

#一枚：伊丽莎白湖边长椅上的homeless (11/6/2025)

我在伊丽莎白湖靠铁路附近的那个长椅上看见他，已经至少三个多月了。

几乎每一次我去湖边慢跑，我都会看到他。无论多早，偶尔天还没有完全亮，也会看到他。

他一个人静静地坐在椅子上。一动不动，看着湖面。仿佛一座雕像。

每一次跑过他，我都忍不住想，他是谁？有过怎样的生命故事？他还好吗？有吃的吗？有水喝吗？这么早就已经在湖边，他是夜里也在湖边露宿的吗？有几天晚上降温挺冷了，我脑子里还会一闪而过他的身影。希望他不是在湖边露天的长椅上，而是有一处温暖的地方可以去。

很多次，我想停下脚步去问候他一下。但是我没有。

一方面，我怕冒昧打扰了人家；另一方面，我知道在我的心底深处，也是隐隐有点担心和害怕。我并不觉得他会攻击我，但是他和我是不一样的人，在我的潜意识里，我不愿靠近他。

前天晚上，在生命跑者团契读书会晚灵修的时候，Linda姊妹带领我们学习《雅各书》第二章，关于“不偏待人”，她鼓励我们在生活中“爱人如己”活出爱，挑战自己去跟自己不一样想逃离的人问候交谈，我就想到了伊丽莎白湖边长椅上的他。我总是拿不出行动，没有勇气停下来去问候他。

当时Linda姊妹为我祷告，愿神赐给我爱心和力量。

昨天早上6am醒来，参加生命跑者的灵修的时候，我听见黑黢黢的窗外，噼里啪啦的雨声很响。

啊，夜里下雨了！我心里一喜。湾区的秋雨来临，每一滴都在给荒山上的绿草注入新生命啊。

早灵修结束后我穿上跑鞋又跑到湖边。雨已经很小了。空气清新湿润。除了我这个完全不介意雨跑的“疯子”，湖边几乎看不到人。

那条长椅上空空荡荡，他没有在。

我欣慰，想，他应该是在可以挡雨的地方过夜，不至于淋雨在野外。

今天早上，照常6am醒来参加生命跑者早灵修。我们学习雅各书第四章，关于不彼此论断，以及我们“原来是一片云雾，出现少时就不见了”。<https://www.youtube.com/live/ZzvtPIxJlE4?si=2TCQIpK1CVYzqZLw>

结束时，朱牧师说一会儿和师母到伊丽莎白湖跑步，约我们要不要一起去。

我从家里跑到湖边停车场。集合后我们合影：



我在背后看朱牧师和蒋弟兄在前方奔跑的身影：



第一圈我们一起沿着湖边跑的时候经过椅子，没有看到他。但是第二圈，远远地就看到他雕像一般地在椅子上了。

我指给朱牧师看：牧师，就是这位homeless，我那天说我一直想去问候但是不敢的。

说到这里我们已经跑过了他。牧师却停下了脚步，看着我说：你要不要今天就去？现在就去问候他。

啊，真要去吗？现在就去？我愣住了，发现自己完全没有准备好。

现在就去吧。正好我陪你一起。朱牧师鼓励我说。

好。

我们就掉了头，冲着那条长椅走过去。

Hi. 我冲着他打招呼。

他扭过头过来看着我们。

是一位上了一点年纪的黑人弟兄。脸色黝黑，有白胡子了。

我冲着他伸出我的手。告诉他我的名字。

他也伸出他的手。他告诉我他是Kevin。

我握住他的手。说，我昨天早上好像没有看见你？

他说是的，昨天下雨了，就没有来。

你每天很早就来吗？我好像无论几点来跑步都会看到你。一直想问候你。

他说，是的，每天早上四五点就来了。晚上八九点离开。差不多三年了。

我心里想，三年前不知道在他的生命中发生了什么？

我没问他，把朱牧师介绍给他。朱牧师也跟他握手问候。

有什么我们可以帮助你的吗？我问。你需要食物吗？需要干净的水吗？

他说，谢谢你们。食物、水、衣服。有时候会冷会饿。

我家就在附近不远，我稍后给你拿一点食物过来。

告别的时候，朱牧师问他，我们可以跟你照一张相么？

他说没问题。

我们就摄下这张：



跟朱牧师跑到铁道旁，我说，谢谢你今天给我的勇气和鼓励。我现在就跑回家去拿点吃的给他送过来。

牧师说好。他说他和师母车里也有一些家里树上的苹果，他这圈跑回去也去车里拿一些苹果给他送过来。

跑回家的路上，我想到我的好朋友厨神慧芳。可惜我们家现在都没有买面包了。慧芳家的西北馍昨天我有吃到，非常香。

我就给慧芳打电话。问她在家吗？能不能再给我几个馍？最好帮忙再热一下。

她说有。没问题。听我说是送给这个湖边的homeless，立即说，我给你做成肉夹馍你拿去给他吧。

就这样，我跑回家，拿了两瓶矿泉水，四根香蕉。家里一时想不出来什么可以立即吃的热乎的，我就从冰柜里拿了一碗Costco的冷冻虾仁炒饭，放微波炉里热了三分半钟。

到慧芳家，她的肉夹馍刚做好，给我装了一盒子，看着就香！

一起放到袋子里，感谢主，家里正好有一个前几天谢刚姊妹送我装生日礼物的小袋子。上面写着：神就是爱



开去停车场，遇到师母和牧师送了苹果回来。牧师还有事，他们先回去了，蒋弟兄在那边等我。

我把里面装着肉夹馍、矿泉水、香蕉，和虾仁炒饭满满的一袋交Kevin。

他连声感谢。

后来我才知道，当时铁道边走过来的蒋弟兄还给我抓拍了照片。



回到家，我发信息给慧芳。她说，没事，家里馍很多，如果需要，回头我去湖边跑的时候都可以拿几个带去给Kevin。

哎，我们又想起我们已经失踪了三个月的跑友ZX。

ZX，不知道你现在在哪里？如果你也是在流浪，愿也有人给你送水送吃的。愿你平安，不受饥寒。

耶稣爱你。

（一枚 随手记录于主后2025年11月6日下午2pm）