****

在我的脚底下站着一只小狗，真的特别的可爱。上次我来的时候，第一次和它见面时它叫，这次来认得我了。我没机会喂它吃的。我以前生活在很偏僻的山沟里，住在那里的时候，我也领养过一只小狗，是别人家的，还很小就从别人家抱过来了。我们没有给它任何肉食吃，它也吃不到什么骨头，我们训练它吃素食，开始的时候它吃不下去——“这个土豆怎么能吃？从来没吃过！长这么大也没吃过。”它就闻一下，根本就不理。我们就总在它面前说：“真的很好吃的。”我们吃得津津有味，问它：“饿不饿？你尝尝吧？”总那样跟它对话。后来我们就嚼一嚼，嚼烂再吐给它，然后它开始尝了，就喜欢吃了。接下来，每次喂它吃的时候，它总要我们先嚼一嚼，直接给它不吃。不管是芋头、红薯，还是所有别的东西，都要我们给它嚼着，给它吃，慢慢地，那个小狗就开始熟练了。

后来它身上长了很多的虫子，我们不明白，没有这个经验，原来这也是需要帮助它的，后来就买了药，专门治小狗身上的虱子。然后就给它洗澡，杀那个虫子。

后来发现它有一次想要呕吐了，我说：“这怎么回事？吐出一条虫子出来，哇，真是吓人。”后来我就问邻居的老人，老人说：“你一定要给这个狗打两次的虫子。”吃打虫药，吃了药以后，那些死虫子全部拉出来了。

我们就是这么照顾这个小狗的。那个小狗终于知道我是它的主人了，喊它的名字它也能够理解。我的孩子给这个小狗起了一个名字叫“忠心”。反正每次都是这样喊它的，它也能够听懂。

特别奇怪的就是，每当我出门的时候，走到马路边上，叫一个车子把我们送到车站，那个小狗总是在后面追呀追呀……追得好远，我就说：“哎呀，回去吧。”它还在后面跑。每当我外出回家的时候，它老远就知道了，从家里老远地跑来迎接我，又舔脚又撕裤腿，尾巴拼命地摇。

我要是从我家翻一座山，到山那一边人家去的时候，这个小狗就跟着我一起去，很晚的时候它也不回去，非要呆在那里。我不管到哪里，它就在边上。狗对主人非常有感情。

有时候我就想到：这个狗所表达出来的——对主人的这种感恩的心，我们人特别缺乏。我们很少想到感谢上帝，发自内心赞美他。但是狗仅仅就是因为主人喂它吃的，让它能够活着，它就感恩，能够为主人舍命！

狗为主人舍命的例子是很多的。有的狗救人一直到救完最后一个人，自己也精疲力尽，死了。有的狗每一天都是去迎接主人回来，送主人去上班，又接主人回来。但是有一天，主人突然没有回来了，它不知道是什么原因，但它照常到这个车站去等，每一天到了时间就到这个车站去等。天天都有一只狗准时在那个车站里等，那趟列车过去了，没有主人从车门下来。那趟列车又过去了，还是没有主人从车门下来。那条狗就始终地守护在那里，那个站台里的工作人员看到——这只狗就一直死守到最后睡去了。这个狗就是因为主人给它吃，就有如此的一种恩情在里面。

最近我看到一段视频：一头狮子……，那个地方不像中国，野生动物特别多，马路都是穿过一些有森林的地带，周围有许多的动物活动。那个狮子可能随意地在马路里穿行，有一辆汽车把一头狮子尾部的腿给轧折了，它就一下子躺下来了，后面的两条腿不能动了，它就躺在那里，但还是活着的。结果怎么样呢？一群狮子全部来了，那一群狮子，又不吃又不喝又不叫，所有的狮子就躺在这个马路上了，就是在那头狮子躺卧的边上，从马路这边到马路的那边，到马路的中间，所有的位置全部睡满了，就是拦阻那些别的车辆通行。这边的车辆也不让你过去，那边的车辆也不让你过来。“你要过来就轧死我吧。”那所有的狮子就躺在这里，它们谁也不做声，躺着一动也不动，非常无奈，也救不了它们的同伴，但是有一种恻隐之心，那些狮子就在那里很无奈。

这时最高大的那一只狮子就站起来了，它可能是家长一样的，它就到这个伤心的狮子边上，用头碰一碰它，似乎是给它安慰。又到另一只狮子边上碰一碰它，给它什么安慰。结果那一只狮子就心领神会了，它们就起来，来到离那个受伤的狮子更近的地方，又从这边到那边都躺下。开始的时候还有一点距离，它们不忍心看到那受伤的狮子在那里躺着，有点距离。它们是横着的，但是有些车辆来了，似乎还想要过去一样的。然后这些狮子就做出更进一步的团结的行动，就是把这个受伤的狮子从头到尾都给挡着，就是说什么呢？“这个狮子都已经受伤了，它不能让开，你们把它撞了，你们不要再轧它了。”它们就是来保护这个狮子。它们全是静默，也不叫也不动，就是很无奈又很忧伤的那种表情，特别地感人。

有时候我们想啊，狮子对同伴之间尚且有这种怜悯和爱，但是人就缺少这个。人非常不知道感恩，因为不知道感谢上帝，不信。结果呢，也缺乏爱，人们就生活在这样的痛苦之中。

七年前，就是在看守所。咔嚓、咔嚓，七道铁门，一道铁门又一道铁门；那也是一个星期五的晚上，呜呜呜……把我们从监视居住的地方就送到了看守所。我还不知道要把我送到哪里去，我还以为是要把我连夜送回武汉。是星期五的晚上，因为星期六我们拒绝提审，所以星期六他们就干脆不把我们留在那里了，星期五连夜把我们送进了看守所，以后就到看守所去提审。七道铁门，经过的时候，我都是亲自数的，七道铁门，一道又一道，七道铁门打开……我是第一次进看守所，那个时候大家都已经睡觉了，然后打开铁门，非常明亮的灯，在一个房间里面，中间是一个比较窄的过道，两边都是大通铺，像炕一样的。所有的人都躺在那里，所有的光头全部都朝着外面，这边一排人全是光头，这边一排人都躺在一个炕上，整齐的，一大堆人，都是光头，瞅着那里，我真的是吓坏了。但是很快我也成了光头。然后就在两个人中间插进去，人都挤在一起睡，你要插进去的时候，要侧着身子把自己插进去，侧下去之后就不能再动了，没法翻身的，因为人太多了，全部挤在那里。

慢慢就了解了——有这样的人，有那样的人——有贩毒的，第二次贩毒，第三次进监狱的；有杀人犯，有杀了六个人的；有进了监狱出来又继续强奸杀人的杀人犯……有各种各样的犯人，判无期的，判死刑的，判十几年徒刑的，各种各样的人。还有一个团伙，是杀了警察的，所以也是判了死刑。各种各样的人。这些人，你想一想，真的是不配在这个世上活着，但是他们还都活在那里，好几年在那里。然后呢，政府一日三餐给他们吃的，全是免费的，穿的衣服也都是免费的，所以的东西都是免费的。早晨有专门的人用车推来给你吃的，中午也有吃的，晚上也有吃的。中午是米饭，晚上是馒头，早晨是窝窝头加稀饭。中午也有菜，晚上也有菜，天天都是这样。到过年过节的时候还改善。大年三十的时候还包饺子，不是他们包，是包好了饺子给他们吃的。甚至，圣诞节的时候，还给那些外国人有特别的礼物。春节的时候，还给了我一份特别的饺子——羊肉饺子，因为我不吃猪肉嘛，他们把我按回民对待的。

但是没有一个人感恩的。他们实际上是不配在这个世上活着的人，政府给他们吃，给他们喝，就这么养着他们，但是没有一个人感恩的，都是埋怨，天天都是不平不满，天天就是咒骂。其实我想一想，哇，这就是罪人。大家知道使我们最痛苦的根源是什么吗？就是没有感恩。对上帝没有感恩，然后对人没有爱，同时个人呢，充满了不平不满和不信。只要是你不平不满的话，在这世上你就有千千万万个不平不满的理由。

那些做大工程的人，完全是因为机遇，所以他有投资的机会，所有的人为他打工，他就吸取别人的血汗钱，然后自己住豪宅，坐豪车，到处吃喝玩乐，这样的人照样有不平不满。在这世上，你就这么活着，你还不平不满？难道全世界人都为你服务，你才满足吗？

你杀了这么多人，你还不平不满，你有什么理由在这个世上活着？那个杀了六个人的犯人，后来我去打听，“后来那个人怎么样了？是不是判死刑了？”有人就告诉我：“啊，没有，他改成了无期了，是死缓还是无期。”为什么呢？因为找不到DNA证据。所以呢，地上的法庭很无奈，但是上帝却知道每一个隐秘的罪行，每一个人内心的邪恶，上帝都看得清清楚楚，这一切事情，在上帝那里就像是——把什么东西摆在手上一样那么清楚。但是，他活下来了，那个人只有三十几岁。

上帝让我们在这个地上活着，其实有几个人有活着的资格呢？当人类犯罪悖逆的那一刻起，上帝就可以让我们停止呼吸，也可以让我们立即消失。我们其实都一样的，在没有悔改之前，我们和那些犯人没什么两样，我们也是一样的埋怨、不平、不满，没有感恩，没有爱，没有真正的赞美，也没有同情。不平不满，没有感恩，成了我们痛苦的根源，也是受咒阻的根源。不管是谁，今天都要改变你的想法，都要把你的思想改变过来！错误的思想，是你错误的生活的根源。思想错误了，所以整个人的生活状态是错误的。

大家有没有见过那些再也不能够呼吸了——医院里用那个呼吸机维持他生命的人？如果把呼吸机一拔，他立即就会死去。大家想一想：这个呼吸难道是我们自己的什么能力在做的吗？难道是一个什么机械运动自动地在发生的吗？是上帝的恩眷，让我们鼻孔里有气息。上帝就是使我们鼻孔里有气息的上帝，鉴察我们一切行动的上帝。

大家想一想，我们心脏的跳动。假如我们心脏停止跳动了，有没有人能够让它恢复呢？没有办法。我们的心脏在跳动，晚上睡觉的时候它也在跳动，然后把血液送到全身，让我们活着。

我们的眼睛能看，我们的耳朵能听，我们的思想可以思考。最起码的，最最起码的，一日三餐我们都还有吃的，是谁给你吃的呢？你以为你就配活在这个世界上吗？你对得起那每一碗饭吗？如果我们不能够发自内心地作一个谢饭的感恩的话……这个土地出产食物，这是人的作为吗？太惊人的奇迹了！

你就这么想一想吧：假如明天太阳不出来，后天太阳还不出来，到第三天，太阳还不出来，是真的不出来；不是说阴天，阴天太阳出来没有呀？照样出来了。假如太阳真的不出来了，所有的人都会极其惊恐！有时候，上帝可能会这么想吧：“这些无知的、愚昧、不感恩、不信的人类啊，我是不是得想一个办法让人们醒悟过来呢？我就这一天不让太阳出来，那个时候你们可能会了解一些事情。”但是上帝没这么做，他根本没有按我们这种无知的心来报复我们。我们还在呼吸，我们的心脏还在跳动，我们还在活着，我们还靠地里的出产在得吃的，这是一件多么惊人的奇迹，你知道吗？假如太阳不出来，谁能够让生命再维持半秒钟呢？上帝没有让太阳不出来，恩典时期还在延续。

但是在历史当中发生过一件事情，上帝觉得这些人类太过分了，天天得吃的，也不知道感谢，活在世上也不知道感恩，然后充满了不平不满，充满了不信和悖逆，就是犯罪。给他们的体力，他们拿去犯罪；给他们智力，他们拿去犯罪；给他们祝福，他们把这些当作偶像去崇拜。越给他们祝福，他们变得越自私，然后越去愚昧无知。上帝说：“我收回我的恩典——让你们稍微尝一尝是什么结果。”上帝是不是有一次作了这样的事情？但是呢，必须地上要有人能理解上帝的旨意，所以上帝就选中了以利亚，然后对以利亚说：“你是唯一能够为这个世人的悖逆和犯罪而忧伤的人，现在我希望你跟我合作，现在你去传达一个信息：因为他们悖逆，我决定三年半不下雨。但是我会特别地养活你，你到一个小溪旁去生活吧，那个小溪里暂时还有水，乌鸦会给你吃的。但是我从现在开始三年半不下雨。把我这个信息去告诉人，就说：是上帝说了——三年半不下雨，让你们好好地反省一下，看你们每一天、每时每刻究竟是靠谁在活着？”结果真的就开始三年半不下雨。王也要学会谦卑了。

大家想一想，三年半不下雨，小溪开始干了，地里没有出产了，存储的粮食开始吃完了。一个穷寡妇家——最后就一个饼的一点面粉了，拣一点干柴，就这么一个饼，就这么一点油，她们母子两个吃完死就死吧。但是，上帝用奇迹祝福了那个接待先知的人家，然后让先知继续维持着。为什么呢？因为上帝并不是存着报复的心，他还要先知去发言，让人醒悟，重新为人代求——重新让上帝降雨。当上帝降雨的时候，需要先知去指出来：“这是上帝的祝福，你们回转，回转吧！”所以，以利亚特别地活了下来，为上帝要发言。

三年半不下雨，你想想，你想象一下：我们这里的两个池塘全部干了，露到了底下的底；这些菜地全部是发干的裂痕的土壤，都是非常的硬；所有的菜也全部没有了；而这些树都死了，马路边上也没有小草了，更看不到什么小花了，到处都是一片死的迹象；你家的鸡呢？早就被吃光了；你家的牛羊呢？没有草可喂了，也找不到水去解渴了。现在，就亚哈王家里还养了一点牲畜，因为大家把所有的东西都给他了。但是，王也没有了，他也得降卑了，他也带着仆人到处去想找点水喝，找点草吃。人们就是这样不醒悟！

我现在真的感觉到：上帝啊，赐给我以利亚的心志和能力，主啊，求你三年半不给降雨，那个时候，要向人显明——天上有位上帝，是他在祝福。人们不认识你，求你伸出你的作为来。我想这也可能是唯一的办法吧，会不会这成为上帝拯救那些不信的人的最后一个方法呢？有可能。需要有真正认识上帝的人，把上帝的旨意显明出来。

你就想一想，不说三年半不下雨，一天没有吃的，在座的各位有没有禁食一天的经历？禁食两天的经历有没有？禁食三天的经历有没有？就是三天没吃任何东西，有没有？我在里面，三天不吃可以说是经常性的，就是刻苦已心禁食的时候，我三天都没有吃东西，就是只喝水，但是要喝水，不喝水头脑就没办法工作了。我有时候给别人说：“你觉得体重这么肥，你想减肥不是很简单吗？三天不吃，体重一下子掉十斤了。”我说，这对我来说，是很简单的事情，我随意的可以调节我的体重。这个食欲完全是被战胜的，是由我来决定的，不是由胃来决定我的大脑，而是我的大脑来决定我的胃——吃就是吃，不吃就不吃，对我来说很简单。有些长得非常胖的人，非常胖，又是高血压又是高血脂，还天天要吃肉，又是鱼、肉。后来他们也觉得自己太胖了。然后我就说：“那你就这样吧：你三天做不到，你就一天吧。”有人饿了两餐，受不了啦，晚上赶紧吃，吃得比任何时候都多。后来我又说：“看来你们两餐也受不了，那么这样吧，就晚上一餐不吃吧。”我给一个大胖子说，叫他晚上一餐不吃，他下定了决心，那天晚上没有吃，结果回到宿舍里，十点睡觉的时候，我们都已经睡了，他把那个黄瓜拿来在那里啃啊，嚼啊，然后吃花生米啊，受不了，“不行，不行的，那样肯定会饿死的。”所以这些人就是食欲的奴隶，没有得到拯救的人。

我说什么呢？就是一餐不吃，大家就像要死了一样的。但是你有没有想过——是谁在给你吃的？现在大家在生活中，从来不去思考这个问题。不平不满，太多不平不满了。你想一想自己的一生，你做了多少恶的事情，我们是不配活在这个世界上的，我们内心的污秽和那些恶人其实没有什么两样——在我们悔改之前，在上帝看来，其实都是一样的。有些人一生的经历所留下的记录，在人看来尚且是多么的邪恶，但是自己就是不认识自己——“我没有罪！我也没犯过罪啊。”然后埋怨这个，埋怨那个。埋怨父母的孩子太多了，埋怨孩子的父母也是有的。几乎所有的人都在埋怨上帝——“凭什么要让我得病？凭什么我家就生活的这么困难？”

我可以这么说吧，上帝没有让任何一个家庭困难。他们曾经都挣过钱，他们曾经也都有一些积蓄，都是在他们更贪心的时候就亏了。我看到的绝大部分是这种情况。是他们赌博、吸毒、嫖娼，放纵这种种的恶，他们糟蹋了。在监狱里的那些犯人，我都了解了一下，小偷也有，抢劫的也有。我说，他们究竟是因为实在太穷了——不得不这样做的吗？但是我所了解的，一个都没有！一个都没有！不管是抢劫的小偷，偷窃的，还是贪污的，还是挪用公款的，还是侵占罪的、抢夺罪的……不管是什么罪的，没有一个人是真正的贫穷的，全是因为不是吸毒就是放纵。他们又吸毒，又放纵，他们就需要钱，对不对？父母给的钱也好，自己挣的钱也好，几下子就花了。他们曾经都有自己的车，他们都开豪车，都有好几百万，一百万对他们来说都是小数目。哇，我的天哪，一个个都是很富的！他们曾经都是干大工程，很挣钱的。但是为什么都堕落了呢？因为他们再多的钱，也都会浪费在他们的罪恶当中。

上帝没有让人贫穷过——诚实的人，节俭的人，量入而出的人，本分的人，勤劳的人——上帝没有让一个人贫穷，你没有埋怨的理由！

我还看到，其实上帝也没有让每一个人不健康。有没有人一生下来就是得病的？那也可以追溯到他的父母的罪。但是确实有生下来就是瞎眼的，耶稣说那不一定是他的罪。有的人，生下来连整个腿都没有，整个手和手臂都没有，就是一个躯干。还有人长大麻风……没有一样是上帝的作为！但是上帝没有把这些先天的，这种并不怎么优越的状况定为是罪，上帝却说：“尽管你没有手脚，你还是可以去天国。尽管你生来是瞎眼的，你还可以去天国。你本来可以出生不是这样的，但是你可能没有地选择出生是这样子的，但是这个没有关系，这不是你的罪，我会为你解决，到天国一切都会恢复。”但是大部分的人就是自己造成的，对上帝没有任何埋怨的理由。尽管如此，上帝还是说：“我来负责！我来救你！我来帮助你！”这就是耶稣基督的恩典。

什么叫恩典呢？恩典就是没有任何人配得的，你以为你有什么功劳可以去赚得上帝的拯救吗？你觉得我们做了什么或者有什么可以赚得耶稣的救恩吗？耶稣的恩典，是白白的恩典，是上帝的慷慨，可怜我们，给我们的——太可怜了！看哪，太可怜了！人在罪的咒诅当中那种不幸福，那种不满足，没有平安，又受到各样的疾病折磨……耶稣从来不是加给我们痛苦的一位！耶稣到地上是医治一切的疾病的一位！耶稣是听所有人呼求的一位！只要相信他，耶稣没有拒绝任何人的呼求！耶稣最后是为人钉十字架的一位！上帝没有加给我们任何苦难，我们没有任何人在心中有不平不满的理由。尽管你这样，上帝还是说：“我没有计较你，我绝对不会计较你，我只是想爱你！想救你！想怜悯你！”所以耶稣在十字架上给我们带来了救恩。

大家想一想吧，假如一个富翁，他把自己挣的钱，捐给了教会，上帝是不是有理由特别对他好一点，是不是？他可能会这么认为，但是当他这么认为的时候，他奉献给主的钱就染上了污秽。其实这也不是他的什么功劳。因为上帝给我们呼吸，也给我们体力，给我们得货财的力量，是上帝赐给我们智力，也是土地出产养活我们，我们所有的一切都是白白的领受的，我们不过是领受这些之外有多余的，我们已经按照我们所当得的享用了上帝的祝福以后还有多余的，归还给主人而已，因为那本来就不是你的，大家理解吗？

我们不应该浪费我们所领受的。在里面，我最痛苦的一件事情，就是大家浪费粮食，浪费的太厉害了！比如说打饭，我总是打一点，然后想想能不能吃饱，不够再加一点，我打的饭从来不剩一粒的，既不会从下巴掉一粒，也不会在碗里残留一粒，我吃多少就打多少，打了多少我就会吃多少。但是那些人呢？几乎餐餐都往筐里倒剩饭，不只是倒剩饭，里面鸡蛋也有，豆腐也有，肉也有，鱼也有……你不吃，你不要去打好不好？这个没有办法，我有时候个别跟人讲：“我怎么每次餐餐都看到你倒饭？你少打点好不好？”人不认识这个祝福的主的时候，人们就是这么在糟蹋主的恩典。

现在我们也是一样，主曾经给了我们健康，给了我们体力，给了我们非常强壮的身体。假如我身上生了什么病，我绝对不怪我的父母。我的父母在我出生的时候，我的小名叫胖子，大胖子，那真的是。我母亲后来给我说：“为什么给你叫这个名字呢？你就像我们墙壁上贴的那幅画一样，那个胖娃娃，圆圆滚滚的胖娃娃。”我生下来就是这么健康的，后来假如有了什么病，我能怪谁呢？都是我自己做的，因为我糟蹋了上帝给我的恩赐，我多么后悔啊！我一直到25岁的时候吧，才开始健康改良。在25岁之前吃猪肉吃得太厉害了，那个排骨炖了就是整碗的吃了，面条都不放，就当饭吃。越吃抵抗力越低，越来越多感冒。我在医院里，医院里的人都很吃惊，我工作单位在医院里。科室里的人就对我说：“朱工这么年纪轻轻的，怎么老感冒啊？”我的那个桌子，专门有一个左边抽屉放笔，右边抽屉全是专门放药的，因为我们在医院里面开药也不要钱，全是各种各样的感冒药。后来吃药没有用，就必须到急诊室去打吊瓶，那急诊室里的人反正也跟我熟，每次去就给我打吊瓶。后来就到那种程度。这是什么？是我自已做的，我浪费了主给我的恩典。

人们不知道感谢上帝，没有感恩，没有赞美，这是痛苦的根源。我们从那些不信的人身上就看到了这方方面面，他们的不平不满，他们的浪费。多么不配在这世上活着，但是他们还在活着。我们就是这样的人。

我们就说的什么呢？上帝曾经借着以利亚，让那个地方三年半不下雨，上帝很无可奈何地做了这件事情，天父真的是没有办法了，就做了这件事情，非常想教育那些叛逆的人。上帝给他们祝福，结果他们就拜偶像。你看，比如说：我们在乡村，以前农村里是不是都比较穷啊？都比较穷的，早晨就劳作，晚上就睡觉。他们好不容易得点出产，留到第二年吃。第二年快吃完了，青黄不接的时候又要去播种，又要等待着新一年的出产。后来慢慢富起来了，富起来的时候我就看到一个惊人的变化——庙，开始修起来了；祠堂——每一个村子里就有祠堂，对祖先的偶像崇拜就开始来了；什么续家谱的事情也来了……然后呢？过年过节的时候人们就烧香拜佛地磕头，搞那些迷信活动。他们压根就不配得到上帝的祝福，是不是很多人因为有钱了就开始堕落了？本来可以让他们生活的舒适一点的，改善一下经济，大家可以生活的宽松，可以生活的更卫生一点……人们认为有钱啦，就开始堕落了，那些恶的事情就开始泛滥……真的，到了一个不得不收回恩典的时候了。

现在你去传道，没有几个人愿意听，因为人们的心太刚硬。他们天天生活在恩典当中，白白的接受各种各样的爱，各种各样的施舍，但是他们仍然是不信。这种不信，成了人心灵当中的一个毒根，使他受痛苦的一个毒根。他不信，因为他心中不信，这个罪就一直在捆绑着他，使他在一种堕落的食欲和情欲、仇恨、不饶恕、自私捆绑折磨着，被罪折磨着，因为他们不信，他们的所有言行出来对别人都是一种沉重的阴影，这种不信就成了人们心中的一种毒根。

我今天给大家的劝勉就到这里。我开始讲到了动物，开始讲到了那些犯人，然后开始想想我自己；我讲到了土地的出产，我们鼻孔里的气息；我们讲到了恩典给我们的时候，我们究竟做了什么样的回应，我在这里特别强调的是什么呢？不平不满是痛苦的根源，不信是我们心中的毒根，使我们受着折磨痛苦。

一旦你信上帝，一旦你对这位上帝的祝福唤起一种感恩和赞美的时候，会发生什么事情，你知道吗？你的身体免疫力迅速地爆发出来，你的身体免疫力，抵抗疾病的免疫力立即就提升出来了！

我在监狱里七年，饮食那么简单，劳动那么劳累；最开始的一年半当中，冬天也是洗的冷水，喝的也是冷水，冰冷的水，就是那样的；但是我没有吃药，也没有去过医院。我始终觉得：我们是信上帝的人，并且是知道健康改良的人，在这个最需要的时候就要运用自己所学习的知识来作见证。

在那里，比我身体好的人，多的是，比我年轻的人多的是，但是他们充满了不平和不满，他们各种各样的病都有。一下子牙疼，把这个牙拔了，把那个牙也拔了。我的牙齿一点毛病都没有。他们比我年轻的人都有牙齿烂了，牙疼。反正什么毛病都有，那些人没有一个健康的。这是什么呢？因为他们在监狱里是一种什么特殊的环境呢？是最容易不平不满的地方，在那里没有一个人感恩的，没有人说：“感谢政府把我关进来了。”

我在那里是完全凭着祷告战胜这些周围的影响，然后凭着读圣经相信主。感谢主，我走出来了，我身体没有任何地方比进去之前更衰败，视力也没影响，头发没有变得更白，体重稍微增加了一点点，现在基本上恢复正常，身体所有的内脏器官都是健康的。但是吃的就是如此简单的饮食，那些饮食简单的你没法想象，也就是说，让你不死吧，简单到那个程度。但是我们感谢赞美上帝，我们活着不是单靠食物，是靠上帝的话。这位上帝真是太真实了！与我们同在！每一天借着圣灵对我说话，每当我得到的时候，我的心中真的是太感恩了，这位上帝是真实的！

我空余时间最多的就是站在外面望天，甚至他们都知道了，他们说：“明天又是你望天的时间。”每到星期五的时候，第二天是安息日，他们都会说：“明天就是你望天的时间了。”他好像就是说：你总是望着天，是不是你能看到天上的上帝呢？啊，好像能看到，他们什么也看不见，我们能看到，为什么？因为耶稣被提升天的时候，是不是那些门徒们亲眼看到耶稣升上去的，在云彩之间升上去的，耶稣边升上去的时候，他的话一直留在这里，世世代代就流传着——“我怎样去，还会再来，还会再来接你们。”啊，我总是望天，我知道有一天，真的，耶稣驾云降临。那时站在窗户边上，那个时候你就赞美上帝。是铁窗，站在窗户边上就可以看到远处的白云，看到月亮，是不是大家的心能够连在一起？看到这个云，大家的心是不是连在一起了？我的弟兄姊妹，我的家人，我们的心是否连在一起了？

当我在窗户这么看的时候，有一天我看到了奇迹，突然看到了奇迹。两道彩虹，那么大的彩虹，哇，太明亮了，太清楚了，就像在我眼前，我伸手可以触摸一样，就是大到那种程度，亮到那种程度，倡长到那种程度。两个都是那么明显，一个副虹，一下正虹，两道虹，这个是赤橙黄绿青蓝紫，那个是赤橙黄绿青蓝紫，排序是倒着的，就像一个是另一个镜子一样，理解吧？两道彩虹太长了，我所能看到的视野整个空间，像一个桥一样架在那里，似乎看不到头，一直延伸到海底下，因为在海边，这头一直到在那个山底下，看不到边，两道彩虹。真是感谢赞美上帝！主给我们的安慰，然后我就带着上帝给我的这个安慰开始了我的服刑生活。这是我刚去的时候看到的。

后来，一年一年过去了，我的学习计划也越来越完整了，每当我完成一个笔记本的时候，我就在后面写上：感谢上帝！耶和华上帝施恩！感谢主！然后我就想：下个学习计划会是什么呢？我在祷告当中就这样做的，最后我把所能做的所有学习计划都完成了，我就留下最后一笔：感谢主！提前一个月完成全部学习计划，然后画上一个圆满的句号。这个时候我就期待着出监，我又开始望天，更多的时间就是在外面走来走去看着天空。有一天，又突然出现了奇迹，没下雨怎么也出现了彩虹呢？一道彩虹早晨挂在那里，就是我出监之前的那个星期，一个星期三，啊!感谢主！这是主安慰我的记号，我一直求主给我一个安慰，使我带着勇气出去。我已经知道我出去要面临种种困难，我经常面对这个困难时内心就是忐忑，较力，感觉到：主啊，我真的不能做什么！我希望能够给我一个凭据。我就只能求主给我凭据，给我勇气，给我力量，给我凭据，让我走出监狱大门的那一刻开始，能够充满着信心，只为荣耀他而生活。结果真的一道彩虹挂在那里，我就说：主啊，真是感恩！然后到黄昏的时候，同样的一天，黄昏的时候，我又在外边散步的时候，彩虹再一次出现了，同一天，早晨和黄昏的时候出现了两次。那些犯人都在那里思考，说这是吉祥的记号，要出监了，这是吉祥的记号，他们这么说的。然后有个人就到我面前来说：哎，我们最后一个拥抱吧！

我记得在我进去之前，在那个圣经学校有一位弟兄，他当时想要给我一个拥抱，我好像还有点不习惯，两个弟兄拥抱一下，我就说：“还是不拥抱了吧。我们就背一下吧。”我背一下他，他背一下我，结果呢？是我把他压倒下去了，结果裤子都给弄破了。我出去第一件事就是见到他时给他个拥抱，因为我欠他一个拥抱。

当时那个犯人跟我分别的时候拥抱一下，我立即脑子里就想起来我曾经欠那个人一个拥抱，然后我就非常热情地给了他一个最大的鼓励，我在他身上看到了优点，我就很感佩地表达了出来。

大家应该感恩，不要因为我们身体的软弱而有什么不平，上帝多么怜悯我们，我们今天还有恩典的机会。我们喝的每一杯水都应该带着感恩而喝下去，在这里预备的饭食应该带着感恩吃下去，这个水会不一样，这个饭食会不一样。带着感恩去晒太阳吧，带着感恩在这个池塘边上散步，去呼吸新鲜的空气，做着深呼吸。每呼吸一口，吐出来的时候都把我们的不平不满吐出去，每吸进去一口气的时候都带着一个祈祷和赞美的心。恩典就这么无形当中，借着这个大自然的媒介临到了我们。阳光是媒介，水是媒介，空气是媒介。你能够做一些伸展的活动，这就是媒介。当你去接受这些媒介的时候，祝福就会来到你们里面，你突然改变了，抵抗力开始回升了，一种很神奇的免疫力开始发挥作用了，所有的病毒细胞、癌细胞都被打败了，这是上帝所赐的医治。

但是我们要把我们的心敞开来接受这个恩典，我们没有什么功劳，我们本来就没有什么功劳。也就是说，所有得救的人都是一视同仁地白白接受恩典的。所以你不要去看自己的弱点，不要对自己过去的犯罪跌倒抱着一种沉重的负担，不管是谁，哪怕你一生作恶，你临终之前愿意接受耶稣，耶稣也是会怜悯你的。所以大家不要有压力，只要把心里的不平不满去掉。今天你还活着，你还有机会，不知道哪一天会睡去，在你活着的时候，你要把心中的这个心门打开，接受耶稣。早晨起来，来站在这个池塘边上，对着升起的太阳，你说：“主啊！你的阳光又升起来了，又是你的恩典的一天，用你的恩典来洗净我、充满我吧，我生活存留都在乎你，我的永生在乎你，赦免我的罪！”

大家喝水的时候，把这个水端起来好好看一看好不好？好好揣摩一下，这个水立即就映出你的脸，你的内心在这个水里马上就反应出来了。如果你是忧愁的，埋怨不平的，这个水也就会像镜子一样把它照进去。如果你的心是感恩的，是赞美的，喜乐的，带着微笑的，这个水像镜子一样也会把这个照进去。照进去之后，它就带着一个信息进去，带着一个信息：告诉身体里的每一个细胞，赞美上帝啊！告诉每一个细胞：吸取营养啊；现在给你氧气了啊，开始发挥作用啊，团结起来！所有的白细胞开始行动，那么所有的免疫系统开始发挥作用，充满活力，打赢一个胜仗。身体就是这样得医治的，医治的原理就是这么简单。水是媒介，阳光是媒介，你的饮食是媒介，然后你在想：啊，这是地里的出产，多么有用啊；这个亚麻籽里面含有“欧米伽 3”，很神奇的养分，你根本发明不了这个东西，这个东西是有神奇的作用，你仔细揣摩，感恩，太神奇了！医治我吧!就这么吃下去。

然后睡觉的时候，“主啊，我现在累了，我要休息，”休息的时候该怎么休息呢？我死了。死的还有忧虑吗？死了还有压力吗？死了还有忧愁吗？你要死去，第二天早晨才能够醒过来，你醒过来的时候，才能重新充满活力。所以睡觉的时候你要放松，全身放松。我睡觉的时候就是这样的，我有时候在设想我就游泳在这水里一样，或者飘起在空气一样，我就浮在上面，我就让全身放松，排解压力。大家就应该这样去休息，带着感恩的心去休息，第二天早晨你会恢复精力，重新醒过来，是上帝又让你活着。真的是奇迹，因为我们还活着。记住！我们还活着，这就是奇迹。为这个奇迹，感谢上帝吧！

那么在座的各位，尤其是身体软弱的弟兄姊妹，愿意放弃心中的不平不满吗？愿意放弃忧愁和压力吗？愿意在基督的面前把自己的生命交给他来得拯救吗？我们在基督里面享受安息，主啊！饶恕从你而来，恩典从你而来，永生从你而来，我愿意把自己交给你，饶恕我这个罪人，可怜我，洁净我吧。上帝的恩典就是因着信，白白赐给我们的，没有人需要什么功劳，没有人需要背着自己罪的重担，也没有人需要有怀疑的理由。不信是心里的毒根，不平不满是疾病和痛苦的根源。大家要这样在这里得医治，当你在这里得医治的时候，你也同时得了拯救，你的名字写在天上的生命册上，耶稣认识你，他来的时候会呼唤你的名字，你的名字记录在天上的生命册上！

我们一起起立祷告：慈爱圣洁的天父，求你赐给我们信心仰望天上的主，使我们因着信你，可以在你里面得享安息；也使我们因着信你，可以领受你的赦罪的恩典；使我们因着信你，可以充满基督的爱！充满感恩和赞美！使我们因着信你，从此放下一切的不平和不满；使我们因着信你可以从痛苦当中得解脱，从忧愁当中得幸福和平安。主啊，我们信你，求你在今日祝福我们，因为是你造了我们，也是你让我们活在世上有得永生的机会，是你在十字架上为我们舍命，为了救我们，主啊，我们愿意认识你，求你赐圣灵光照我们，求你赐给每一位弟兄姊妹都有感恩和赞美发出，求你赐给他们晚上有一个最香甜的睡眠，求你使他们在不知不觉当中得医治，奉耶稣圣名求，阿们！