

更新



RENEWAL



持久的操练

李定武（更新传道会前总干事） / 著

编者注：2024年的巴黎奥运会让我们观赏到许多几近完美的运动表现，运动员们不但有惊人的天分，更是长期付出无尽的努力；能参加奥运会的人都不是普通人！同样地，基督徒也不是普通人，都被神赋予了新造的能力，我们也需要有持久的操练才能在世上为主打一场美好的仗。愿本文能为你打气、加油，帮助你在天路上继续努力奔跑，最终得着那不能朽坏的冠冕！

读经

申命记9: 1-3: “以色列啊，你当听。你今日要过约旦河，进去赶出比你强大的国民，得着广大坚固、高得顶天的城邑。那民是亚纳族的人，又大又高，是你所知道的；也曾听见有人指着他们说：‘谁能在亚纳族人面前站立得住呢？’你今日当知道，耶和华你的神在你前面过去，如同烈火，要灭绝他们，将他们制伏在你面前。这样，你就要照耶和华所说的赶出他们，使他们速速灭亡。”

申命记10: 12-13: “以色列啊，现在耶和华你神向你所要的是什么呢？只要你敬畏耶和华你的神，遵行他的道，爱他，尽心、尽性事奉他，遵守他的诫命、律例，就是我今日所吩咐你的，为要叫你得福。”

当年以色列人出埃及准备进迦南时，神叫祂仆人摩西教导祂子民要如何面对挑战，如何作持久的操练。在以上几节经文中，我们看到基督徒当在生活上持续操练三方面的功课：克服属灵的消沉，善用属灵的鼓励，充实属灵的实质。

壹、克服属灵的消沉

——操练保持灵力

当以色列人暂停在应许之地的边缘时，摩西告诉他们，若想渡过约旦河去得着应许之地，在那里享受与主同在的“安息”，神对他们有一个要求——就是要他们听神的话。

今天我们跟随主的人亦如当年的以色列人一样，站在应许之地及它所代表之“安息”的入口，我们当问自己：这么多年信主的经历，已装备自己具有持久的灵力吗？我要如何克服属灵的消沉呢？

一、凭信克服那难以超越的拦阻

基督徒走天路的历程不免遇到各种的困难，如同强大的“亚纳族人”，“谁能……站立得住呢？”（申9: 2下）圣经也指出十二位探子中除两位有勇气外，其余十个探子的反应都使百姓的“心消化”（申1: 28）；但迦勒却有信心并勇敢地说：“我们立刻

上去得那地吧！我们足能得胜。”（民13: 30）是的，神要我们学习迦勒，凭信心得能力——信心乃是基督徒属灵的眼镜，能使我们有能力越过许多的困难。

李爱锐（Eric Liddell）是一位苏格兰运动员，也是一位持守基督徒原则的人。他在1924年参加巴黎奥运会因拒绝在主日参赛，而放弃他最有把握的100米竞赛，却在400米竞赛中获得金牌。这位对信仰绝不妥协的基督徒生在中国天津，父母是宣教士，奥运会后两年他回到中国，却在1945年2月21日死于山东潍县的日

发刊者：更新传道会 | 编辑：李陈长真、庞慧修 | 排版·美术设计：杨顺华、李仲淳 | 总会董事：〔笔划顺序〕许仰兴（主席）、石怀东、李定武（荣誉）、徐立、时梅、张麟至、黄智礼、汤继理

美国总会 220 S. Main Street, Milltown, NJ 08850, U.S.A Tel: 732-828-4545 E-mail: info@crmnj.org

台湾分会 80743 高雄市三民区北平二街5巷33号3楼 Tel: 0902275033 E-mail: infotw@crmnj.org 邮政划拨: 13913941 户名: 财团法人新北市基督教更新传道会

台湾董事：〔笔划顺序〕杜荣华（主席）、李定武（荣誉）、李胜雄、吕思瑜、庄百亿、张麟至、苏义雄

新加坡分会 Christian Renewal Mission 35 Kallang Pudding Road, Tong Lee Building, Block A, #10-02, Singapore 349314 Tel: 65-98589171 E-mail: crmsg77@yahoo.com.sg

Christian Renewal Ministries, Inc. (CRM) is an inter-denominational para-church organization, evangelical in thrust and dedicated to preaching, discipleship training, and mass-media ministries, especially literature to the Chinese. Established in 1971 with non-profit status(501 C-3) granted in 1977, CRM is registered with the IRS and is funded, in part, by tax-deductible gifts. Except for combined issues of January-February and July-August, Renewal is published monthly by CRM and is sent free upon request.

本集中营。同营的另一囚犯王司提反 (Stephen Metcalf) 这样回忆说：“李爱锐留给我两样东西：一样是他穿破的跑鞋，另一样是‘饶恕’的美德。他教我要爱自己的敌人，为日本守卫们祷告。”

战争结束后，王司提反凭信克服了那难以超越的拦阻。他并没有回国，却去了日本，在那里宣教40年。

二、凭信克服那难以逃避的争战

亚纳人属迦南地早期居民，多被形容为巨人。神虽然将迦南美地应许给以色列人，但此地还有许多敌人，神也应许祂必赐他们能力将这些敌人赶出去。这是一场难以逃避的争战，神要祂的选民靠信心去打胜仗。

人生亦然，总有难以逃避的争战需要面对，我们也当靠信心去争战。神对服事祂的仆人们更是如此要求，司布真就是一个例子。他患有严重的类风湿和抑郁症，有一次他发病，疼痛地病卧在床上数周，神藉着司布真师母给他鼓励：她将马太福音5: 10-12

写成大字报贴在他床上的天花板上，“为义受逼迫的人有福了，因为天国是他们的。人若因我辱骂你们、逼迫你们、捏造各样坏话毁谤你们，你们就有福了。应当欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。在你们以前的先知，人也是这样逼迫他们。”神的话成为司布真克服属灵争战的力量。

贰、善用属灵的鼓励

——操练领受应许

申命记9: 3：“你今日当知道，耶和华你的神在你前面过去，如同烈火，要灭绝他们，将他们制伏在你面前。”虽然基督徒的天路历程中有困难、危险、争战，但祂的应许很丰富，在此提到两方面：

一、神的同在

“耶和华你的神在你前面过去……”这句话表示神的同在，而另一方面，“神如同烈火”，可烧去任何的阻挡，神要我们看见胜利在望。

神曾藉着神迹向以色列人显示祂的同在和能力，譬如云柱、火柱；神

也曾藉着与约瑟同在，使这位沦落在异族为奴的以色列先祖能在埃及人中高升。

二、神的保护

申命记9: 3：“神……如同烈火，要灭绝他们，将他们制伏在你面前……”出埃及记14: 14：“耶和华必为你们争战……”

以色列人得以出埃及，是因神的保护：神兴起十灾使祂的子民得以过红海，他们也经历到在红海中神的作为，这些都是神赐给祂子民能力与勇气、保护祂子民的实例。

圣经还有许多其他的应许，譬如“你的日子如何，你的力量也必如何”（申33: 25）；“永生的神是你的居所，他永久的膀臂在你以下。他在你前面撵出仇敌”（申33: 27）等。基督徒当记住这些应许，作为行走天路时的鼓励。

三、神的供应

申命记8: 7-9：“因为耶和华你神领你进入美地，那地有河、有泉、

生命因阅读而精彩，因分享而丰富！

上帝的杰作



上帝杰作

保罗·班德 / 杨腓力合著
Dr. Paul Brand & Philip Trickey
吴文敏 / 高庆毅 / 吴静怡译

这是一本卓越、吸引人、奇妙、关乎科学与信仰的经典之作，由保罗·班德和杨腓力合著，透过科学家、宣教士、外科医生、讲故事者和神学家等丰富的视角，带领你来观察和思想

- 精密的人体设计
- 身体和心灵的苦难
- 基督身体的奥秘

更新读书会讲座

10/20/2024 (周日)

晚上 **7:00-8:30**

(美东时间)

讲座Zoom Meeting ID

885 5067 2024

Zoom密码 **102024**



读书会



试读与购买



讲员
刘健安弟兄

有源……那地有小麦、大麦、葡萄树、无花果树、石榴树、橄榄树和蜜……那地的石头是铁，山内可以挖铜。”

这些都代表神持续供应祂子民丰盛的恩典！这也印证了使徒保罗的话：“因为神本性一切的丰盛，都有形有体的居住在基督里面；你们在他里面也得了丰盛。”（西2: 9-10）我们的神是供应的神。

叁、充实属灵的实质

——操练遵行神的要求

申命记10: 12-13：“现在耶和华你神向你所要的是什么呢？只要你敬畏耶和华你的神，遵行他的道，爱他，尽心、尽性事奉他，遵守……为要叫你得福。”

一、充实顺服的信心

摩西的劝勉强调三个动词：“敬畏……遵行……遵守”，这些旧约的词语就等于新约的“信而顺服”。保罗说：“你们既然接受了主基督耶稣，就当遵他而行”（西2: 6）。英文的《新国际版圣经》将“当遵他而行”译作“不断住在他里面”。接受基督为主的人，就应当在主里“行”或“住”。身为基督徒就应当信而顺服，学习穿戴神所赐的全副军装（弗6: 11），一步步，一天天，走到天路的结束。

二、充实专一的爱心

申命记10: 12：“现在耶和华你神向你所要的是什么呢……爱他，尽心、尽性事奉他”（申10: 12）。第20节：“你要敬畏耶和华你的神，事奉他、专靠他……”

神对人的要求是要对祂有“专一的爱心”，这包括以下几个层面：第一，“爱他，尽心、尽性事奉他”；第二，“专靠他”。加尔文说：“‘专靠’就是紧贴，这带出一项真理：只要人与神有最些微的偏离，他对神的敬拜就会产生败坏。敬拜者与神的联合应当就好像与祂黏起来一样，不当再向别处观望了。”

弟兄姐妹们，在走天路的过程中面临属灵上的消沉、失望是难免的，求主帮助我们藉着信心保持灵力；也求主帮助我们善用属灵的鼓励，领受圣经中的应许，相信主已经得胜。最后，要充实属灵的实质，在大事小事上都遵行神的命令，在信心与爱神的心上继续长进。如此就必会有力量并喜乐地继续走在蒙福的天路上。

（阅读更多更新好文章，请上网

<https://crmnj.org/renew/>）

《寻道本圣经》专栏



《寻道本圣经》是由超过一百位权威的圣经学者和牧师们，根据信徒最常问到的问题所编成，其中包含6000个问题与解答、200篇专文，以及圣经字典。这是一本基督徒与非基督徒都会有兴趣去读的注释本圣经！

问题与解答

专文

经文解释

字典



【使徒行传】

悔改……受洗（徒2:38-39）

“悔改”是“转向”的意思——就是改变人生的方向；信徒从罪恶、自私中回转，凭信心和顺服之心跟从神。而洗礼则是象征这种转变的具体行动，表明这人的罪被洗净，成为基督里的新人。受洗也代表一个人与基督和祂的跟随者认同。

从未听过耶稣的人又将如何？（徒4:12）

这问题可能没有一个完满的答案。圣经清楚记载基督是唯一通往天父的路（约14:6），但是我们也知道神是慈爱和绝对公义的，如果神不为那些从未听过耶稣的人（非他们的过错）考虑，这似乎与我们所认识神的本性并不相符。

但从另一角度我们也必须说，即使那些听过耶稣名字的人也不配得救恩。救恩完全是因神对我们的爱，而不是出于我们对神的爱。我们得救是本乎神的恩典，而非我们的功德。

不过，神的恩典要求人的回应，基督徒有责任要让全世界的人认识基督，使他们有回应的机会（太28:19-20）。至终我们相信，神必定会以公义审判世界。

为什么给门徒这个新名称？（徒11:26）

我们不知道“基督徒”这名称是谁起的，它的意思乃是指一个像基督或属基督的人。在此之前，基督徒称呼自己为门徒、信徒、圣徒或弟兄。犹太人显然称他们为拿撒勒教党的人（徒24:5；可14:67），此名由耶稣家乡之名而来，微带贬意。因为这城寂寂无闻（约1:46），所以有时受人轻蔑。

A-Z 轭 (Yoke) / (〔一〕对)

（编者注：路14:19和合本“对”一词NIV译作“轭”，意指“同负轭的一对牛”。）(1)用一块木头或重的木杆制成，正好套在动物颈背上（通常是两头牛）的架子，后再接上一犁具或车子。(2)一个象征奴役或欺压的比喻（王上12:4）。与律法的“重轭”成对比（加5:1），耶稣的“轭”是轻的、容易负的（太11:29-30）。



错误的思考模式， 造成迷信和错误的行为模式

徐立（更新传道会董事） / 讲

科技的发展令人惊讶，但不代表人的思维很先进。最近我去了一趟亚洲，发现在最先进的科技公司、公家机关，或在AI或IT机器上，都能看到让人费解的东西，我称之为“黑科技”。他们是当真的，认为这些东西有神秘的保护力量，迷信和无知充满在百姓中。例如零食“绿乖乖”，根据他们所使用的经验，这东西很灵！所以他们深信不疑它有“魔力”。各行各业将“绿乖乖”视为“守护神”，用来祈求机器、生产线、工作或辖区的平安，无灾无难。很多人宁可信其有能力，不敢信其无（没能力），情愿多找个菩萨保佑，以防万一。

用这“黑科技”在单位里坐镇，或用来确保机器不会宕机，或用来避邪，这些是迷信吗？或算是文化、习俗？还是人的无知？别忘了这其中有很多高科技人士、博士、教授等受过高等教育、见过世面的人，他们怎么会这样？会不会一般人说的迷信、文化、习俗、无知，就是人无形中形成的“成见”？也就是圣经说的“营垒”。

圣经说：“我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒。”（林后10:4）

“营垒”与所谓的“成见”是一样的，包括很多偏差的思考模式，这种偏差会带来错误的行为模式。错误思考是逐渐形成的，一旦定型，行为模式就会跟着改变。人很难改变自己的行为，但糟糕的是，思考模式更难改变。

不仅我们所处的社会是乌烟瘴气，教会界也变得世俗化，信徒无形中活在世界的价值观里，造成其行为与世人一样，失去了见证神的能力。教会是世上的盐和光，如今这灯台却被放在储藏室里，应了耶稣说的：

“所以，应当回想你是从哪里坠落的，并且要悔改，行起初所行的事；你若不悔改，我就临到你那里，把你的灯台从原处挪去。”（启2:5）

圣经不是通俗的文学作品，而是神的话。人不能随意解释圣经，因为神的话能影响我们的思考模式，而

错误的理解会直接影响我们的行为。可兰经也会被错误理解因而误导人对圣战的错误观念，造成被洗脑的人成为激进分子，为所谓的圣战身绑自杀炸弹，牺牲生命。有位穆斯林妇女在地震后被埋在瓦砾里不愿意被救，只因她认为没戴面罩不能被男人看到。难怪保罗提醒同工务必要“竭力在神面前得蒙喜悦，作无愧的工人，按着正意分解真理的道”（提后2:15）。

偏差的信念产生偏差的行为，错误的信念也必然造成错误的行为，然而偏差和错误的信仰很难被察觉出来，就好像温水煮青蛙，让人不知不觉中毒。目前教会和信徒就活在这种光景中，所以教会和基督徒变得越来越软弱，也变得对属灵的事、对神或对教会没有兴趣，中了魔鬼的伎俩，受到世俗和异教之风影响，进而失去了属天的能力。这应验了保罗的担心：“使我们不再作小孩子，中了人的诡计和欺骗的法术，被一切异教之风摇动，飘来飘去，就随从各样的异端。”（弗4:14）所以，要祈求神的复兴临到，重新夺回失地。

保罗也提醒信徒要改变心思意念：“所以弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。”（罗12:1-2）然而这种改变是渐渐发生的，是在潜移默化中改变的，就好像适度运动能帮助身体健康，然而不是一蹴可及的，是需要恒久运动才有可能的。

人的行为模式受到其思维模式的影响，而我们的思维模式很容易受到教条、风俗、环境影响；所以，信徒要常喝纯净的灵奶，以及吃无毒的灵粮，这是很重要的。“并且知道你是从小明白圣经，这圣经能使你因信基督耶稣有得救的智慧。圣经都是神所默示的，于教训、督责、使人归正、教导人学义，都是有益的；叫属神的人得以完全，预备行各样的善事。”（提后3:15-17）

神的话（圣经）绝对能在潜移默化中改变我们扭曲的思维模式。圣经中不仅有很多教导和提醒，圣经也是耶稣生命的活化，神的话进到我们灵里会带来改变。

对真心信耶稣的人而言，灵修读圣经不是律法，也不是教会的要求，而是自然而然的行为，就如鹿渴慕溪水。信徒的灵必然会渴慕神的话，除非是病了。这世界越来越往下坡路走，教牧同工需要反省，教会主日讲道、对圣经的教导是否偷工减料？是否以轻浮的态度面对神的话？教会是否已失去金灯台的职分？传道人是否为了讨好人而讲软性讯息，情愿讲时事、笑话、科学，却不愿深入解明神的话？耶稣来为世人钉十字架的信息越来越让人感到刺耳，教会也不在乎罪，认为那些都是老掉牙的讯息，“成功神学”成了信徒所追捧的信念。

种种这些导致圣经提到的景况出现：“他们轻轻忽忽的医治我百姓的损伤，说：‘平安了！平安了！’其实没有平安。”（耶6:14）教会软弱，信徒冷淡，世俗的价值观充满在教会中，就像知识分子、高学历的人用“黑科技”当护身符，基督徒也相信身上挂的十字架能保佑自己。“‘他们行可憎的事知道惭愧吗？不然，他们毫不惭愧，也不知羞耻。因此他们必在仆倒的人中仆倒；我向他们讨罪的时候，他们必致跌倒。’这是耶和华说的。”（耶6:15）

要改变人的思考模式，是这时刻最重要、也最需要的！求神激活祂为自己保留的那七千个先知，在这世代、这时刻能成为中流砥柱，站在破口上向神呼求，让属灵复兴的火在各地点燃！

更新圣经讲座

弥赛亚诗篇

研究与欣赏

你知道什么是“弥赛亚诗篇”吗？
为何如此称呼它们？
其内容有何重要？

让我们一起来研读和欣赏它们，
聆听其信息，学习像大卫一样作个合祂心意的人——
认识祂、爱慕祂、跟随祂、事奉祂、荣耀祂、享受祂！

2024年

10月12日

周六（美东时间）

9am-1pm

2-6pm



讲员：
张麟至 牧师

费用：美金\$50（无学分）

上课方式：实体上课：美门华人基督教会

网上上课：报名后将收到Zoom资讯

报名：请扫描QR code网上报名，

或将资讯寄至info@crmnj.org

联络电话：732-828-4545



阅读电子版圣经的人有福了！

全世界销售量超过100万册的英文版

《寻道本圣经》(The Quest Study Bible)，

正式发行中文电子版！



《寻道本圣经》是由超过一百位权威的圣经学者和牧师们，根据信徒最常问到的问题所编成，其中包含6000个问题与解答、200篇专文，以及圣经字典。这是一本基督徒与非基督徒都会有兴趣去读的注释本圣经！

美金 \$19.99
(繁/简)



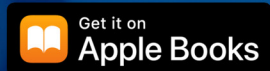
电子版《寻道本圣经》的特点是可透过使用超链接或弹出视窗，在丰富的内容之间导航，快速展现释经材料；并以不同颜色的图标显示注释的类别，让人一目了然，清晰易懂。

- 问题与解答
- 经文解释
- 相关经文
- 专文
- 内文地图
- 内文图表
- 字典



更新书房网站同时提供纸版和电子版

欢迎上各大平台试读与购买



暑假在不知不觉中飞逝而过，热闹非凡的巴黎奥运会结束了，各地的中小学甚至大学，也都陆续开学了！

到今年7月为止，北美更新总部的新办公室正好使用了一周年，同工们每次都是怀着感恩的心来到明亮宽敞的办公室上班。不过这栋翻新的老屋总还是有些地方要继续修理，我们的建筑师和改建总监郝祺弟兄总是不厌其烦地帮忙，让我们无后顾之忧地使用办公室，实在非常感谢他。

办公室内部整理妥当之后，外面的庭院当然也需要美化一番。我们也非常感谢陈素华姐妹的爱心，不但帮忙我们设计庭院，而且还亲自去苗圃挑选各种小树丛和花苗，请人将它们一一种上。经过三个月的成长期，更新办公室的前院已经让路人看得心旷神怡，同工们也会不时驻足观赏一番。

不仅如此，认识多年的更新之友黄育民弟兄在自家的地下室为更新设计了一个可以发光的十字架，挂在办公室的外墙上，作为更新的标记，照亮来往的车辆行人；我们为这位义工对更新的委身感谢主。



黄育民弟兄赠送手制的发光十字架



更新门前花团锦簇，绿意盎然

[编辑部]

◆编辑部总是有忙不完的工作，尤其除了纸版书以外，还加上电子书、有声书和《更新月刊》在同步进行，使得同工间的彼此配搭也比以前复杂许多，从编辑部的工作进度报告中就可窥见一斑。例如纸版书分为新书/再刷，进度分为筹划/翻译/设计/修改/排版/印刷/运输/上架等步骤。电子书在上架时还多加了更新App/苹果/谷歌/Kobo/Amazon等平台种类。每个月的第一个周二是编辑部的祷告会，也请大家为我们祷告。

◆感谢神的恩典，经过一年的努力，电子版《寻道本圣经》已经顺利上架各大平台以及更新书房App，请见本刊第6页购买方式。若有困难下载更新书房App，请洽 app@crmnj.org.

◆曾任更新姐妹读经营小组长多年的许菁芬师母，最近为教会受洗的弟兄姐妹购买了一箱《寻道本圣经》，这是非常值得鼓励的事。因为《寻道本圣经》内有6000个问题与解答，还有经文解释、专文、字典等辅读资料，对初读圣经或觉得圣经不易读懂的弟兄姐妹非常有帮助，是很值得收藏的一本圣经，希望教会能尽量推广！



许菁芬师母(左)与更新书房同工钟佩君姐妹

◆好消息！美工李仲淳帮忙设立了更新的Instagram，欢迎大家跟进：<https://www.instagram.com/crm.nj/> 也欢迎把电子版《更新月刊》和书籍广告放入你们平日沟通的社交媒体群组中，介绍给大家，非常感谢！

[宣道部]

更新宣道部主任魏爱梅经过两个多月在北美述职行程，拜访了20多个教会和团契之后，已平安返回泰国。目前因为泰国学校开学，恩惠学生中心的招生，加上秋天有许多短宣队前往清迈，她为事工非常忙碌。又因为最近正值泰国雨季，登革热流行，有的学生受感染，请为他们祷告，也请为同工上山服事的安全祷告。

另外，感谢有一位弟兄捐了一些用过的电脑给北美更新，电脑同工刘尔新姐妹将内部资料清除后，加上微软365的软体，分赠同工和一些有需要的义工使用，也带了一些给清迈恩惠学生中心的学生，方便他们学习。感谢主的预备！

[更新书房]

暑假期间有不少教会举办退修会，热心的讲员和弟兄姐妹在会场为更新摆设书摊，鼓励弟兄姐妹阅读属灵书籍，并且以购书、彼此赠书的方式鼓励属灵成长。欢迎有兴趣在教会图书馆或退修会中摆设更新书摊的教会同工与我们联络，洽询请电邮 info@crmnj.org.

[土耳其保罗宣教行程之旅]

目前报名已经截止多时，共有68人参加，经过两次的介绍报告后，大家也对行程当注意的事增多许多了解，感谢耶路撒冷旅行社负责人陈正德弟兄的随时帮助。我们每天也会安排在游览车上的灵修时间，大家一同研读使徒行传，相信此行必然顺利、有收获。请为这次的旅程祷告。





欢迎索阅 敬请支持 | 地址变更 请即通知

我看巴黎奥运

2024年在巴黎举办的奥运会是我心仪已久的事。可惜在开幕仪式中，主办单位设计了一项特意羞辱基督教信仰的节目，引起各国宗教领袖及社会名人的公开挞伐，为此次的奥运抹上阴影。然而整个赛程仍可见一些令人感恩的事。首先，主办单位注重环保，用铁塔的废料铸造奖牌，场馆都是翻新的旧馆，由风力和太阳能供电等，均提升了选手和访客永续发展的意识。

运动健儿各个挥汗如雨，表现精彩。其中男子田径混合400公尺接力赛，美国队的第一棒是一位高中生昆西（Quincy Wilson）。16岁的他曾创下18岁以下室内400公尺短跑的世界最佳成绩，但其速度仍不及其他国家的田径高手。400公尺接力预赛时，他跑的第一棒是倒数第三名，可是队友全力配合，致使他们在第二天的决赛中拿到冠军。其中第二棒、已是32岁的弗农（Vernon Norwood）说：“我愿为昆西而跑，因为他昨天非常尽力，他的精神和斗志鼓舞我竭力以最大的冲力跑完我的部分。”

运动场上每位老将都将走入历史，但是留下的不只是体坛成就，而是克服难关的精神和毅力。新人来，并不代表旧人去，尤其在一个团队里，年纪大不代表某个时代的结束，而是一个精神升华的转捩！

来自新泽西州25岁的女将悉尼（Sydney McLaughlin-

Levrone）拿到400公尺跨栏的冠军，也刷新世界纪录。她面对记者访问时说：“纪录来了又走，惟上帝的荣耀是永恒的，我不配得什么，凭着恩典，藉着信心，是耶稣给我这一切。”

篮球赛也令人瞩目，美国队的球员都选自职业队NBA的好手，但临到奥运时期，许多外籍球员纷纷返国代表母国参赛，带给美国队很大压力，尤其在冠亚军争夺赛中，法国队一路领先，但NBA史上的三分王史蒂芬（Steph Curry）在比赛还剩近三分钟内投进了四个关键性的三分球，让美国队连续五次获得金牌。36岁的他赛后对记者说：“获得金牌实在让我乐得几乎疯狂，我感谢上帝给我这个机会体验它。”

优越的运动员需要靠天赋、努力和时间来培育，有的还要经过考核和评估的环节。因此每个参赛的运动员都必须维持严格的纪律生活和平衡的运动精神，才能有最好的体能状态参赛。然而，场上的竞赛固然可展现个人或团队的技术和意志，而场下的言谈举止才能真正体现出运动员的品格。得奖者愿意把竞赛的荣耀归给神，是敬畏神的表现，因为知道天分和机会都是神的赏赐，也就不会把比赛的结果看成是锻炼的终点。

同享这些体育健将的喜乐之余，想到自己虽没有体育天分，但只要忠心与主同行，把握每个服事神的机会，献上最好的，必不致徒劳，诚愿来日得蒙神的奖赏。（麦小莹，更新编辑）

