

圣经及圣经以外的证据

美国创世记解答协会 (AiG - US) 的蒂姆·查菲 (Tim Chaffey) 提出了更多耶稣复活的证据，这些证据要么在圣经中有所描述，要么源自圣经。

我们之前关于耶稣复活的文章讨论了这一事件的“许多确凿无疑的证据”（使徒行传 1:3 ）。今天，我们将探讨耶稣复活的其他许多证据，这些证据要么记载于圣经中，要么源自圣经。我们还将考察所谓的“最低限度事实”，以说明如果我们采用批评者的标准，将会发生什么。

耶稣复活的证据

圣经中列举了若干与耶稣复活相符的证据。有些证据在经文中明确记载，有些则基于对经文的有力推断。因此，这些证据的说服力各有不同，但结合那些“确凿无疑的证据”，我们只能得出一个合理的结论：耶稣确实从死里复活了。

詹姆士的皈依

写雅各书的人是耶稣的同母异父兄弟，马利亚和约瑟的儿子，也是耶路撒冷教会早期的领袖之一。

¹不知何故，雅各在耶稣复活之前并不相信他是弥赛亚。事实上，他的兄弟们早期都没有相信他（约翰福音 7:5），甚至试图阻止他说话，认为

他疯了([马可福音 3:20-21, NET](#))。 ²
然而，在耶稣被钉十字架几周后，他们就被算作他的门徒([使徒行传 1:14](#))。到了使徒行传 15 章记载的“耶路撒冷会议”时，雅各已经是耶路撒冷教会的领袖人物之一。保罗在 [加拉太书 1:18-19](#) 和 [2:9](#) 中似乎也暗示了这一点。一些早期文献表明，雅各最终为他的信仰殉道。 ³

是什么促使一个从小跟随耶稣长大的人突然改变对哥哥的看法呢？雅各很可能直到基督死后才信主。毕竟，耶稣在十字架上时，曾将照顾母亲的责任托付给使徒约翰([约翰福音 19:26-27](#))。如果雅各的兄弟中有人当时已经信主，那么照顾马利亚就应该是他们的责任。虽然圣经没有详细描述雅各的归信过程，但它确实提供了他态度转变的最可能原因。保罗在告诉读者耶稣曾一次向五百多人显现后写道：“以后，耶稣显现给雅各”([哥林多前书 15:7](#))。

虽然詹姆斯有可能因为听说了哥哥复活而皈依基督教，但更有可能的是，他是在耶稣向他显现后才成为信徒的。无论是什么促使他皈依，詹姆斯都对复活深信不疑，甚至甘愿为信仰而死。

扫罗/保罗的皈依

使徒保罗（又名扫罗）至少撰写了新约圣经的 13 卷书，堪称史上最具影响力的基督徒之一。但他并非一直都是虔诚的基督徒。我们第一次见到他是在目睹司提反被石头打死（[使徒行传 7:58](#)）。几节经文之后，我们读到扫罗“残害教会，进入各家各户，拉着男女下在监里”（[使徒行传 8:3](#)）。后来，他在耶路撒冷向愤怒的众人宣称，他迫害基督徒，“甚至将他们杀害，捆绑起来，下在监里”（[使徒行传 22:4](#)）。他还写道，他“极力逼迫神的教会，想要毁坏它”（[加拉太书 1:13](#)）。

从人的角度来看，我们不会选择保罗来向罗马帝国传播福音，但上帝对保罗另有安排。《使徒行传》第九章开篇写道：“扫罗仍向主的门徒口吐恐吓、要杀他们，就去见大祭司，求他发文给大马士革各会堂，若是遇见信奉这道的人，无论男女，都可以捆绑带到耶路撒冷去。”（[使徒行传 9:1-2](#)）保罗曾是教会最大的迫害者，但他即将看到光明（此处双关）。

保罗临近大马士革时，耶稣向他显现，问他：“扫罗，扫罗，你为什么逼迫我？”（[使徒行传 9:4](#)）。保罗见到复活的救主后，归信基督，并孜孜不倦地传扬福音——基督为世人的罪而死、埋葬和复活——一直到多年后殉道。这位使徒描述了他为基督所经历的一些试炼：

……我受的劳苦更多，受的鞭打更多，下监的次数更多，屡次死亡。我曾五次被犹太人鞭打，每次四十减一；三次被棍打；一次被石头打；三次遭遇海难；在深海里待了一昼夜；屡次远行，遭遇水中的危险、盗贼的危险、同胞的危险、外邦人的危险、城里的危险、旷野的危险、海上的危险、假弟兄的危险；劳碌困苦，常常失眠，饥渴难耐，常常禁食，又冷又赤身露体……（哥林多后书 11:23-27）

究竟是什么原因导致他如此剧烈的转变？他并非愚昧之人，不会被拙劣的论证所动摇，也不会因舆论的变迁而轻易改变立场。保罗是一位学者，也是一位备受尊敬的法利赛人。然而，他却突然变成了一位无畏的福音传道者和教会建立者，为了向犹太人、外邦人、君王、政府官员和平民百姓传福音，他遭受了巨大的苦难。

对于这种心意的转变，唯一合理的解释正如保罗所说：“后来，我也看见了他”（哥林多前书 15:8）。保罗如此忠于基督，以至于在尼禄统治时期于罗马被斩首。他在哥林多前书 15 章中论证复活对于基督教信仰的绝对必要性，充分展现了这位昔日法利赛人对基督福音的坚定不移的委身。

门徒的转变

雅各和保罗并非唯一经历剧烈转变的人。耶稣被捕当晚，他的门徒们惊恐地逃走了（[马可福音 14:50](#)）。据我们所知，在十一位门徒中，只有约翰有勇气留在耶稣身边，亲眼目睹了包括钉十字架在内的部分过程（[约翰福音 18:15; 19:26](#)）。彼得试图留在耶稣身边，但最终却多次否认基督，羞愧地逃走了（[马太福音 26:69-75](#)）。

不到两个月后，彼得站在耶路撒冷成千上万的犹太人面前，大胆地发表了一篇堪称史上最不顾及慕道友感受的演讲。他宣称，他们“藉着不法之手，将他们的弥赛亚钉在十字架上，杀了”，但“神叫他复活了”（[使徒行传 2:23](#)）。很难想象彼得的这番话对当时的众人来说有多么刺耳。这些人一直盼望着弥赛亚的到来，但当他真的来时，他们却认不出他来（[路加福音 19:41-44](#)；[使徒行传 3:17](#)；[哥林多前书 2:8](#)）。他们非但没有张开双臂迎接他，反而将他交给众人，让他以最残忍的方式——钉十字架——处死。

但彼得和门徒们并没有就此罢休。彼得奉耶稣的名治好了一个瘫痪的人之后，很快又在圣殿里对另一群犹太人讲话。他毫不动摇地宣告：“你们却弃绝了那圣洁公义的，求主释放一个杀人犯给你们，你们杀了生命的主；神却叫他从死里复活了，我们都是这事的见证人。”（[使徒行传 3:14-15](#)）

门徒们被捕后，第二天被带到“官长、长老、文士，以及大祭司亚那和该亚法面前”（使徒行传 4:5-6）。彼得的信息是什么呢？“你们众人 and 以色列百姓都当知道，站在你们面前的这个人之所以痊愈，是因你们钉在十字架上、神叫他从死里复活的拿撒勒人耶稣基督的名……除他以外，别无拯救；因为在天下人间，没有赐下别的名，我们可以靠着得救”（使徒行传 4:10 ， 12）。官长命令门徒们停止奉耶稣的名传道（使徒行传 4:18），但他们回答说：“听从你们，不听从神，这在神面前合理不合理，你们自己判断吧！我们所看见所听见的，不能不说”（使徒行传 4:19-20）。经上记载，他们获释后，在祈求勇气之后，“使徒们大有能力，见证主耶稣的复活”（使徒行传 4:33）。

在使徒行传的下一章中，门徒们被捕入狱，一位天使奇迹般地将他们释放，但他们再次被捕。他们拒绝停止传道，并对公会说：“我们应该顺服神，而不是顺服人。你们挂在木头上杀害的耶稣，我们祖宗的神已经使他复活了。”（使徒行传 5:30）

根据教会传统，除约翰以外，所有门徒都殉道而死，因为他们不断宣讲自己所见所闻：耶稣被钉十字架，但如今他复活了，因为上帝使他从死里复活。约翰的兄弟雅各被希律王用刀杀（使徒行传 12:2 ）。早期教会传统记载，彼得被倒钉十字架，这与耶稣在约翰

福音 21:18-19 中对他说的话一致。早期教会传统还认为，其他门徒殉道的方式各不相同：被长矛刺死、被剥皮、被钉十字架、被刀剑刺死以及被沸油浇灌。

使徒行传清楚地表明，为什么那些在耶稣被捕当晚因恐惧而逃窜的人，甘愿为他而死。他们被圣灵充满（使徒行传 2:4； 4:8），他们知道，即使耶稣已经死去，他仍然活着，并且完全康复。他们亲眼见过他，亲手摸过他（约翰一书 1:1-3），只有死亡才能使他们噤声。

一些嘲讽者试图淡化这一非凡的复活证据，声称许多人愿意为某种事业献身。例如，一些穆斯林愿意引爆炸弹来杀死犹太人。这没错，但却忽略了重点。做出这种行为的穆斯林真心相信他们的事业，但他们并不知道这是否属实。门徒们却能知道耶稣是否复活。如果说他们每个人都会为了自己明知是谎言的事情而遭受持续的迫害和惨烈的死亡，这显然是不合理的。毕竟，说谎的人成不了好的殉道者。与自杀式炸弹袭击者不同，门徒们在各自的殉道中并没有杀害他人。他们也没有用暴力强迫人们皈依基督教。事实上，他们没有伤害任何人，反而爱他们的敌人，并为了福音的缘故甘愿接受他们的迫害。

空墓

耶稣被安葬在亚利马太一位名叫约瑟的议员的墓穴里（[约翰福音 19:38-42](#)）。四福音书都证实了这一点。墓穴由罗马士兵把守，并盖有罗马印章（[马太福音 27:62-66](#)）。如果耶稣肉身复活，那么我们理应认为他的遗体不会留在墓穴里。当然，这正是耶稣被钉十字架后的第一个星期日早晨所发现的——他的遗体不见了，只剩下裹尸布。

正如我们将在后续文章中看到的，坟墓空空如也这一事实引发了许多天马行空的解释。如果主耶稣的遗体在五旬节彼得于耶路撒冷传道时仍在坟墓里，犹太领袖们完全可以抓住彼得，把他带到坟墓前，说：“看，耶稣就在那里。他没有复活。别再对所有人撒谎了。”然而，没有任何古代文献记载了这样的事情。相反，反对基督教的犹太领袖们编造了一个匪夷所思的说法，认为门徒们偷走了耶稣的遗体，以此来解释空坟墓（[马太福音 28:11-15](#)）。 ⁶

早期基督徒的反对者承认空坟墓的存在，这增强了相关记载的真实性，因为一个人的敌人不太可能帮助他证明自己的清白。这就是所谓的“敌人证言”或“敌对证人的证词”。“如果目击证人的反对者承认目击证人所说的某些事实，那么这些事实很可能就是真的（例如，如果你的母亲说你很勇敢，这可能是真的；

但如果你的死敌也这么说，那可能更可信）。”

⁷

教会的存在

正如本系列第一篇文章所述，沙夫指出：“基督教教会的根基在于其创始人的复活。若非如此，教会根本不可能诞生；即便诞生，也会很快自然消亡。”

⁸在对早期基督教关于复活的信仰进行详尽研究后，N. T. 赖特写道：“若不假设几乎所有早期基督徒……都相信拿撒勒人耶稣已经从死里复活，基督教就无法解释。” ⁹

鉴于公元一世纪耶路撒冷的特殊情况，若非耶稣复活，基督教根本无法兴起。要知道，耶稣的复活是门徒传道的核心。即便他们有勇气在没有亲眼见过复活的主的情况下传道，他们又能宣扬怎样的信息呢？他们当然不可能像后来那样，反复宣称自己是耶稣复活的目击者（使徒行传 2:32; 3:15; 5:32; 10:39; 13:31 ）。若没有如此大胆地宣告复活，若耶稣的遗体仍在坟墓中腐烂，人们就不会皈依基督教，耶稣及其门徒的记忆也会迅速消逝。事实上，可以毫不夸张地说，若耶稣没有复活，如今活着的人中，恐怕寥寥无几，甚至无人知晓他的事迹。

新约圣经的完整见证

正如人们所预料的那样，新约作者们一致宣告耶稣从死里复活。篇幅有限，无法在此详尽论述，但值得注意的是，除了腓利门书、雅各书、彼得后书、约翰二书、约翰三书和犹大书这几封短信之外，新约的每一卷书都明确提及了复活。然而，即使是这些书信也预设了复活的真实性，因为耶稣被描绘成活着且活跃的。因此，从最早的新约书卷到最后一卷，耶稣的复活始终被视为基督教教义的核心。

尴尬原则

历史学家在评估所谓事件的历史真实性时，运用了一个关键概念，称为“尴尬原则”。也就是说，如果作者在叙述中包含一些似乎不利于自身立场的细节，那么这些细节很可能是真实的，因为没有人会轻易用某些完全可以不予提及的数据来动摇自己的信念。

¹¹就本文主题而言，这一原则虽然与复活本身并无直接关联，但却间接相关，因为它提供了多条线索，表明目击者的证词是真实的。

圣经中包含了许多关于其主要人物令人尴尬的细节。例如，大卫曾犯有通奸罪和谋杀罪（撒母耳记下 11 章）。彼得否认耶稣会在耶路撒冷被杀并复活，因此被耶稣指责为撒旦的代言人（[马太福音 16:23](#)）。后来，尽管彼得曾做出相反的承诺，但他还是多次否认耶稣（[路加福音 22:31-35](#) ， [54-62](#) ）。至于福音书中关于

复活的记载，作者们也包含了一些令人尴尬的细节，而这些细节实际上恰恰增强了他们关于耶稣复活这一非凡论断的可信度。

如果门徒们真的像一些批评家和怀疑论者所声称的那样，是基督教的发明者，那么他们肯定可以编造一个更体面的故事。他们本可以声称，空坟墓和复活的基督的第一批见证人是像尼哥底母、亚利马太的约瑟，或许还有其他一些公会成员这样受人尊敬的人物。他们或许还可以说，耶稣曾向希律王、彼拉多，甚至皇帝本人显现。这的确会令人印象深刻。但是，圣经是如何描述这些事情的第一批见证人的呢？她们是女性——至少有五位女性在复活节清晨前往坟墓（[路加福音 24:10](#)）。考虑到在那个父权社会中，女性的证词并不被重视，如果作者们是为了吸引信徒而记录这一细节，那就毫无意义——除非这是真的。

当我们考虑到第一个目击者是谁时，这条信息就更加令人尴尬了。谁会天真地认为抹大拉的马利亚是第一个见到复活救主的人呢？此时的马利亚无疑是基督的忠实信徒，但在门徒圈子之外，她几乎无人相信，就连门徒们起初也不相信她的话（[路加福音 24:11](#)）。毕竟，她曾是“被七个鬼附身”的女人（[路加福音 8:2](#)）。
¹³圣经作者将抹大拉的马利亚指定为

复活基督的第一个目击者，这有力地支持了这段记载的真实性。

拿撒勒碑文

一项有趣的考古发现为圣经中关于复活的记载提供了早期佐证。拿撒勒铭文是一块刻有希腊文的大理石碑，其年代可追溯至约公元 41 年。该铭文很可能是克劳狄乌斯皇帝颁布的一道法令（称为敕令）的缩写形式。

这份文献的措辞表明，耶稣复活的信息，或者至少是犹太人对此的回应，在事件发生后大约十年内就已传到了皇帝耳中。这份仅有十四行的诏书阐明了一项新法令，规定任何人若怀有恶意将尸体从坟墓或陵墓移至他处，都将被处以死刑。也就是说，任何人不得出于欺诈目的移动墓穴中的尸体。

为什么这件事如此耐人寻味？想想犹太领袖们对耶稣复活消息的反应。他们贿赂罗马士兵，让他们谎称“趁我们睡觉的时候，他的门徒夜里来把他偷走了”（[马太福音 28:13](#)）。罗马皇帝为何要颁布法令，禁止以欺诈为目的移动尸体？诚然，当时盗墓贼横行，但他们并非觊觎尸体本身——他们想要的是偶尔与尸体一同埋葬的贵重物品。有趣的是，法令中并未提及贵重物品，但却有一条禁止移动墓穴封石的条款。这类封石仅在以色列使用，因此，这条法令的措辞明确指出

了其颁布的真正原因。以色列发生了一起与尸体被移动有关的事件，其影响之深远，足以引起皇帝的注意。

拿撒勒铭文并不能证明耶稣复活，但它与圣经记载相符。它也为基督死后不久教会及其复活核心信息的日益增长的影响力提供了圣经以外的佐证。欲了解更多关于这一引人入胜的发现的详情，以及铭文的完整译文，请参阅《[拿撒勒铭文：基督复活的证据？](#)》。

主观证据

我小时候最喜欢的一首歌提到了一个非凡的、虽然主观却确凿的证据，证明耶稣今天仍然活着。《祂活着》这首歌的副歌以这样的歌词结尾：“你问我如何知道祂活着，祂就住在我的心里。”这听起来或许会让不信的人感到奇怪，但基督徒可以见证，因着信靠复活的基督，生命发生了意义深远的积极改变。来自各个国家、各个阶层、各个年龄段、各个教育程度、各个经济状况、各个宗教背景、各种道德或不道德生活方式的人，都可以见证，因着信靠耶稣基督为救主和主，他们的价值观、人生优先事项、人际关系和人生目标都发生了彻底的改变。酗酒者、暴力分子、妓女、瘾君子 and 污秽的变态者，都因着主耶稣基督而得胜，脱离了罪恶。圣经解释说，耶稣藉着赐予生命的灵住在信徒的心中，使他们因信称义（[以弗所书 3:17](#)），逐

渐改变他们的生命，使他们像基督一样（[罗马书 12:2](#)；[哥林多后书 3:18](#)；[5:17](#)；[以弗所书 2:8-10](#)）。

再次强调，这种证据是主观的，我并不认为任何人会仅仅因为某人的个人经历就相信复活。但如果那位声称赦免**罪孽**、**赐予人与神同在的永生的耶稣真的从死里复活**，那么我们理应看到生命发生改变。反之，如果耶稣没有复活，就很难解释几个世纪以来如此多的人生命发生改变。

与雅各和保罗一样，其他一些曾经的怀疑论者最终也相信了基督教的真理，这很大程度上是因为他们曾试图推翻基督教的信仰，尤其是耶稣复活的教义。一些最受欢迎的基督教护教士，例如**乔什·麦克道尔**、**李·斯特罗贝尔**和**C·S·路易斯**，**都曾作证说，他们试图推翻耶稣复活的尝试是他们皈依基督教的关键所在。**

虽然只有上帝才能以超自然的方式改变人的心，但他常常利用复活的证据来消除人们对基督教信仰的理性质疑。约翰·惠特科姆解释说，在耶稣使拉撒路复活的记载中，是上帝行了超自然的神迹（使拉撒路复活），但他命令人们挪开封死拉撒路的石头（[约翰福音 11:39](#)），并解开裹尸布（[46节](#)）。许多犹太人看到这不可思议的神迹后就信了耶稣（[约翰福音 11:45](#)），祭司长们“也商议要杀拉撒路，因为因拉撒路的缘故，有许多犹太人离去信了耶稣”（[约翰福音 12:10-11](#)）。

从某种意义上说，基督复活的证据也可以这样使用。我们可以比喻性地挪开人们心中的疑虑，使他们能够看见复活的主。

五项关键证据

圣经是上帝的话语，因此它所宣告的一切都是准确的。既然圣经告诉我们耶稣从死里复活，我们就可以完全确信祂确实复活了。许多人没有意识到的是，即使我们使用批评家和怀疑论者自己的标准，最合理的结论仍然是：耶稣从死里复活了。也就是说，即使我们不假定圣经的权威，像不信的历史学家那样看待新约，耶稣的肉身复活也是唯一符合所有公认事实的解释。贯穿整个研究，有一点会变得非常明显：这些人显然带有反超自然的偏见，或者更准确地说，是反基督教的偏见。因此，他们提出了荒谬的立场，试图否定唯一可以从事实中得出的合理结论。那么，这些事实是什么呢？

自 1975 年以来，复活问题专家加里·哈伯马斯博士已整理了超过 3400 篇关于耶稣命运的学术著作，这些著作出自英语、德语和法语的保守派、批判派和怀疑派学者之手。怀疑论者或许会指责哈伯马斯只使用自己阵营学者的资料，但实际上，他的研究方向偏向于最怀疑论的立场。

我力求对所有立场都做到公平公正。事实上，如果说有什么偏差的话，那就是我更倾向于收录那些最激进的立场，因为只有在这个类别中，我才将那些没有专业学术资质或同行评审出版物的作者也纳入其中。而正是这个群体，往往倾向于怀疑或否认耶稣的存在。然而，鉴于我统计了许多此类文献，这意味着我的研究结果比严格遵循只引用具有学术资质的文献这一要求时，更加偏向怀疑论。尽管如此，我仍然相当宽容地收录了这些立场，即便绝大多数主流学者，包括“自由派”学者在内，都很少为这些材料添加脚注。当然，这种做法也会使提出自然主义复活理论的人数出现偏差，而我本人尤其倾向于这些理论。15

通过这项研究，哈贝马斯能够表明，在所研究的 3400 部作品中，大多数作者都接受以下 12 个事件为历史事实：16

1. 耶稣死于十字架上。
2. 耶稣被埋葬了。
3. 他的死让门徒们感到绝望，失去了希望，他们认为他的生命已经结束了。
4. 几天后，墓穴空了。

5. 门徒们经历了一些事情，他们认为那是复活的耶稣的真实显现。
6. 门徒们从最初对耶稣心存怀疑、不敢承认自己是耶稣的人，转变为勇敢地宣扬耶稣的死亡和复活的人。
7. 这一信息是早期教会讲道的核心。
8. 这一信息尤其在耶路撒冷广为传播，耶稣在那里受难并埋葬不久。
9. 教会诞生于耶路撒冷，并迅速发展壮大。
10. 信奉耶稣的正统犹太教徒将星期日作为他们的主要礼拜日。
11. 耶稣的同母异父兄弟雅各，在看到他认为是复活的耶稣后皈依了基督教。
12. 保罗在经历了他认为与复活的耶稣相遇之后，皈依了基督教。

正如我们将在本系列后续文章中阐述的那样，如果我们把关于耶稣遗体下落的各种理论与这 12 个事实进行比较，我们会很快发现，这些观点都无法与证据相符。哈贝马斯更进一步，将证据清单缩减到最重要的五项，他称之为“最低限度事实”：

1. 耶稣死于十字架上。
2. 他的门徒相信他复活了，并且向他们显现过。
3. 教会迫害者保罗突然改变了。

4. 耶稣的哥哥雅各原本是个怀疑论者，但突然改变了。
5. 坟墓是空的。17

为了列出这份清单，每一项都必须满足两个标准：(1) 数据有强有力的证据支持；(2) 几乎所有研究此主题的学者，甚至包括持怀疑态度的学者，都认可这些数据。因此，即使我们采用批判性和怀疑性学者提出的标准，耶稣复活的结论仍然是对第一个复活节清晨祂身体所发生情况的最合理解释。

结论

圣经提供了清晰而令人信服的目击证词，证明耶稣正如祂所预言的那样，从死里复活了。上帝也留下了大量来自历史、考古和个人经历的佐证，表明耶稣确实复活了。尽管怀疑论者和批评家提出了许多替代性的解释（通常是由于他们对圣经的偏见），但在接下来的几篇文章中，我们将探讨这些解释是否经得起推敲，能否解释最基本的事实。

本系列文章中我们所探讨的所有证据都印证了上帝无误的圣言所揭示的真理：上帝的儿子死在十字架上，随后从死里复活。他的死偿还了我们罪的代价，他的复活保证了我们永生的盼望。基督教的这一核心真理对我们的信仰至关重要，正如圣经所见证的：“若基督没有复活，我们所传的便是枉然，你们所信的也是枉然。”（哥林多前书 15:14）

然而，仅仅认同这些事是真实的是不够的。许多人相信耶稣做了这些事，却仍然活在罪中，因为他们没有信靠基督，得着救赎。那么你呢？你是否已经悔改，离弃罪恶，信靠基督的死、埋葬和复活，呼求主救你脱离我们所有人都应得的惩罚——祂的忿怒？

读完这篇文章，你心里是否有一些触动？有没有一些新的想法，或者值得你认真思考的问题？或许，你也开始重新思考自己的信仰和人生的方向。

如果你愿意，现在就可以向上帝祷告，打开心门，成为祂的儿女。祷告不需要华丽的言辞，只要一颗真诚的心。你可以这样祷告：

天父上帝，

今天我来到你面前，愿意立定心志，宣告我相信耶稣基督是我的救主，是我生命的主。我愿意离开过去那些不讨你喜悦的生活方式，求你赦免我的过犯。靠着你的恩典，帮助我学习顺服你、爱人如己，活出你所赐的新生命。求圣灵每天引导我、扶持我，使我一生荣耀你的名。奉主耶稣基督的名祷告，阿们。

如果你已经做了这个祷告，愿你知道，你并不孤单。信仰的道路需要陪伴和成长。鼓励你在自己居住的地方，寻找一间合适的教会，与弟兄姐妹一同聚会、学习和成长。

如果你有任何疑问，或在信仰上需要帮助，欢迎随时写信与我们联系。我们愿意倾听，也愿意与你一同前行。