受咒诅。在你有生之年，你必  
xīnkǔ láolù cái néng chī dìshàng de chūchǎn Dì bì gěi nǐ zhǎngchū jīngjí hé jí lí lái  
辛苦劳碌才能吃地上的出产。地必给你长出荆棘和蒺藜来，  
nǐ yě yào chī yědì de zhíwù Nǐ bì hánliú mǎnmiàn cái yǒu shíwù chī zhí dào nǐ guī le  
你也要吃野地的植物。你必汗流满面才有食物吃，直到你归了  
tǔ yīnwèi nǐ shì chūyú tǔ de Nǐ jì shì chén tǔ jiù yào guīhuí chén tǔ Xiànzài Yādāng  
土，因为你是出于土的。你既是尘土，就要回归尘土。”现在，亚当  
Xiàwá yào zìxíng xúnzhǎo kuàilè hé mǎnzú le Rénlèi bù lǐhuì Shàngdìde zhīyì shìfǒu jiù  
夏娃要自行寻找快乐和满足了。人类不理会上帝的旨意，是否就  
néng huó de xīnmǎnyìzú ne Rénlèi běnlái yǒu yúkuài de gōngzuò yào zhàoliào huāyuán bān de  
能活得心满意足呢？人类本来有愉快的工作，要照料花园般的  
lèyuán bìngqiě bǎ yuánzi kuòzhǎn dào quánqiú gè dì Kěshì xiànzài tāmen yào xīnkǔ láolù  
乐园，并且把园子扩展到全球各地。可是，现在他们要辛苦劳碌  
cái néng húkǒu bìng duì róngyào zàowùzhǔ háowú gòngxiàn Chuàngshìjì  
才能糊口，并对荣耀造物主毫无贡献。——创世记 3:6-19。

Zài chīle biànsī shàn è shù guǒzi de nà yī tiān dìyī duì rénlèi jiù zài Shàngdì  
7 在吃了辨识善恶树果子的那一天，第一对人类就在上帝  
yǎn zhōng sǐquēle Tāmende shēntǐ yě zhújiàn shuāilǎo sǐwáng Tāmen sǐ hòu yǒu shénme  
眼中死去了。他们的身体也逐渐衰老死亡。他们死后有什么  
zāoyù ne Shèngjīng qīngchū tòulù sǐrén de qíngkuàng Huórén zhīdao zìjǐ bì sǐ sǐrén  
遭遇呢？圣经清楚透露死人的情况。“活人知道自己必死，死人  
què háowú zhījué zài yě méiyǒu chóuláo yīnwèi tāmen dōu wú rén jìniàn bèi rén yíwàng”  
却毫无知觉，再也没有酬劳，因为他们都无人纪念，被人遗忘。”

Chuándào shū Shīpiān Rén sǐ hòu gēnběn méiyǒu shénme líng hún jìxù  
(传道书 9:5; 诗篇 146:4) 人死后，根本没有什么“灵魂”继续

Rén sǐ hòu yǒu shénme zāoyù  
7. 人死后有什么遭遇？

shēngcún Zuì de chéngfá shì sǐwáng bìng bùshì zài lièhuǒ xióngxióng de dìyù lǐ yǒngyuǎn  
生存。罪的惩罚是死亡，并不是在烈火熊熊的地狱里永远

shòukǔ Cíwài tāmen sǐ hòu yě bùshì dào tiāntáng xiǎngfú\*  
受苦。此外，他们死后也不是到天堂享福。\*

Zuò dànɡāo de pánzi yǒule yíge āo hén zuò chūlái de dànɡāo jiù dōu huì yǒu gè āo  
8 做蛋糕的盘子有了一个凹痕，做出来的蛋糕就都会有个凹  
hén Tóngyàng bùwánměi de nánǚ zhǐ néng shēngxià bùwánměi de hòudài Shèngjīng jiěshì  
痕。同样，不完美的男女只能生下不完美的后代。圣经解释  
zhège guòchéng shuō Zuì tōngguò yíge rén jìnle shìjiān sǐ yòu tōngguò zuì ér lái yúshì  
这个过程说：“罪通过一个人进了世间，死又通过罪而来，于是  
sǐ jiù chuán gěi suǒyǒu rén yīnwèi suǒyǒu rén dōu fànle zuì Luómǎshū Zhèyàng  
死就传给所有人，因为所有人都犯了罪。”（罗马书5:12）这样，  
wǒmen rénrén dōu shēnglái jiù yǒu zuì duì zìjǐ de chǔjìng gǎndào kōngxū wúnnài Yàdāng hòudài  
我们人人都生来就有罪，对自己的处境感到空虚无奈。亚当后代  
de shēnghuó biànde láoláolùlù bǎoshòu cuòzhé Rénlèi yǒu xīwàng bǎituō zhè zhǒng kùnjìng ma  
的生活变得劳劳碌碌，饱受挫折。人类有希望摆脱这种困境吗？

---

Guānyú rén sǐ hòu de qíngxíng Rén Sǐ Hòu de Qíngkuàng Zěnyàng Yīngyǔ Niūyuē  
\*关于人死后的情形，《人死后的情况怎样？》（英语，纽约

Shǒuwàngtái Shèngjīng Shūshè chūbǎn zhè běn cèzi zǎi yǒu bùshǎo yǒuguān xìjié  
守望台圣经书社出版）这本册子载有不少有关细节。

---

Wèishénme rénrén dōu huì sǐ  
8. 为什么人人都会死？

## Huíguī Xìngfú Shēnghuó zhī Lù 回归幸福 生活 之路

<sup>1</sup> Rénlèi fǎnpàn Shàngdìde tǒngzhì jiéguǒ zhǐshì zìtǎokǔchī xiànyú kōngxū wúwàng de  
人类 反叛 上帝的 统治， 结果 只是 自讨苦吃， 陷于 空虚 无望 的  
shēnghuó zhī zhōng Kěshì Shàngdì què méiyǒu shěqì rénlèi bù gěi rénlèi yī xiàn xīwàng  
生活 之 中 。 可是， 上帝 却 没有 舍弃 人类， 不 给 人类 一 线 希望。  
Shèngjīng jiěshì shuō Shòu zào de zhòngshēng shòuzhì yú túláo de jǐngkuàng bùshì  
圣经 解释 说：“ 受 造 的 众 生 受 制 于 徒 劳 的 景 况， 不 是  
chūyúziyuàn ér shì yóuyú Shàngdì ràng zhòngshēng shòuzhì yú zhè zhōng jǐngkuàng Bùguò  
出 于 自 愿， 而 是 由 于 上 帝 让 众 生 受 制 于 这 种 景 况 。 不 过，  
zhòngshēng réngrán yǒu xīwàng jiùshì shòu zào de zhòngshēng dōu huòdé shìfàng bù zài shòu  
众 生 仍 然 有 希 望， 就 是 受 造 的 众 生 都 获 得 释 放， 不 再 受  
fǔbài suǒ nùyl fǎn'ér déxiǎng Shàngdì érǎn róngyào de zìyóu Luómǎshū  
腐 败 所 奴 役， 反 而 得 享 上 帝 儿 女 荣 耀 的 自 由。” (罗 马 书 8:20, 21)  
Bùcuò Shàngdì xiàng dìyī duì rénlèi de hòudài tíchū xīwàng Rénlèi zhōng huì bǎituō shǐzǔ  
不 错， 上 帝 向 第 一 对 人 类 的 后 代 提 出 希 望。 人 类 终 会 摆 脱 始 祖  
yíchuán xiàlái de zuì hé sǐwáng gēn Yēhéhuá Shàngdì huīfù qīnmì de guānxì Fāngfǎ rúhé  
遗 传 下 来 的 罪 和 死 亡， 跟 耶 和 华 上 帝 恢 复 亲 密 的 关 系。 方 法 如 何  
ne  
呢？

<sup>2</sup> Yādāng Xiàwá fànzui bōduóle hòudài yǒng xiǎng xìngfú shēnghuó de xīwàng Wèile yào  
亚 当 夏 娃 犯 罪， 剥 夺 了 后 代 永 享 幸 福 生 活 的 希 望。 为 了 要  
yǒu zìyóu juédìng shìfēi shàn è tāmen bùxī bǎ wèilái de jiārén mài gěi zuì hé sǐ wéi  
有 自 由 决 定 是 非 善 恶， 他 们 不 惜 把 未 来 的 家 人 卖 给 罪 和 死 为  
nú Tāmende hòudài yǒurú bèi qiú zài yīge pìyuǎn de hǎidǎo shàng zuò núli shòu dào  
奴。 他 们 的 后 代 有 如 被 囚 在 一 个 僻 远 的 海 岛 上 做 奴 隶， 受 到  
cánbào de guówáng suǒ tǒngzhì Díquè rénlèi shòu dào sǐ hé zuì zhè liǎng gè wáng suǒ  
残 暴 的 国 王 所 统 治。 的 确， 人 类 受 到 死 和 罪 这 两 个 王 所  
xiázhì Luómǎshū Kànlái méiyǒu rén néng zhěngjiù tāmen Bǎ tāmen mài wéi nú de  
辖 制。 (罗 马 书 5:14, 21) 看 来 没 有 人 能 拯 救 他 们。 把 他 们 卖 为 奴 的，  
jìng jiùshì tāmende shǐzǔ Kěshì yǒu gè shànxīn rén chāi tāde érzi qiánlái fùchū suǒ xū  
竟 就 是 他 们 的 始 祖！ 可 是， 有 个 善 心 人 差 他 的 儿 子 前 来， 付 出 所 需

---

### Nǐ Rènwéi Zěnyàng 你 认 为 怎 样？

Yēhéhuá yǒu méiyǒu ràng rénlèi xiànyú juéwàng zhōng  
1. 耶 和 华 有 没 有 让 人 类 限 于 绝 望 中？

Wǒmen kě bǎ Yādāng duì hòudài suǒ zuò de shì bǐ zuò shénme  
2. 我 们 可 把 亚 当 对 后 代 所 做 的 事 比 作 什 么？

de shújīn shǐ suǒyǒu màishēn wéi nú de rén dōu déyǐ huīfù zìyóu。—— Shīpiān  
 的赎金，使所有卖身为奴的人都得以恢复自由。——诗篇 51:5；

Luómǎshū  
 146:4；罗马书8:2。

<sup>3</sup> Zài zhège bǐyù lǐ bǎ núlì yíngjiù chūlái de rén dàibiǎo Yēhéhuá Shàngdì dàilái  
 在这个比喻里，把奴隶营救出来的人代表耶和华上帝，带来  
 shìfàng shújīn de érzi jiùshì Yēsū Jīdū Yēsū zài jiàng shì wéi rén zhīqián jí yǐ cúnzài  
 释放赎金的儿子就是耶稣基督。耶稣在降世为人之前即已存在，  
 tā shì Shàngdìde Dúshēngzǐ Yuēhàn Fúyīn Tā shì Yēhéhuá zuìxiān chuàngzào de  
 他是上帝的独生子。（约翰福音 3:16）他是耶和华最先创造的  
 shēngwù ér yǔzhòu yīqiè zhòngshēng dōu shì jièzhe tā ér chǎnshēng de Gēluóxīshū  
 生物，而宇宙一切众生都是借着他而产生的。（歌罗西书  
 Yēhéhuá shīxíng qíjì bǎ zhège língtǐ érzi de shēngmìng zhuǎnyí dào yīge  
 1:15, 16）耶和华施行奇迹，把这个灵体儿子的生命转移到一个  
 chūnǚ fù zhōng Yīncǐ tā shēngxiàlái de yīng'ér shì gè wánměi wú cǐ de rén jùyǒu suǒ  
 处女腹中。因此，她生下来的婴儿是个完美无疵的人，具有所  
 xū de shújīn qù mǎnzú Shàngdì gōngzhèng de yāoqiú Lùjiā Fúyīn  
 需的“赎金”去满足上帝公正的要求。——路加福音 1:26-31, 34, 35。

<sup>4</sup> Yēsū nián yuē sānshí suì deshíhòu zài Yuēdàn hé shòujìn suíjí bèi shènglíng  
 耶稣年约 30 岁的时候，在约旦河受浸，随即被圣灵  
 Shàngdìde dònglì suǒ gāo Zhèyàng tā chéngwéile Jīdū yìsi shì shòugāozhě  
 （上帝的动力）所膏。这样，他成为了基督，意思是“受膏者”。  
 Lùjiā Fúyīn Yǒu sān nián bàn de shíjiān Yēsū zài dìshàng zhíxíng chuándào  
 （路加福音 3:21, 22）有三年半的时间，耶稣在地上执行传道  
 zhíwù Zài zhè jǐ nián jiān tā jiàodǎo méntú rènshi Shàngdìde wángguó zài zhège tiānshàng  
 职务。在这几年间，他教导门徒认识上帝的王国；在这个天上  
 zhèngfǔ tǒngzhì zhī xià rénlèi huì gēn Yēhéhuá Shàngdì huīfù héhǎo de guānxi Lùjiā Fúyīn  
 政府统治之下，人类会跟耶和华上帝恢复和好的关系。（路加福音  
 Mǎtài Fúyīn Yēsū shēn míng rénlèi xìngfú shēnghuó zhī dào yīncǐ gàosù  
 4:43；马太福音 4:17）耶稣深明人类幸福生活之道，因此告诉  
 méntú zěnyàng cái néng xúndé kuàilè Hébu dǎkāi Shèngjīng fān dào Mǎtài Fúyīn dì wǔ zhì qī  
 门徒怎样才能寻得快乐。何不打开圣经，翻到马太福音第 5 至 7  
 zhāng dúdú tā zài Dēngshānbǎoxùn lǐ de yīxiē jiàoxun ne  
 章，读读他在“登山宝训”里的一些教训呢？

Yēsū Jīdū wèishénme yào yóu chūnǚ suǒ shēng  
 3. 耶稣基督为什么要由处女所生？

Yēsū Jīdū tíchū shénme jiàoxun Zhèxiē jiàoxun héyǐ yǒuyì  
 4. 耶稣基督提出什么教训？这些教训何以有益？

<sup>5</sup> Bù xiàng Yàdāng nà yàng Yēsū fánshì dōu fú cóng Shàngdì Tā cóng méiyǒu fànzuì.  
不 像 亚 当 那 样，耶 稣 凡 事 都 服 从 上 帝。“他 从 没 有 犯 罪。”

Bǐdèqiánshū Xībó lái shū Tā běn yǒu quán yǒngyuǎn shēnghuó zài dìshàng dànshì  
(彼 得 前 书 2:22; 希 伯 来 书 7:26) 他 本 有 权 永 远 生 活 在 地 上，但 是

tā què juānqì shēngmìng hǎo bǎ Yàdāng suǒ shīqù de cháng huán gěi Shàngdì Yēsū zài  
他 却 “捐 弃 生 命”，好 把 亚 当 所 失 去 的 偿 还 给 上 帝。耶 稣 在

kǔ xíng zhù shàng xī shēng le tā de wán měi shēng mìng Yuē hàn Fú yīn  
苦 刑 柱 上 牺 牲 了 他 的 完 美 生 命。(约 翰 福 音 10:17; 19:17, 18, 28-30;

Luó mǎ shū Féi lì bǐ shū Jiù zhè yàng Yēsū fù chū le suǒ xū de shù jià huò  
罗 马 书 5:19, 21; 腓 立 比 书 2:8) 就 这 样，耶 稣 付 出 了 所 需 的 赎 价 或

shù jīn bǎ rén lèi cóng zuì yǔ sǐ de nú yì zhōng shú huí lái Mǎ tài Fú yīn Shì  
赎 金，把 人 类 从 罪 与 死 的 奴 役 中 赎 回 来。(马 太 福 音 20:28) 试

xiǎng xiàng nǐ zài xuè hàn gōng chǎng lǐ gān kǔ huó guò zhe nú lì bān de shēng yá Rú guǒ yǒu  
想 象 你 在 血 汗 工 厂 里 干 苦 活，过 着 奴 隶 般 的 生 涯。如 果 有

rén zhǒng jiù nǐ tuō lí nú yì yòu yǒu rén gān yuàn wèi nǐ xī shēng shēng mìng nǐ qǐ bù huì  
人 拯 救 你 脱 离 奴 役，又 有 人 甘 愿 为 你 牺 牲 生 命，你 岂 不 会

shí fēn gǎn jī tā men ma Jiè zhe shù jià de ān pái Shàngdì xiàng nǐ dǎ kāi le yī tiáo chū lù  
十 分 感 激 他 们 吗？借 着 赎 价 的 安 排，上 帝 向 你 打 开 了 一 条 出 路，

shǐ nǐ néng gòu huí guī tā de yǔ zhòu dà jiā tíng bù zài shòu zuì hé sǐ suǒ nú yì ér shì  
使 你 能 够 回 归 他 的 宇 宙 大 家 庭，不 再 受 罪 和 死 所 奴 役，而 是

guò zhe zhēn zhèng xīn mǎn yì zú de xìng fú shēng huó Gē lín duō hòu shū  
过 着 真 正 心 满 意 足 的 幸 福 生 活。——哥 林 多 后 书 5:14, 15。

<sup>6</sup> Jì zhī dào hé gǎn jī Yē hé huá gěi nǐ de fēn wài ēn diǎn nǐ wú yí yǒu lǐ yóu yào shí jiàn  
既 知 道 和 感 激 耶 和 华 给 你 的 分 外 恩 典，你 无 疑 有 理 由 要 实 践

Shèng jīng de zhì huì zhī yán Qiě jǔ gè jiào nán shí xíng de yuán zé Yào kuān shù dé zuì nǐ de  
圣 经 的 智 慧 之 言。且 举 个 较 难 实 行 的 原 则：要 宽 恕 得 罪 你 的

rén Nǐ hái jì de zài dì èr kè dú guò Gē luó xī shū dì sān zhāng dì shí èr dào shí sì jié de huà ma  
人。你 还 记 得 在 第 2 课 读 过 歌 罗 西 书 3:12-14 的 话 吗？

Jīng wén gǔ lì nǐ jí shǐ nǐ yǒu lǐ yóu duì rén bù mǎn yě yào gān yuàn kuān shù rén Jīng wén  
经 文 鼓 励 你，即 使 你 有 理 由 对 人 不 满，也 要 甘 愿 宽 恕 人。经 文

de shàng xià wén jiě shì shuō Yē hé huá zě nǎng gān xīn kuān shù le nǐ men nǐ men yě yào zě nǎng  
的 上 下 文 解 释 说：“耶 和 华 怎 样 甘 心 宽 恕 了 你 们，你 们 也 要 怎 样

gān xīn kuān shù rén Nǐ míng jì Yē hé huá hé Yēsū Jī dū wèi rén lèi suǒ zuò de shì jiù huì  
甘 心 宽 恕 人。”你 铭 记 耶 和 华 和 耶 稣 基 督 为 人 类 所 做 的 事，就 会

shòu dào gǎn dòng lè yú kuān shù rèn hé dé zuì nǐ de rén yóu qí shì yuàn yì huǐ gǎi xiàng nǐ  
受 到 感 动 乐 于 宽 恕 任 何 得 罪 你 的 人，尤 其 是 愿 意 悔 改、向 你

dào qiàn de rén  
道 歉 的 人。

---

Nǐ duì yú Yē hé huá hé Yēsū wèi rén lèi suǒ zuò de shì yǒu shén me gè rén gǎn xiǎng  
5, 6. 你 对 于 耶 和 华 和 耶 稣 为 人 类 所 做 的 事，有 什 么 个 人 感 想？



## Xiànzài hé Yǒngyuǎn Dōu Huó de Xīnmǎn-Yízú 现在和永远都活得心满意足！

<sup>1</sup> Zài Shèngjīng de jìzài lǐ Yàbólāhǎn yǐ xīnxīn zhùchéng Tā běnlái zài fánróng  
在圣经的记载里，亚伯拉罕以信心著称。他本来在繁荣  
fùshù de Wú'ěr chéng guòzhe shūshì de shēnghuó dàn hòulái què líkāi nàlǐ dào Hālán  
富庶的吾珥城，过着舒适的生活，但后来却离开那里，到哈兰  
zhùle yī duàn rìzi Ránhòu tā zhōng qíyú shēng dōu guòzhe yóumù shēnghuó jū wú dìng  
住了一段日子。然后，他终其余生都过着游牧生活，居无定  
suǒ zhù zài zhàngmù lǐ Chuàngshìjì Shǐtú Xíngzhuàn Xībólaishū  
所，住在帐幕里。（创世记 12:1-3；使徒行传 7:2-7；希伯来书 11:8-10）  
Kěshì Shèngjīng què shuō Yàbólāhǎn ānxiǎng chángshòu niánlǎo mǎnzú duànqì sǐle  
可是，圣经却说：“亚伯拉罕安享长寿，年老满足，断气死了。”

Chuàngshìjì Jiūjīng shénme lìng Yàbólāhǎn huó de xīnmǎnyízú ne Tā bìng bùshì zhǐ  
（创世记 25:8）究竟什么令亚伯拉罕活得心满意足呢？他并不是只  
yīn yīshēng de chéngjiù ér shēn gǎn mǎnzú Yàbólāhǎn duì Shàngdì yǒu hěn dà de xīnxīn  
因一生的成就而深感满足。亚伯拉罕对上帝有很大的信心，  
déyǐ chēngwéi Yēhéhuá de péngyou Yāgèshū Yísàiyàshū Yàbólāhǎn  
得以称为“耶和华的朋友”。（雅各书 2:23；以赛亚书 41:8）亚伯拉罕  
yīshēng mǎnzú nǎishì yóuyú tā gēn zàowùzhǔ yǎngchéngle shēnhòu de guānxi  
一生满足，乃是由于他跟造物主养成了深厚的关系。

<sup>2</sup> Xiàng sì qiān nián qián de Yàbólāhǎn yíyàng jīntiān nǐ yǔ Shàngdì jiànlì yǒuyì yě  
像四千年前的亚伯拉罕一样，今天你与上帝建立友谊，也  
nénggòu huó de yǒuyì guò mǎnzú de shēnghuó Nǐ yěxǔ cóng méi xiǎng dào chéngwéi  
能够活得有意义，过满足的生活。你也许从没想到成为  
yǔzhòu zàowùzhǔ de péngyou dàn zhè shì kěyǐ zuòdedào de Nǐ yào zěnyàng zuò ne Nǐ yào  
宇宙造物主的朋友，但这是可以做得到的。你要怎样做呢？你要  
rènshi tā yě yào àidài tā Gēlínduōqiánshū Jiālātàishū Nǐ gēn zàowùzhǔ yǒu  
认识他，也要爱戴他。（哥林多前书 8:3；加拉太书 4:9）你跟造物主有  
zhèyàngde guānxi shēnghuó jiù huì yǒuyì hé mǎnzú le  
这样的关系，生活就会有意义和满足了。

<sup>3</sup> Yēhéhuá zhǐdǎo yuànyì jiēshòu Yēsū Jīdū de shújià xīshēng de rén shǐ tāmen  
耶和华指导愿意接受耶稣基督的赎价牺牲的人，使他们  
shēnghuó kuàilè Yísàiyàshū Nǐ hái jìde Yādāng fǎnpàn Shàngdì yào zìxíng  
生活快乐。（以赛亚书 48:17）你还记得，亚当反叛上帝，要自行

---

### Nǐ Rènwei Zěnyàng 你认为怎样？

Nǐ zěnyàng cái néng huó de xīnmǎnyízú  
1, 2. 你怎样才能活得心满意足？

Wèishénme ànzhào Shàngdìde dào ér shēnghuó shì hélǐ de  
3, 4. 为什么按照上帝的道而生活是合理的？

juéding shìfēi shàn è Yēhéhuá suī yǐ tā àizǐ de shújià xīshēng gòushúle rénlèi ràng  
决定是非善恶。耶和华虽以他爱子的赎价牺牲购赎了人类，让  
tāmen yǒu xīwàng bǎituō zuì yǔ sǐ de núyì dàn rén yào cóng zhège ānpái déyì jiù bìxū  
他们有希望摆脱罪与死的奴役，但人要从这个安排得益，就必须  
jiēshòu Jīdū de shújià bù zài dìnglǐ zìjǐ de shàn è biāozhǔn Wǒmen yīnggāi zūnshǒu  
接受基督的赎价，不再订立自己的善恶标准。我们应该遵守  
Shàngdìde lǜfǎ hé yuánzé jiùshì tā wèi jiēshòu Yēsū shújià xīshēng de rén ér dìngxià de  
上帝的律法和原则，就是他为接受耶稣赎价牺牲的人而定下的。

Nǐ jìxù xuéxí Shèngjīng shíjiàn qízhōng de yuánzé jiù bìdìng huì kànchū Shàngdìde  
4 你继续学习圣经，实践其中的原则，就必定会看出上帝的  
shàn è biāozhǔn shì dà yǒu jiàzhí de Shīpiān Nǐ huì shòudào gǎndòng xiàng  
善恶标准是大有价值的。（诗篇19:7-9）你会受到感动，像  
Yēhéhuá de xiānzhi Móxi duì Shàngdì shuō Wǒ guǒzhēn méng nǐ ēndài qiú nǐ jiào wǒ  
耶和华的先知摩西对上帝说：“我果真蒙你恩待，求你教我  
rènshi nǐde dàolù hǎo ràng wǒ zhēnde rènshi nǐ Chū'āijǐ Shīpiān  
认识你的道路，好让我真的认识你。”（出埃及记33:13；诗篇25:4）  
Shèngjīng yuánzé kěyǐ zhǐdǎo nǐ qù miànduì zhège nányǐ yìngfù de fēicháng shíqī de  
圣经原则可以指导你去面对这个“难以应付的非常时期”的  
zhǒngzhǒng nántí Tímótàihòushū Suízhe nǐde tǐhuì rì zēng nǐ huì gèng rènshi  
种种难题。（提摩太后书3:1）随着你的体会日增，你会更认识  
Yēhéhuá gēn tā yǒu gèng shēnhòu de yǒuyì  
耶和华，跟他有更深厚的友谊。

Yàbólāhǎn niánlǎo mǎnzú ér sǐ dàn rén rúguǒ réngrán nánmiǎn yī sǐ shēngmìng  
5 亚伯拉罕“年老满足”而死，但人如果仍然难免一死，生命  
jiù yīrán shì tài duǎn de le Wúlùn huó dào duōshǎo suì wǒmen réngrán xiǎng huóxiàqù  
就依然是太短的了。无论活到多少岁，我们仍然想活下去，  
yīnwèi Shàngdì bǎ yǒnghéng de yìshí fàng zài shìrén xīnlǐ zhèyàng Shàngdì  
因为“上帝……把永恒的意识放在世人心里，这样，上帝  
zìshǐzhìzhōng de zuòwéi rén yǒngyuǎn yě tànsuǒ bùjìn Chuándào shū Jiùsuàn yǒngyuǎn  
自始至终的作为，人永远也探索不尽”。（传道书3:11）就算永远  
huóxiàqù wǒmen yě yǒng bùnéng cè tòu Yēhéhuá suǒ zào de wànwù Wǒmen nénggòu guānchá  
活下去，我们也永不能测透耶和华所造的万物。我们能够观察、  
xuéxí hé xīnshǎng Yēhéhuá de qímiào zuòwéi yǒng wú qióngjìn Shīpiān  
学习和欣赏耶和华的奇妙作为，永无穷尽！——诗篇19:1-4；  
104:24；139:14。

Rúguǒ dìshàng chōngmǎnle jīntiān wǒmen suǒ jiàn de nántí yǒngshēng yěxǔ duì nǐ  
6 如果地上充满了今天我们所见的难题，永生也许对你  
méiyǒu shénme xīyīn Kěshì wǒmen què wúxū dānxīn Shèngjīng yīngxǔ shuō Wǒmen zhàoze  
没有什么吸引。可是，我们却无须担心。圣经应许说：“我们照着

Shēnghuó yào zhēnzhèng mǎnzú rén hái déi zěnyàng  
5. 生活要真正满足，人还得怎样？

Lǐxiǎng de qíngkuàng hé yǒngyuǎn de shēngmìng zěnyàng cái néng huòzhì  
6, 7. 理想的情况和永远的生命，怎样才能获致？

tāde yīngxǔ děngdài xīn tiān xīn dì yǒu zhèngyì zhù zài qízhōng Bǐdéhòushū Xīn  
他的应许，等待新天新地，有正义住在其中。”（彼得后书3:13）“新  
tiān shì zhǐ xīn de tiānshàng zhèngfǔ jiùshì tǒngzhì quánqiú de Shàngdì wángguó Xīn dì shì  
天”是指新的天上政府，就是统治全球的上帝王国。“新地”是  
zhǐ xīn de rénlèi shèhuì yóu shùnfú wángguó tǒngzhì de rén suǒ zǔchéng Wèile shíxiàn zhège  
指新的人类社会，由顺服王国统治的人所组成。为了实现这个  
yīngxǔ Yēhéhuá bùjiǔ jiù huì cǎiqǔ xíngdòng xiāomiè bàihuài dàdì de rén Qǐshìlù  
应许，耶和华不久就会采取行动，消灭“败坏大地”的人。——启示录  
Bǐdéhòushū  
11:18；彼得后书3:10。

Zhè jiàn shì huì duō kuài fāshēng ne Wèile zhǐyǐn wǒmen Yēsū Jīdū tíchū zhège  
7 这件事会多快发生呢？为了指引我们，耶稣基督提出“这个  
zhìdù de mòqī de zhēngxiàng qízhōng bāokuò lièguó de zhànzhēng yī chù jiē yī chù  
制度的末期”的“征象”，其中包括列国的战争、“一处接一处  
yǒu liángkuāng hé dìzhèn wēnyì hé bùfǎ de shì zēngjiā Mǎtài Fúyīn  
有粮荒和地震”、“瘟疫”和“不法的事增加”。（马太福音24:3-13；  
Lùjiā Fúyīn Tímótàihòushū Yēsū jiēzhe yùgào Nimen kànjiàn zhèxiē  
路加福音21:10, 11；提摩太后书3:1-5）耶稣接着预告：“你们看见这些  
shì fāshēng jiù zhīdao Shàngdìde wángguó jìnle Lùjiā Fúyīn Díquè Yēhéhuá  
事发生，就知道上帝的王国近了。”（路加福音21:31）的确，耶和华  
huǐmiè èrén de rìzi yǐjīng pòzàiméijié le  
毁灭恶人的日子已经迫在眉睫了。\*

Zài quánéng Shàngdì de dà rìzi zhōng Yēhéhuá huì qīngchú dìshàng de zuì'è  
8 在“全能上帝的大日子”中，耶和华会清除地上的罪恶，  
ránhòu bǎ dàdì jiànshè wéi yīge lèyuán Qǐshìlù Yísàiyàshū Zhèyàng  
然后把大地建设为一个乐园。（启示录16:14, 16；以赛亚书51:3）这样，  
yìrén bì dézháo dàdì yǒngyuǎn zài dìshàng ānjū Shīpiān Dàn yǐgù de rén  
“义人必得着大地，永远在地上安居”。（诗篇37:29）但已故的人  
yòu zěnyàng ne Yēsū shuō Bùyào wèi zhè jiàn shì jīngqí yīnwèi shíhou yào dào suǒyǒu zài  
又怎样呢？耶稣说：“不要为这件事惊奇，因为时候要到，所有在  
jìniànmù lǐ de rén dōu yào tīngjiàn tāde shēngyīn jiù chūlai Xíngshàn de fùhuó zhōng dé  
纪念墓里的人都要听见他的声音，就出来。行善的，复活终得  
shēngmìng zuò'è de fùhuó zhōng bèi dìngzuì Yuēhàn Fúyīn Yēhéhuá guānxīn  
生命；作恶的，复活终被定罪。”（约翰福音5:28, 29）耶和华关心  
měi yīge rén tā huì shǐ zài sǐ lǐ chángmián de rén huó guòlai Kēxuéjiā chángshì yòng  
每一个人，他会使在死里长眠的人活过来。科学家尝试用  
yíchuán gōngchéng qù fùzhì rén dàn zàowùzhǔ què wúxū yīkào zhège fāngfǎ Duiyú tā yào  
遗传工程去复制人，但造物主却无须依靠这个方法。对于他要

Nǐ kě zài Dàilái Yǒngshēng de Zhīshi Niūyuē Shǒuwàngtái Shèngjīng Shūshè chūbǎn dì  
\*你可在《带来永生的知识》（纽约守望台圣经书社出版）第  
shíyī zhāng dúdào zhè yùyán de gèng duō zīliào  
11章读到这预言的更多资料。

Yēhéhuá huì zěnyàng duì yǐgù de rén biǎoxiàn guānzhù  
8. 耶和华会怎样对已故的人表现关注？

jiùshù de měi yīge rén tā dōu néng jìde suǒyǒu xìjié shǐ tāmen zài huó guòlai Bùcuò  
 救赎的每一个人，他都能记得所有细节，使他们再活过来。不错，  
 nǐ yǒu xīwàng gēn yǐgù de qīnrén zài dìshàng lèyuán lǐ chóngféng  
 你有希望跟已故的亲人在地上乐园里重逢！

Lèyuán shēnghuó huì shì zěnyàng de Dìshàng huì bùmǎn kuàilè de rén dàjiā dōu  
 9 乐园生活会是怎样的？地上会布满快乐的人，大家都  
 qíxīnyīyì de zànměi zàowùzhǔ Jūmín bì bù shuō Wǒ yǒu bìng Yǐsàiyàshū  
 齐心一意地赞美造物主。“居民必不说：‘我有病。’”（以赛亚书33:24；  
 Méiyǒu rén huì jīnglǐ dào yǒuhài de yālì huò zài gǎnqíng hé jīngshén shàng shītiáo  
 54:13）没有人会经历到有害的压力，或在感情和精神上失调。  
 Rénrén dōu huì fēngyīzúshí ānjūlèyè zhìlì yú Shàngdì zhīyì xià de yǒuyìyì gōngzuò  
 人人都会丰衣足食、安居乐业，致力于上帝旨意下的有意义工作。  
 Shīpiān Yǐsàiyàshū Tāmen huì yǔ dòngwù hépinggòngchǔ yǔ rénlèi tóngbāo  
 （诗篇72:16；以赛亚书65:23）他们会与动物和平共处，与人类同胞  
 hé mù xiāngchǔ zuì zhòngyào de shì gēn Shàngdì xiǎngyǒu hé mù de guānxì Luómǎshū  
 和睦相处；最重要的是，“跟上帝享有和睦的关系”。——罗马书  
 Shīpiān Yǐsàiyàshū  
 5:1；诗篇37:11；72:7；以赛亚书11:6-9。

Nǐ yào zěnyàng zuò cái néng zài jiānglín de lèyuán lǐ guò wánquán xìngfú de shēnghuó  
 10 你要怎样做，才能在将临的乐园里过完全幸福的生活  
 ne Yēsū Jīdū shuō Tāmen bùduàn xīshōu zhīshì rènshi nǐ zhè dúyī de zhēn shén  
 呢？耶稣基督说：“他们不断吸收知识，认识你这独一的真神，  
 bìngqiě rènshi nǐ suǒ chāilái de Yēsū Jīdū jiù kěyǐ yǒu yǒngshēng Yuēhàn Fúyīn  
 并且认识你所差来的耶稣基督，就可以有永生。”（约翰福音17:3）  
 Yīncǐ yào jìxù xīshōu zhīshì rènshi Yēhéhuá hé Yēsū Jīdū míngbai Shàngdì duì nǐ yǒu  
 因此，要继续吸收知识，认识耶和华和耶稣基督，明白上帝对你有  
 shénme yāoqiú Zhèyàng nǐ jiù nénggòu qǔyuè Yēhéhuá Shàngdì tóngshí zhēnzhèng huó de  
 什么要求。这样，你就能够取悦耶和华上帝，同时真正活得  
 xīnmǎnyízú  
 心满意足。

---

Shàngdì tǒngzhì dàdì huì wèi rén dài lái shénme xìngfú  
 9. 上帝统治大地，会为人带来什么幸福？

Nǐ yào zěnyàng zuò cái néng zài lèyuán lǐ huó de xīnmǎnyízú  
 10. 你要怎样做，才能在乐园里活得心满意足？

# Biāotí 标题

## Captions

Yè 页	Biāotí 标题
5	<p>Yào jiào háizi zǒu héyí de lù ● “要教孩子走合宜的路”</p> <p>Nǐmen gè rén dōu gāi ài qīzi hǎoxiàng ài zìjǐ ● “你们各人都该爱妻子，好像爱自己”</p>
6	<p>Yào tàidu jījí zhūdòng gēn jiārén péiyǎng qīnmi de guānxi ● 要态度积极，主动跟家人培养亲密的关系</p>
7	<p>Nǐ jiànguò jìqiǎo jīngzhàn de gōngren ma ● “你见过技巧精湛的工人吗?”</p>
8	<p>Yào cháng xiàng rén shīyǔ nǐmen jiù bì méng shīyǔ ● “要常向人施与，你们就必蒙施与”</p>
9	<p>Wǒmen kěyǐ zěnyàng kòngzhì fènnù qíngxù ● 我们可以怎样控制愤怒情绪?</p>
12	<p>Shàngdì bǎ běijí pū zài xūwú zhī jìng bǎ dàdì xuán zài xūkōng zhī shàng ● “上帝把北极铺在虚无之境，把大地悬在虚空之上”</p>
13	<p>Kè yǒu Dàwèi jiā de míngkè ● 刻有“大卫家”的铭刻</p> <p>Yīge fù yīge de fāxiàn zhèngshíle wúshù de xìjié Zhè shǐ Shèngjīng de lìshǐ ● “一个复一个的发现，证实了无数的细节。这使圣经的历史 jiàzhí shòudào gèng dà zhòngshì Wēilián Ào'ěrbulàitè jiàoshòu 价值受到更大重视。”——威廉·奥尔布赖特教授</p> <p>Zhù yǒu Yàlishāndà Dàdì xiàoxiàng de qiánbi ● 铸有亚历山大大帝肖像的钱币</p>
15	<p>Fúzé Yùjí ● 福泽谕吉</p> <p>Fújǐng Qiānyī ● 福井谦一</p>
16	<p>Màikè'ěr Bèihè shuō Wǒmen kě bǎ yīge diǎnxíng dànbaízhi fēnzǐ de zhédié ● 迈克尔·贝赫说：“我们可把一个典型蛋白质分子的摺叠…… bǐ zuò yīge lìtǐ pīntú Kěshì réntǐ hányǒu shù yǐ shí wàn jì de pīntú 比作一个立体拼图。”可是，人体含有数以十万计的拼图。 Kēxuéjiā zhèng shìtú jiěkāi zhège mí Zhèxiē pīntú shì shéi shèjì de ne 科学家正试图解开这个谜。这些拼图是谁设计的呢?</p> <p>Ānjīsuān dànbaízhi yà dānwèi fùzá dànbaízhi fēnzǐ ● 氨基酸、蛋白质亚单位、复杂蛋白质分子</p>
17	<p>Nǎ yī yàng de gōngnéng gèng dà Shì zuì xiānjìn de lèi shénjīng wǎngluò diànnǎo ● 哪一样的功能更大? 是最先进的类神经网络电脑, háishi yī zhī cāngyíng 还是一只苍蝇?</p>

Yè 页	Biāotí 标题
18	Shàngdìde míngzì chūxiàn zài Xībó lái yǔ de Yìsàiyàshū jīngwén lǐ ● 上帝的名字，出现在希伯来语的以赛亚书经文里
19	Hé bù zài dǎogào lǐ qīnjìn Yēhéhuá ne ● 何不在祷告里亲近耶和华呢？
20	Suǒluómén wáng tàn suǒguò rénshēng de yìyì ● 所罗门王探索过人生的意义  Yàdāng Xiàwá céng gēn Shàngdì xiǎngyǒu qīnmì de guānxi ● 亚当夏娃曾跟上帝享有亲密的关系
21	Rǎnsètǐ duānlì duānlì ● 染色体、端粒、端粒  Guānyú rénlèi xìbāo xīnjìn de fāxiàn xiǎnshì shénme ● 关于人类细胞，新近的发现显示什么？
25	Shàngdì gěi rénlèi xīwàng shǐ tāmen nénggòu bǎituō zuì yǔ sǐ de núyì ● 上帝给人类希望，使他们能够摆脱罪与死的奴役
27	Rúguǒ yǒu rén zhěngjiù nǐ tuōlí núyì nǐ qǐ bù huì shífēn gǎnjī tā ma ● 如果有人拯救你脱离奴役，你岂不是十分感激他吗？
28	Nǐ yǔ Shàngdì jiànli yǒuyì jiù néng huó de xīnmǎnyìzú ● 你与上帝建立友谊，就能活得心满意足  Nǐde shēnghuó nénggòu bǐ Yàbó lāhǎn de gèng xīnmǎnyìzú ma ● 你的生活能够比亚伯拉罕的更心满意足吗？
29	Qiú nǐ jiào wǒ rènshi nǐde dàolù ● “求你教我认识你的道路”