

「心灵小巨人」何美意

王静谊

身高仅有126公分、人称「心灵小巨人」的何美意老师...

脸上总是挂著灿烂笑容的何美意，在一般人眼中...

「这都是一点一滴转变的过程。」何美意说。

出生在充满音乐的基督教家庭，何美意从小被父母的爱与接纳拥抱...

「现在人家还是会看我啊！一定会看的嘛！」何美意说...

越爱上帝爱你，就会越觉得自己是上帝的宝贝...

重点是，你愿不愿意？如今回头看，害怕别人的眼光的感觉...

曾受邀到台湾大学演讲的何美意，在结束之后，有几位同学向她诉说自卑的原因...

「上帝爱我、爱到我死，也爱到为所有人死，我有什麼资格去觉得别人伤害我呢？」

学习以上帝的眼光，取代人的眼光，以上帝的评价，取代人对人的评价...

天地之大，神认识我！不过，神使要用的器皿，祂所给予的磨练，是不会少的。



何美意与先生

25岁，是女人极美丽的年纪，才刚遇见人生中白马王子的何美意...

「上帝真的爱我吗？为什麼给我这个疾病？」

这个结果让何美意「混乱」了。想破了头，不知道是怎麼回事...

「我还能再倚靠那位我认识的上帝吗？」

再次回到神的面前，何美意将自己的担忧交托给祂...

「孩子，你不是我手中失误的作品，我认识你，我知道你。」何美意也再次明白...

「不靠神，就沒得靠，靠自己也不行，靠神还是比较稳妥一点！」

过一段时间回头看这段经历，何美意恍然大悟，原来这是神的「精心计画」...

煎熬中认真学习珍爱生命



何美意一家

煎熬，是人生中另一个很大的学习。

当何美意要迎接新生命时，无比的忐忑、担忧，面对高遗传机率的「假性软骨发育不全症」...

「是做绒毛穿刺检查还是不检查？检查出来，若是，我可以不要他（小孩）活吗？但我，我有什麼权利可以操纵他的生杀大权？」

力...」好在，医生的一句话如当头棒喝...

「像妳有什麼不好？」加上先生也鼓励：「我相信妳一定可以教出和妳一样乐观的孩子！」

如今的何美意，有一双健康的女儿，她们成为妈妈的保护，更以妈妈为荣。

人生的毕业考准备好了吗？

上帝交代特别的任务，给祂看为特别珍贵的人。

35岁，何美意检查出骨质疏松的症状，报告显示，她的骨头年龄超过90岁...

这让何美意意识到，人生是有「保存期限」的，她的「毕业典礼」可能会「提早」来到...

于是，何美意为自己的骨质疏松症感谢神，因为这让她开始著手准备自己的毕业考...

忧虑不能阻止自己不摔跤，也不能成就任何事，「圣经」马太福音说：不要为明天忧虑...

既然是最后一天，就要活出「最佳品质」！不然就只是苟延残喘。该饶恕的要饶恕，不要让愤怒、苦毒卡在自己的内心深处...

何美意感谢主，没有在霎那间取走她的生命。罕见疾病让何美意看见，上帝是位有智慧的神...

操练「感恩」与「赞美」跟低潮说bye bye

何美意强调，人生中一定有低潮及难以招架的打击，走出黑暗的第一步就是「祷告」...

20岁时，何美意出现脊椎侧弯，若不开刀，会严重压迫到肺与心脏，活不过40岁...

开与不开，都有风险，何美意靠主获得勇气与信心，决定开刀，蒙神的保守，在惊险中过关...

击败低潮小秘诀：一第1步：感恩（数算恩典）

虽然现在何美意的脊椎每一节软骨都黏在一起，但她不会被负面的思想牵著走。她感谢神给自

己健康的身体，鼻子没有过敏、有好的睡眠品质，每一天都是精神饱满...

她也为婚姻感恩、为孩子感恩，为著神给她的种种机会感恩。

一第2步：赞美

她赞美神的伟大，赞美神对自己的创造，赞美上帝，这位掌管时间及未来的主...

慢慢练习，就越容易感恩、赞美，然后上帝会再提高标准，让我们能够不断提升...

这两个「撇步」虽然简单，但若没有不断的操练，很可能会忘记，或是因为发出太多抱怨，而忘了赞美。

精彩的生命故事 让福音广传

现在，何美意是巡迴各大校园的生命讲师，动人的生命故事，成为许多人重拾信心的典范...

「如果妳红，可以让福音广传，为什麼要拒绝？」就这样，何美意为神站上讲台。

她向神祷告，不要名气，而是要「影响力」，期望能让更多人因著自己的分享，听见福音的好处...

展开演讲至今12年来，保守估计，至少有60万人听过何美意的分享，她仍然存著敬畏的心，谦虚表示，名嘴何其多、残障的典范何其多...

因为生命中有神，她的一生充满了恩典。过去，使何美意羞愧的外表，上帝使它成为荣耀神的冠冕...

苦难的经历，让自己20年来过了「高品质」的每一天，如今更成为别人的祝福，去激励众人，高举神的名。

福音园地 4-077 神的愛傳道會 AGAPE EVANGELISTIC ASSOCIATION

我们因信基督耶稣得了甚麽？ 王明道 一、我们因信基督耶稣得蒙赦罪 二、我们因信基督耶稣被称为义...

未来，何美意期待自己的演说能常新鲜，让人不是看见何美意，而是从她的生命中看见上帝，从心中赞叹：「何美意，你的神真的很棒！」

大华府地区华人基督教会

Table with columns: 教会名称, 聚会地点, 聚会时间、所用语言, 牧师/联络人, 联系电话, E-mail/网址. Includes churches like Gaithersburg Chinese Alliance Church, Evangelical Formosa Church, etc.