一颗破碎的心

目录

引言

亲近伤心之人的神

“义人多有苦难”

受苦的目的

我们为何必须忍受苦难？

神为何要用各样的艰难磨炼我们？

苦难的祝福

苦难的益处 (1)

苦难的益处 (2)

苦难中的感恩

令人惊恐的处境

当你感到极度恐惧与不知所措时

我们为何会感到匮乏？

当艰难与困境接踵而至时

“在患难之时”

“我的软弱”

身心枯竭（倦怠）

当你感到灰心丧气时

绝望与焦虑

人所无法承受的重担

这世上沉重的重担

无法独自承担的重担

破碎的心灵

当你感到暂时被离弃与困扰时

当我的心动摇时

“当我的心发昏时”

“我心里的重担”

“甚至当我的灵在我里面发昏时”

当我的灵魂感到受屈时

“当我身陷囹圄时”

当我们身陷囹圄时，显出更大慈爱的神

“主啊，我知道我不该忧虑，但我就是无法控制我的心。”

在如此焦虑的处境中，我如何才能找到平安？

当你不知所措时

“在困苦之时”

赐平安给忧愁之心的主

当你的心痛彻欲绝、甚至渴望一死时

当这世上所有的希望都已破灭时

以利亚：那位患有双相情感障碍的先知？

当你感到被神离弃时

“这一切为何临到我们？”“无人安慰”

“主啊，你何时才会安慰我？”

拒绝一切安慰的悲伤

内心忧伤的神

连带着眼泪与埋怨的祷告声，神也垂听

深知我心中惧怕、并赐我勇气的救主

“要把你的重担卸给耶和华”

不要灰心！莫惧，当铭记

莫为明日忧虑

上帝必将援手

上帝——绝望中的安慰者

充满怜悯的安慰者

当以言语彼此安慰！

危机即是转机！

危机中尤显璀璨的智慧

磨难即是契机！

信心的试炼

灾后所赐的恩典

上帝——我的帮助

上帝——我的力量

“耶和华啊，我的力量啊，我必爱祢”

“临到我身上的事，其实是……”

那些按上帝旨意受苦的人

“求祢把我的眼泪装在祢的皮袋里”

“我必永远坚守盼望”

结语

引言

“主啊，你是医治破碎之心的主；天父啊，求你掌管我。引导我行在你的道上，使我得享自由；求你施行新作为，带来复兴……”（福音诗歌：《医治破碎之心的主》）。

我不知为何，这世上竟有如此之多的事物，能令我们的心碎裂。这不仅仅是因为我们遭受了挚爱之人所造成的深重情感创伤；更往往是因为，正是那些我们视若珍宝的人，一次又一次地令我们的心备受煎熬与刺痛——

充满了极度的苦楚与剧痛。当我们在这充满苦难与愁烦的世间度日时，常感到心灵重负压顶、几近崩溃；压垮我们的，不仅是源自各种人际关系的压力、创伤、痛苦与泪水，更有无数其他的生活际遇。此外，当艰难与困境猝不及防、接踵而至时，我们可能会感到彻底的无助与窒息——

在巨大的冲击中摇摇欲坠，挣扎着去承受那颗沉重得令人无法负荷的心。诚然，这是一个充斥着令人心碎之事的世间——

无数的变故似乎合谋而来，只为让我们感到灰心丧气。况且，那些令我们心生恐惧的变故，往往毫无预警地突然降临。尽管我们深知不应忧虑，有时却仍会深陷于抑郁与焦虑的泥潭，被那些本该抛诸脑后的事物所吞噬。我们的心灵不仅仅是感到低沉沮丧；有时，我们

甚至会被推入绝望的最深渊。有些日子，我们甚至仅仅是为了"活下去"而苦苦挣扎——

在极度的荒凉感中熬过每一个瞬间，感到自己四面受困、无路可逃，仿佛已被剥夺了所有的希望。既然如此，上帝为何要允许我们去承受这般的苦难与逆境？在这这一切背后，上帝的旨意究竟是什么？当我们发现自己深陷于灵性停滞的泥潭中挣扎——

对那无法参透的神圣旨意感到困惑不解——

我们的心可能会痛彻心扉，甚至让我们觉得"宁可一死"以求解脱。在那样的时刻，我们的悲痛是如此深重，以至于我们甚至会拒绝接受他人的一切安慰。有时，我们甚至会对上帝本身产生怨怼之情。面对这一切，我们究竟该何去何从？我们又当如何继续前行？我们破碎的心该如何得医治？

我们的神是一位亲近伤心之人的神。唯有主能医治那些心碎之人；唯有主能使我们得自由。我恳切祈求主医治我们破碎的心，并赐予我们自由。

前几晚，当我陷入沉思之际，脑海中浮现出我此前出版的两本书的书名：《清心的人》（一本为期 40 天的灵修读物）和《慧心的人》（一本关于《传道书》的灵修读物）。紧接着映入我脑海的下一个书名便是：《伤心的人》。巧合的是，当时我正为身边那些心灵饱受创伤的亲友们祷告并深切挂念着；因此，当《伤心的人》这一书名浮现时，我便下定决心，要翻阅我多年来撰写的所有经文默想笔记，从中甄选出每一篇与这一特定主题相关的篇章。秉持着这一决心，我将这些零散的经文默想汇集于《伤心的人》这一书名之下，并将其编纂成册。尽管这部作品在诸多方面仍显拙劣与不足，但我依然竭尽心力地搜集并整理了

这些默想篇章，怀着一份——哪怕是极其微弱的——

盼望：愿主能使用这本名为《伤心的人》的文集，去医治哪怕仅仅是一位读者的破碎之心。我祈求主使用这本灵修读物《伤心的人》作为祂手中的器皿，去医治并释放那些心灵破碎的人。

上帝——那亲近伤心之人的主

“耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。义人多有苦难，但耶和华救他脱离这一切”（《诗篇》34:18-19）。

唯有上帝，以及当事人自己，才真正知晓一颗受伤之心所承受的创痛究竟有多深。在我们的人生旅途中，有时我们会遭遇极其深重、刻骨铭心的创伤，以至于我们甚至会拒绝接受周围人所给予的任何安慰（《诗篇》77:2）。就我个人而言，在我那第一个孩子——Jooyoung——

离世之后，整整一周的时间里，我拒绝接听任何人的电话。在那一周里，我根本不愿接受任何人的安慰。我至今仍清晰地记得那一刻：当我们回到家中，我请妻子把所有的照片都收起来；尽管她当时的内心所承受的痛苦无疑比我更为深重，但她依然彻夜未眠，一直忙碌到凌晨时分，细致入微地整理着那些相册。那一刻她忙碌的身影，我将永生难忘。或许是因为人们常说“父母之爱流向下方”——总是无私地倾注在儿女身上——

正因如此，孩子的离世仿佛一把尖刀直刺我们的心脏，留下一道深邃且难以愈合的创伤。

当然，在孩子离世之后，父亲与母亲所承受的痛苦似乎并非完全一致。我相信，每一位父母所经历的痛苦，都具有其独特的形态。甚至他们所流下的泪水，或许也各不相同。

在我们信仰的人生旅途中，正如那位写下《诗篇》的作者一样，我们会遭遇诸多的苦难。此外——正如使徒雅各所指出的那样——

各种各样的试炼不仅曾出现在我们过去的生命中，依然存在于当下的现实里，并且毫无疑问，在未来的日子里也必将继续涌现。在这些磨难之中，我们所面临的最令人心力交瘁的经历之一，并非苦难本身；而是在我们向上帝发出恳切的祷告、祈求祂施以拯救之后，非但未能迎来我们所期盼的救赎，反而被一股更为猛烈的苦难浪潮所彻底吞没的那一刻。在那样的时刻，我们会感到彻底的无助与绝望，内心充满了困惑与迷茫。当我们无法参透上帝的心意时，有时我们会扪心自问——

甚至向他人发出疑问："上帝为何允许我面对更加艰难、更加严酷的试炼，而非回应我的祷告并赐予我拯救？"似乎有时上帝任凭我们陷入更深的绝望深渊，而不赐下我们迫切需要的拯救——

这情形正如身处埃及的以色列人一样。上帝听见了他们痛苦的哀哭（《出埃及记》3:7），并差遣摩西去拯救他们；然而，出乎他们意料的是，摩西的到来非但没有带来解脱，反而导致法老向百姓施加了更沉重的重担，使他们陷入了更巨大的苦难之中（《出埃及记》5 章）。在这样的时刻，我们的心彻底破碎，所受的创伤深不可测，我们流下了绝望的泪水。

如果我们此刻正深陷于这样的深渊之中，我们应当如何看待自己的处境与光景呢？我建议我们思考以下两点。首先，我们理当感恩，正是因为当我们深陷于百米深——

而非仅仅十米深——

的深渊中时，我们便彻底丧失了依靠自身力量或凭据自身眼光的能力。换言之，我们应当心怀感恩，因为我们由此深刻地领悟到：在如此深邃的绝境之中，我们过往所倚仗的一切皆是全然无用的。此外，我们还应感恩，因为这段经历迫使我们在上帝面前彻底承认自身的无能为力，并引领我们走向悔改。当然，若无上帝的恩典，即便生发这样的感恩之心也是绝无可能的。其次，我们应当感恩，因为正是从苦难的深渊之中，我们得以领悟并遵行这一真理：我们别无选择，唯有将目光全然定睛于上帝，并将全部的倚靠都交付于祂。既然我们唯独倚靠上帝——从而确保所彰显的是祂的荣耀，而非人的荣耀——

那么我们便只剩下一条路可走：祷告、盼望，并耐心等候祂的作为。上帝伸手将我们从十米深的深渊中拯救出来，与祂从百米深的深渊中施行同样的拯救，这两者之间有着本质的区别。当人从深达百米的深渊中获救时，所见证的上帝奇妙作为，或许与从十米深坑中被救拔出来时所观察到的上帝大能与伟大事迹有所不同。这或许正是上帝允

许我们去承受更深重苦难与创伤的原因所在。我深信，那些深刻的创伤不仅是让我们得以瞻仰上帝无限荣耀的契机，更是一次宝贵的机会，使我们能以一种真切而深刻的方式去亲历祂的同在。然而，真正的挑战在于：当我们自身正深陷于极度的苦难与痛楚之中时，我们是否真能感知到上帝那伟大的荣耀以及祂的亲近。若无上帝的恩典，要做到这一点同样是不可能的。我恳切祈求上帝，愿祂将这份宝贵的恩典赐予那些此刻正被深重苦难、创伤

与忧愁所包围的弟兄姐妹们——

愿祂亲近他们那破碎的心灵，并亲自医治、缠裹他们的创伤。

“义人多有苦难”

[诗篇 34:15-22]

苦难真的可以是轻省的吗？如果有人对此问题的回答是“肯定”的，那这究竟是如何可能的呢？当我读到金南俊牧师（Pastor Kim Nam-jun）撰写的下文时，我开始对苦难何以确实能够变得轻省，有了一些领悟。

“世界的罪恶之深重，在义人所受的苦难中显得愈发昭然若揭。……义人所忍受的苦难，蕴含着为世界的罪进行代赎的深远意义。这是一种人类与生俱来的情感、直觉与确信：即邪恶终将不可避免地遭受惩罚。然而，毫无例外——无论对你还是对我而言——这个世界都浸透了罪恶。既然如此，这个世界岂不理应注定走向毁灭吗？然而，尽管世界充满罪恶，它之所以未至灭亡，正是因为有人正在代它偿付罪的代价。这便是义人受苦的意义所在。义人的苦难，意味着背负世界的罪孽重担，并代替他人偿付其罪的代价。无论这位义人是否有此初衷，他实际上都履行了代赎祭物的职分。正是借由这种方式，义人将

生命带给了这个世界。义人虽遭遇诸般苦难，然而，正是这苦难——

这他们本不愿承受之苦——最终为世界带来了救赎。"

唯有当我们身处试炼之中，将思绪与目光定睛于耶稣——

那位背负世人罪孽的"神的羔羊"——

之时，我们的苦难方能显得轻省。换言之，当我们身处逆境、忍受磨难之际，若能回想耶稣——那位曾为我们偿付罪价而受苦、甚至甘愿死在十字架上的主——

并效法祂的榜样，甘愿为他人的罪而偿付代价，此时，我们的苦难便会变得轻省。

我相信，苦难大致可分为两种截然不同的类型。第一种苦难，乃是我自身罪孽所招致的后果；第二种苦难，则并非源于我自身的过犯，而是构成了一种对"主之苦难"的参与。而能够参与主的苦难，其本身便是一种源自上帝的恩典（腓立比书

1:29）。对于那些懂得如何拥抱这份恩典的人来说，苦难便成了一种轻省的重担。其原因在于，他们正在苦难之中亲历那份恩典。而这份"苦难中的恩典"，正是对上帝同在的真切体验。

在今天的经文——《诗篇》34:15–22——

中，我们遇见了诗人大卫；他正亲历着这份苦难中的恩典。在今天经文第 19 节的上半句中，他宣告道："义人多有苦难……"我们将反思的重心置于这一节经文之上，并以"义人多

有苦难”为主题，来默想义人在苦难之中所遭遇的那位上帝的三个面向。通过这一反思，我们也寻求领受那份恩典——即在我们自身的试炼之中，亲历上帝同在的恩典。

首先，义人在苦难时期所遭遇的那位上帝，是一位亲近伤心之人的上帝。

请看今天经文中的《诗篇》34:18：“耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。”诗人大卫在苦难时期所遭遇的那位上帝，正是这样一位上帝——
一位亲近伤心之人的上帝。大卫为何会伤心欲绝？或者说，他的灵性为何会如此痛悔？我相信，这是因为他曾向上帝犯下了罪。当然，大卫所犯之罪的具体性质，在今天的经文中并未明确揭示。我们尚不清楚，他的罪究竟在于他在受苦时“装疯卖傻”——
即撒谎是否构成了他的罪——
还是在于他在苦难之中未能离恶行善，以致在言语上犯了罪（13–14 节）。然而，有一点是确凿无疑的：义人大卫在众多的苦难之中，确实感到伤心欲绝（18 节）。在众多的试炼之中，大卫的灵性彻底痛悔、破碎了。这正是上帝所寻求的祭物。请看《诗篇》51:17：“上帝所要的祭，就是忧伤的灵；上帝啊，忧伤痛悔的心，你必不轻看。”我们的心需要被破碎。我们的心需要被击碎。正如休耕之地必须经过耕犁一样，我们那刚硬顽固的心也必须被彻底破碎。无论是借着上帝的责备，还是借着祂的管教，我们的心都需要被谦卑下来，并被破碎。然而，我们之所以往往无法察觉这一需要，是因为我们要么根本不把自己的罪视为罪，要么——即便犯了罪——

也试图向上帝隐瞒，而不去认罪。我们绝不可再掩盖自己的罪；相反，我们必须向上帝坦承一切。我们要怀着受责的良心和破碎的心灵，去寻求上帝的怜悯与慈悲。

在《以赛亚书》57 章 15 节中，我们看到先知以赛亚将"痛悔的灵"与"谦卑的灵"等同起来。换言之，谦卑即是痛悔。我们的主亲近谦卑的人——

即那些拥有一颗破碎之心或痛悔之灵的人——

并使他们的心苏醒（《以赛亚书》57:15）。我们的主不仅使我们那痛悔的心灵苏醒，更在我们破碎之时施行医治，包扎我们的伤口（《诗篇》147:3）。

"主亲近那伤心的人，拯救那真正痛悔的人。灵里贫穷的人有福了，因主的安慰必将他们环绕。慈爱的主使骄傲之人降卑，却去寻找那些哀恸的人；那么，究竟谁愿为主的缘故，也为邻舍的缘故，去分尝那苦难之杯呢？当主正为那些失丧的灵魂哭泣之时，你们为何却依然如此欢欣雀跃、开怀大笑呢？"

（选自福音圣诗：《致那伤心的人》）

其次，义人在苦难中所遭遇的神，是一位垂听他们呼求的神。

请看今天的经文，即《诗篇》34 篇 15 节和 17 节："耶和华的眼目看顾义人，他的耳朵垂听他们的呼求……义人呼求，耶和华听见，便救他们脱离一切的苦难。"《出埃及记》3 章 7

节记载："耶和华说：'我的百姓在埃及所受的困苦，我实在看见了；他们因受督工的辖制所发的哀声，我也听见了。我原知道他们的愁苦。'"从这些经文中，我们可以看出，以色列的神——也就是我们的神——

是一位察看义人苦难的神，也是一位当义人发出呼求时垂听他们祷告的神。事实上，在大卫所作的《诗篇》34 篇第 4 节和第 6 节中，他早已见证：神是一位回应他的神；当他身处困境并向神呼求时，神垂听了他的恳求。值得注意的是，在今天的经文——

即《诗篇》34 篇——

通篇之中（见第 4、6、15 及 17 节），大卫四次提及祷告一事；这表明，在他遭受巨大苦难之际，他曾献上许多恳切的祷告。这种极度的苦难会驱使我们向神献上许多祷告——

或者更确切地说，是献上更加恳切热诚的祷告。这正是我们在面对苦难时得胜的秘诀所在。这个秘诀，就在于向神发出呼求。当我们这样做时，我们的神便会向我们的呼求侧耳垂听（第 15 节）。

既然神向我们侧耳垂听，并听见了我们的呼求，那么是否还有神听不见的祷告呢？神确实垂听我们所有的祷告；然而，我相信有些祷告，神并不会给予具体的应允。这种祷告，正是那种我们在内心深处缺乏一颗忧伤痛悔之心时所献上的祷告："耶和华的膀臂并非缩短，不能拯救；耳朵并非发沉，不能听见。但你们的罪孽使你们与神隔绝；你们的罪恶使他掩面不听你们"（《以赛亚书》59 章 1-2 节）。这句真理之言教导我们的功课是：无论我们向神发出多么热切的呼求，只要我们

的心依然刚硬未碎——也就是说，只要我们内心缺乏一种深切痛悔的灵——

神就不会垂听我们的祷告。这正是悔改祷告之所以如此至关重要的原因。当我们来到圣洁的神面前时，必须首先怀着一颗真正痛悔的心为自己的罪悔改；唯有如此，我们才应仰望神的救赎恩典，并向祂呈上我们的祈求。当我们这样做时，我们的神必侧耳垂听我们的恳求，并回应我们的祷告。

第三，义人在苦难之中所经历的神，正是那位将他们从一切患难中拯救出来的神。

请默想今天的经文——

《诗篇》34 篇 17、19 及 22 节："义人呼求，耶和华侧耳而听，救他们脱离一切患难……义人多有苦难，但耶和华救他脱离这一切……耶和华救赎他仆人的灵魂，凡投靠他的，必不致定罪。"我们的神正是那位垂听我们呼求、并将我们从一切形式的苦难中拯救出来的神——

前提是：我们必须首先怀着一颗真正痛悔的心悔改，随后，怀着对祂救赎恩典的渴慕，恳切地祈求祂来拯救我们。一个非凡的真理在于：神的救赎是确凿无疑、坚定可靠的。纵观今天的经文——《诗篇》34 篇 4 节——圣经告诉我们，当我们呼求祂时，我们的神会将我们从"一切的惧怕"中拯救出来。在第 6 节中，经文指出神正是那位将我们从"一切的患难"中拯救出来的神。此外，在第 17 节中，圣经再次重申神将我们从"一切的患难"中拯救出来；而在第 19 节中，经文宣告：尽管义人可能面临诸多的苦难，但神必将我们从"一切的苦难"中拯救出来。简而言之，圣经宣

告：神正是那位确保凡寻求祂的人——即凡呼求祂的人——

必不至缺乏任何美善之物（第 10 节）的神。

神垂听我们的祷告，拯救那心灵破碎之人；然而，就在祂施行拯救的同时，祂也是那位审判并剪除恶人的神。换言之，我们的神拯救义人，乃是通过降灾于恶人来实现的（第 16 节）。在拯救义人的过程中，神彰显了祂的圣洁。因此，恶人无法在神的圣洁面前立足。于是，神将作恶之人的名号从地上剪除。归根结底，恶人因其自身的邪恶而灭亡："祸患必杀恶人；恨恶义人的，必被定罪"（第 21 节）。然而，我们的神必保守义人："祂保全义人全身的骨头，连一根也不折断"（第 20 节）。那位在患难之时看顾我们的神，正是那位拯救我们的神。

尽管义人可能会遭遇诸多的苦难，但即便身处这些痛苦之中，他们依然享有某种福分。他们所享有的这种福分，正是亲历神同在的经历。我们的神是一位亲近伤心之人的神，祂垂听我们祷告的呼求，并把我们从一切患难中拯救出来。那些以一种亲身经历的方式与这位神相遇的义人，会将自己正在承受的苦难视为轻微的。其原因在于，他们深知耶稣已将他们的苦难亲自担当了。当我们凭信心仰望耶稣——那位替我们受苦的主——

时，我们必须深思那位曾转脸不顾那伤心欲绝之耶稣的神。此外，我们还必须默想父神

——

那位曾离弃那伤心欲绝之耶稣的神。当耶稣在十字架上发出呼喊："我的神！我的神！为什么离弃我？"（马可福音

15:34）时，我们的天父并未垂听耶稣的呼求，也未曾将祂拯救出来。父神为何不垂听那在十字架上伤心欲绝之耶稣的祷告？又为何不将祂拯救出来？这正是为了你，也为了我。正是为了我们所有的罪孽。耶稣担当了我们一切罪孽的重担，死在十字架上，洗净了我们所有的过犯。并且，主将我们从一切苦难、患难和恐惧中拯救出来，赐予了我们各样的美善（诗篇 34:10；以弗所书 1:4）。因此，我们怎能不向神献上赞美呢（诗篇 34:1–3）！

受苦的目的

“然而他们必作他的仆人，好叫他们知道，服事我与服事外邦列国有什么分别”（历代志下 12:8）。

在托马斯·凯斯牧师（我视他为一位“清教徒灵魂良医”）所著的《受苦》（*Suffer*）一书中，他探讨了上帝借着苦难处境教导其子民的二十一个功课。当我通读这二十一个功课时，内心涌起了一股恐惧之感。因此，我写下了如下感悟：“身处上帝管教的杖下，却对自己为何受罚一无所知，这确实是一件令人恐惧的事。然而，更令人恐惧的是，在经历过上帝的管教之后，却未能领悟祂本意要教导的功课。”之所以产生这种恐惧的念头，是因为我意识到：许多时候，我们基督徒在得罪了上帝并身处祂的管教之下时，竟然无法辨认出自己究竟犯了什么罪。因此，当我们发现自己正受苦于上帝的管教时，往往会感到困惑不解，纳闷为何如此痛苦的境遇会降临在我们身上。此外，面对所承受的苦难，我们还常常陷入抱怨和愤懑之中。诚然，在上帝主权的范畴内，祂所允许临到我们生命中的苦难必有其特定的目的；然而，我们却往往无法参透这一目的。结果，我们便在迷茫中徘徊游荡。上帝为何允许我们受苦？莫非祂降下苦难，是为了惩治我们的过犯？如果确实是因我们的罪

所致，我们又当如何回应？而如果借着上帝恩典与慈爱的力量，我们最终从那苦难中得了拯救，那么，我们本该从那段经历中学到的神圣功课——即上帝的教导——究竟是什么呢？当我们查考今日经文（历代志下 12:8）的上下文时，便会发现：犹大王罗波安及其以色列百姓曾经历过极大的苦难。这"极大的苦难"，实际上是一场濒临灭亡的危机（第 12 节）。它是上帝离弃以色列，并将他们交在埃及王示撒手中所带来的后果（第 5 节）。为何罗波安和以色列会面临如此毁灭性的危机？原因恰恰在于他们离弃了神（第 5 节）。换言之，正因为罗波安和以色列背弃了神的律法（第 1 节），他们反过来也被神所离弃（第 5 节）。既然如此，罗波安和以色列为何要离弃神的律法呢？原因在于犹大国已经根基稳固且变得强大（第 1 节）。换句话说，罗波安和犹大百姓离弃神的律法——从而得罪神（第 2 节）——其根本原因乃是"骄傲"。因此，神在盛怒之下（第 12 节），兴起埃及王示撒来攻打耶路撒冷（第 2–4 节）。

当我默想这段经文时，脑海中闪过另一个令人恐惧的念头。这个令人恐惧的念头，便是"习以为常"这一概念。正如罗波安和犹大国因习惯了自身的安稳与权势——最终变得狂傲自大，离弃了神的律法——我深恐同样的事情也正发生在我身上。随着我、我的家人，以及我所服侍的属灵大家庭教会逐渐习惯了平安、丰足与安稳的生活，我忧心忡忡：在我不自知的情况下，骄傲的种子可能已悄然播撒在我的心中，任凭一株"苦毒的根"在我的灵魂深处那隐秘的角落里滋长蔓

延。此外，我更惧怕的是，我心中那颗骄傲的种子终将长成一棵大树，结出苦涩的果实——

最终导致我拒绝神的话语，蓄意违背祂的旨意，从而得罪于祂。这种恐惧挥之不去，尽管我深知：那位圣洁公义的神，完全洞察我的骄傲，也深知我因着这份骄傲而将祂的话语弃置一旁、从而犯下的罪过。我内心充满了焦虑，不禁自问：倘若神举起祂那管教的杖，要击打我、我的家人以及我所服侍的"胜利共同体"（Victory Community），我该当如何是好？若那位圣洁的神果真降下击打，我必将深陷于苦难之中；然而，我却不禁自问：当我已经如此习惯于那种安宁、富足且稳定的生活时，我又怎能承受得了这般的痛苦？

那么，我们究竟该怎么做呢？正如罗波安和那些聚集在耶路撒冷的犹大首领谦卑自己一样（第 6 节），我们也必须谦卑自己。我们必须在那公义的神面前谦卑自己（第 6 节）。特别是我们——那些在家庭和教会中担任领袖的丈夫（父亲）和牧者——更必须在神面前谦卑；我们必须承认并悔改那导致我们离弃神的话语、甚至背弃神本身的骄傲之罪。这正是神加诸我们身上的苦难所蕴含的目的。父神之所以举起那充满慈爱的管教之杖来击打我们——这些骄傲、悖逆且有罪的人——正是为了帮助我们认清自己向公义之神所犯的罪，使我们能悔改并转离这些罪恶，重新归回父神的怀抱，并过着顺服祂话语的生活。最终，正因罗波安谦卑了自己，且因在犹大境内仍存有一丝良善，神便收回了祂的烈怒，没有将犹大国彻底毁灭（第 12 节）。换言之

，神并未将祂全部的烈怒倾倒在罗波安和犹大国——那些已经谦卑自己的人——

身上，也没有将他们彻底剪除（第 7 节）。相反，神赐予了他们部分的拯救（第 7 节）。这岂不令人深思吗？神既没有彻底毁灭犹大国，也没有给予他们完全的拯救，这难道不耐人寻味吗？神为何要如此行呢？虽然我们所期盼的是完全的拯救，但神为何不将我们从苦难中彻底解救出来呢？其目的在于神要给我们上一课——

要向我们显明：事奉神，与事奉那我们甚至看得比神自己更重的世界（或偶像），两者之间有着何等鲜明的差异。请再次查阅今天的经文——

《历代志下》12 章 8 节："然而，他们必作他的仆人，好叫他们晓得，事奉我与事奉外邦列国，有何分别。"当神看见罗波安和犹大的首领们谦卑自己时，祂便选择不将他们彻底毁灭，而是赐予了他们一定程度的拯救；他这样做的目的，是为了教导他们：事奉他——

即那位真神——

与事奉埃及王示撒之间，究竟有何区别。你我是否真正领悟了神这一深邃的旨意？我们是否真正明白了：在苦难中事奉神，与事奉财富、成功以及这世上的各样偶像之间，有着怎样的本质差异？

此刻，无论是作为个体的我们，还是整个教会，都迫切地需要耶稣——

那位我们灵魂真正的良医。究其原因，乃是我们已在灵里患了重疾。我们对神的恩典与赐福已习以为常，甚至到了麻木的地步；我们对平安、丰足、安稳以及世俗的权势，已感到过于安逸与舒适。正因如此，我们变得狂傲自大，将神的话语弃置一旁，甚至离弃了神本身。此外，我们的眼光变得过于世俗化。我们正悖逆那位公义的神，向他犯下罪过。因此

，我们如今正经历着神的管教。神正借着这“世界”作为一根杖，来击打我们。然而，即便面对这般境遇，我们依然不肯在神面前谦卑自己。尽管如此，我们在圣洁的神面前依然如那“硬着颈项”的百姓一般，不肯低头，也无法认清自身罪恶的真实光景。结果便是：我们非但不肯悔改，反而满腹牢骚，心怀怨怼。而且，我们依然无法分辨清楚：事奉神与事奉这世界之间，究竟有着怎样的天壤之别。那么，我们究竟当如何行？对于我们而言，是否真的尚存一丝希望？

我们为何必须受苦？

“那时，船在海中，因风不顺，被浪摇撼”（马太福音 14:24）。

我们基督徒为何必须忍受苦难？我们应当如何解读当前正在经历的苦难？上帝的旨意究竟是什么？上帝为何使我们受苦——或者允许我们受苦？归根结底，苦难的目的是什么？

我们的上帝拥有深不可测的智慧与知识，绝非人类的标准所能衡量（诗篇 92:5；传道书 3:11）。我们无法完全测透祂所行的作为（约伯记 5:9；诗篇 145:3）。我们无法完全领悟上帝的旨意——

为何祂允许约伯遭受那般的苦难，又为何祂在海面上掀起“狂风”——

在大洋深处制造一场“猛烈的暴风”——几乎将约拿所乘坐的船只击碎（约拿书 1:4）。在我们中间，谁能完全领会上帝允许约伯受苦的那份心意？谁又能完全明白上帝将苦难加诸约拿身上的那份心意？因此，在《罗马书》11:33–34

中，使徒保罗宣告道：“深哉！上帝丰富的智慧和知识。祂的判断何其难测！祂的踪迹何其难寻！谁知道主的心？谁作过祂的谋士？”虽然我们可能无法完全领悟上帝赐予我们苦

难的那份心意，但借着研读祂的话语——即《圣经》——

我们至少可以得以窥见祂的心意，并在某种程度上明白祂为何允许我们去忍受这些试炼。例如，以约伯为例，我们可以推测，上帝允许他受苦是为了熬炼他，好使他最终如精金般纯净（约伯记

23:10）。此外，以悖逆的约拿为例，我们或许可以推断：上帝之所以降下苦难——将他从一种磨难（约拿书 1:4）中救拔并引导至另一种磨难（17 节）之中——乃是为了促使他向神呼求（第 2 章，尤其是第 2 节），并最终引导他重新顺服上帝的话语（第 3 章）。诗篇作者正是以这种方式来理解他所承受的苦难的："我未受苦之先，走迷了路；现在却遵守你的话.....我受苦是与我有益，为要使我学习你的律例"（诗篇 119:67, 71）。他深信，自己之所以受苦，正是因为他曾偏离正道。换言之，他将自己的苦难视为自身因犯罪而偏离正道所招致的后果。然而，这位诗篇作者却宣称，他所承受的苦难对他而言是有益处的。其原因在于：正是通过这番磨难，他得以学习主的律例；因此，在经历苦难之后，他便开始谨守主的话语。既然如此，我们又当如何去理解我们自身所承受的苦难呢？

今天的经文选自《马太福音》14 章 24 节，描绘了耶稣的门徒们正经历巨大的艰难困苦。当时他们身处船上，距离岸边已有数英里之遥；狂风骤起，掀起滔天巨浪（《约翰福音》6:18），门徒们饱受煎熬，因为狂风与巨浪正猛烈地拍打着他们的船只（《马太福音》14:24）。在那一刻，他们竭尽全力，试图划船与恶劣的天候相抗衡（《马可福音》6:48）。当

我默想这段经文时，脑海中浮现出《约拿书》1 章 13 节的记载：“然而，那些人竭力划船，想要回到岸上，却不能，因为海浪越发向他们翻腾。”尽管先知约拿曾宣告：“你们将我抬起，抛入海中，海浪便会为你们平息。因为我知道，正是因着我的缘故，这场巨大的风暴才临到了你们”（第 12 节），但那些尚未信奉上帝的外邦水手们，并未立即将约拿抛入海中；相反，为了挽救约拿的性命，他们拼命划船，试图将船驶回岸边（第 13 节）。然而，他们越是竭力挣扎，海浪便越是猛烈地向他们翻腾（第 13 节）。当我反思这段经文时，我不禁产生一种感觉——不知为何——

仿佛是上帝亲自在与那些外邦水手相抗衡。我之所以会有这种想法，是因为上帝的旨意——即祂向海面刮起狂风（第 4 节）所彰显的旨意——绝不仅仅是为了让那些外邦水手将货物抛入海中（第 5 节），其最终目的乃是要他们将约拿抬起并抛入海中（第 12 节）。然而，由于他们试图凭借纯粹的人力——即拼命划船将船驶回岸边——

来挽救约拿的性命，于是，作为天地创造主的上帝，便使海浪变得愈发狂暴[让更加猛烈的巨浪不断拍打着船只（引自《现代韩语圣经》）]（第 13 节）。在这场较量中，究竟是谁获胜了呢？当然是上帝。最终，在向神呼求之后，那些外邦水手将约拿抬起，把他投入了海中（14–15 节）。结果，海的狂暴立刻平息了[愤怒的海瞬间变得平静（《现代英语译本》）]（15 节）。在今天的经文——《马太福音》14 章 24 节——中，我深切地感到，耶稣的门徒们正卷入一场与神（即创造天地的造物主）进行的搏斗（

或者至少是一场较量）。他们之所以受苦，是因为强风巨浪正猛烈地拍打着他们所乘的船；因此，他们划桨划得极其艰难（《马可福音》6:48），试图去对抗——或者说去与——那些由神差来的逆风和巨浪相搏。神指挥着强风巨浪去阻挠他们的船只，而门徒们则竭力划桨，试图逆着这些神所差来的力量前行，最终勉强前进了约十里

[4.5 公里（《现代英语译本》）；3 或 3.5 英里（《NIV 译本》）]（《约翰福音》6:15）。他们就这样与神相搏，一直持续到至少是夜里的第四更天（大约在凌晨 3:00 至 6:00 之间）（48 节；《马太福音》14:25）。换句话说，他们整整一夜都在与神所差来的强风巨浪进行搏斗。这该是一场何等令人身心俱疲的搏斗啊！雅各不也曾从夜幕降临一直搏斗到天色破晓，与一位天使相搏吗？（《创世记》32:22–24）。耶稣目睹了这场搏斗——

具体而言，是看见门徒们在逆风中艰难划桨、奋力抗争的情景（《马可福音》6:48）——便踏着水面朝他们走去（《约翰福音》6:19），大约在夜里的第四更天来到了他们近前（《马太福音》14:25）。当我默想这段经文时，我想起了《出埃及记》3 章 7 至 8 节：“耶和华说：‘我实在看见了我百姓在埃及所受的困苦。他们因受督工的辖制，发出的哀声.....’”

“我实在看见了我百姓在埃及所受的困苦。我听见了他们因受督工的辖制所发的哀声。我知道他们的愁苦。所以我下来，要救他们脱离埃及人的手，领他们出了那地，往美好宽阔之地去，就是流奶与蜜之地——

是迦南人、赫人、亚摩利人、毗利洗人、希未人、耶布斯人的居所。”上帝是一位清楚看见我们身处苦难之中的上帝（第 7 节）。此外，上帝是一位垂听我们哀声、深知我们愁苦的上帝（第 7 节）。当看见以色列百姓受苦并发出哀声时，正是这位上帝降临，告诉

摩西祂要借着摩西的手，将百姓从埃及人手中拯救出来，并领他们进入那应许之地——迦南（第 8 节）。因此，我们的上帝是一位清楚看见我们苦难、垂听我们恳求、深知我们愁苦、亲近我们并拯救我们的上帝。耶稣看见门徒身陷困境，便在海面上行走，向他们走去（《马太福音》14:25；《马可福音》6:48；《约翰福音》6:19）。那一刻，门徒惊恐万分，以为那在水面上行走的身影是个鬼魂，便因惧怕而大声呼喊（《马太福音》14:26）。面对那些被极度恐惧紧紧攫住的门徒，耶稣立刻对他们说："放心吧！是我。不要怕"（第 27 节）。彼得回答耶稣说："主啊，如果是你，请吩咐我在水面上走到你那里去。"耶稣对他说："来吧"（第 28–29 节）。于是彼得走下船，在水面上向着耶稣走去；但当他看见风浪时，便感到害怕，开始往下沉，就在那一刻，他向耶稣大声呼救……他喊道："主啊，救我！"（29–30 节）。耶稣随即伸手拉住彼得，对他说："你这小信的人哪，为什么疑惑呢？"（31 节）。在我们看来，这似乎是一句令人费解的责备；因为从我们的角度来看，彼得绝不像是一个"小信"的人。在我们中间，哪怕耶稣亲口说"来吧"，又有谁能像彼得那样，毅然走出船舱，踏上那狂风大作、波涛汹涌的海面呢？极有可能的是，我们连待在船里一步也不会挪动。原因在于，我们会认定船舱内部远比水面安全得多。具体而言，我们会坚信：待在船里比在水面上行走要安全无数倍——

然而，我们最终却会像彼得那样，因惧怕风浪而开始下沉。不过，我们应当思考这样一个问题："一艘没有耶稣同在的船，真的比有耶稣同在的水面更安全吗？"决定安危的关键因素——与其说是船本身或水面——

难道不正是耶稣是否与我们同在吗？（参《出埃及记》33:15）。至少有一点是肯定的：当耶稣说“来吧”时，彼得确实走出了船舱，踏着水面朝耶稣走去（《马太福音》14:29）。然而，即便是在耶稣随即伸手拉住并救起了彼得——那个因惧怕风浪而开始下沉的彼得——之后，他依然对彼得说：“你这小信的人哪，为什么疑惑呢？”（31 节）。随后，耶稣与彼得一同登上了船；当他们回到船上与其他门徒会合时，风就止住了（32 节；《马可福音》6:51）。对于耶稣与彼得一同登船这一细节，我的解读是：彼得在回到船上之前，曾一路伴随着耶稣在水面上行走，直至抵达船边。彼得当初独自走出船舱、试图踏水走向耶稣时，因惧怕风浪而开始下沉；然而，圣经并未记载他在与耶稣一同踏水而行、一路返回船边直至两人共同登船的那段时间里，曾察觉到风浪或感到过惧怕。就在那一刻，门徒们惊愕万分（马可福音

6:51）。随后，他们俯伏在耶稣面前，承认说：“你真是神的儿子”（第 33 节）。

耶稣的门徒因遭遇狂风巨浪而饱受磨难。他们为何要经历这番苦楚？尽管我们无法完全测透上帝凭其无限智慧所成就的作为，但我相信我们可以推断出，上帝允许他们受苦乃是为了一个特定的目的：引导他们确知，耶稣确确实实就是上帝的儿子。换言之，作为耶稣的门徒，我们之所以会经历苦难，其根本目的就在于向我们启示耶稣的真实身份。因此，当我们面对苦难时，与其追问“为何？”（为何这苦难临到了我？）、“如何？”（这事怎会发生在我身上？），甚至“何事？”（上帝的旨意究竟为何？），我们更应当追问：“何人？”（我的上帝究竟是谁？）。在这样的境遇中，我们应当更加深入地默想那些确证上帝神性

与主权的经文。如此一来，当我们借着苦难在对上帝的认识上不断长进时（何西阿书 4:1, 6；6:4），我们便能发出与使徒保罗同样的告白："……认识我主基督耶稣为至宝"（腓立比书 3:8）。我祈愿你我都能在对主耶稣基督的认识上——即便是在苦难之中——持续长进，因为这认识乃是至宝。

上帝为何要用各种患难来磨砺我们？

“国攻打国，城攻打城，因为上帝用各样灾难扰乱他们”

[(《当代韩语圣经》译文：“因为上帝用各种患难磨砺他们，致使纷争不断——国与国相争，城与城相战”)] (历代志下 15:6)。

究竟什么是“改革”？许多牧者都在呼吁“改革”，但改革的真谛究竟是什么？徐文江牧师——一位毕生致力于通过翻译并引介清教徒的各类著作，从而将“归正神学”（Reformed theology）引入这片土地的译者——曾指出：一个真正“归正”的人，首先是那个渴望自我改革、而非试图去改革他人的人（引自网络资料）。我对此深表赞同。如果我们连自己都无法改革，又怎能奢望去改革我们的家庭或我们所服侍的教会呢？那么，我们要如何才能实现自我改革呢？首要且关键的一点，就是我们必须回归《圣经》。此外，我们还必须依据《圣经》的教导来度过我们的人生。这正是 16 世纪宗教改革运动的核心精神所在。因此，如果我们真心渴望一场改革，我们就必须回归上帝的话语；并且，我们必须顺服上帝的话语，以此作为我们生活的准则。

今天的经文——《历代志下》15 章 6 节——是先知亚撒利雅向亚撒王以及犹大、便雅悯两支派的百姓所传达信息的一部分（第 2 节）。当时，上帝的灵（即圣灵）降在亚撒利雅身上（第 1 节），而亚撒王正积极地推行一场宗教改革。在这段经文中，具体而言是在第 6 节的后半部分，先知亚撒利雅向众人宣告了上帝的信息："……因为上帝用各样灾难扰乱他们。"昨晚，当我从《历代志下》15 章 1 节开始诵读时，我的目光停驻在了第 6 节后半部分的这句话上，并由此引发了我对这段经文的默想。在默想的过程中，一个念头浮现在我的脑海中："上帝为何要用各种形式的患难来磨砺犹大支派的百姓呢？"我发现自己不禁自问："为何一位慈爱的上帝，竟要通过种种艰难困苦，将如此深重的苦难加诸于祂自己的子民——即犹大和便雅悯支派之上？"为此，我重新审视了第 6 节经文的上下文。在这一过程中，我得出了一个结论：第 3 节经文正是这一问题的答案——"以色列人离弃真神、没有教导的祭司、也没有律法，已经很久了"（第 3 节）。换言之，我相信上帝之所以让以色列民遭受如此深重的困苦，正是因为在漫长的一段时期里，他们离弃了真神，没有祭司来教导他们，也抛弃了律法。这实在令人难以理解。以色列民——那些自称信奉上帝的人——怎能在没有真神的情况下生活如此之久？他们怎能在没有祭司教导上帝话语的情况下坚持如此之久？鉴于律法对他们而言无疑具有至关重要的地位，以色列民又怎能在没有律法的情况下度过如此漫长的岁月？简而言之，我心中充满了困惑：既然上帝、祭司和律法对以色列民而言显然是不可或缺的，他们又怎能容忍自己长期处于缺失这些要素的状态之中呢？我相信，答案就在于"偶像崇拜"。我们之所以能得出这一结论，是因为《圣经》记载：亚

撒王听了先知亚撒利雅的劝勉——

“所以你们当刚强，不要手软，因你们所行的必得赏赐”——

便鼓起勇气，彻底清除了所有的偶像；他不仅清除了犹大和便雅悯全境的偶像，甚至连他在以法莲山地所攻取的各城中的偶像也一并清除干净（第 7 节，《现代人圣经》）。此外，亚撒王甚至废黜了他的母亲——即太后玛迦——

的地位，因为她曾制造了一根可憎的亚舍拉木偶；亚撒王砍倒了她的偶像，将其捣碎，并在汲沦溪谷旁焚烧殆尽（第 16 节）。归根结底，上帝之所以让以色列民遭受种种艰难困苦，正是因为他们犯下了偶像崇拜的罪。因此，在那段时期，全地居民陷入极大的动荡之中，无论出入都不得安宁（正如《现代人圣经》所言：“在那些日子里，整个世界处于混乱之中，无人能安全出行”）（第 5 节）。在这场患难之中，以色列民终于回转归向神，并寻求祂（第 4 节）。我相信，这正是神的旨意与安排。神借着各样的艰难，磨砺了以色列民——他们曾长期陷于拜偶像的罪中，既无真神可依，无祭司教导，亦无律法可循——

从而最终引导他们在患难时期回转归向祂，并寻求祂。在引导他们寻求祂的过程中，神借先知亚撒利雅坚固了亚撒王的决心；这使得亚撒王不仅清除了犹大和便雅悯全地——

以及他在以法莲山地所攻取的各城中——

那些可憎的偶像，更修复了立于耶和华殿廊前的耶和华的坛（第 8 节）。此外，神借着在亚撒王身上所作的工，引导他与百姓立下盟约：要一心一意寻求耶和华——

他们列祖的神；并起誓宣告：凡不寻求耶和华——以色列的神——

的人，无论尊卑贵贱，男女老幼，都当处死（第 12–

13 节）。最终，因犹大全民都全心起誓，并全意寻求神，神便让他们寻见，且赐给他们四境平安（第 15 节）。于是，直到亚撒王作王的第三十五年，国中再无战事（第 19 节，《现代人圣经》）。

对于我们这些渴望回归上帝话语并按其而活的改革者而言，悔改必须居于首位。我们必须为那“爱偶像、事奉偶像胜过爱上帝”的罪而悔改——

因为我们曾过着一种没有上帝、没有祂的话语、也没有圣经学校教师教导我们研读这话语的生活。此外，我们必须弃绝那罪。既已弃绝，我们就必须归向上帝。并且，我们必须寻求祂。我们必须领受上帝——即那位独一真神——

的教导，领受祂那作为绝对真理的话语，以及好牧者耶稣的教训；唯有以此装备自己，我们才能凭着对耶稣基督的信心，单单为着上帝的荣耀而活。为了达成这一目标，每当上帝借着各样的试炼与艰难来磨砺我们时，我们必须有所醒悟——

经历一个“觉醒的时刻”[（耶利米书

10:18）：.....“我必使灾祸临到他们，好叫他们有所醒悟.....”]。具体而言，我们必须清醒地认识到自己向上帝所犯下的罪。因此，我们不应像亚哈斯王那样继续向上帝犯罪（28:22），而应当效法玛拿西王的榜样：寻求上帝，并在祂面前彻底谦卑自己（33:12）。我祈求上帝赐予你我恩典，使我们在遭遇各样试炼与艰难的磨砺时，仍能始终在上帝面前保持深深的谦卑（12 节）。

苦难的祝福

“王对迦特人以太说：‘你为何也与我们同去呢？你不如回去，与新王同住；因为你是外邦人，又是离开本地流亡而来的。你昨日才来，我今日岂可叫你与我们一同飘流，居无定所呢？你不如回去，把你的弟兄也都带去。愿耶和华以慈爱诚实待你！’”（撒母耳记下 15:19–20）

当我们身处苦难之中时，苦难总是令人忧伤、痛苦且艰辛；然而，上帝——

那位神圣的陶匠——

却正是利用这苦难来塑造我们。在这一塑造的过程中，上帝特意借着苦难来击碎并熔化我们那刚硬的心，从而赐予我们一颗温柔的心。简而言之，上帝利用苦难来塑造我们的内心。

在今天的经文——《撒母耳记下》15 章 19 至 20 节——中，我们读到了大卫王对迦特人以太所说的话。有人或许会问：“大卫的这些话究竟蕴含着什么深刻的意义呢？”特别是考虑到以太并非我

们所熟知的人物，人们可能会质疑：大卫王对他所说的话，为何会具有如此重大的意义呢？事实上，在此之前，我也曾仅仅是将这些经文匆匆读过，并未予以深究。然而，自上周以来，我在清晨祷告聚会中持续默想大卫的一生；而在今天早晨的聚会中，当我继续特别默想今天的经文——《撒母耳记下》15 章 20 节——时，上帝赐予了我一个全新的启示。今天，我正是想与大家分享这一来自上帝的新启示。这一分享的结论是：上帝借着苦难塑造了大卫的心，在他里面培植了一颗深深珍视并看重自己忠诚追随者的心。首先，我们需要思考的是大卫所经历的苦难：（1）大卫所经历的第一段苦难时期，便是他在逃亡途中所忍受的艰辛——

当时扫罗王正企图杀害他，他不得不终日惶恐逃命。大卫为何要遭受这苦难呢？其原因在于：当大卫奉神的名击杀了非利士巨人歌利亚归来时（《撒母耳记上》17:45–50），以色列各城的妇女纷纷走出城来，载歌载舞，唱道："扫罗杀死了千千，大卫杀死了万万"（18:6–7）；因此，从那天起，扫罗便怀着杀机，嫉妒地注视着大卫（第 9 节）。此后，扫罗王试图杀害大卫，而大卫也开始了逃亡生涯，躲避扫罗的追杀。正是从那一刻起，大卫的苦难开始了。然而，即便身处那样的苦难之中，神依然磨砺着大卫的心，使他能够对扫罗王怀有极高的敬意（《撒母耳记上》24:10；26:21, 24），并以仁慈待他（24:17）。(2) 大卫所经历的第二段苦难，是他登基为王之后所承受的艰辛——

当时，他的亲生儿子押沙龙煽动叛乱（《撒母耳记下》15:12），迫使大卫不得不带着众臣仆一同逃亡（第 14 节）。大卫王为何会遭受这般苦难？其原因在于：大卫看见赫人乌利亚的妻子拔示巴正在沐浴（11:2–

3），便将她纳为己妻；不仅如此，他还设计安排让她的丈夫——

那位忠勇的战士乌利亚——

死于亚扪人的刀下（12:9）。当时，大卫王在得知乌利亚的死讯后，便派使者去见元帅约押，传话说道："不要因这事而忧虑，因为刀剑无眼，吞噬人是不分彼此的。你要更加猛烈地攻打那城，将其彻底摧毁；以此来勉励将士们"（11:25）。他竟对乌利亚——

那位忠勇的战士——的生命表现得毫无顾惜。正是由于大卫的这一行径——

在神眼中看为恶事（第 27 节）——导致了拔示巴为大卫所生的那个孩子最终夭折（12:14, 18）；此外，大卫的儿子暗嫩强奸了塔玛（13:1）——

她是另一个儿子押沙龙的妹妹（14 节）；结果，整整两年之后（23 节），押沙龙最终杀死了暗嫩（29 节）。最终，大卫王身居王宫之中，却目睹了这场悲剧的发生——

这正是他自己所犯的奸淫与谋杀罪行所带来的直接后果——

在这场悲剧中，他的一个儿子强奸了他的女儿，而另一个儿子则谋杀了那个实施强奸的儿子。这对身为父亲的大卫而言，该是何等的痛苦煎熬！然而，押沙龙——

那个耗费了大约两年时间密谋杀死暗嫩并等待时机的人——

在这两年里却一直未能见到父亲大卫的面（14:28）；因此，他策划了一场叛乱，企图将父亲大卫王从王位上废黜，并为自己夺取王权（第 15 章）。而且，正如他所筹划的那样，他窃取了以色列民的心（15:6）。他甚至更进一步，招募了亚希多弗——

一位对父亲大卫王至关重要的谋士——

来担任他自己的顾问（12 节）。亚希多弗之所以如此举足轻重，是因为他的判断与智慧

被视为与上帝的话语具有同等的权威（16:23）。因此，随着押沙龙的叛乱声势日隆，归附他的人数也显著增加（15:12）。事实上，整个以色列国的心都已转向了押沙龙（13 节）。当大卫通过使者获悉这一消息后，他便与所有身在耶路撒冷的随行官员一同仓皇逃离（14 节）。在逃亡途中，大卫王对基提人以太说道："回去吧，带上你的同族人一起走，"并赐福于他，宣告说："愿恩惠与真理常与你同在"（15:19–20）。

当我默想这段经文时，上帝赐予我两点启示：(1)

当大卫王安居王宫之时，他并不看重那位忠勇的赫人乌利亚；然而，当他为保性命而仓皇逃亡之际，他却对基提人以太推崇备至——

要知道，以太乃是非利士人，甚至并非犹太同胞。这岂不令人称奇？大卫——

这位即便在遭受扫罗王追杀时依然对扫罗怀有敬意的人——

竟在逃避亲子押沙龙的追捕时，同样对非利士人以太给予高度的看重，这难道不令人深思吗？大卫——

这位曾安享宫中太平与舒适，却因眼目的情欲和肉体的情欲而沦陷，侵犯他人之妻；且为掩盖罪行，最终漠视忠勇部将乌利亚的性命，任其丧生于异邦人之手的人——

竟在上帝之爱与公义的管教之下，饱受逃避押沙龙追杀之苦时，转而珍视像以太这样一位异邦人的生命，这岂不令人惊叹？这正是苦难中所蕴含的祝福。正是借着苦难，上帝重塑了大卫的心灵。大卫——这位曾一度未能珍视同胞生命价值的人——

经由苦难的熔炉淬炼，最终蜕变为一位真正珍视每一个体生命价值的人。(2)

我揣测，当大卫王遭受亲子押沙龙追杀之时，他内心定然比以往任何时候都更加深切地怀

念并珍视扫罗王之子约拿单曾向他倾注的那份深情——

那段在大卫尚未登基、正遭扫罗追捕的艰难岁月里，约拿单所给予他的爱。我之所以如此确信，是因为当大卫的亲子押沙龙正穷追不舍、意图取其性命之时，约拿单却截然不同——

他非但未曾助其父扫罗一臂之力去加害大卫，反而竭力设法营救，甚至不惜以身犯险，为大卫之故而险些丧命于亲父扫罗之手。因此，当大卫遭受押沙龙追杀之际，他内心该是何等深切地渴慕着他那义兄约拿单的爱啊——那是一份甚至超越了男女之情的深挚之爱！（参：1:2）。那份爱在他看来该是何等珍贵啊！在我看来，在大卫那流亡生涯的苦痛之中，他反而对约拿单的爱有了更加深切的珍视。换言之，我相信在那个"受苦的旷野"（15:24）里，当大卫默想约拿单那份珍贵的爱时，他对上帝的慈爱（诗63:3）有了更为深刻的领悟。归根结底，蕴藏在苦难之中的祝福，正是对上帝永恒之爱的真切体认。尽管他因儿子押沙龙的仇恨而被驱逐至旷野，沦为凄苦的流亡者，但恰恰是在这种极度煎熬的境遇中，大卫才真正把握住了上帝的慈爱——

这一真理，是他身居王宫之时未能完全领悟的。

我祈愿我们也能经历大卫所经历的那种"苦难的祝福"。借着我们自身的试炼，愿我们被陶造成这样的人：真正珍视每一个灵魂的价值。我们之所以如此迫切地需要这种属灵的塑造，是因为在当今这个时代，我们似乎已不再真正看重个体的灵魂。具体而言，尽管我们作为教会领袖，口头上或许宣称"一个灵魂胜过全世界"，但在我们的内心深处——

在现实层面——

我们似乎未能以天父上帝的心肠、未能以耶稣基督那颗真挚的心去珍视每一个灵魂（腓1:8）。似乎我们的会众规模越大，我们就越容易忽视并珍视每一个个体灵魂的价值。其结果是，教会内部个体灵魂受创的事件——且往往是因我们这些领袖之手而起——似乎正变得日益频繁。正因如此，我们也同样需要上帝曾赐予大卫的那种"苦难的祝福"。我们迫切需要一颗真正珍视每一个灵魂价值的心。此外，借着我们所经历的苦难，愿我们能对上帝的慈爱有更加深刻、广阔、崇高且丰盛的领悟。尤为重要的是，当我们透过自身痛苦的视角，去凝视并默想耶稣在十字架上所承受的苦难与死亡时，我们必将对主那奇妙而宏大的救赎之爱，获得一种更为深刻的领悟。在此过程中，我们将化作一座充满爱的"滋润园圃"，在上帝那满溢之爱的赋能下，去珍视并关怀每一个灵魂。愿这份源于苦难的祝福，降临在我们每一个人的身上。

苦难的益处 (1)

“我受苦是与我有益，为要使我学习你的律例”（《诗篇》119:71）。

正当我们庆祝“家庭月”之际，今天我通过 CNN 网站看到的一则新闻，令我内心深感不安。在芝加哥郊外的一个小镇上发生了一起惨案：一名 34 岁的父亲竟用刀刺杀了他 8 岁的亲生女儿（身中 20 刀）和女儿 9 岁的女玩伴（身中 11 刀），致两人双双遇难。更令人毛骨悚然的是报道中提到的细节：这位自诩为“父亲”的男子，竟然连自己女儿的双眼都刺伤了。听到此处，我禁不住怒火中烧，不禁自问：这难道不是人类所能犯下的最极端的恶行吗？“那人真的配称为人吗？”“他真的配为人父吗？”想要驾车上路，必须先考取驾驶执照；然而，想要成为一名父亲，却无需任何资格认证。正因如此，我猜想人们鲜少会特意去研习或预备自己，以胜任这一角色。今夜，我又一次回想起之前听闻的一则新闻：一位母亲殴打女儿的头部，任凭她在客厅里奄奄一息长达两天之久；最终，那个美丽的小女孩惨遭斩首，尸体也被随意丢弃。这让我不禁自问：作为父母，我们真的配得上这一神圣的称谓吗？

在《以弗所书》第 5 章和第 6 章中，经文教导我们：作为丈夫和父亲的男人们，肩负着"教养"妻子与儿女的责任。在此语境下，那个被译作"教养"的希腊词汇，其实蕴含着"狭窄"这一深层含义。换言之，作为丈夫和父亲，我们必须向妻子与儿女展示耶稣所走过的"窄路"——

即那条十字架之路。简而言之，这意味着我们每个人都必须背起属于自己的十字架，紧紧跟随耶稣的脚踪，踏上那条充满苦难的道路。然而，我们天生就有一种本能，想要极力回避这条苦难之路。我们会刻意绕道而行，试图避开它。究其原因，除了因为这条道路伴随着痛苦与煎熬之外，更在于我们往往未能意识到——

苦难究竟能带给我们怎样的益处。此外，由于我们尚未亲身经历过苦难所带来的益处，因此我们往往无法怀着忍耐与信心走过那段苦难的历程。

今天，我们将聚焦于《诗篇》119 篇 65 至 72 节，在"苦难的益处"这一主题之下，我愿与大家一同默想两个关键要点。

首先，苦难的一大益处在于：它能使我们猛然醒悟，意识到自己正走在偏离正途的歧路上。

请看今天经文——《诗篇》119 篇——第 67 节的前半句："我未受苦以先，走迷了路……"很多时候，除非苦难降临，否则我们往往对自身正走在错误的道路上这一事实毫无察觉。当然，诚然有时我们会明知故犯，在完

全清楚自己正选择错误道路的情况下，依然执意偏离正途。然而，在许多情况下，我们的灵眼变得昏花，灵耳变得闭塞；我们不再行走在主耶稣所走过的那条"十字架的窄路"上，而是向左或向右偏离，在迷惘中漫无目的地游荡。正是在这样的时刻，借着主所允许临到我们生命中的苦难，我们才得以幡然醒悟。正如牧童会用手中的杖温柔地引导迷途的羊儿重返正道一样，主——即我们的牧者——

也会在我们开始偏离正途之时，运用苦难这根"杖"将我们引导回那条正直的道路上。先知以赛亚曾宣告说："我们都如羊走迷，各人偏行己路……"（《以赛亚书》53:6）。我们就像愚昧的羊群——

是一群往往过于专注于"偏行己路"的人。我这里所说的"己路"，指的并非主所指引的那条窄路，而是这世俗的宽阔大道。正是在这样的时刻，临到我们的苦难发挥了其独特的作用——它唤醒我们，使我们直面自身正走在偏离正途这一严酷的现实。其次——

也是最后一点——苦难的另一大益处在于：它引导我们去遵行主的道。

请看今天经文——《诗篇》119　　篇——

第 67 节的后半句："……现在却遵行你的话。"在此，我们需要从大约六个不同的角度来思考：苦难究竟是如何促使我们去遵行主的道的：

(1) 苦难引导我们信从主的诫命。

请看今日经文的前半部分——

《诗篇》119 篇 66 节："因我信了你的诫命……"对于那些正走在错误道路上的我们而言，苦难的作用在于唤醒我们，使我们意识到自己的偏离；它促使我们"掉头转向"，从而引导我们确信：唯有主的诫命才是真正的正道。每一天，我们都是在两条道路中择一而行：或是主的窄路，或是世界的宽路。换言之，在每一天的每一个时刻，我们都面临着一个抉择：究竟是遵行主的诫命，还是听从撒旦——或这世界——

的话语。苦难不仅帮助我们认清自己所做的错误选择，而且，因这些错误所带来的痛苦更会迫使我们归向正道——即主的道路——

并信从祂的诫命，从而引导我们切实地行在这些诫命所指引的道路上。

(2) 苦难教导我们拥有"通达和知识"。

请看今日经文的后半部分——

《诗篇》119 篇 66 节："……求你将通达和知识教导我。"在我们基督徒群体中，有多少人已经丧失了"通达"——即健全的辨别力与判断力——

以致在无知的状态下误入歧途？一旦丧失了属灵的辨别力，随之而来的便是迷茫，而非坚定的确信。归根结底，这种缺失会阻碍我们始终如一地行在主的诫命之中。相反，属灵辨别力的丧失会导致我们在世界的道路上漫无目的地游荡——

那是一条充满混乱与迷失的道路。然而，对于身陷此境的我们，主会借着苦难将我

们从无知的泥潭中、从丧失健全判断力的困境中拯救出来。最终，主会赐予我们健全的属灵辨别力以及对祂旨意的真知，从而使我们能满怀热忱地奔向祂的话语。

(3) 苦难使我们得以尝到主的良善。请看今日经文的前半部分——

《诗篇》119 篇 68 节："你本是善，又广行善事……"在我们在苦难中尝到主的良善所带来的益处中（《诗篇》34:8），最大的益处莫过于亲身经历那位良善的神——祂使万事（包括我们的苦难）互相效力，叫我们得益处（《罗马书》8:28）。特别是当我们处于人生的低谷——

感到重担最沉重、内心最愁苦、身心最枯竭之时；以及当我们身陷极度的痛苦与患难之中时，那位良善之神的荣耀，便会在我们的生命中愈发光彩夺目地彰显出来。正因如此，即便身处极度深重的苦难之中，我们依然能够开口赞美："良善的神啊，良善的神啊——我那真正良善的神！"

(4) 苦难使我们憎恶傲慢之人的虚谎。

请看今日经文的前半部分——

《诗篇》119 篇 69 节："傲慢之人捏造谎言攻击我……"在我们经历苦难之前，那些傲慢之人的虚谎在我们听来往往显得如此言之成理，以至于我们常常不知不觉地踏上了他们那充满欺骗的道路。我们这些基督徒——往往因困惑而迷失方向——

有时竟将这世上傲慢之人的谎言误当作真理，全盘接受，从而选择了错误的道路。此时此刻，我们是否正忙不迭地奔走在那充满欺骗的道路上呢？那正是这世上傲慢之人摆在我们面前的道路——

虚假的成功、世俗的尊荣以及物质至上的追求；然而，一旦我们经历过苦难的磨砺，我们便会开始憎恶傲慢之人的一切欺骗行径。其原因在于：通过苦难，我们得以清晰地辨明那真正的道路——

即主的道路。主的这条道路，便是那"十字架的窄路"；谦卑的主耶稣已借着圣经向我们启示了这条道路。而这条道路的终极归宿，便是死亡。这与世俗道路的终极归宿相比，是何等的截然不同！你是否对这条道路产生了一种属灵的向往？对于我们所行走的这条窄路，其高潮竟是"死亡"这一事实，我们是否从中感受到了一种属灵的吸引力？你是否因着这样一个事实而心生震撼：像我们这般罪孽深重之人，竟然也能为了主的荣耀而荣获殉道的冠冕？看来，并非任何人都能领受这些真理。一颗傲慢的心，既无法接纳，也无法持守这些真理。然而，借着苦难，主正将这真理深深植入我们的心中。就在这植入的过程中，祂利用苦难在我们里面培植出一种对傲慢者之谬误的憎恶。

(5) 苦难能除去心灵中的"脂肪堆积"。

请看今天经文的前半部分，即《诗篇》119 篇 70 节："他们的心蒙脂油……"在当今的美国，肥胖已成为一个重大问题。因此，无数人正通过节食和锻炼来努力减肥。许

多人甚至正在接受手术，以切除这些"脂肪"。当如此多的人倾注全力去消除身体上的脂肪时，我们基督徒却必须致力于清除心灵中的"脂肪堆积"。当身体上的"脂肪"堆积起来时，难道不会引发各种不适，并最终导致各种生活方式病吗？然而，心灵中的"脂肪堆积"似乎会滋生一种更为严重的罪恶：尽管它会产生阻碍我们属灵生命的罪恶后果，但我们往往对这些后果掉以轻心——

甚至从中获得一种变态的享受。我相信，当我们要面对这种属灵光景时，苦难便是那终极的良药——

它是清除我们心灵中这些脂肪堆积所必不可少的手段。借着苦难，我们必须洁净心灵，除去这些脂肪般的累赘。

(6) 苦难使我们能深刻领悟神话语的至高价值。

请看今天的经文，即《诗篇》119 篇 72 节："你口中的律法，与我比千万的金银更美。"在出埃及的历程中，以色列民借着在旷野中四十年的苦难，终于领悟到："人活着不是单靠食物，乃是靠耶和华口里所出的一切话"（《申命记》8:3）。同样，当我们在这如旷野般的世界中，行走主亲自踏过的"窄路"——即十字架的道路——时，我们也会遭遇形形色色、众多的苦难。借着这些试炼，我们也终将深刻领悟到：我们是这样一种生命体——

唯独靠着耶和华口里所出的一切话，我们才能得以存活。当我们有了这一领悟时，我们便会由衷地宣告：神话语的价值，甚至比我们自身的生命更为宝贵。神那永恒

的话语，怎能与我们在世上这有限的人生年日相提并论呢？苦难使我们得以认清这"道"的珍贵与至高价值——其价值远非物质财富所能比拟。

在这个社会动荡不安、且正加速奔向终局的世界里，身为耶稣基督信徒的我们，在行走主那条窄路之时，极有可能面临比过去或现在更为深重的苦难。然而，倘若我们能欣然接纳苦难所带来的益处——

即在每一次受苦的时刻，去真切经历那始终伴随我们的恩典与祝福——

我们便能炼就出真正的坚韧品格；成为那样一群人：即便面对未来那些远超以往的艰难险阻，依然懂得如何在苦难之中寻得那隐藏的祝福。正如诗篇作者在第六十五章中所宣告的那样，当我们亲身经历良善之主的慈爱眷顾，并尝到祂美善的甘甜滋味时，我们便能发自肺腑地深情告白："神本是善的。"我奉耶稣的名祈求，愿这苦难中的祝福，也能同样临到你与我的身上。

受苦的益处 (2)

“他说：‘我遭遇患难，向耶和华呼求，他便应允我；我从阴间的深处呼救，你侧耳垂听了我的哀声。’” (约拿书 2:2)

那么，面对那些闯入我们生命中的苦难、痛苦、伤害与创伤，我们该如何回应呢？亨利·努文（Henri Nouwen）在他的著作《与神共舞》（*Dancing with God*）中，提出了四种回应方式。他将这四种方式称为"与神共舞"的四个步骤。

(1) "与神共舞"的第一步，是为我们正在承受的痛苦与伤害而哀恸。

该哭泣的时候，我们就必须哭泣。然而，当我们哭泣时，必须是在十字架前哭泣。此外，当我们身处痛苦或苦难之中时，必须来到天父面前，一五一十地告诉祂，我们究竟有多痛。然而，不知为何，我们往往不愿正视自己的痛苦、伤害与忧伤，反而试图去否认它们、无视它们，或是将它们深深压抑在心底。如果我们这样做，那么我们所经历的苦难绝不可能带给我们任何益处。恰恰相反——

就像旧约时代的以色列民一样——

每当我们遭遇困境时，我们极有可能因发怨言、抱怨不休而得罪神。

(2) "与神共舞"的第二步，是直面我们痛苦与苦难的根源。

我们必须直视那些使我们陷入瘫痪状态的隐性失丧——

正是这些失丧，将我们囚禁在由否认、羞愧与罪疚构筑而成的地牢之中。究竟是什么，才是我们痛苦与苦难的真正成因？唯有当我们知晓苦难的成因时，我们才能做出选择——

决定是否要去直面那个根源；然而，事实似乎是：在大多数时候，我们甚至根本没有意识到自己所承受的痛苦与苦难究竟源自何处。因此，我们不仅无法直面那引发我们极度痛苦与忧伤的源头；即便我们*确实*知晓了成因，出于人类的本能，我们往往也会选择逃避，而非直接面对。究其原因，其实很简单：我们早已习惯了逃避。除非我们正视自身所经历的痛苦与磨难的深层根源，否则，我们就无法领受上帝借由这些临到我们的试炼所赐予的恩典。

(3) 这支"舞蹈"的第三步，是迈步*走进*我们所承受的痛苦、磨难、失丧与创伤之中，并*穿越*它们。

我们绝不可耗费过多的精力去否认现实。相反，在承认处境真实性的同时，我们必须径直走进我们正在忍受的痛苦、磨难、失丧与创伤之中。我们必须不再采取回避的态度。我们必须步入那条充满痛苦与磨难的隧道。尽管隧道内可能漆黑且令人恐惧，但我们依然必须踏入其中。除非我们走进那条隧道，否则，临到我们的这些试炼将毫无益处可言。

(4) 这支"舞蹈"的最后一步——即第四步——

是在我们的痛苦、磨难、失丧与创伤之中，与天父上帝相遇。

我们必须走进那条充满痛苦、磨难、失丧与创伤的隧道；在那里，我们要去切身感受耶稣基督自己所曾忍受的痛苦、磨难、失丧与创伤。当我们这样做时，我们自身的痛苦与创伤便有了得蒙医治的可能。不仅如此，我们更将得以被兴起，成为"受伤的医治者"——即被主所使用，去为他人带去医治的器皿。

先知约拿所经历的苦难——正如今日经文《约拿书》2 章 2 节所描述的那样——可归纳为四个截然不同的类别。

(1) 约拿的苦难发生在一只大鱼的腹中（约拿书 2:1）。

换言之，约拿所经历的第一次苦难，乃是在"阴间之腹"中度过的（第 2 节）。他被困在深海之中、大鱼腹内——这情景极似置身于一个漆黑无光的洞穴之中——

约拿发现自己陷入了一种极度痛苦的境地：无论他向哪个方向张望——

东、南、西、北——

似乎都找不到任何出路。他已彻底陷入绝境，四面受困。这情景正如当年以色列民出埃及时，发现自己被困在红海之前一样（当然，那仅仅是法老眼中的景象，实际上也是以色列民自己当时的感受）。正如《赞美诗》第 539 首第三节的歌词所宣告的那样：他在这世上所倚靠的一切，如今已彻底断绝。唯有当我们被抛入那绝望无助的深渊时，我们才会将目光转向主——

那位我们真正的希望所在。这，正是苦难所带来的益处。

(2) 约拿的苦难以"主的波浪"的形式临到（第 3 节）。

在此，"波浪"（waves）一词实际上蕴含着"巨浪"（breakers）的深意——

即那种猛烈拍下、足以击碎并瓦解其路径上一切事物的巨浪（朴允善语）。上帝当时正借此过程，击碎并拆毁约拿那颗刚硬的心。上帝在海面上掀起狂风巨浪，其目的不仅仅是为了击碎约拿所搭乘的那艘船（1:4）；与此同时，祂更是在拆毁约拿心中那顽固的悖逆。借着击碎约拿那颗刚硬的心——

那颗忘记了主所托付的使命、违背上帝的命令并试图逃离的心——

主正在软化他的心，从而引导他顺服，遵行主的命令。这，正是苦难所带来的益处。

(3) 约拿的苦难，乃是那种被主离弃所带来的极度痛苦的感受。

请看《约拿书》2:4："……我虽从你的眼前被驱逐……"约拿之所以会有这种感受，是因为他当时正试图远远逃离上帝，企图躲避祂的同在（1:3）。换言之，正因为约拿试图远离上帝，他便开始觉得上帝也已远离了他，并离弃了他。这一点对我们同样适用。我们何时会感到自己被上帝离弃了呢？就像约拿一样，当我们违背上帝的命令，并逃往远方以躲避祂的面时，我们便可能经历这种被离弃的感觉。这种感觉在我们在苦难之中时尤为强烈——

那时，尽管我们向上帝献上热切的祷告，却似乎得不到任何回应；在这样的时刻，我们往往会以为上帝已向我们掩面，并将我们弃置一旁。诗篇的作者正是怀着这种感受。因此，在《诗篇》22 篇 1 节中，他呼喊道："我的上帝，我的上帝，为什么离弃我？为什么远离不救我，不听我呻吟的话？"当我们热切渴望得到上帝的帮助——甚至在绝望中呻吟呼求——

却既未得到祂的回应，也未获得祂的援手时，我们便会感到自己被上帝离弃了。这种被离弃的感觉所带来的痛苦，远比被困在巨鱼腹中，甚至比遭受主那惊涛骇浪的击打更为剧烈、更为熬人。正如被慈爱的父亲离弃，其痛苦远胜于被关进暗室或遭受杖责（无论杖责落在臀部还是小腿上）一样；同样，被上帝离弃的感觉，乃是所

有苦难中最为熬人、最为痛苦的一种。然而，即便身处这样的苦难之中，上帝赐予我们的祝福却是：使我们能够听见耶稣在十字架上受难时所发出的呼喊："以罗伊！以罗伊！拉马撒巴各大尼？"（我的上帝，我的上帝，为什么离弃我？）《马可福音》15 章 34 节。当我们听见耶稣的这一呼喊时，我们便得到了确证与保证：正因为父上帝曾离弃了祂的独生爱子——耶稣——

我们自己便永远不会被上帝离弃，直到永恒。这正是苦难所带来的益处。

(4) 约拿所受苦难的本质在于：他的灵魂在他里面发昏了。

请看《约拿书》2 章 7 节："我心在我里面发昏的时候……"在此，"发昏"（faint）一词蕴含着"消逝"或"衰竭"之意。这一用词表明，约拿已陷入极度绝望的境地。降临在约拿身上的苦难，将他推入了一种彻底无助的深渊——

那是任何人力都无法逃脱（或从中得救）的绝境；他竟在那样的状态中滞留了整整三日，这一事实确证了约拿确实已跌至绝望的最深处。然而，即便身陷那种彻底无力、毫无作为的绝望深渊，上帝所赐予我们的恩典，仍使我们有能力将目光定睛于主——那位正是我们救恩之盼望的主。此外，借着使我们得以仰望主——

即我们的救主——

上帝引导着我们的心与口，发出这样的宣告："救恩属于耶和华"（第 9 节）。这确实是苦难所带来的深刻益处。

我们必须欣然接纳并领受上帝借着我们生命中所遭遇的苦难而赐予我们的恩典。特别是——正如约拿的经历一样——

当我们违背上帝的命令、远离祂而去之时，我们更当拥抱上帝所降下之苦难所蕴含的益处；而要做到这一点，我们就当在上帝所容许的逆境狂风暴雨之中，与祂共舞。因此，我诚挚地祈祷：愿我们也能像那位诗篇作者一样，发出同样的告白："我受苦是有益的，为要使我学习你的律例"（《诗篇》119 篇 71 节）。

苦难中的感恩

“约拿在鱼腹中祷告耶和华他的神……‘但我必用感谢的声音献祭与你；我所许的愿，我必偿还。救恩出于耶和华。’”（约拿书 2:1, 9）

苦难是痛苦且令人忧伤的。当我们身处痛苦与忧患之中时，通常会在伤痛与泪水中发出呻吟，并挣扎不已。我们甚至会心生怨恨。我们责怪他人；之所以这样做，是因为我们觉得，若能将责任归咎于某人——无论是谁——

或许就能为我们带来些许宽慰。我们不仅止于责怪他人，还会抱怨周遭的处境。因此，虽然我们总是轻而易举地责怪他人和环境，却鲜少责怪自己。究其原因，乃是当我们被痛苦与忧患淹没时，往往会变得更加以自我为中心。而一旦变得以自我为中心，我们不仅无法意识到自身的苦难可能正是源于自己的所作所为，甚至根本无力去作此反思。结果便是，作为身陷苦难却又以自我为中心的人，我们无法从磨难中汲取任何教训。在苦难之中，我们既无法借此认识自己，也无法从神的话语中有所领悟。正因如此，当我们身处苦难深渊时，便无法向神献上感恩。

然而，在今天的经文——《约拿书》2 章 1 节与 9 节——中，先知约拿却在苦难之中向神献上了感恩的祷告，并立志要向祂献上感恩的祭物。这究竟是如何做到的呢？约拿身处大鱼腹中（第 1 节）——甚至当神的波浪与洪涛漫过他身（第 3 节）之时——他是如何下定决心向神献上感恩的祷告与祭物的呢？当约拿承受着被逐出神面前的那种极度痛苦的煎熬，且其灵魂在他里面发昏（或曰"消沉枯竭"）之际，他怎能依然向神献上感恩呢？那么，这其中的奥秘究竟是什么呢？我认为其中至少包含三个关键要素：

首先，约拿之所以能在苦难之中依然向上帝献上感恩，其奥秘在于他铭记着上帝此前已赐予他的救赎之恩。

这听起来是否有些违反直觉？毕竟，约拿此刻不正身处大鱼的腹中吗？难道他此时此刻，不仍深陷于苦难的煎熬之中吗？既然如此，我们怎能将约拿的这段经历称为一种"救赎"的经历呢？若查考《约拿书》1 章 17 节，我们会发现：上帝预备了一条大鱼，吞下了那被抛入海中的约拿——
借此将他从海中救拔出来。正是因为亲历了上帝这先前的救赎之恩，约拿才得以在今天的经文（《约拿书》2 章 1 节）中向上帝献上感恩的祷告。[注：经文中"约拿在鱼腹中向上帝耶和华祷告"一句里的"祷告"一词，对应于希伯来语
yitpallel；正如《撒母耳记上》2 章 1 节和《撒母耳记下》7 章 27 节所佐证的那样，此处的用词特指一种"感恩的祷告"。]

这难道不令你感到颇为费解吗？约拿明明仍身处大鱼腹中，正面临着被困其中的煎熬，他怎能反过来为那救赎之举——即上帝预备大鱼在他被抛入海后将他吞下——而献上感恩呢？这难道不让你觉得有些不可思议吗？通常而言，我们所祈求并期盼的救赎，乃是上帝将我们从苦难中"解救出来"——用此处的话来说，就是将我们从"大鱼的腹中"救拔出来。然而，约拿并未等到第 3 章才献上感恩的祷告；相反，他在第 2 章——也就是他仍身处大鱼腹中之时——便已献上了感恩。尽管他刚从一重患难中脱险，随即又面临另一重——甚至更为深重的——患难，但他之所以能在如此苦境之中依然向上帝献上感恩，正是因为他铭记着上帝此前已赐予他的救赎之恩。凡是能在艰难困苦之中，依然铭记并追念上帝那先前的救赎之恩的人，都必会情不自禁地向上帝献上感恩。让我们也像约拿一样，铭记上帝过往赐予我们的救赎恩典，并向祂献上感恩的祷告——即便是在我们当前所面临的更深重患难之中。

其次，约拿之所以能在苦难之中依然向上帝献上感恩，其秘诀在于他怀有对上帝未来救恩的确信与盼望。

我们之所以也能在苦难之中向上帝献上感恩，其原因不仅仅在于上帝过去赐予我们的救恩之恩典；更在于我们深信：那位曾在过去拯救了我们的上帝，也必将把我们从当下所面临的困境中拯救出来。正是因为我们拥有这种对救恩的确信与盼望，我们才能够在身处苦难

之中时，依然向上帝献上赞美与感恩的祷告。这正是《使徒行传》第 16 章所记载的保罗与西拉的行径。尽管身陷囹圄——甚至面临次日便可能被处决的险境——

保罗与西拉依然祷告并向上帝高唱赞美诗（第 25 节）。这何以可能？正是因为他们怀有对救恩的确信以及对得救的盼望。具体而言，保罗深信上帝必将把他从狱中拯救出来，因为他确信上帝必将一路引领他抵达罗马，使他得以站在凯撒面前。正是基于这一缘由，他向上帝献上祷告与赞美。同样地，在今日的经文——《约拿书》2 章 1 节与 9 节——中，先知约拿在向上帝献上感恩之时，深信那位曾在过去拯救了他的上帝，也必将把他从身处大鱼腹中的当下困境中拯救出来；因此，他怀着对救恩的坚定盼望，向上帝献上了感恩的祷告。换言之，正是因为约拿将他的信心与盼望全然寄托于上帝那信实且充满救赎之爱的属性之上，他才下定决心——即便身处苦难之中——

依然要向上帝献上感恩的祭，怀着感恩之心向上帝祷告。我们深信，那位曾在过去拯救了我们的信实且施行救赎的上帝，不仅必将把我们从当下所面临的困境中拯救出来，也必将把我们从未来可能遭遇的一切患难中拯救出来；因为我们这位施行救赎的上帝，昨日、今日、直到永远都是一样的（《希伯来书》13 章 8 节）。当我们将信心与盼望全然寄托于这位信实且施行救赎的上帝之时——

无论我们所承受的苦难看起来何等艰巨，甚至仿佛置身于大鱼的腹中一般——

我们依然能够凭着信心，向上帝献上感恩；因为即便身处绝望之中，我们依然持续渴慕那位施行拯救的神，并将希望寄托于祂。

第三点，也是最后一点，约拿之所以能在苦难之中依然向神献上感恩，其秘诀在于他将神的恩典珍藏在自己的内心深处。

请思考《约拿书》2 章 8 至 9 节的经文："那些依恋虚无偶像的人，就抛弃了本属于他们的恩典。但我必怀着感恩的歌声向你献祭；我所许的愿，我必偿还。救恩出于耶和华。"在此，原文希伯来语使用了两个特定的词汇来描述"那些依恋虚无偶像的人"

。这两个词分别是 *hebel* 和 *shaw*。*Hebel* 意为"迅速消散的气息"，而 *shaw* 则指"空虚"或"虚空"。换言之，这暗示着偶像不过是转瞬即逝之物——

消散得如一口气息般迅速——

且是彻底虚妄的，恰似一个空洞的虚空。那些事奉此类偶像的人——

即那些追逐如气息般消散、如虚空般空洞之物的人——

实际上是在抛弃神所赐予他们的恩典。举例而言，若我们爱慕物质财富胜过爱神——

从而去崇拜那些虚假且空洞的物质之物——

那么从本质上讲，我们便是在丢弃神向我们伸出的恩典之手。其结果便是，我们将无法怀着一颗充满感恩的心去敬拜神。当我们周一至周六在世上度日，一味追逐这世上虚妄之物时，我们便抛弃了神那般慷慨地赐予我们的恩典（尤其是在我们主日的敬拜中所得的恩典）。如果我们不懂得珍视这份恩典——如果我们将它弃之不顾——

那么，当我们在周日清晨走进教堂圣殿，意欲敬拜神时，我们的内心将彻底空虚，毫无感恩之情可言。若无感恩之心，我们甚至无法踏入主的殿堂，更无法怀着感恩的歌声向神献上赞美与敬拜。然而，若我们将神所赐的恩典深深珍藏在内心深处，那么在安息日来临之

时，我们便能走进主的殿堂，怀着感恩之心向祂献上赞美与敬拜。有一个耐人寻味的观点：偶像崇拜者将上帝的恩典弃之不顾——

转而去敬拜并献祭给那些如气息般转瞬即逝、如虚空般空洞无物的事物；而那些真正敬拜上帝的人，则来到祂面前，怀着感恩之心献上敬拜。因为在他们心中，珍视着上帝借由其信实的盟约之爱（希伯来语：*hesed*）所赐予的恩典。约拿正是这样一位敬拜上帝的人。他之所以能在苦难之中依然向上帝献上感恩，正是因为他将上帝的恩典深藏于心。当约拿对上帝的盟约之爱哪怕只获得了一丝微光般的领悟——

意识到尽管他曾悖逆并试图逃离，上帝却并未将他遗弃，反而伸出恩典之手以成就其至高无上的旨意——

他便立志要向上帝献上感恩的祭。归根结底，凡是真正经历过上帝恩典的人，都会不由自主地立志向上帝献上敬拜与感恩的祷告。我们既然也已蒙受了上帝的恩典，同样应当向上帝献上感恩的祷告与敬拜。若要做到这一点，我们就必须在心中忠实地珍视上

尽管苦难令人痛苦且煎熬，但我们必须将其视为一个机会，借此将荣耀归给上帝。为此，即便身处试炼之中，我们也必须将目光定睛在上帝——我们的救主——

身上。此外，我们必须铭记上帝过往赐予我们的救赎恩典，并在当下的苦难中追念这些恩典。当我们忠心地将上帝过往的慈爱珍藏于心，并在当前的患难中追念它们时，我们必须坚信：上帝——我们信实的救主——

必会在此时此刻施行拯救，将我们从苦难中解救出来。当我们拥有这份确凿的救赎确据时

，即便身陷绝望的深渊，我们依然能将盼望寄托于上帝。当我们紧紧持守这份救赎的盼望时，即便身处试炼之中，我们也能凭着信心坚忍不拔、持之以恒。我们可以安静而耐心地等候上帝的拯救。在苦难之中，我们必须仰望上帝——

我们的救主。在追念过往救赎恩典的同时，我们必须既拥抱当下救赎的确据，又怀抱对未来救赎的盼望。当我们如此行时，凭着上帝的恩典，我们将能怀着一颗充满感恩的心，向祂献上我们的祷告与敬拜。

身处恐惧之中

[诗篇 27:1-6]

你们当中，是否有人近来正面临着某种令人恐惧的处境？若是如此，你为何感到惧怕？看来，我们之所以会经历恐惧，其主要原因在于：恐惧源自我们内心深处的忧虑、焦虑与不安。每当谈及"恐惧"这一话题时，人们脑海中往往会浮现出一节经文——

《以赛亚书》41 章 10 节："你不要惧怕，因为我与你同在……"然而，就我个人而言，每当想到"恐惧"二字，我脑海中浮现的却是《约翰一书》4 章 18 节："爱里没有惧怕；爱既完全，就把惧怕除去。因为惧怕里含着刑罚；惧怕的人在爱里未得完全。"《圣经》明确指出：爱里没有惧怕；既然如此，我们为何依然会感到恐惧呢？其原因就在于我们缺乏那"完全的爱"。尽管《圣经》向我们确证：完全的爱能驱除一切惧怕；但恐惧依然盘踞在我们内心这一事实表明：上帝那完全的爱，尚未在我们生命中达到完全的地步。

据《致基督徒商界领袖的领导力发展书信》（第 64 期）一文所述，潜藏在我们潜意识深处的恐惧，会通过以下四种主要方式，对我们的生命造成毁灭性的打击：(1)

恐惧会扼杀我们的潜能。它像枷锁般将我们捆绑，使我们无法妥善运用上帝所赐予的恩赐；它使我们变得犹豫不决，最终导致我们无法运用这些恩赐去荣耀上帝——

这正如《按才干受托》的比喻中，那位仅领受了一千银子的仆人一样。(2)

恐惧会破坏我们所建立的人际关系。它阻碍我们与他人进行坦诚、开放的交流。出于对被拒绝的恐惧，我们往往戴上伪装的面具，刻意掩饰真实的自我，甚至压抑自己真实的情感。事实上，恐惧使我们无法去体验并表达那全心全意的爱。(3)

恐惧会剥夺我们所享有的幸福。幸福与恐惧，二者绝不可同时并存。(4)

恐惧会阻碍我们迈向成功。我们往往因专注于那些令自己深

感恐惧的事物，而非专注于自己所渴望达成的目标，从而亲手埋下了失败的伏笔。恐惧，往往会招致我们所惧怕的正是事物本身。（资料来源：互联网）那么，我们究竟该如何战胜那摧毁我们生活的恐惧呢？在今天的经文——《诗篇》27:1–6——

中，我们看到大卫正面临着一个令人恐惧的处境。当我们审视大卫在那种严峻形势下的反应时，让我们从他的榜样中汲取三个教训，并努力将其应用到我们自己的生活中。

首先，在充满恐惧的处境中，大卫依然感到安稳。换句话说，尽管周遭环境令人惊惧，大卫依然保持着勇气。

请看今天的经文，《诗篇》27:3：“虽有军兵安营攻击我，我的心也不害怕；虽有争战兴起攻击我，我仍旧安稳。”面对如此巨大的恐惧，大卫是如何做到保持安稳——也就是保持勇气——的呢？

(1) 首要的原因在于，大卫将目光定睛在上帝身上。因此，如果我们也希望在充满恐惧的处境中保持安稳与勇气，我们就必须将目光定睛在上帝身上。

在充满恐惧的处境中，大卫安静而坚定地仰望上帝——那位“是我的光，是我的拯救”，也是“我性命的力量”的主。即使身处充满恐惧的境遇之中，我们依然能够保持安稳；而做到这一点的首要途径，就是将目光定睛在上帝身上——那位既是我们的光、我们的救主，也是我们生命力量的主。大卫当时所处的境况确实是一片黑暗。当我们查考今天的经文——《诗篇》27:2–3——时，我们会看到“作恶的、我的敌人、我的仇敌”正向大卫逼近，“要吃我肉”；甚至有一支军队安营扎寨，企图围攻他。大卫正深陷于患难之中（第 5 节）。然而，面对如此黑暗的处境，大卫却选择了转而仰望上帝。正是因为他认清了上帝的真实属性，并紧紧抓住这一真理坚定前行，他才没有向恐惧屈服；相反，他依然保持着内心的安稳与无畏的勇气。

正如大卫一样，面对令人恐惧的处境时，要保持冷静与勇气绝非易事。当我们亲身遭遇惊险情境时，那一刻我们几乎不可能不感到害怕。心中充满忧虑、焦虑和恐惧，恰恰是我们作为凡人软弱无力的体现。正如使徒们曾被汹涌的波涛吓得惊恐万分——尽管当时耶稣正安详地在船上安睡——

当我们面对生活中罪恶的波涛与暗流猛烈袭来时，我们也同样无法抑制内心的恐惧。然而，有时我们会强作镇定，表面上显得从容不迫，内心却因恐惧而瑟瑟发抖。究其原因，是我们不愿在他人面前承认自己的恐惧。然而，我们必须诚实地正视内心深处的恐惧；唯有如此，我们才能坦然来到神面前，在祂的同在中得享安息。在这样的时刻，我们必须将目光定睛于神——

那位"光"。在此，"光"一词蕴含着自动驱散黑暗的深意。在这一语境下，"黑暗"特指大卫的仇敌。大卫借用"黑暗"来形容他的敌人——

具体而言，是指他在战争时期所面对的敌对军队。大卫深信，作为"光"的神，必将彻底驱散这片黑暗。正如黑暗越是深沉，光芒便越发璀璨夺目；同样，无论周遭处境多么令人恐惧，作为"光"的神，终将使一切黑暗尽皆消退。大卫将目光定睛于这位施行拯救的神——这位作为"光"的神——

视祂为自己的拯救者、胜利的源泉以及患难中的救主。大卫将他的信靠全然寄托于神的大能之上——

那股无论面对何种境况，都能赐予他最终胜利的大能。此外，他更将神视为生命之力的本源——

那位是他避难所，亦是他坚固保障的至高者。归根结底，大卫始终坚守着这一坚定

的信念：无论军事冲突的性质如何，无论周遭环境发生何种变故，神必会保守并护佑他。如今，无论我们身处的环境显得多么黑暗，我们也同样必须将目光定睛于神——

那位永恒的"光"。正如上帝那救赎之光，越是在处境黑暗之时，便越发显得明亮；同样地，正当我们身陷令人恐惧的境遇之中时，我们便越发需要坚定地倚靠上帝那救赎的大能。当我们这样做——当我们定睛仰望上帝之时——

祂那使我们在任何境况下都能得胜的大能，便会进驻并掌管我们的心智、情感，乃至我们的全人。如此一来，我们便能将恐惧全然抛诸脑后，取而代之的是内心的安宁与平安——并充满无畏的勇气。

(2) 第二个原因在于：大卫回溯并默想了上帝在过往岁月中所赐予他的救赎恩典。因此，若我们也渴望在充满恐惧的境遇中依然保持内心的安宁——

既充满勇气又毫无惧色——

我们就必须回想并重温那些关于上帝赐予胜利与救赎的过往经历。

请看今日的经文选段——

《诗篇》27 篇 2 节："那作恶的，就是我的仇敌，我的仇敌前来吃我肉的时候，就绊跌仆倒。"即便身处当下那阴霾笼罩的境遇之中，大卫依然回望过去；借着回想上帝曾如何使他的仇敌绊跌仆倒，他得以在充满恐惧的险境中依然保持内心的安宁——既充满勇气又毫无惧色。与其沉溺于对未来的忧虑——

那从我们当下所处的黑暗视角看来似乎一片黯淡的未来——

我们更应当回想并默想上帝在过往岁月中所赐予我们的救赎恩典；借着这样的默想，即便身处今日所面临的黑暗境遇之中，我们依然能对主——那位真正的"光"——所赐予的救赎与胜利，怀有坚定的确信。

(3) 第三个原因在于：大卫将他绝对的信任全然交托给了上帝。因此，若我们也渴望在黑暗笼罩的境遇中依然保持内心的安宁——既充满勇气又毫无惧色——

我们就必须将我们的未来毫无保留地全权交托在上帝的手中。

大卫宣告说，他绝不惧怕——

即便未来战火骤起，即便有仇敌大军安营扎寨、企图夺取他的性命（第 3 节），他依然无所畏惧。其原因就在于：他将自己完全的信任交托给了上帝——

那位既是他的"光"，又是他的"救主"，更是他生命之真正力量的上帝。正如大卫一样，面对那些令人恐惧的境遇，我们也必须始终保持那无畏的勇气。我怀有一个坚定的信念——

具体而言，便是《腓立比书》1 章 6 节中的话语："那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子。"我也深信不疑，主凭着祂的信实，必将成就祂赐予我们教会的应许："我要……建立我的教会"（《马太福音》16 章 18 节）。无论我遭遇何等令人惧怕的境况，我都立志要受主的应许引导；保持无畏之心，站立得稳，刚强壮胆；并投身于主那建立祂身体——即教会——的圣工之中。

其次，在充满恐惧的处境中，大卫寻求神。

请看今天的经文，诗篇

27:4："有一件事，我曾求耶和华，我仍要寻求：就是一生一世住在耶和华的殿中，瞻仰他的荣美，在他的殿里求问。"在充满恐惧的处境中，大卫向神求了一件事。这唯一的祷告祈求，就是愿他能住在神的殿中，瞻仰神的荣美。那么，当我们身处充满恐惧的境况时，为何应当渴慕神的殿呢？

(1) 原因在于，当我们瞻仰父神的慈容时，我们心中的恐惧便会消散，并得着平安。

即便身处充满恐惧的处境，大卫在他一生的日子里，依然默想神的荣美。那些默想神启示之荣美的人——这荣美满溢着恩典——

即便身处充满恐惧的境况之中，也能经历内心的平安（朴允善）。

(2) 大卫之所以渴望住在神的殿中并瞻仰祂的荣美，是因为他渴慕父神的保护。

请看今天的经文，诗篇

27:5："因为我遭遇患难的日子，他必把我藏在他的亭子里；把我藏在他帐幕的隐密处，将我高举在磐石上。"大卫之所以渴望在神的殿中与神相交（如第 4 节所述），是因为他在殿中与神的相交，正是他从一切危险中得蒙拯救的途径（朴允善）。有一首美国福音诗

歌，当我的长子朱英（Ju-

young）身患重病、生命气息日渐微弱之时，我曾反复聆听并默想这首诗歌。这首英文福音诗歌的题目是：《在你翅膀的荫下》（Under the Shadow of Your Wings）。在这首歌的歌词中，有一段这样写道："在祢翅膀的荫下，在祢圣洁的居所里——

我的神啊，我等候祢。在这祢的圣所中，当祢的爱引领我前行，我将自己献上，只为更深地认识祢。愿祢的爱将我遮盖；引领我进入祢心灵的深处。求祢将我庇护在祢翅膀的荫下；我切慕能更深地认识祢。"每一个夜晚，在医院重症监护室里陪伴完 Jooyoung 之后，当我驱车驶出停车场时，我都会仰望那浩瀚的苍穹，随声唱起这首歌。歌唱之时，我的心中充满了热切的祷告：愿在那黎明破晓的时分——

当我们夫妻二人无法亲自守候在孩子身边时——

神能将 Jooyoung 拥入怀中，将他隐蔽在一个圣洁隐秘之处，安放在祂翅膀那充满保护的荫下。这首歌是一首交托的祷告——

将我们的孩子全然托付给天父那充满保护的看顾之中。

(3)

正因为大卫怀抱着这样的盼望：深信父神必击败他的仇敌，赐予他胜利；所以，即便身处充满恐惧的境遇之中，他依然向神提出了具体的祈求。

请看今天经文的上半部分——

《诗篇》27 篇 6 节："现在我必昂首，高过四面的仇敌……"关于这节经文，朴允善博士（Dr. Park Yun-sun）曾作过如下的注释："这段经文表明：他并没有在众多仇敌面前彻底崩溃、走向败亡；相反，他凭着那坚固的盼望为锚，活出了从容与自信。"若没有盼望，我们便无法在黑暗与艰难的环境中存活下去。然而，我们拥有主——

祂正是我们唯一的盼望所在。因此，我们必须昂起头来，怀着充满盼望的期许，将目光定睛在主身上。

正如大卫一样，当我们身陷恐惧的境地时，也当向神倾心吐意，发出我们的恳求。正如大卫一样，我们要怀着一颗切慕之心向神祷告——

切慕能常住在祂的殿中，切慕能瞻仰祂的荣美。特别是当身处充满恐惧的境遇之中时，我们更当安静地来到神面前，发出热切的祷告，渴慕着祂荣耀的显现。罪恶的波涛越是汹涌地向我们袭来，我们就越是无法抑制心中对神居所的那份深切渴慕。这让我想起《赞美诗》第 543 首第二节的歌词："虽我身居苦罪充斥之地，却日日定睛仰望那高天之上光明崇高之境。"在这个充满患难、死亡阴影挥之不去的世界里，我们怎能不怀着渴慕神之居所的心，向祂祈求那份荣美与荣耀呢？在恐惧笼罩之时，我们必须向神发出恳求，正如大卫所做的那样。

最后——也是第三点——在大卫身处充满恐惧的境遇之中时，他向神献上了赞美。

请看今天的经文，诗篇 27:6："……我要在祂的帐幕里欢然献祭；我要唱诗，是的，我要向耶和华歌颂。"在充满恐惧的处境中，大卫渴慕进入神的殿，将他的盼望寄托在神的保护以及祂赐予他得胜的应许之上（第 5 节）。此外，凭着信心，他立志要为他心中愿望在未来的实现而献上感恩与赞美（第 6 节；朴允善语）。这一举动象征着：他以一个仿佛已然得胜者的视角，向神献上了感恩的祭（朴允善语）。这样的举动怎可能实现？大卫当时仍深陷于仇敌与恶人所带来的黑暗患难之中，他怎能立志以感恩之心向神献上赞美，仿佛他已是一位得胜者？原因在于：即便在他向神祷告祈求之时，大卫内心深处也怀着绝对的笃信——

他深信，那位曾在过往赐予他得胜（救恩）的神，必将再次拯救他并赐予他得胜；不仅是在当前仇敌环伺的黑暗处境中，更是在未来可能遭遇的任何类似境况之中。这岂不令人惊叹？外在的处境本身并未改变，大卫的心境却已截然不同。他的恐惧已转化为绝对的笃定。这正是拥有真正信心之人的心境——一种将目光定睛于神之上的信心。

在此，我们应当默想使徒行传 16:25 中的话语："约在半夜，保罗和西拉祷告，唱诗赞美神，众囚犯也侧耳而听。"保罗与西拉之所以能在身陷囹圄、被囚禁于牢房之中时依然向神祷告并歌颂赞美祂，是因为他们拒绝被那充满恐惧的处境所辖制；相反，他们将信心全然交托给神——那位拯救他们的救主。同样地，诗篇作者大卫——

即今日经文《诗篇》第 27 篇的执笔者——

也拒绝被他所处的环境所辖制；他选择将信心投向那位掌管并统御着这一切环境的神。凭着对神绝对的信心，大卫——即便身处他所面对的黑暗逆境之中——

依然借着这信心的力量，向神献上了赞美。诚然，那些怀着如此信心向上帝祷告的人，正

是那些能够向祂献上赞美的人。祷告者，即是赞美者。因此，我们——正如大卫一样——也必须凭着信心向上帝献上赞美，即便身处令人恐惧的境遇之中。

上帝对我们说："你不要惧怕，因为我与你同在……"（以赛亚书41:10）。无论你我目前正面临着何等令人恐惧的境遇——抑或未来可能遭遇怎样的处境——我祈愿我们都能确立为真正的敬拜者：即那些像大卫一样坚定无畏、凭着信心恳切向上帝祈求，并最终借着这份信心向祂献上赞美的人。

当你深感惧怕且忧愁满怀之时

“雅各就甚惧怕，并且愁烦.....求你救我脱离我哥哥的手，脱离以扫的手；因为我惧怕他，恐怕他来击杀我，连妻子带儿女”(《创世记》32:7a 和 11)。

你惧怕死亡吗？你是否不仅惧怕自己的死亡，也惧怕你所挚爱的家人的离世？当你站在生死的十字路口——面对死亡步步紧逼的恐怖阴影——

且因极度的忧愁而感到窒息，不知该如何化解这场危机时，你会怎么做？

在今天的经文中——《创世记》32:7a 和 11——我们看到雅各，当他深感惧怕且忧愁满怀之时，他向主发出了恳求。雅各曾差派使者先行前往他哥哥以扫那里；当时以扫正住在西珥地，即以东国（第 3 节）。当使者带回消息，告知雅各以扫正率领四百人前来迎接他时（第 6 节），雅各便深感惧怕，且忧愁满怀（第 7 节）。当他被死亡步步紧逼的恐惧紧紧攫住——且因极度的忧愁而感到窒息，不知该如何应对这场生死存亡的危机时——

他转而向神祷告。他是如何向神发出恳求的呢？我们可以从以下三点来加以思考：

首先，当他深感惧怕且忧愁满怀之时，雅各在向神发出恳求的同时，回想了神曾赐予他的一切恩典。请看《创世记》32:9–10："雅各说：'我祖亚伯拉罕的神，我父以撒的神啊，耶和华啊，你曾对我说："回你的本地本族去，我要厚待你。"'"

"你向仆人所施的一切慈爱和诚实，我都不配得；我先前只拿着我的杖过这约旦河，如今我却成了两队了。"当雅各离开舅舅拉班的家，踏上返回故乡迦南的归途时，他心中充满了对哥哥以扫的恐惧——当时以扫正身处西珥地，即以东国（第 3 节）——于是，雅各转向上帝，向祂发出恳求。然而，在呈上自己的祈求之前，他首先向上帝献上了一篇感恩的祷告；他首先回想并默想了上帝已然赐予他的那极其丰盛的恩典与真理。二十年前，雅各因欺骗了哥哥以扫，夺取了原本属于以扫、由父亲以撒所赐的祝福，便因惧怕以扫会杀害他而逃往了舅舅拉班的家中。然而，在他寄居于此的这二十年间，上帝赐福了他；尽管他当初过约旦河时身无长物，仅有一根手杖相伴，但如今上帝已使他繁衍壮大，分成了两支庞大的队伍（第 10 节）。就在那充满极度恐惧与内心深切愁苦的时刻，雅各转向上帝进行祷告，心中追忆着主所赐予的这份丰盛恩典。

我至今仍无法忘却那一刻的情景。我清晰地记得几年前祖母住院期间，对我和妻子所说的那番话。当时，我看见祖母侧身躺在病床上哭泣，便问她为何流泪。我之所以这样问，是因为我当时想当然地以为，她是出于恐惧而哭泣——即对死亡本身的恐惧。然而，祖母当时告诉我，她流泪是因为心怀感恩——感恩上帝深爱着我们的家庭，并从我们中间兴起了祂的仆人。祖母所流下的泪水，确实是

感恩的泪水。我不禁自问：当我也面临死亡、与死神面对面之时，我是否也能像祖母那样，向上帝流下感恩的泪水呢？每当我回首往事，不仅追忆自己的祖辈，也缅怀教会中已故的长者——以及那些如今依然健在的前辈——

我便得以瞥见上帝赐予他们的恩典：祂如何保守他们的生命，指引他们一路远渡重洋来到美国，并带领他们安然度过日据时期与朝鲜战争的种种磨难。此外，我脑海中还清晰地浮现出某些长者的身影，即便面对死亡的逼近，他们依然不住地向上帝献上感恩与赞美。我深切盼望，当我也终将伫立于死亡的门槛之时，这些往昔的记忆能以更加清晰的面貌重现于我心头。因此，当那一刻来临之际，我愿向上帝献上我的感恩与祈求，铭记祂曾如此慷慨地赐予我的一切恩典。

其次，当雅各被恐惧与愁苦淹没之时，他紧紧抓住上帝的应许，并恳切地向上帝祈求。

请看《创世记》32 章 12 节："你曾说：'我必定厚待你，使你的后裔如同海边的沙，多得不可胜数。'"雅各因惧怕他的哥哥以扫——正率领着四百人迎面而来——

会前来杀害他及其妻儿（11 节），而感到惊恐万分。然而，雅各借着紧抓上帝的应许并向祂发出祷告呼求，战胜了这种对死亡的恐惧。简而言之，在极度惊恐的处境中，雅各拒绝被内心恐惧的"感觉"所驱使；相反，他将自己稳固地定锚于上帝应许的"事实"之上，并借着"信心"向上帝呈上他的祈求。他之所以能够做到这一点，是因为在那些充满强烈恐惧

与愁苦的时刻，他在向上帝祷告时，首先回想起了"你向仆人所施的一切慈爱和诚实"（10节）。

正如雅各一样，我也渴望：每当我被恐惧与愁苦淹没之时，我能首先回想起上帝的一切恩典与真理，继而转向祂，向上帝祷告。因此，我不想被恐惧的情绪所左右，而是渴望受上帝真理话语的引导，从而战胜潜藏在我内心的强烈恐惧。我绝不愿当生活的巨浪向我猛烈袭来之时，我却只能无助且迷茫地瑟瑟发抖。恰恰相反，在这样的时刻，我渴望回想上帝的恩典，并受那记载于《约翰福音》6 章 1 至 15 节——

一段已深深铭刻在我心版之上的经文——

即"五饼二鱼"神迹应许的引导，从而向上帝发出呼求。正如雅各——

怀着对上帝救赎恩典的渴慕（创 32:11）——

紧紧抓住上帝应许的话语，将其宣扬出来，并借着祷告来到祂面前；我也同样渴望借着祷告来到上帝面前：紧紧抓住并宣扬那在《约翰福音》6:1–15

中赐予我个人的应许，以及在《马太福音》16:18

中赐予教会的应许。借此，即便身处人生的惊涛骇浪之中，我也愿经历上帝所赐予的那份深沉的宁静——那是一种如深海之下静水般安详的平安。

第三点，也是最后一点：当雅各被恐惧与愁苦淹没之时，他并未放弃；相反，他坚持不懈地恳求上帝，直至上帝赐下祂的祝福。

请看《创世记》32:26："那人说：'天黎明了，让我去吧！'雅各却说：'你不给我祝福，我就不让你去。'"在护送家人及所有财物渡过雅博渡口之后，雅各独自留了下来，并与一位天使摔跤，直至天明（22–24 节）。随后，当晨曦初现，天使对他说"让我去吧"之时，雅各坚定地宣告：除非天使先赐下祝福，否则他绝不放手。这预表着什么呢？它预表着雅各已立下坚定的志向与承诺：除非领受了上帝的祝福，否则他绝不停止祷告。你与我是否也拥有同样坚定的志向与承诺呢？

我们也当怀着这般的志向与决心，紧紧依附于上帝。我们必须怀着这坚定的决心向上帝祈求："除非上帝应允我们的祷告，否则我们绝不停止祈求。"无论处于何种境遇之下，我们都绝不可停止祷告。我们绝不可轻易放弃祷告。我们必须坚持不懈地向上帝恳求。我们必须怀着忍耐之心，将祷告呈献给上帝。因为上帝是信实的，祂必成就祂向我们所作的一切应许。我们当怀着这坚定的决心，向这位信实的上帝祷告："除非祢赐下应允，否则我绝不放弃这祷告。"

我不愿惧怕肉体的死亡。我不愿惧怕的，不仅是我自身的死亡，甚至包括我挚爱的妻子和儿女的离世。相反，我真正愿去惧怕的，是我挚友们因未能信奉耶稣，从而面临永恒死亡的结局。我愿去惧怕这样一种可能：我教会中挚爱的弟兄姐妹们的亲属——那些尚未信主的人——或许终未接受耶稣，反而尝到了永恒死亡的滋味。我渴望对这种可能性生发愈发深切的惧

怕，并切盼我的内心因此背负起日益沉重的负担。因此，在这极度的惧怕与内心的深切痛楚之中，我愿向神发出恳求。我渴望怀着一颗爱灵魂的心，向神发出热切的祷告。效法摩西与保罗，我愿恳求：哪怕我因此与基督隔绝，哪怕我的名字从《生命册》上被抹去，只愿那些神所爱、亦为我所爱的垂死灵魂，能够信奉耶稣并得蒙拯救。铭记神赐予我的救赎恩典，我愿恳求祂将这同样的救赎恩典，也延伸至那些祂所爱的垂死灵魂身上。我愿以信心仰望那位信实的神——祂曾赐予我应许，并始终信实地将其成全——

我愿倾注生命向祂恳求，直至我的祷告得蒙应允，绝不放弃。

我们为何陷入匮乏？

“大卫年间有饥荒，一连三年，大卫就求问耶和华。耶和华说：‘这饥荒是因扫罗和他流血之家，因为他杀了基遍人。’”（《撒母耳记下》21:1）

如今，整个世界正经历着经济上的匮乏。因此，无数人在经济压力的重担之下，承受着极度的紧张与煎熬。除了这种经济困境之外，许多人还经历着心理和
情感上的匮乏。结果，许多人变得心理和情感失衡，显露出各种痛苦的症状。然而，比所有这些形式的匮乏更为严重的，是这样一个事实：整个世界目前正处于一种属灵匮乏的状态。在这属灵的空虚之中，人们追寻着各种形式的“灵性”，但似乎却陷入了一种属灵的幻象之中。为何这样的“饥荒”会降临在我们身上？其真正的原因究竟是什么？

当我们研读《圣经》时，经常会遇到“饥荒”或“干旱”这样的字眼。例如，若翻开旧约《创世记》第 43 章，我们会发现，在雅各的时代，一场严重的饥荒甚至侵袭了那肥沃的迦南地（创 43:1）。此外，若转至新约《路加福音》第 15 章，我们会得知，就在那位“浪子”所居住的地区，爆发了一场严重的饥荒（14 节）。为何会发生这样的饥荒？这仅仅是巧合吗

？绝非巧合。造物主上帝允许这样的饥荒临到我们，有着其明确的目的。这些目的大致可归为两类：（1）造就性的饥荒；（2）管教性的饥荒。我相信，《创世记》第 43 章所描述的那场饥荒，虽然对约瑟的哥哥们起到了管教的作用，但其首要目的乃是为了造就约瑟。在我看来，那场饥荒是一件让雅各、约瑟夫及其家人能够亲身经历上帝救赎之工的事件——

从而使他们享受到一种信仰的祝福：这种信仰不断深化，使他们更加深切地信靠并倚赖那位施行救赎的上帝，最终如精金般淬炼而出。相比之下，我认为《路加福音》第 15 章所描绘的那场饥荒，乃是一场"管教性的饥荒"——

其目的在于引导那位"浪子"悔改，并带领他重返父亲的怀抱。如果你此刻正面临自己生命中的一场"饥荒"，你认为这究竟属于哪一种类型的饥荒呢？

我相信，今天经文段落——即《撒母耳记下》21 章 1 节——中所提及的那场饥荒，恰恰是一场"管教性的饥荒"。我之所以持此观点，乃是基于上帝对大卫所作的回应——

当时大卫正迫切地寻求上帝的面："这灾是因扫罗和他流人血之家，因为他杀了基遍人"（第 1 节）。上帝——那位信实守约的上帝——在大卫作王的期间降下了一场为期三年的饥荒（第 1 节）；其缘由在于：扫罗出于对以色列和犹大各支派的狂热之心（第 2 节），违背了约书亚与以色列人曾奉上帝之名，与亚摩利人中幸存的基遍人所立下的盟约；事实上，扫罗不仅曾密谋杀害他们，更实施了血腥的屠杀与灭绝，并强行将他们驱逐出以色列的疆界之外（第 5 节）。鉴于此，大卫召

见了基遍人（第 2 节），并询问道："我当为你们做什么呢？我当怎样赎罪，好使你们为耶和华的产业祝福呢？"（第 3 节）。基遍人对此回应道：他们要求大卫交出七名后裔，即那位曾密谋加害于他们的扫罗的后代（第 5 至 6 节）。他们声明，随后便要在扫罗的故乡基比亚城中，在上帝面前将这七名扫罗的后裔处以绞刑（第 6 节）。大卫听闻此项要求后，便将扫罗的那七名后裔交到了他们手中（第 8 至 9 节）；然而，他宽恕了米非波设——即扫罗的孙子、约拿单的儿子——

没有将他交在那些人手中（第 7 节）。其原因在于，大卫曾与扫罗的儿子约拿单在神面前立过盟约（第 7 节）。最终，基遍人将大卫所交出的扫罗的七个后裔，在山上、耶和华面前处以绞刑；这七人一同丧命（第 9 节）。随后，亚雅的女儿、扫罗的妃嫔利斯巴取来麻布，铺在磐石上作为自己的卧榻；从收割季节开始，直到天降大雨浇灌在尸体上为止，她日夜守护，不让空中的飞鸟落在尸体上，也不让野地的走兽靠近（第 10 节）。当大卫得知她的所作所为后（第 11 节），便前往基列雅比人那里，取回了扫罗及其儿子约拿单的骸骨（第 12 节）。接着，他收敛了那七位被基遍人处死的扫罗后裔的骸骨（第 13 节），并将他们一同安葬在便雅悯地的洗拉，即他们先祖基士的墓穴中（第 14 节）。直到完成了这一切，神才垂听了为那地所献上的祈祷（第 14 节）。

当我默想这一圣经叙事时，我找到了那个问题的答案："我们为何会经历匮乏？"降临在我们生命中的匮乏——无论是属灵、心理、情感还是经济层面的——

其根源恰恰在于我们的罪。具体而言，这种罪就是违背了在上帝面前所立之约的罪。当然

，在大卫的那个事例中，降临在以色列民身上的饥荒，乃是扫罗及其家室所犯之罪的后果：他们违背了约书亚与以色列各支派曾同基遍人所立的约（第 2 节），对基遍人进行了屠杀与灭绝。因此，或许可以说，我们在自己生命中所遭遇的匮乏，在某种程度上，也是我们先祖之罪所带来的后果。然而，我相信此处的重点不仅仅在于过去之罪的后果，而更在于"约"本身——

具体而言，是在上帝面前所立之约。换言之，上帝极其看重那些以祂的名义所立的约。尽管基遍人在久远的过去——即约书亚的时代——

曾通过欺诈手段隐瞒真实身份，从而与约书亚及以色列各支派立约；但上帝作为一位珍视盟约的神，依然视那份协议为神圣不可侵犯。基于这一视角，我们可以看到：上帝——那位立约之神——

垂听了那些被扫罗王及其家室所屠杀的基遍人的冤屈呼声。而在大卫作王的时期，上帝回应并处理了这些冤屈——具体方式是降下饥荒——

从而借着大卫的居中调解，彰显了公义。祂在守约之事上，是何等信实的一位上帝啊！我们那位圣洁的上帝确实是信实的；祂信实地将祝福赐予那些谨守盟约的人，同时也同样信实地将咒诅降给那些未能持守盟约的人。因此，我们必须竭尽全力去持守我们在上帝面前所立的约——

无论这些约是与他人所立的（例如夫妻在婚礼上于上帝面前彼此交换的誓言），还是直接与上帝自己所立的（例如我们向祂许下的个人誓愿）。尤为重要的是，我们必须忠实地持守上帝借着耶稣基督与我们所立的那份约。我们必须竭力、殷勤地遵行那位立约之神赐予我们的诫命。如果我们未能忠心且殷勤地持守这份盟约，我们的生命就必将陷入饥荒与贫

困之中。既然如此，为何我们却常常像扫罗王那样，无法忠实地履行我们与神所立的盟约或誓言呢？其原因恰恰在于一种"误入歧途的热心"（第 2 节）。正如使徒保罗——当时他仍被称为扫罗——

在前往大马士革的路上遇见复活的主耶稣之前，曾怀着极大的热心逼迫教会一样（腓立比书

3:6）；扫罗王也是出于一种为以色列和犹大着想的、却误入歧途的热心，而屠杀了基遍人——

正是这群人，曾与约书亚及以色列民在神面前立下了盟约。问题的症结并不在于"热心"本身，而在于这种热心是"误入歧途"的。这确实是极其危险的。当人们怀着极大的热忱去事奉——并且深信自己既爱神也爱教会——

然而，他们所行的并非遵照神的旨意，而是凭着自己的意愿去热心事奉时，这该是何等凶险啊！因此，当我们观察教会中那些制造纷争与冲突——甚至扰乱教会秩序与安宁——的人时，我们往往会发现，他们其实正是那些怀着巨大热心在事奉教会的人。为何会是这样呢？正是因为像扫罗一样，他们所怀的热心是误入歧途的。而这种热心为何会误入歧途呢？原因在于，他们对那在神面前所立之约的珍视程度，远不及神自己对这约的珍视程度。尽管基遍人确实曾欺骗了约书亚和以色列民，但约书亚及以色列的首领们也负有责任，因为他们在与基遍人立约之前，并未先求问神。虽然双方都犯了过错，但扫罗王依然有义务去履行那份盟约，正是因为那盟约是在神的面前所立的。然而，他却打着"代表以色列和犹大各支派行事"的旗号，无视那份盟约，对基遍人进行了大肆屠杀。每当我们犯下罪

过时，内心总会生出一种为自己开脱的理由——一种借口——

使得那罪行在我们自己眼中显得似乎是正当的，而这种借口往往被伪装成是为了"他人的益处"而行。然而，仅仅因为我们提出那些苍白无力的借口，上帝既不会——也不能——对我们违背向祂所发的誓言，或是在祂面前与他人所立的盟约视而不见。其原因在于，我们的上帝不仅是圣洁公义的，祂同时也深爱着我们。此外，我相信，正如祂垂听了基遍人的冤屈一样，我们的上帝也同样爱着那些我们在祂面前曾向之许下承诺的非信徒；祂也必同样垂听他们的冤屈。因此，我们要像大卫那样，借着祷告向上帝求问：为何苦难会降临在我们身上？我们要默想诸如今日经文之类的篇章，并恳切寻求圣灵的启迪。当我们这样做时，圣灵上帝便会借着祂的话语，向我们传达上帝的声音。那时，我们必须谦卑地聆听上帝的话语，并像大卫那样，顺服地降服于祂。在顺服的过程中，我们必须——

同样要像大卫那样——

确保自己不违背与他人所立的盟约或承诺，即便是在遵行上帝话语的同时，也要坚守这一点。这究竟是何缘故？原因就在于：我们的上帝，乃是立约的上帝。

当艰难困苦接踵而至、排山倒海般袭来之时

“.....你们若不坚定信心，就必站立不住”（以赛亚书 7:9b）。

我实在不明白，为何艰难困苦似乎总是接踵而至、排山倒海般地袭来。正当我以为一切终于尘埃落定之时，问题却从四面八方爆发开来，令我感到手足无措，不知该如何是好。即便只是处理其中某一个问题，也已超出了我的承受能力；然而，摆在我面前的绝非仅仅一两个问题，那沉重的重担之多，让我感到身心俱疲、精疲力竭。我已再无余力去应对这些事务。我的身体与心灵皆已彻底枯竭。内心感到沉重而煎熬，使我陷入了深深的沮丧之中。在极度的痛苦与煎熬中，我流下了眼泪。此时，那首福音圣诗《你是我的儿子》（You Are My Son）的歌词浮现在我的脑海中：“当我感到疲惫、枯竭、陷入绝望之时——当我跌倒在地、再无力气重新站起之时——

祂便悄然走近，握住我的手，并对我说话。”“当我因对自己感到失望、深感自身的软弱无力、并因痛苦而流泪之时——

祂那曾为钉痕所穿透的双手便轻轻拭去我的泪水，同时对我说话.....”那么，我们究竟该如何行呢？我们必须侧耳倾听上帝对我们所说的话语。并且，我们必须顺服主的声音。

当我们研读《圣经》时，常会留意到这样一个现象：当撒旦攻击我们——

即那些将信心寄托于耶稣之上的信徒——

之时，它往往会采取一种"联合阵线"的策略。例如，在《尼希米记》第 4 章中，我们看到那些反对尼希米及其犹大百姓（当时他们正致力于重建耶路撒冷的城墙）的各方势力，便结成了一个联合联盟。参巴拉、多比雅、亚拉伯人、亚扪人以及亚实突人联合起来（尼希米记

4:7），共同对抗尼希米和犹大百姓，企图阻挠他们重建耶路撒冷城墙的工程。这种由仇敌组成的联合阵线，在《圣经》中亦有其他例证，具体可见于《路加福音》23:12："就在那一天，希律与彼拉多成了朋友；原来他们向来彼此为仇。"为了联手迫害耶稣，原本势如水火的希律和彼拉多竟然结成了统一战线。时至今日，那些抵挡耶稣及其教会的人依然在联手合谋，企图集体攻击教会，并竭力阻挠教会的重建工作。同样，撒旦也在不遗余力地试图阻碍我们信心的坚固。撒旦惯用的伎俩之一，就是向我们的生命倾泻一连串的艰难困苦，企图让我们感到疲惫、枯竭乃至绝望。它的意图和目的，在于制造混乱与迷惘，动摇我们对上帝的信心，从而彻底摧毁我们对主的信靠根基。撒旦试图破坏我们信心坚固性的终极目标，就是要把我们从主和祂的教会身边赶走。那么，我们究竟该怎么做呢？我们必须侧耳聆听上帝对我们所说的话语；并且，我们必须顺服主的声音。

回顾今天经文的背景——即《以赛亚书》7 章 9 节的后半部分——我们会发现：在南国犹大王亚哈斯执政期间，北国以色列王比加曾率军北上攻打耶路撒冷

，但未能将其攻克（第 1 节）。随后，以色列王比加便与亚兰（叙利亚）王利汛结成联盟，联手合兵，企图入侵犹大。面对这迫在眉睫的入侵威胁，犹大王亚哈斯及其百姓陷入了极度的恐惧之中；他们的内心颤抖摇曳，正如林中的树木在狂风中摇摆不定一样（第 2 节）。就在这危急存亡的关头，上帝借着先知以赛亚，向犹大王亚哈斯及其百姓发出了话语。基于这段经文的内容，我想与大家分享三个功课，教导我们当艰难困苦如排山倒海般同时袭来时，应当如何去应对：

首先，我们绝不可惧怕，也不可灰心丧志。

请看《以赛亚书》7 章 4 节："对他说：'你要谨慎，要镇定，不要惧怕。不要因这两个冒烟的火把头——利汛、亚兰，以及利玛利的儿子——

就灰心丧胆，尽管他们怒气冲冲。'"[(《当代英语译本》) "告诉他：'耶和华——我，如此说：你要谨慎，要镇定，不要惧怕，也不要灰心丧胆。无论叙利亚王利汛和利玛利的儿子有多么愤怒，他们不过是两根冒烟的火把罢了。'"]

通过先知以赛亚，上帝对那位战战兢兢的犹大王说话，说道："你要谨慎，要镇定，不要惧怕，也不要灰心丧胆"（第 4 节，《当代英语译本》）。你能想象吗？如果一个国家的君王感到恐惧和绝望，那个国家的百姓将会面临怎样的境地？特别是，如果这位领袖在被恐惧和绝望攫住之时，非但未能保持谨慎和沉默，反而向他的百姓倾诉他内心的恐惧与绝望，从而导致百姓也同样陷入恐惧与绝望之中，那将会发生什么后果？这正是上帝对犹大王亚哈斯说："不要惧怕；不要灰心丧胆"的确切原因。

即使身处那些足以引发恐惧与绝望的境况之中，我们也必须听从上帝的话语，拒绝陷入恐惧或绝望。如果我们在一个家庭或组织中担任领袖角色，这一点就显得尤为重要；在这样的岗位上，我们更是不容许向恐惧或绝望屈服。举例而言，当一个家庭面临重重艰难困苦之时，如果我们——作为一家之主——

因恐惧而战栗，因绝望而灰心，那我们的妻子儿女又将何去何从？一位领袖，即便内心感到恐惧或绝望，也必须——出于对主话语的顺服——

坚决不向恐惧或绝望低头。我无法用言语完全表达，这对我自己而言究竟是一个多么巨大的挑战。为了做到这一点，我发现有一件事至关重要——事实上是不可或缺的——

那就是日夜默想上帝的话语。原因在于，我越是默想神的话语，就越是感到一种强烈的内在驱使，促使我将信心与信靠全然交托于祂（参阅《诗篇》第 1 篇；《耶利米书》第 17 章）。此外，我越是信靠神，就越不会被恐惧或绝望所吞噬——

即便面对那些令人惊恐且灰心的处境也是如此。我不想向恐惧屈服，而是渴望拥有勇气；同样，我不想陷入绝望，而是渴望心中充满盼望。我祈求：借着将我信心的目光定睛在主——即我真正的盼望——

身上，我能带着勇气与盼望勇往直前，即便身处最艰辛、最具挑战性的境遇之中，依然能够坚忍不拔、持守到底。

其次，我们必须按着主话语的本相去领受，并深信不疑。

请看《以赛亚书》7 章 7 节："主耶和华如此说：'这谋必立不住，也不得成就。'"[（《当代英语译本》）"然而，这事绝不会照着他们的计划发生。"]

神借着先知以赛亚，向犹大王亚哈斯传达了一个明确的信息：即"这谋"（也就是以色列王与亚兰王所策划的阴谋）绝不会完全照着他们原定的计划而得逞（第 7 节）。在此，"这谋"指的是这两位君王所密谋的一场阴谋——

他们基于恶毒的居心结成联盟，企图兴兵攻打犹大王亚哈斯并加害于他（第 5 节，《当代英语译本》）。以色列王与亚兰王制定了一项计划：联手进军攻打犹大，将其征服，并立他比勒的儿子坐上王位（第 6 节，《当代英语译本》）。然而，神临到犹大王亚哈斯的话语却是："这事绝不会照着他们的计划发生"（第 5 至 7 节，《当代英语译本》）。

我们必须坚信的真理是：唯有神的筹划才能永远坚定不移（《诗篇》33 篇 11 节）。此外，没有任何计划是主所不能成就的（《约伯记》42 章 2 节）。尽管人心中可能有许多筹划，也可能为自己规划好前行的道路，但真正指引其脚步的却是上帝；最终得以成就的，唯有主的旨意（箴言

16:9；19:21）。我们的主总是信守承诺，凡祂所言所谋，必将一一成就并付诸实施（以赛亚书

46:11）。使徒保罗正是拥有这样一种信心。在向罗马皇帝凯撒上诉之后（使徒行传

26:32），他身系锁链，正乘船驶往意大利的罗马（27:1）；然而，当遭遇一场猛烈的风暴时，他陷入了险境，面临着船毁人亡的危机。在那一刻，船上 276 名乘客中——除了保罗之外——

其余 275 人都对生命彻底绝望，认为已毫无获救的希望可言。他们放弃了所有获救的指望，唯有坐等死神的降临。在被称为"友拉革罗"（Euroclydon）的狂风猛烈吹袭下，他们任凭船只随风漂流；为了绝境求生，他们甚至将货物抛入海中，并在第三天亲手把船上的索具也扔进了大海。然而，随着这场猛烈的风暴持续了多日，他们最终陷入了彻底绝望的境地，心中最后一丝获救的希望也随之破灭。究其原因，正是因为他们没有仰望上帝——那位创造天地的造物主——

而是将目光死死地盯在了那狂暴的风暴本身之上。然而，保罗却对他们的获救始终怀抱着希望与信心。这正是因为他听到了上帝的声音（23–

24 节）。因此，保罗满怀信心地对另外 275 人宣告道："众位，可以放心！因我信上帝，祂怎样对我说，事情也要怎样成就"（25 节）。我也切切渴望能拥有像保罗那样坚定的信心与确据。我坚信，主必忠实地成就祂所赐予我的话语——

既包括 1987 年大学事工退修会期间源自《约翰福音》6 章 1 至 15 节的话语，也包括 2003 年我在筹备"胜利长老教会"期间、于"教会更新牧者议会"退修会上领受的源自《马太福音》16 章 18 节的话语。即便我的内心曾因种种艰难困苦而感到愁苦与灰心，主依然借着这些应许来安慰并坚固我；祂一次又一次地将我扶起——正如那无论如何倾倒都能重新站稳的不倒翁一般——

靠着祂的恩典，我得以蒙保守，一直坚持到了今日。我祈愿，在未来的日子里，我能继续凭着信心勇往直前，直至那一日的降临——

即主将祂所赐予我的应许全然成全的那一日。

第三，也是最后一点，我们必须坚定不移。

请看《以赛亚书》7 章 9 节的后半部分："……你们若不坚定信心，就必站立不住。"（《当代英语译本》："若不信我的话，你们也必不能长久。"）上帝借着先知以赛亚告诉犹大王亚哈斯：亚兰国的首都仍将局限于大马士革，亚兰王利汛将无法进一步扩张其领土，而以色列国也将在六十五年内灭亡（第 9 节，《当代英语译本》）。宣告了这一切之后，上帝劝勉亚哈斯王要坚定相信，并要站立得稳。祂警告说，如果亚哈斯王做不到这一点，他自己也必不能长久（第 9 节，《当代英语译本》）。

我们必须坚定相信，并要站立得稳。尽管我们的仇敌——撒旦的势力——结成统一战线来攻击我们，不懈地试图动摇我们的信心，使我们产生动摇；但我们仍必须在信仰上坚定不移，毫不动摇。我们绝不可因不信而对上帝的应许产生动摇；相反，我们必须在信心里刚强起来，将荣耀归给上帝（《罗马书》4:20）。我们必须紧紧抓住上帝应许的话语，永不放手，并且要严加守护（《箴言》4:13）。此外，既然那位赐下应许的是信实的，我们就必须坚定不移地持守我们所宣认的盼望（《希伯来书》10:23）。我们必须将起初所存的信心坚持到底，直到末了（《希伯来书》3:14）。因为我们信靠上帝，所以我们必须在主里站立得稳（《历代志下》20:20；《帖撒罗尼迦前书》3:8）。当艰难困苦排山倒海般地向我们袭来——

甚至当我们因恐惧而战栗，在忧虑和焦虑中竭尽全力去忍耐之时——

有时我们会感到再也无法支撑下去，变得筋疲力尽，绝望地倒下。在这样的时刻，我们必须将目光定睛在主身上。我们也必须侧耳倾听祂的声音。就在今天——就在此刻——主向我们说了这些话："不要惧怕，也不要灰心"；"要照我的话原原本本地去信"；"要站立得稳"（以赛亚书 7:4, 7, 9）。愿我们都能成为那些留心主的话语并加以遵行的人。

“在患难之时”

“但他们在急难的时候，就归向耶和华以色列的神，寻求他；他就被他们寻见”（历代志下 15:4）。

当我们遭遇患难之时，很容易感到灰心丧气。每当此时，我们便不可避免地显露出自身力量的软弱（箴言 24:10）。因此，我们绝不可向灰心妥协。相反，在患难之中，我们应当向神呼求（诗篇 120:1）。在困境之中，我们必须始终殷勤祷告（罗马书 12:12）。当我们这样做时，神必会应允我们（诗篇 120:1）。

纵观今日的经文——《历代志下》15 章 4 节——圣经在此提及了“那患难之时”。在此，“那患难之时”指的是这样一个时期：“出入的人不得平安，列国的居民都遭遇大扰乱。这国攻击那国，这城攻击那城，因为神用各样灾难扰乱他们”（第 5 至 6 节）。在那段时期，以色列民因遭遇种种艰难困苦而陷入动荡不安之中（第 6 节）。他们为何要遭受这般的磨难？造成这种困境的根源究竟

为何？其原因在于：在漫长的一段时期里，以色列国中没有真神，没有教导人的祭司，也没有律法（第 3 节）。当亚撒王听闻先知俄德之子亚撒利雅所传达的预言后（第 1 节），便刚强壮胆（第 8 节），着手推行了一场宗教改革。他行耶和华他神眼中看为善、看为正的事；他拆除了外邦的祭坛与邱坛，打碎了神像，砍伐了亚舍拉柱，并晓谕犹大人要寻求耶和华——即他们列祖的神——

且要遵行他的律法与诫命。此外，他还从犹大全境的各城中除去了邱坛与日像（14:2–5）。亚撒王为了带领犹大百姓寻求神，甚至不惜采取极端的措施：他宣告凡不寻求耶和华——以色列的神——

的人，无论尊卑、男女，都当处死（15:13）；并且，他带领百姓向神起誓（14 节）。正因百姓起了誓，且全心全意地寻求神，神便让他们寻见，并赐给他们四境平安（15 节）。最终，犹大国在神的同在中享有了太平（14:5）。由于神赐平安给亚撒，这片土地得以保持安宁，多年未起战事（6 节）。换言之，正是因为亚撒王早早便开始寻求神，耶和华才赐予亚撒及犹大百姓四境平安（7 节）。因此，在亚撒作王的年间，他的国享有了十年的太平（1 节）。然而，一场巨大的考验很快便降临到了亚撒王及其犹大百姓身上——就在他们尽享太平之时。这场考验以古实人谢拉的形式出现：他率领着一支拥有一百万大军和三百辆战车的队伍，浩浩荡荡地杀向犹大百姓，直抵玛利沙城下（9 节）。即便是在那样的危急关头，亚撒王依然寻求神。也就是说，他全心倚靠耶和华，向神发出呼求："耶和华啊，唯有你能帮助强者胜过弱者；求你帮助我们，耶和华我们的神啊，因为我们倚靠你，奉你的名来抵挡这大军。耶和华啊，你是我们的神；不要让人胜过你"（11 节）。结果，神在亚撒和犹大百姓面前击溃了古实人；古实人不仅仓皇败逃（12 节），而且全

军覆没，无一幸存（13 节）。由此可见，亚撒王的开端是何等辉煌！他是一位寻求神、且完全倚靠神的君王；他是一位向神发出迫切呼求的君王。因此，尽管古实人和路比人的军队人数众多，且拥有大量的战马和战车，上帝却将整支军队都交在了亚撒王的手中（16:8）。此外，上帝还赐予了亚撒王及其国度太平（14:1, 5, 6, 7）。然而，亚撒王的晚年却显得软弱无力。由于许多以色列人看到耶和华——

即亚撒的上帝——

与他同在，便纷纷投奔亚撒（15:9）；于是，以色列王巴沙便挥军攻打犹大，并修筑拉玛城的防御工事，以此阻断任何人往来于犹大王亚撒之处（16:1）。就在这一紧要关头，犹大王亚撒非但没有倚靠上帝、寻求祂的帮助，反而从耶和华圣殿和王宫的府库中取出金银，将其送给了居住在大马士革的亚兰王便哈达（第 2 节）。随后，亚撒王派人传话给亚兰王便哈达，说道："愿你我之间立约，正如我父亲与你父亲之间所立的约一样。看哪，我现在送金银给你；请你来废除与以色列王巴沙所立的盟约，好使他从我这里撤兵"（第 3 节）。换言之，当以色列王巴沙挥军攻打犹大之时，亚撒王没有倚靠上帝，反倒将自己的倚靠寄托在了亚兰王身上（第 7 节）。就在那时，先见哈拿尼来到犹大王亚撒面前，对他说道："因为你倚靠亚兰王，却没有倚靠耶和华你的上帝，所以亚兰王的军队已从你的手中逃脱了。古实人和路比人岂不是一支拥有无数战车和骑兵的强大军队吗？然而，正因你倚靠耶和华，祂便将他们交在了你的手中。因为耶和华的眼目遍察全地，为要加力量给那些向祂存完全之心的人。在这件事上，你行事愚昧；因此，从今以后，你必常有争战"（第 7–

9 节）。亚撒王听闻此言，便勃然大怒；他不仅囚禁了先见哈拿尼，还虐待了一些百姓（第 10 节）。此外，在他作王的第三十九年——当时他患上了严重的足疾——他并未寻求神的帮助，反而转而求助医生（第 12 节）。因此，他在作王的第四十一年便去世了（第 13 节）。就这样，亚撒王的晚年确实显得十分软弱。那位起初倚靠神的人，最终竟转而倚靠亚兰王和医生。那位起初寻求神的人，最终却去寻求人的帮助。起初，他享有神所赐的平安；然而到了后来，他却失去了那份平安。随后，他便离世了。

这让我想起《启示录》2 章 5 节的前半部分："所以，应当回想你是从哪里坠落的；并要悔改，行起初所行的事……"当我默想犹大王亚撒的始与终时，我不禁深思：他究竟是从哪里坠落的呢？这对我来说仍是一个谜：他曾那样深深倚靠神、那样恳切寻求神，最终怎会转而去倚靠并寻求人呢？这促使我再次默想神借先知俄德之子亚撒利雅所传达的话语："……你们若顺从耶和华，耶和华必与你们同在；你们若寻求他，就必寻见；你们若离弃他，他必离弃你们"（《历代志下》15 章 2 节）。简而言之，亚撒王之所以开端辉煌而结局软弱，正是因为他离弃了神。由于他不再与神同行，也不再寻求神，他也就反过来被神离弃了。亚撒王起初为何能全心全意地与神同行并寻求神，最终却转而去与人同行并寻求人呢？他究竟是从哪里坠落的呢？在我看来，当古实人和路比人的大军压境、进犯犹大时，亚撒王曾完全倚靠神，并全心寻求神。因此，神赐给了他和犹大百姓胜利（14:9–15）。正是从那一刻起，亚撒王变得狂傲起来。在那场大捷之后，他们所掳获的战利品极其丰厚（13 节）。亚撒王和他的将士攻取了基拉耳周围所有的城邑，掠夺了城中蕴藏

的巨大财富，并带着大批的羊群和骆驼凯旋回到了耶路撒冷（14–15 节）。胜利之后，亚撒王——此时已拥有了极其丰裕的物质财富——心中开始生发骄傲。结果，他不再回转归向神，也不再寻求神（15:4）。在那段时期，他没有真神，没有教导人的祭司，也没有律法（3 节）。他不再寻求神（参 14:4）；他囚禁了神的先见哈拿尼（16:10）；并且他未能谨守神的律法和诫命（参 14:4）。结果，他偏离了正道。他得罪了神。他失去了起初的爱心（启 2:5）。我们是否也像亚撒王一样，失去了起初的爱心？我们是否也偏离了正道？我们是否也不再倚靠神，转而倚靠人？我们是否也不再顺服神的诫命？我们是否也因不再寻求神，而无法与神相遇？若果真如此，我们如今便必须面对一段患难的时期。而在这一患难时期中，我们必须归向神，并寻求祂。若我们这样做，神必会与我们相遇。

“我的软弱”

“那时我说：‘这是我的软弱……’”（诗篇 77:10）

随着岁月的流逝，我们愈发真切地意识到，人类究竟是何等脆弱的生灵。唯有身处逆境与苦难之中，我们才能最深切地感受到自身软弱的真实存在。尤其是当逆境与苦难巨大得超乎我们所能承受的极限时，我们便会情不自禁地、带着一种刻骨铭心的确信去感受：面对这一切，我们是何等的无助。那么，在这样的时刻，我们究竟该如何是好呢？

在今天的经文——即《诗篇》77 篇第 10 节——中，诗人亚萨坦承了自己的软弱。在《诗篇》77 篇的第 1 节至第 9 节里，他从四个不同的层面描述了自己的软弱：

首先，亚萨感到焦虑与烦乱。

请看《诗篇》77 篇第 3 节的前半句："我想念神，就烦乱；我发怨言……"诚然，这个世界是一个充满了诸多艰难困苦与令人焦虑之事的地方（参《赞美诗》第 474 首）。此外，那些在我们心中激起焦虑情绪的变故，更是频繁得令人惊心。我们为何会感到焦虑？原因之一，便是遭受亲人或挚爱之人离弃所带来的痛苦。对于我们基督徒而言，这种焦虑感的来源往往是我们产生了一种错觉——

以为自己已被那至爱的神所离弃（参《诗篇》43:2）。在今天的经文中，诗人亚萨在遭遇患难之日曾向主寻求帮助（77:2）；然而，或许是因为神的回应似乎迟迟未至，他便陷入了焦虑与愁苦之中。一颗充满了焦虑之心——一颗被忧虑重担压得喘不过气的心——确实是一颗极其软弱的心。

其次，亚萨的心灵感到不堪重负。

请看《诗篇》77 篇第 3 节的后半句："……我心发昏（细拉）。"在那患难之日所带来的焦虑与愁苦之中，诗人亚萨发现自己的心灵已彻底陷入了崩溃与麻木的状态。正因如此，他彻夜难眠

[（第 4 节）"你叫我不能闭眼……"]；不仅如此，他因极度的愁苦而变得语塞，甚至无法开口说话（第 4 节）。当我们的内心被极度的痛苦所淹没时，我们既无法入睡，也找不到合适的言辞来表达。我至今仍记得，在我事奉生涯中的一段艰难时期里，我曾连续大约三周无法获得片刻安眠。我还记得当时所承受的压力是何等巨大——

即便食物就摆在我的面前，我也根本无法下咽。许多人因被沉重的苦难与痛苦压得喘不过

气，往往会发现自己既无法安然入睡，也无法正常进食。如果我们还能对挚爱之人说出“我最近感到非常痛苦”这样的话，那或许意味着我们的痛苦尚未达到其绝对的极限。然而，有些痛苦是如此深沉，以至于它确实让我们彻底丧失了开口说话的能力。这种极度的痛苦迫使我们陷入沉默——

这种沉默不仅体现在面对他人之时，甚至在面对上帝本身时亦是如此。痛苦会刺伤我们的心灵；而一颗受伤的心灵，往往是一颗极其脆弱的心灵。

第三，亚萨拒绝接受安慰。

请看《诗篇》77 篇 2 节的后半句：”……我心不肯受安慰。”作为诗人的亚萨，当时正深陷于极度的痛苦之中，以至于他甚至拒绝接受任何形式的安慰。在焦虑与忧愁的煎熬下——既无法入睡，也无法言语——

亚萨的心灵遭受了极深的创伤，以至于他将所有试图安慰他的人都拒之门外。这不禁让人联想到《约伯记》中的故事。约伯当时正承受着极度的痛苦与煎熬，几位朋友前来探望他，试图给予安慰；然而，约伯却称他们为“可怜的安慰者”（《约伯记》16 章 2 节）。当一个人被痛苦与磨难彻底淹没时，他往往会拒绝接受任何人的安慰。究其原因，是因为他们觉得——无论这种感觉是对是错——

没有任何人具备真正安慰他们的能力。在我们的生命中，确实会有这样的时刻。我们深信唯有上帝才能赐予我们真正的安慰，因此我们拒绝接受来自其他任何人的劝慰。事实上，一个以这种方式拒绝安慰的人，正处于一种极度软弱的状态之中。

第四，亚萨曾对上帝产生怀疑。

请看《诗篇》77 篇 7 至 9 节："主难道要永远丢弃我们吗？难道祂不再施恩了吗？祂的慈爱难道永远止息了吗？祂的应许难道世世代代都失效了吗？难道上帝忘记了施怜悯吗？难道祂因发怒而收回了祂的慈悲吗？（细拉）"诗人亚萨在身处患难之中时，曾向上帝发出呼求；然而，因未得回应，他的内心与灵性变得软弱。因此，在这软弱的光景中，亚萨开始对上帝的拯救产生了怀疑。换言之，亚萨对救恩的确信动摇了。这种不确定感显明了人心已变得软弱。一颗软弱的心，便是一颗分裂的心：它的一面似乎信靠上帝，而另一面却对祂心存不信。归根结底，在一颗充满焦虑、忧虑与破碎——且拒绝接受安慰——的心灵之中，不信的种子终将生根发芽。

那么，当我们发现自己陷入这种软弱的光景时，我们应当如何行呢？

首先，我们必须铭记上帝往昔的作为。

请看《诗篇》77 篇 11 节的上半句："我要追念耶和华的作为……"当处境极其艰难、内心倍感愁苦之时，我们必须——即便身处软弱之中——回想上帝在过往岁月里所赐予我们的拯救之恩。就我个人而言，每当我遭遇困境与磨难时，我常会想起我的长子——居永（Juyeong），他在不久前于我怀中离世。之所以如此，是因为直至今日，我仍未曾

经历过比那一刻更为刻骨铭心的痛苦。然而，如今我的心中已不再存留任何痛苦。在我与妻子的心中，所留存的唯有上帝向我们倾注的恩典与慈爱。因此，我选择铭记。我选择追念。在当前这充满痛苦与艰辛的处境之中，当我回想并追念上帝往昔所赐予我的恩典与慈爱时，我便经历了一种属灵的更新——

那是上帝的作为，它使我那疲惫的心灵与灵性重新得力、焕然一新。我再次重获了力量。正当我铭记与追念之时，上帝的大能便在我自身的软弱之中彰显了出来。其次，我们必须述说神所行的作为。

请看《诗篇》77 篇 11 节的后半句："……我要述说你所行的。"我们不应仅仅记住神在过去所行的作为，更应当将它们述说出来。有时，教会里的一些长辈会问我：为什么我至今仍在讲论我的长子——

Jooyoung（主荣）？然而，在我的讲道中，我依然经常分享关于 Jooyoung 的故事。原因在于，我渴望分享神借着 Jooyoung 赐予我的恩典与慈爱。我想要以此夸耀主，因为——正如"Jooyoung"（主荣）这个名字的寓意所示——

我确实借着他亲眼见证了主的荣耀。之所以如此，是因为若非主与我们同在，无论是我的妻子还是我，都绝无可能坚持到底并继续前行。因此，每当我回想在 Jooyoung 陪伴我们的那段日子里，神在我们生命中所行的作为时，我便常在讲道中分享这些往事。当我们铭记并述说神在过去所行的作为时，我们便能亲身经历神那大能的作为——

祂借此坚固了我们那疲惫的心灵。

第三，我们必须深切默想主的一切作为。

请看《诗篇》77 篇 12 节："我要默想你的一切作为，思想你一切的大能作为。"当诗人亚萨身处困境、深感软弱之时，他回想并述说了神在过去所行的奇妙作为；然而，他并未止步于此。他更进一步，更加全面地默想那位不仅在过去、更在当下我们所经历的患难之中依然积极做工的神。事实上，当我们身处软弱之中，且目光仅聚焦于眼前所面临的痛苦处境时，我们往往便无法察觉神正在做什么。然而，若我们将目光转向神在过去所成就的作为，我们便会确信：正是那位同一位神，如今依然在做工；借着这份信心，我们便能得以亲眼见证主的作为。然而，亚萨并未止步于此；他更进一步，深切地省思并默想神在未来将要成就的作为。这种深切的省思乃是一种极深层次的默想——

若非对主怀有坚定的信心，这种默想是绝无可能达成的。这是一种唯有借着信心方能实现的默想。这确实正是战胜我们自身软弱的秘诀。唯有当我们深切默想上帝的一切作为与作为时，我们才能胜过自身的脆弱。

随着岁月的流逝，我们的肉体日渐衰弱，我们也常发现自己挣扎在焦虑与忧虑的泥沼之中。在这样的时刻，失眠的长夜愈发频繁，我们甚至可能遭受难以言说的痛苦折磨。带着破碎的心灵——尽管我们仍在恳切寻求上帝——

当祂的回应似乎迟迟未至时，我们可能会陷入怀疑；有时甚至会拒绝接受周围任何人的安慰。在那些时刻，我们必须回想上帝往昔所行的奇妙作为。我们不仅要默想上帝所成就的

一切，更要将其宣之于口。我祈愿，你我都能成为那样的人：借着深切默想上帝所成就的一切作为，从而战胜自身的软弱。

精疲力竭

[列王纪上 19:1-14]

心理学家告诉我们，当压力超过某一特定阈值时，便会导致自我幻灭、自我贬低以及愤世嫉俗的态度。我曾读到一篇文章，其中列举了压力的七个预警信号，在此与大家分享（来源：互联网）：(1) 认为自己是不可或缺的；(2) 试图包揽过多事务，以致没有足够的时间去处理真正重要的任务；(3) 不断地给自己施加严苛的压力；(4) 感到一种挥之不去的焦虑，总觉得自己在落后，或者永远无法做到最好；(5) 习惯性地长时间久坐工作；(6) 当提前完成工作并回家时，会感到内疚；以及 (7) 将工作上的烦恼带回家中。如果一个人无视这些压力的预警信号，继续埋头工作，其结果将是不可避免的精疲力竭（即"倦怠"）。那么，究竟什么是精疲力竭呢？顾名思义，精疲力竭就是一种力量与活力被彻底耗尽的状态，由此产生的疲惫感和无助感会渗透到一个人情感、身体及社交生活的方方面面。当一位牧者陷入精疲力竭的状态时，他便会丧失对事

奉的热情；这种状况往往还会引发身体疾病和婚姻冲突。如今，有多少牧者正深陷于这种精疲力竭的状态中苦苦挣扎呢？

今天的经文——《列王纪上》19 章 1 至 14 节——向我们展现了先知以利亚陷入精疲力竭时的情景。在迦密山上，以利亚与 450 位巴力先知及 400 位亚舍拉先知展开对决并大获全胜之后（《列王纪上》18 章），亚哈王的妻子耶洗别派使者传话，扬言要取他的性命（19:2）；以利亚听后惊恐万分，便起身逃命去了。他独自进入旷野，甚至求死，祷告说："耶和华啊，罢了！求你取我的性命"（第 4 节）。看着眼前这位苦苦求死的以利亚，我们已无法再认出那位曾在迦密山上威风凛凛的以利亚了。在审视以利亚的这种状态时，我对"精疲力竭"这一现象进行了反思，并归纳出四个关键的方面：

首先，精疲力竭的首要表现就是恐惧。先知以利亚在收到耶洗别王后发来的恐吓信息后，感到十分惧怕（19:2）。以利亚的这种表现，与《列王纪上》第 18 章所描绘的那个以利亚形成了鲜明的反差。如果我们回顾《列王纪上》18 章 1 节，我们会看到这样一个以利亚：他在领受了上帝"去吧，向亚哈显现"的命令后，便毫无畏惧地挺身而出，去面见君王（第 2 节）；然而，在今天的经文——《列王纪上》第 19 章中——当他目睹自己身陷目前的困境时，却起身逃命去了（第 3 节）。以利亚害怕了。他对死亡感到极度的恐惧。正因如此，他选择了逃跑以保全自己的性命。

以利亚身上这种"耗竭"（burnout）状态的最初显现，紧随他在迦密山上取得那场伟大胜利之后便立刻发生了。当我默想这一事实时，我感到内心重新燃起了一股坚定的决心：我要全心致力于保守我所领受的恩典，尤其是在经历过这种恩典之后。我们必须保守我们的心。如果我们领受恩典之后未能保守好自己的心，我们不仅面临着屈服于诱惑、陷入罪恶的风险，更可能——就像以利亚那样——

在面对人为的威胁时因恐惧而陷入瘫痪，从而导致我们采取回避或逃避的态度去面对问题。

其次，耗竭状态的第二种表现是绝望。先知以利亚逃跑了，他一路逃到了犹大的别是巴；在那里他撇下了仆人（第 3 节），独自一人深入旷野。在跋涉了大约一天之后，他坐在一棵罗腾树下，向上帝祈求一死："耶和华啊，罢了！求你取我的性命，因为我不如我的列祖"（第 4 节）。他的沮丧与绝望究竟有多深，竟至于让他开口祈求死亡？他向上帝祷告说："耶和华啊，罢了！"——

这句话的意思其实非常简单，就是说："我真的受够了。"以利亚已不再拥有继续履行其先知职分的力气。他身心俱疲、心灰意冷，彻底崩溃了，并恳求上帝取走他的性命，以此表明他已无法再继续前行。

对于那些投身于事奉工作的人而言，沮丧与绝望确实是极其危险的陷阱。然而，人们却又隐约感到——在某种程度上——

这似乎又是某种难以避免的宿命。无论担任牧职者是谁，想必没有哪一位同工在事奉生涯

中，不曾经历过某种程度的沮丧与绝望。就我个人而言，我尚未经历过那种深沉到令人萌生死志的绝望——正如先知以利亚所经历的那样——

因此，我也无法完全领会那种感受。尽管如此，我隐约觉得，在我自身的牧职生涯中，至少会有那么一次，我也极有可能经历到一种与以利亚如出一辙的绝望时刻。

第三，倦怠的一种表现是身体的虚弱。

先知以利亚独自进入旷野，躺在一棵罗腾树下睡着了；在他沉睡之际，一位天使触碰了他，将他唤醒，并敦促道："起来吃吧！"（第 5 节）。随后，天使为以利亚预备了一块炭火烤成的饼和一瓶水（第 6 节）。吃过饼、喝过水后，以利亚便再次躺下（第 6 节）。天使随后再次折返，触碰以利亚并再次敦促他"起来吃吧！"（第 7 节），这一事实使我们有理由推断：以利亚当时确实已处于身体极度疲惫的状态。最终，在进食饮水之后，以利亚从那食物中汲取了力量（第 8 节）。

看来，许多牧者也常因身体透支而倒下，最终罹患各种疾病。当我们审视这些不得不暂时搁置事工、转而休养的牧者时，便能开始理解：为何以利亚在那种身体极度疲惫与虚弱的状态下，会不可避免地被推向倦怠崩溃的边缘。

第四，倦怠的另一种表现是极度的孤独感。

在吃下天使所赐的食物并恢复体力之后，先知以利亚跋涉了四十昼夜，终于抵达了神的山——

何烈山（第 8 节）；在那里，他在一个山洞中与神展开了对话。在这段对话中，他两次向神发出同样的哀诉："……只剩下我一个人，他们还在寻索我的性命"（第 10 节、第 14 节）。在神面前，以利亚声称以色列民已杀尽了耶和华所有的先知，唯独留下了他——且仅剩他一人——

作为唯一的幸存者。细思至此，我深感以利亚在那种极度的孤独深渊中，其实正向神倾诉着一种委屈与不满。当我们想象以利亚独自一人身处神的山——何烈山——

的山洞之中时，便能体会到他当时所经历的那种刻骨铭心的孤独感。

那么，当我们发现自己正深陷这种倦怠的泥沼时，我们应当如何应对呢？

首先，我们必须主动选择退隐至旷野之中（第 4 节）。

我们需要在神的面前，安然独处，静默停留。此外，暂时搁置我们的事工职责，也是必不可少的。我们绝不可像马大那样，因过于专注于工作而变得焦躁不安。我们需要暂时抽离日常环境的繁杂事务，退隐至一处幽静之所。我们需要拥有专属于自己的时间和空间。我们必须让一切停顿下来，静心来到主面前，将时间奉献于默祷和默想神的话语。

其次，我们需要身体上的安歇（第 5–7 节）。

为了避免身体透支——这是"职业倦怠"的症状之一——

我们必须学会适时安歇。对于像马大那样专注于事工的传道人而言，仅仅是"休息"这一举动，都可能感觉像是一场痛苦的煎熬。然而，我们要效法马利亚，暂时放下手中的工作，静静地坐在耶稣面前，聆听主的声音。此外，我们必须在该睡觉的时候安然入睡。有多少传道人因睡眠不足而身体透支倒下，致使身心俱疲、双双染疾？我们要像以利亚那样，仿佛退隐至旷野之中，好好地睡上一觉。我们同时也需要注重饮食，善待身体。作为神的管家，我们受召要为了神的荣耀，忠心地管理好自己的健康。我们应当竭力避免将一个因病痛而残破不堪的身体献给主。当然，随着年岁的增长，我们这具肉体的"帐棚"终将日渐衰败；然而，若能以智慧管理好健康，我们便能充分地活出神所赐的生命，以此荣耀主的名。

第三，我们必须侧耳聆听神那"微小的声音"（第 12 节）。先知以利亚恢复了体力之后，便启程前往何烈山——即"神的山"——

并在那里听见了主那微小的声音。我们也当效法他，主动退隐至"旷野"之中，在神的同在中静默安居；在默想神的话语与祷告之时，我们要侧耳聆听主那温柔的声音。世上再无任何喜乐，能胜过聆听主的声音（参《赞美诗》第 511 首）。一旦听见了那声音，我们便当重新得力，奋然兴起，去完成主所托付给我们的使命。

义人虽七次跌倒，却仍能重新站立（箴言

24:16）。之所以如此，是因为即便我们彻底精疲力竭、轰然倒下，主也必会再次将我们扶起。我们必须重新站立，奋勇前行。我们就像那不倒翁：纵使跌倒，主也会将我们扶起，使我们得以昂首挺立、坚如磐石。无论今日还是明日——

无论遭遇何种试炼，使我们在恐惧与绝望中倍感孤寂，抑或令我们身心俱疲、跌倒在地——

主都必会再次将我们扶起。让我们主动退隐至旷野之中，去寻求身体的安歇，去聆听主那微小而宁静的声音；借此重新得力、焕然一新，继而倾注全心与全力，去完成主所托付给我们的使命。胜利属于我们！

当你感到灰心丧气时

“你在患难之日若心灰意冷，你的力量就微小了”　　[(《活泼真理译本》)

“若在艰难时刻丧失勇气，你确实是一个软弱的人”] (箴言 24:10)。

在我们人生的旅途中，遭遇困难时感到灰心丧气是再自然不过的事。当那些苦难的重担显得过于沉重、令人难以独自承受——

尤其是当我们向周围的人伸出援手求助，却得不到任何回应时——

这种感觉尤为强烈。在这样的时刻，我们必须意识到，除了主以外，我们已别无依靠；我们必须转而向祂发出恳切的祈求。然而，即使我们已诚挚地祷告过，如果主似乎未给予任何回应，我们的灰心之感可能会愈发加深　　(路加福音 18:1)。随着我们在这灰心丧气的泥潭中越陷越深，我们的力量也开始逐渐消退；身心俱疲之下，我们最终可能会陷入彻底的绝望与听天由命的境地。

在《撒母耳记上》17 章 32 节中，我们看到牧童大卫对扫罗王说道：“……人都不必因那非利士人丧胆。你的仆人愿去与他争战。”　　这里的“他”特指迦特的歌利亚——

那位正向以色列人发出挑战、邀战决斗的非利士巨人

(23 节)。当大卫看到所有的以色列人都因惧怕歌利亚而战栗，并在他面前惊慌逃窜时

(24 节)，他便劝勉众人不要"因那非利士人丧胆"，并宣告他自己愿意挺身而出，去与歌利亚争战

(32 节)。对于大卫的这番话，你有何感想？如果当时你我正身处那个现场，当我们听到大卫的话语时，我们是否真的能够因此不再因歌利亚而感到灰心丧胆？当周围的所有人一见到歌利亚便吓得浑身颤抖、四散奔逃以求保命时，我们是否——又能否——

真正做到坚守阵地，既不因恐惧而逃跑，也不因绝望而屈服？当我们的人生中反复遭遇重大的难关——那些名副其实的"歌利亚"式挑战——

时，我们难免会感到疲惫不堪、精疲力竭；而陷入深深的灰心丧气之中，也是再自然不过的反应。当这些困境涉及我们最挚爱的家人时，那种绝望感可能会变得尤为深沉。在这样的时刻，我们该何去何从？

首先，通过经历极度的灰心丧气，我们需要彻底认清自己究竟是何等的脆弱与软弱（箴言 24:10b）。之所以如此，是因为只有当我们充分领悟到人类生存固有的脆弱性时，我们才会学会将绝对的信靠寄托在主身上——

祂是我们唯一的盼望。请默想《赞美诗》第 543 首第一节及副歌的歌词："当试炼临到，纵我信心微小，我便更紧紧倚靠我所信的主。岁月流逝，祂是我唯一的倚靠；无论面对何境，我皆信靠耶稣。"随着岁月的流逝，我们的身心难免日渐衰弱，然而我们却可能发现自己正面临着比以往更加巨大的困境。在那些时刻，我们才猛然意识到自己的信心实际上是

何等的微薄。尽管随着年岁增长、身心衰弱，我们的信心理应愈发坚固；然而，我们所遭遇的更大困境，反而暴露了我们内心焦虑、忧愁与沮丧的真实光景——

从而显明了我们的信心依然是何等的匮乏。正是在那一刻，我们才真正领悟到：随着岁月的流逝，唯有主才是我们真正可以倚靠的那一位。于是，我们便恳切地向主祈求祂的帮助。倚靠着祂，并呼应着诗篇作者的话语，我们向神发出祈求，同时也向自己的灵魂宣告："我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神；因我还要称赞祂，祂是我脸上的光荣，是我的神"（诗篇 42:5, 11; 43:5）。因此，每当我感到灰心丧气时，我常对自己如此宣告，并向神祷告："詹姆斯啊，你为何如此忧闷？为何如此焦虑？当将你的盼望寄托在神身上。"在那些时刻，我所经历的神圣援助，便是主——借着祂那充满应许的话语——

重新恢复并苏醒我那曾陷入绝望之中的灵魂（诗篇 19:7）。正如那不倒翁玩具一般，主借着祂赐予我的应许（约翰福音 6:1–15），将我那灰心丧志的灵魂重新扶起；祂使我得以重燃希望，并赐我力量，让我能在信心中坚忍不拔，勇往直前。

因着歌利亚的缘故，所有的以色列人都惊恐万分，在他面前四散奔逃；然而，年轻的大卫——当他目睹这位强悍的战士歌利亚时——

却并未因此灰心丧胆。相反，他向扫罗王请缨，表示自己愿意挺身而出，与歌利亚一战。请留意扫罗王在听闻此言后的反应："……你不能去与那非利士人争战；因为你不过是少年人，他却从小就作战士"（撒母耳记上 17:33）。试想一下：若是在歌利亚——

这位自幼便身经百战的资深战士——与大卫——一个乳臭未干的少年——之间展开较量，究竟谁会胜出？这显然是一场实力悬殊、毫无公平可言的对决。况且，出于人类的本能，人们往往会选择避开这种毫无胜算的殊死搏斗。原因很简单：因为人心里绝对确信，自己必将败北。因此，若因此感到灰心丧气，实属情理之中。那么，大卫究竟是如何做到既不灰心、亦无惧色，并甘愿挺身迎战歌利亚的呢？我在《撒母耳记上》17 章 37 节的上半句中找到了答案："大卫说：'耶和华救我脱离狮子和熊的爪，也必救我脱离这非利士人的手……'"大卫所信奉的，是一位施行拯救的神。他深信，神必将他从歌利亚的手中拯救出来。正是因为怀揣着这份对救恩的确信，大卫不仅对歌利亚毫无惧色，更未曾因此而灰心丧志。

当你感到灰心丧气时

“你在患难之日若心灰意冷，你的力量就微小”（《箴言》24:10）。

在我们人生的旅途中，每当遭遇困境时，感到灰心丧气是再自然不过的事。尤其是当那些苦难的重担显得过于沉重、令人难以独自承受——

当我们向周围的人伸出援手求助，却得不到任何回应与帮助之时，这种感觉尤为强烈。在这样的时刻，我们必须意识到：除了主以外，我们已别无依靠；我们唯有转向祂，向祂发出恳切的祈求。然而，即使我们已诚挚地祷告过，若似乎仍未得到主的任何回应，我们的灰心之感便可能愈发加深（《路加福音》18:1）。随着我们在这灰心丧气的泥潭中越陷越深，我们的力量也开始逐渐消退；身心俱疲之下，我们最终甚至可能陷入彻底的绝望与听天由命的境地。

在《撒母耳记上》17 章 32 节中，我们读到牧童大卫对扫罗王说：“……人都不必因那非利士人丧胆。你的仆人愿去与他争战。”这里的“他”特指迦特的歌利亚——

那位正向以色列人发出挑战、邀战决斗的非利士人勇士（23 节）。当大卫看到所有的以

色列人都因惧怕歌利亚而战栗不已、四散奔逃时（24 节），他便劝勉众人不要"因那非利士人丧胆"，并宣告自己将亲自出马，去与歌利亚争战（32 节）。对于大卫的这番话，你有何感想？倘若在那一刻，你我正身处现场，我们是否真能听进大卫的话语，从而不再因歌利亚而感到灰心丧气？当周围的所有人一见到歌利亚便吓得浑身颤抖、仓皇逃命之时，我们是否真能——并且愿意——

坚守阵地，既不因恐惧而逃跑，也不因绝望而屈服？在我们漫长的一生中，每当我们反复遭遇那些如"歌利亚"般巨大的挑战时，我们难免会感到疲惫与耗竭，而陷入深深的灰心丧气之中，往往是再容易不过的事了。当这些困境涉及我们最挚爱的家人时，那种绝望感可能会变得尤为深沉和令人沮丧。在这样的时刻，我们该何去何从？

首先，通过经历深度的灰心丧气，我们需要彻底认清自己究竟是何等的脆弱与软弱（箴言 24:10b）。之所以如此，是因为唯有当我们完全领悟到人类存在的脆弱本质时，我们才能将全部的倚靠投向主——

那位我们唯一的盼望。请默想《赞美诗》第 543 首第一节及副歌的歌词："当试炼临到，我信心软弱，我便更加倚靠我所信的主。岁月流逝，祂仍是我唯一的倚靠；无论面对何境，我皆信靠耶稣。"随着岁月的流逝，我们的身心难免日渐衰弱，然而我们却可能发现自己正面临着比以往更为巨大的困境。在那些时刻，我们才猛然意识到自己的信心实际上是何等的微薄。尽管按理说，随着年岁增长、身心衰弱，我们的信心理应愈发坚强；然而，我们所遭遇的更大困境，反而向我们揭示了那个充满焦虑、忧虑与沮丧的自我——

从而使我们意识到，我们的信心依然存在着巨大的亏欠。正是在那一刻，我们才真正确信：随着岁月的流逝，唯有主才是我们真正能够倚靠的那一位。于是，我们便恳切地向主祈求祂的帮助。倚靠着祂，并呼应着诗篇作者的话语，我们向神发出祈求，同时也向自己的灵魂宣告："我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当倚靠神，因我还要称赞祂——祂是我的救主，是我的神"（诗篇 42:5, 11; 43:5）。因此，每当我感到灰心丧气时，我常对自己如此宣告，并向神祷告："James，你为何忧闷？你为何焦虑？应当倚靠神。"在那些时刻，我所经历的神圣援助，便是主——借着祂那充满应许的话语——重新恢复并苏醒我那曾陷入绝望之中的灵魂（诗篇 19:7）。正如那不倒翁玩具一般，主借着祂赐予我的应许（约翰福音 6:1–15），将我那灰心丧志的灵魂重新扶起；祂使我得以重燃希望，并赐我力量，让我能在信心中坚忍不拔，勇往直前。

因着歌利亚的缘故，所有的以色列人都惊恐万分，在他面前四散奔逃；然而，年轻的大卫——当他目睹这位强悍的战士歌利亚时——

却并未因此灰心丧胆。相反，他向扫罗王请缨，表示自己愿意挺身而出，与歌利亚一战。请留意扫罗王在听闻此言后的反应："……你不能去与那非利士人争战；因为你不过是少年人，他却从小就作战士"（撒母耳记上 17:33）。试想一下：若是在歌利亚——这位自幼便身经百战的资深战士——与大卫——一个乳臭未干的少年——

之间展开较量，究竟谁会胜出？这显然是一场实力悬殊、毫无公平可言的对决。况且，出于人类的本能，人们往往会选择避开这种毫无胜算的殊死搏斗。原因很简单：因为人心里

绝对确信，自己必将败北。因此，若因此感到灰心丧气，实属情理之中。那么，大卫究竟是如何做到既不灰心、亦无惧色，并甘愿挺身迎战歌利亚的呢？我在《撒母耳记上》17 章 37 节的上半句中找到了答案："大卫说：'耶和华救我脱离狮子和熊的爪，也必救我脱离这非利士人的手……'"大卫所信奉的，是一位施行拯救的神。他深信，神必将他从歌利亚的手中拯救出来。正是因为怀揣着这份对救恩的确信，大卫不仅对歌利亚毫无惧色，更未曾因

在《加拉太书》6 章 9 节中，使徒保罗说道："我们行善不可丧志；若不灰心，到了时候就要收割。"当我们竭力行善之时，有时可能会因遭遇艰难困苦而

感到灰心气馁。然而，我们绝不可因此丧志或放弃。相反，我们要像年轻的大卫那样——他曾奋勇迎战并战胜了歌利亚——

将完全的依靠与信赖寄托在主身上。因此，我们不应心灰意冷，而当凭着信心，勇敢地去战胜那些即便如歌利亚般巨大的挑战。让我们所有人都在主里，并借着对祂的信心，怀着勇气与自信勇往直前（《以弗所书》3 章 12 节）。

绝望与焦虑

“我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神；因我还要称赞他，他是我脸上的光荣，是我的神”（《诗篇》43:5）。

一个人之所以会陷入绝望与焦虑，原因可能有很多。其中一个原因，便是感到自己被挚爱之人所遗弃。例如，当我们感到自己被深爱的丈夫或妻子所抛弃时，我们极有可能经历极度的绝望与焦虑。对于孩子而言亦是如此；如果孩子感到自己被慈爱的父母所遗弃，他们可能会陷入绝望——甚至可能是彻底的无望——

并被焦虑彻底吞噬。然而，如果我们作为基督徒，感到自己被天父上帝所遗弃，又将会发生什么呢？

当我们审视今日经文——《诗篇》第 43 篇——的上下文时，我们会发现，这位诗人的绝望与焦虑，正是源于他感到自己被上帝所遗弃。因此，他发出呼求：“因为你是赐我力量的神；你为何丢弃我呢？……”（第 2 节）。这位诗人正遭受着诡诈与不义之人的迫害（第 1 节），因仇敌的欺压而深陷忧愁之中（第 2

节）。在这样的苦难与忧愁之中，他陷入了绝望与焦虑，因为他心中存着这样一个念头：主——即他力量的源泉——

竟然没有介入来拯救他。他感到自己被上帝所遗弃，因为上帝的拯救似乎迟迟未至。于是，这位深陷绝望与焦虑的诗人向上帝发出了这样的祈求："求你发出你的亮光和真实，好引导我；带我到你的圣山，到你的居所"（第 3 节）。当诗人因仇敌那诡诈与不义的行径而感到沮丧与焦虑时，即便身处内心深处的黑暗之中，他依然将目光投向了主的引导之光。他渴望获得主的指引，并借此抵达上帝——即他一切喜乐的源泉（第 4 节）——的面前。他更渴望向这位赐予他喜乐的上帝献上赞美。当我们感到自己已被上帝离弃时，便会变得沮丧和焦虑。当身处苦难与逆境之中，而上帝的拯救似乎迟迟未至时，我们便会愈发沮丧和焦虑。尤其是当我们感到上帝——那位"我的力量"（第 2 节）——不再将我们从那些不敬虔、诡诈且不义之敌人的欺压（第 2 节）中拯救出来时，我们便不可避免地陷入绝望，心中充满了焦虑。在这样的时刻，正如那位诗篇作者一样，我们必须对自己的灵魂说话："我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望上帝……"（第 5 节）。我们必须对那沮丧而焦虑的灵魂说："应当仰望上帝。"我们必须大声呼喊。我们必须向自己的灵魂呼喊，敦促它停止沮丧与焦虑，转而将盼望定睛在上帝身上。我们必须仰望我们的上帝——

那位我们的帮助者。当我们这样做时，我们将不再陷于沮丧与焦虑之中，取而代之的，我们将发现自己正向着上帝献上赞美。

压在人心上的重担

[传道书 6:1-6]

这几天，有什么事正沉重地压在你的心头？有什么重担正压抑着你的心灵？昨天——

也就是星期二——我带着孩子们去了他们的补习班；正当我心爱的儿子　Dillon　和女儿　Yeri

在上课时，我走到外面去打了个电话。打完电话后，我与跟随着我一同走出来的最小的孩子——Yeun——进行了一次简短的交谈。见我打完了电话，Yeun

提议我们换个地方坐坐；随后她走在我前面，在一棵树下坐了下来。（哈哈。）于是，我站在正坐着的　Yeun　面前，向她提出了这样一个问题："你的生活过得怎么样？"Yeun 的回答很简单："挺好的。"当我追问她具体哪里"好"的时候，她坦诚地吐露了心声："其实……我很累。"（哈哈哈。）看来，就连一个六岁的孩子也觉得生活很累啊！（哈哈哈。）

那么你呢？你是否也感到身心俱疲？压在你心头的那份重担——

也就是你正独自扛在肩上的那份重担——

难道不沉重吗？如果事实确实如此，我希望就在今天、就在此刻，你能回应耶稣在《马太

福音》11:28-30

中发出的邀请："凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。"

纵观今天的经文——《传道书》6:1——

所罗门王作出了这样的观察："我在日光之下见有一件祸患，重压在世人身上。"在《传道书》5:13-20

中，所罗门王曾提到过他所目睹的另一种"大祸患"。这种大祸患，是指财富的主人往往倾向于囤积自己的钱财，结果却反倒给自己带来了损害（第 13 节）。此外，所罗门王所目睹的一大祸患是：一个人可能为了自身利益而囤积财富，结果却遭遇灾祸，致使他丧失所有资财，最终竟无一物可留给自己的儿子。因此，所罗门王宣告：这一事实——

即"他怎样从母胎赤身而来，也必照样赤身而去；他劳碌得来的，手中分毫不能带走"（第 15 节）——

同样构成了一大祸患（第 16 节）。若一个人对自己的全部家产守护得如此痴迷，以至于反倒给自己带来了伤害，这究竟有何意义？如果一个人在遭遇灾祸、丧失一切之后，最终竟无任何财富可传给自己的儿女，那么他之前所做的一切又有何用？这种一生空手而来、又空手而去的境遇，确实堪称一大祸患。然而，在今天的经文——《传道书》6 章 1 节——

中，所罗门王又指出了世上的另一种祸患；他将这种特定的祸患描述为"加在人身上沉重的担子"——即压在人类身上的一种极大的重负 [参阅

(8:6)："人的苦难重压在他身上"]。那么，这种沉重地压在人们身上的祸患究竟是什么呢？请看今天的经文——

《传道书》6 章 2 节："神赐给人资财、丰富和尊荣，以致他心中所愿的一样都不缺；只是神没有赐他享用的能力，反倒让外人来享用。这便是虚空，也是极大的祸患。"这种压在人类身上的祸患，指的就是这样一种境况：一个人从神那里领受了各样的资财、财富和尊荣——以至于他心中所愿的无一或缺——

却偏偏被剥夺了实际享用这一切的能力。相反，神却将享用这一切的特权赐予了他人。的确，神究竟允许谁去享用那所有的财富、资财和尊荣呢？请看《传道书》2 章 26 节："神喜悦谁，就给谁智慧、知识和喜乐；唯有罪人，神使他劳苦，积蓄收集，好把所得的归给神所喜悦的人……"神使罪人劳苦作工并积聚财富，但最终，祂却将罪人所积攒的这一切财富夺去，转赐给那讨祂喜悦的人，让那人去享用。所罗门王也将此景描述为"虚空"——

具体而言，是一种"祸患"，或是一种"令人痛苦的恶事"（第 2 节；Swanson）。此外，所罗门王所观察到的这种具体的祸患是这样的：一个人可能不仅拥有这一切财富、资财和尊荣，甚至还拥有百名儿女和漫长的寿命——

然而，尽管他活了漫长的岁月，却始终无法真正享用他所拥有的任何财富、资财或尊荣（第 3 节）。试想一下：尽管蒙受了财富、资财、尊荣、儿女和长寿的祝福，如果一个人无法享用这一切丰盛之物——从而导致其灵魂中毫无喜乐可言——

这该是何等令人痛苦的祸患啊！况且，如果一个人不仅无法享用这一切祝福，甚至在死后也无法获得体面的安葬，这对一个人而言，该是何等令人悲哀的"祸患"啊！在古代东方，

未能获得体面的安葬被视为极度的羞辱。因此，所罗门王宣称，一个死产的胎儿，要比那个虽拥有巨额财富却无法享用、且死后不得安葬的人境遇更好（第 3 节下）。那么，死产的胎儿怎会被视为比那个无法享用自己财富、且在生命终结时无人安葬的人境遇更好呢？请翻开今天的经文：《传道书》6 章 4 至 5 节："因为死产的胎儿是虚虚而来，暗暗而去，其名字也被黑暗遮蔽；他既未见过天日，也未曾知晓任何事物，但他所享有的安息，却胜过那人。"据约翰·麦克阿瑟牧师（Pastor John MacArthur）所言，在那个时代，无论一个人活得多么长久，或拥有多少儿女，如果他在离世时无人为之哀悼且毫无尊荣可言，那么他的境遇甚至被视为比流产的胎儿还要凄惨。在所罗门王的眼中，一个在母腹中便遭流产的生命——

尽管它从未得见这世间的光明，对一切事物一无所知，其降生仿佛徒劳无功，最终只能在黑暗中消逝——

其处境依然胜过那些终其一生都未能真正享受到上帝所赐福分（诸如财富、尊荣、儿女及长寿）的人；尤其是那些在死后甚至连体面的安葬都无法获得的人。究其原因，乃在于那流产的生命拥有一种"安息"之感。换言之，流产胎儿之所以比那些未能享受到上帝所赐福分（如财富、儿女、长寿）且死后不得善葬之人处境更佳，是因为那流产的胎儿无需目睹这世间所充斥的种种恶行（《传道书》4:3）。无论一个人在这世上活得多么长久，如果他未能享受到世间的财富与丰裕，反而终日活在劳苦、忧愁与愁烦之中——

眼见这世间所犯下的一切罪恶——

且在死后甚至无法获得体面的安葬，那么流产的胎儿确实要比他强得多；因为，尽管那胎

儿遭致流产，却因此免受世间的焦虑、苦难、劳苦与愁烦之扰，从而获得了一种安息的状态。基于此论，所罗门王在今日的经文——即《传道书》6:6——

中提出了一个总结性的疑问："即使他活了双倍的一千年（即两千年），却未曾享受到任何快乐，难道所有人最终不都要归回同一个地方吗？"归根结底，无论是一个流产的胎儿，还是一个积聚了各样财富、尊荣且活了漫长岁月（双倍的一千年）之人，如果他在离世时从未曾享受到任何真正的快乐，难道他们最终不都要归回同一个地方——

那尘土之中吗？因此，在所罗门王看来，这同样是一件极大的祸患，也是加诸于人类身上的一副沉重重担。

我记得有一次，我在教会唱第 363 首圣诗——《我的一切试炼与重担》——时，一位同会信徒对我说，唱这首特定的圣诗让他感到有些低沉沮丧。事实上，*我*之所以唱第 363 首圣诗，原因之一恰恰是因为：当我的内心感到沉重且充满重担时，我渴望将这一切都卸在主耶稣面前。因此，我常常是这样唱这首诗的：

（第一节）

"当我将一切试炼与重担卸在主耶稣面前时，祂垂顾我这困苦之人，并将我的一切忧虑都亲自担当。

（第二节）

当我将一切愁苦与迫近的患难卸在主耶稣面前时，祂亲自施行拯救，并赐予我祂那无限的慈爱。

（第三节）

当我的重担愈发沉重，而我将其卸在主耶稣面前时，祂亲自施行拯救，并代替我背负这重担。

（第四节）

当我将内心的试炼与令我惧怕的罪孽卸在主耶稣面前时，祂便成为我的力量，赐我能力去胜过这世界。

（副歌）　当我独自背负沉重的重担，再也无法忍受而终于跌倒时——

那位以怜悯的眼光垂顾我、并赐我救恩的，唯有那恩典之主：耶稣基督。”

当我这样做时——

将目光定睛在那位替我背负重担的主身上，并将我的信靠全然交托给祂——

我发现自己所关注的，与其说是因重担卸下而带来的那种“轻松”感，倒不如说是那些我正试图卸在祂面前的重担本身的“沉重”感。因此，即使唱完了这首圣诗，我的内心往往依然感到沉重。正因如此，曾有许多次，即使在唱这首圣诗的时候，我的内心依然感到压抑，我的歌声听起来也显得疲惫不堪。然而，大约三年以前——

当时我正在探访一个宣教工场，那里有一位资深牧师在服侍——

我在凌晨四点左右躺在自己的房间里，正要昏昏睡去，却听到了那位资深牧师、一位执事

以及一群残障人士的声音；在他们的清晨祷告聚会中，他们正齐声唱着这首圣诗。据我回忆，当年那位牧师的歌声中蕴含着一种独特的力量。那是一首充满活力的赞美之歌——从中，我完全感受不到丝毫的心灵重负。如今回想起来，我相信这位主任牧师之所以能献上如此充满力量的赞美，正是因为他谦卑地回应了耶稣向"凡劳苦担重担的人"所发出的邀请。通过将自己所有的重担全然交托给主，他为自己的灵魂寻得了安息；这使他能够将主所托付给他的那些沉重使命，也视为轻省的负担。我盼望，借着今天的经文，我们都能领受神想要传达给我们的信息。此外，当我们目睹这世间的种种弊病沉重地压在心头——或者当我们发现自己正背负着类似的沉重重担时——

我祈求我们都能来到主面前，谦卑地卸下这些重担，从而寻得唯有祂才能赐予我们灵魂的真正安息。

今世的沉重重担

“所以你要对以色列人说：‘我是耶和华；我要用伸出来的膀臂和重大的刑罚救赎你们脱离埃及人的重担，不作他们的苦工。我要以你们为我的子民，我也要作你们的神。你们就知道我是耶和华——

你们的神，是救你们脱离埃及人之重担的。’”（《出埃及记》6:6–7）

“当我重担越发沉重，将其卸在主耶稣面前时，祂便亲自前来施救，替我承担那重负。（副歌）当我独自背负重担以至崩溃，再也无法忍受时——

那位怜悯并施予救赎的，唯有恩典之主：耶稣基督。”

（《赞美诗》第 363 首，第 1 节及副歌）

今世所能带给我们的，唯有劳苦与愁烦（《诗篇》90:10）。这世界——

堆满了焦虑、艰辛、罪恶与死亡——

不仅折磨着我们的心灵，更在我们的双肩上压下了沉重的重担。然而，比这世界本身压得更重的，却是那世俗化的教会。每当我亲眼目睹或耳闻当今教会内部所发生的种种罪恶行径时，我的内心便感到格外沉重。当各种罪恶行径在我所挚爱的同工之间、在他们所服侍

的教会里、以及在信徒的家中浮出水面并被揭露出来时，我的心确实感到无比沉重。因着意识到我们——以及我们的教会——

竟已变得如此世俗化，我的心倍感沉重；我也因此充满了忧伤。在这沉重的心情与忧伤之中，我再次默想——并将其笔录下来——那段出自《出埃及记》6:6–

7 的经文；这正是我在今晨的晨祷聚会中曾反复默想并宣讲过的经文。上帝——那位"确实看见了我百姓在埃及所受的困苦，也听见了他们因受督工的辖制所发的哀声，我原知道他们的愁苦"（出埃及记

3:7），并且也目睹了埃及人折磨以色列百姓的种种暴行（第 9 节）——呼召了摩西（第 4 节），劝服了他（3:11–4:17），并差遣他去见埃及王法老。当时，上帝对摩西和亚伦说："你们去见法老，对他说：'耶和华以色列的上帝这样说：容我的百姓去，他们在旷野要向我守节'"（5:1）。埃及王法老听了这话，便这样回应道："耶和华是谁，使我听他的话，容以色列人去呢？我不认识耶和华，也不容以色列人去"（第 2 节）。当我默想法老这一人物——他既违背了上帝，又因反问"耶和华是谁？"而暴露了自己的无知——

我不禁联想到摩西；当摩西反问上帝"我是谁？"（4:11）时，他也同样显露出了不顺服的迹象。归根结底，正如约翰·加尔文所指出的那样：我们是通过认识上帝来认识自己，也是通过认识自己来认识上帝；因此我意识到，如果我们对自身或对上帝缺乏认识，就必然会违背上帝的话语。埃及王法老因不认识上帝，不仅违背了上帝的命令，拒绝容以色列百姓离去；而且——当以色列人说"容我们去祭祀我们的上帝"（5:8,

17）时，他竟妄断他们不过是偷懒——

反而加重了他们强迫劳役的负担，使他们的苦工变得愈发艰辛（第 9 节）。他的目的在于阻止以色列百姓去听从那在他看来是摩西和亚伦所编造的"谎言"："容我们去祭祀我们的上帝"（第 9 节）。结果，以色列百姓因身受重轭的辖制而心灰意冷（6:9），并转而向摩西和亚伦发出了怨言（5:21）。听到百姓的抱怨声，摩西来到神面前，呼求道："主啊，你为何这样苦待这百姓？又为何差遣我来？自从我奉你的名去见法老传话以来，他便更加苦待这百姓，而你却丝毫没有拯救你的百姓"（23–24 节）。摩西既蒙神差遣，又顺服地奉主的名去见法老传话，却亲眼目睹法老对以色列人施加了更为残酷的压迫；目睹这一切，他得出了这样的结论："你却丝毫没有拯救你的百姓"（24 节）。就在那一刻，立约之神提醒摩西祂曾应许要拯救以色列百姓（6:1–5），随后便说了今日经文中所记载的话——

《出埃及记》6 章 6 至 7 节。这段信息的精髓在于神所作的应许——作为施行拯救的神，祂必将以色列的后裔从"埃及人所加的重担之下"拯救出来。神的救赎计划乃是将以色列百姓从埃及人所强加的重担之下领出来，带领他们进入迦南地——即祂曾起誓要赐给他们列祖亚伯拉罕、以撒、雅各的那片土地——并将那地赐给他们作为产业（第 8 节）。摩西顺服神的命令，将这一神圣的救赎计划传达给以色列百姓；然而，由于他们心灵破碎，加之处境极其艰难，他们根本听不进摩西的话（第 9 节）。归根结底，对于那些因埃及的重担而心灵破碎的以色列百姓而言，神那

关于救赎的应许——即"我要把你们从埃及人所加的重担之下领出来"这句话——

终究不过是耳旁风罢了。

你的光景如何？你能否用"心灵的耳朵"听见神那应许救恩的话语？抑或，正因你的心被这世上的重担压得沉重破碎，以致你无法听见神那救赎的声音？诚然，我们的神是一位施行拯救的神；既然如此，为何我们却无法被祂那应许救恩的话语所说服、所确信呢？这正是因为这世上的重担。撒旦借着它的仆人——正如古时的法老一般——

使我们在世上的劳苦变得愈发沉重。结果便是，撒旦阻挠我们在主日前往神的殿中献上敬拜。撒旦在我们心中滋生怠惰，从而拦阻我们上到主的殿中去敬拜。撒旦诱使我们在世俗事务上殷勤劳碌，却使我们在敬拜神的事上变得疏忽懈怠。此外，撒旦不断地在我们耳边低语谎言，声称神那真理的话语是虚假的，以此阻碍我们将敬拜献给神——

而敬拜神，恰恰正是我们蒙受救恩的终极目的。归根结底，撒旦强迫我们背负这世上的重担，以此击碎我们的心，使我们无法听见神的话语。那么，我们当如何行呢？我们必须凭着信心，向前来到那位将我们从这世上沉重的重担之下拯救（解救）出来的神面前（6:6–7）。当我们凭信心迈步向前时，必须在祷告中将我们那破碎的心灵卸在主的面前。因为神确实看见了我们的苦难，深知我们的困境，也听见了我们那破碎之心的呻吟；因此，祂必垂听我们的呼求，并应允我们（3:7,

9）。而且，神祂自己必亲自降临（第 8 节），将我们拯救出来。我祈愿神这救赎的恩典，能同时临到你与我身上。"凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。

我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的”（马太福音 11:28–30）。

沉重重担，难以独自承担

“摩西对耶和华说：‘你为何苦待你的仆人？我为何在你眼前不蒙恩，竟把管理这众民的重担加在我身上？’”（《民数记》11:11）

朋友们，请花片刻时间，勾选出以下列表中任何持续了两周或更长时间的症状：(1) 持续感到抑郁、焦虑或空虚；(2) 对曾经喜爱的活动和爱好（包括性生活）失去动力或兴趣；(3) 感到绝望或持悲观态度；(4) 感到内疚、毫无价值或无助；(5) 失眠、清晨过早醒来或睡眠过多；(6) 食欲不振或体重减轻；暴饮暴食或体重增加；(7) 缺乏精力、感到疲惫或全身乏力；(8) 产生关于死亡或自杀的念头，或曾尝试自杀；(9) 坐立不安或易怒；(10) 难以集中注意力或记忆事物，难以做出决定；(11) 出现头痛、消化系统紊乱或慢性疼痛等躯体不适；(12) 持续存在的躯体症状，且对治疗反应不佳。事实上，这份清单是一份用于筛查抑郁症症状的工具。据网络资料显示，如果您勾选了上述列表中的两项或更多项，则提示可能存在早期抑郁症症状；如果您勾选了五项或更多项，则提示可能存在重度抑郁症症状。在读完这

篇文章并进行了一番自我省察之后，我在个人的 Facebook 主页上发布了这样一条动态："今日 Facebook 讨论话题：抑郁症？"我发布这条动态，是希望能与朋友们就抑郁症这一话题展开探讨；随后，一位姐妹在下方留下了这样一条评论："我想我现在可能正饱受抑郁症的折磨。我的身心都已极度疲惫，以至于我所拥有的一切——我所领受的一切——在我看来不再像是恩赐，反而更像是一种沉重的负担。我只愿主能快快降临。这种盼望主再来的心情，似乎与一个身心健康的信徒所怀有的那种盼望有所不同。"当我读到这条评论时，我发现自己无法反驳其中所表达的情绪——

即"人所拥有的一切，与其说是恩赐，倒不如说是重担"。我越是对此进行反思，就越是开始自问：作为一家之主，我是否——也许是在不知不觉中——

将我挚爱的妻子和儿女视为重担，而非恩赐？此外，作为我所服侍的会众——

胜利长老教会（Seungri Presbyterian Church）的资深牧师，我也自问：我是否将上帝托付给我的这群羊视为沉重的负担，而非祂赐予我的恩典之礼？我毫无疑问地深知，我的妻子、儿女以及胜利长老教会的会众，确实都是来自上帝的恩典之礼；然而，我必须坦承，曾有那么一些时刻，这些无论是在家中还是在教会里都备受我挚爱的家人，在我看来竟成了沉重的负担。我也坦承，之所以我会将他们视为如此沉重的负担，其主要原因并不在于他们，而在于我自己。换言之，我怀疑之所以我会将上帝赐予的这些珍贵礼物——我的家庭和我的会众——

视为重担而非恩赐，是因为我对自己感到失望和灰心；我深感自己无力妥善履行作为这两个家庭（即我的肉身家庭和属灵家庭）领袖的各项职责。正因如此，曾有一段时期，每当

我唱起第 363 首赞美诗《我的一切试炼与重担》时，我都会热泪盈眶，心中百感交集、沉重不已。我特别记得，当时我是怀着无比深沉的情感和满溢的感恩之情唱出这首赞美诗的副歌："当我独自背负沉重的重担，因无法承受而精疲力竭、跌倒在地时——

那位施怜悯、赐救恩的，唯有恩典之主——耶稣基督。"

在今天的经文选段——

《民数记》11 章 11 节中，我们看到摩西正处于极度的困境之中，因为他已再也无法独自背负那沉重的重担了。他向上帝发出呼求，问道："你为何苦待你的仆人？我为何在你眼前不蒙恩，竟把管理这众民的重担加在我身上？"（第 11 节）。摩西并没有将以色列民——这支由六十万名徒步男子组成的庞大群体——

视为一份恩赐，而是将其视为沉重的负担（第 21 节）。摩西为何会将如此庞大的以色列民视为一种重担？其根本原因在于，寄居在以色列人中间的那些外族乌合之众屈从于贪欲；受此影响，以色列人自己也再次哭泣起来，抱怨道："谁给我们肉吃呢？"（第 4 节）。当摩西听到整个以色列会众——每一个家庭——

都在各自帐棚门口哭泣时（第 10 节），他感到极度的忧伤与困苦。你能想象那种情景吗？以我自身的经历为例：当我们那三个孩子尚在襁褓之中、轮流哭闹不休时——

尽管我的妻子无疑承受了主要的辛劳——

但我同样觉得，那三个婴儿此起彼伏的哭声绝非悦耳之音。试想一下摩西的处境：如果他被迫聆听整个以色列会众——那是一支由六十万名壮丁组成的庞大群体——

在各自帐棚门口哭泣的声音（第 10 节），他的内心该是何等的沉重与煎熬啊！于是，摩西对上帝说："你为何苦待你的仆人？我为何在你眼前不蒙恩，竟把管理这众民的重担加在我身上？"（第 11 节）。摩西向上帝倾诉了他那颗饱受煎熬的心，坦承自己肩负的责任重如泰山，凭他一己之力根本无法承担这众民的重担。他向上帝倾吐心声，承认自己已无力独自管理这数不尽的以色列民。最终，他甚至向上帝发出哀求："你若这样待我，求你开恩将我杀掉，免得我亲眼目睹自己的悲惨境遇"（第 15 节）。摩西恳求上帝让他死去。这在某种程度上，难道不似一位身患抑郁症者试图轻生的写照吗？当我们的心灵被沉重的负担压得粉碎——

当我们在这种巨大的重压之下，因再也无法独自承担那份重担而彻底崩溃时——

我们便别无选择，唯有在极度的绝望中选择放弃。与此同时，我们也会丧失对上帝的信靠能力，在怀疑与不信的泥沼中，被焦虑彻底吞噬。看来摩西也开始怀疑上帝的能力了。当上帝听到以色列人的呼声——

他们因贪婪而哭泣抱怨，问道："谁给我们肉吃呢？"（第 4 节）——并宣告祂将为他们供应肉食长达整整一个月，直到他们甚至厌恶那肉的气味为止（第 20 节）时，摩西这样回应上帝说："……我寄居在他们中间；这百姓步行的男丁有六十万，你还说：'我要赐给他们肉吃，使他们吃得饱足，可以吃足一个月。'难道把羊群牛群都杀了，就够他们吃吗？难道把海中所有的鱼都聚了来，就够他们吃吗？"（第 21–22 节）。从摩西的角度来看，我相信他向神提出这样的疑问是相当可以理解的。在旷野之中，怎可能弄到足够的肉食来供养六十万步行的百姓长达整整一个月呢？正如摩西所指

出的，即使为这庞大的以色列人群体"把羊群牛群都杀了"，也仍嫌不足——

况且，在旷野里，又到哪里去找这些羊群牛群呢？此外，既然旷野并非大海，又怎可能"把海中所有的鱼都聚了来"呢？就在那一刻，上帝对摩西说："耶和华的膀臂岂是缩短了吗？现在你要看我的话向你应验不应验"（第 23 节）。最终，正如祂向摩西所应许的那样，上帝取了那安歇在摩西身上的灵，分赐给七十位男子——

即那些配得引导百姓的长老与领袖——

使他们能与摩西一同分担百姓的重担，好让摩西不再需要独自一人承担这一切（第 16–17、25 节）。而上帝也确实信守了祂的话语，为以色列人供应了整整一个月的肉食——直到他们甚至厌恶那肉的气味为止（第 31–33 节）。诚然，耶和华的膀臂岂是缩短了吗？这让我联想到《以赛亚书》59 章 1 至 2 节中的话语："耶和华的膀臂并非缩短，不能拯救；耳朵并非发沉，不能听见。但你们的罪孽使你们与神隔绝；你们的罪恶使他掩面不听你们。"正是我们的罪孽，在我们与神之间造成了一道裂痕。那么，我们的罪孽究竟是什么呢？它们正是那些源于不满、针对神及其仆人而滋生的抱怨与怨恨。究竟是什么构成了我们的罪孽？那就是我们对神缺乏信心，以及对祂的诫命不顺服。归根结底，我们的不满、抱怨、缺乏信心和不顺服，不仅使我们自身陷入一种属灵低迷的状态，更将我们的属灵领袖也拖入了同样的属灵停滞之中。造成这一局面的根本原因之一，在于我们与世俗之人混杂在一起，并因此沾染了他们所怀有的那种贪婪（第 4 节）。我们必须将这一真理铭记于心："私欲既怀了胎，就生出罪来；罪既长成，就生出死来"（《雅各书》1:15）。最终，那些屈服于这种贪婪的人，被埋葬在一个名叫"基博罗·哈他瓦"（意即"贪欲之墓"）的地方——

因为"肉在他们牙齿之间尚未嚼烂，耶和华的怒气就向他们发作，用最严重的瘟疫击杀了他们"（《民数记》11:33；第 34 节）。

耶稣继续邀请你："凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息"（马太福音 11:28）。我们的主是施行拯救的神，祂将我们从这世上的重担中解救出来——正如祂曾带领以色列民脱离埃及人所加诸的沉重劳役（出埃及记 6:6–7）。尤为重要的是，我们的主是那位将我们从罪的重担中拯救出来的神。此外，我们的主是那位日日为我们担当重担者；祂是施行拯救的神（诗篇 68:19）。因此，让我们将一切的重担都卸给主（彼得前书 5:7）。那位拯救并眷顾我们的主，必将我们的重担亲自担当，并赐给我们安息（马太福音 11:28）。我们的主必使我们的灵魂得享安息（第 29 节）。我们的主必使我们疲惫的灵魂重新得力（诗篇 19:7）。主是我们的力量（耶利米书 16:19）。因此，我们必受感发出这样的告白："耶和华啊，我的力量啊，我爱你！"（诗篇 18:1）。

一颗凄凉的心

[诗篇 143]

在我的表亲中，有一位弟弟。在他童年时期，他极度惧怕那些漆黑一片的房间。据我回忆，他之所以惧怕这类黑暗之地，是因为在他成长的过程中，每当他不听父母的话时，他的父亲就会对他进行管教——

具体做法就是把他关进一间黑暗的屋子里。因此，当他读初中时，我们教会的青年团契组织了一次退修会，前往一处祷告中心；由于他屡次不听助理牧师的劝导，牧师便将他独自关在一个黑暗的角落里，以此作为一种管教手段。这便是那位牧师管教他的方式。之所以我在默想今天的经文——《诗篇》第 143 篇——时，会想起这位当时对黑暗房间和场所充满恐惧的表弟，其原因在于该篇的第 4 节；在那一节中，诗人大卫宣告道："我心在我里面凄凉。"根据韩语词典的释义，此处被译作"凄凉"（*chamdam*）一词，包含着"(a) 极其凄惨、荒凉"或"(b) 令人惊恐、骇人"这两层含义。而一部汉字词典则进一步将其定义为"(a) 昏暗、幽深且孤寂"、"(b) 惊恐且凄凉"，或是"(c)

（指某种处境或状态）悲惨且绝望”（引自网络资料）。当大卫在今天的经文中形容自己的内心“凄凉”时，其所使用的希伯来语原文其实蕴含着更为深层的寓意：它暗示着，由于自身所犯的罪孽，大卫陷入了一种令人战栗的极度恐惧之中——

这是一种源于巨大灾难（或祸患）即将来临的深切恐慌，而他将这灾难视为上帝对他施行的审判。换言之，大卫撰写今天的经文——即《诗篇》第 143 篇——之时，正值他因自身的罪过而遭遇巨大灾祸之际；他发现自己身陷于真正黑暗且凄凉的境地之中，他的心灵深处遭受重创，内心更是彻底地荒凉与破碎。

纵观今天的经文——《诗篇》第 143 篇——中的第 4 节，诗人大卫用这样的话语来描述他当时的状态：“所以我里面的灵发昏；我心在我里面凄凉。”简而言之，大卫当时正处于一种“受伤的灵”或“凄凉的心境”之中。大卫曾在《诗篇》142 篇第 3 节中说道：“我的灵在我里面发昏”；同样地，在今天的经文——即《诗篇》143 篇第 4 节——中，他的灵依然深受重创，伤痛彻骨。也就是说，大卫当时正处于一种内心极度凄凉、荒芜的状态。大卫的灵为何会受如此深的创伤？他的心为何会如此凄凉？大卫在今天经文的第 3 节中揭示了其中的缘由：“因为仇敌追逼我的灵魂，将我的性命踏碎于地，使我住在黑暗之处，像死了许久的人一样。”大卫之所以灵受创、心凄凉，正是因为他的仇敌正在逼迫他。在此语境下，大卫的仇敌似乎正是他自己的儿子——

押沙龙。我们可以做出这一推断，因为在《七十士译本》的某些抄本中，这篇诗篇的卷首标题附有这样一句话：“当他的儿子押沙龙追逼他、试图捉拿他之时”（朴允善语）。虽然

在《诗篇》142　篇中逼迫大卫的是扫罗王，但在今天的经文——即《诗篇》143　篇——中，那个逼迫大卫并企图夺取他性命的人，却是他自己的儿子押沙龙。鉴于此，我们不难意识到：大卫的一生——无论是在登基为王之前还是之后——

确实充满了苦难与逼迫；正是这些苦难与逼迫刺伤了他的灵，使他的内心变得极度凄凉。然而，两者之间存在一个显著的差异：当大卫遭受扫罗王逼迫时，那并非上帝因大卫犯下某种针对祂的特定罪行而降下的神圣管教；相反，在今天的经文中，大卫所面临的来自押沙龙的逼迫，却是他自身罪孽所直接招致的后果。正因如此，《诗篇》143　篇——即今天的经文——

被视为"七首悔罪诗"（包括《诗篇》6、32、38、51、102、130 及 143 篇）中的最后一篇（朴允善语）。大卫深切地意识到，他正遭受的迫害——

进而也是他那受伤心灵与凄凉心境的根源——

正是源于他自身的罪孽。这一领悟使他的内心愈发沉重，充满了悲伤、痛苦与绝望。身处此境，当他意识到那个正试图夺取他性命的人，竟不是别人，正是他自己的亲生儿子押沙龙时，那该是何等的凄惨与悲苦啊！你是否能想象那种极度的惊恐：那个苦苦逼迫你、企图加害于你性命的仇敌，竟然就是你自己的骨肉至亲？当我们试图设身处地为大卫着想时，我不禁在脑海中勾勒出这样一幅画面：大卫——一位父亲——

为了保命而仓皇逃亡，身后紧追不舍的却是他自己的亲生骨肉。世上还有比这更凄惨、更绝望的境遇吗？在这极度危难的困境之中，大卫形容自己仿佛置身于黑暗之中——

就像一个早已死去的人（诗篇　143:3）。在这绝望、痛苦——确实是极其危急——

的处境下，大卫究竟做了什么？主要依据今天的经文——《诗篇》第 143 篇——我们可以从以下两个角度来加以探讨：

首先，大卫回想了主在过去所行的作为。

请看今天的经文——

《诗篇》143 篇 5 节："我追想古时的日子，思想你一切的作为，默念你手所做的工。"随着我持续默想《诗篇》，我常在诗人的祷告中观察到一个独特的模式。其中一种模式，就是在祷告的语境中，回想主在过去所成就的作为。就我个人而言，当我效仿这位诗人的方式回顾往昔时，我发现自己正逐渐养成一种祷告习惯：回顾上帝的救赎历史，以及祂赐予我的恩典。在开始默想《诗篇》之前，我回顾往昔的习惯往往并非聚焦于上帝的作为，而是聚焦于各种困境、不愉快的记忆——那些带着人性败坏之恶臭的罪恶回忆——以及我自身的罪行。然而，随着我持续默想《诗篇》，圣灵转移了我的焦点。如今，当圣灵引导我回顾往昔时，祂将我的注意力引向上帝的作为——具体而言，就是上帝如何在那些我感到重担沉沉、愁苦、煎熬与灰心丧志的时刻，施行拯救并向我施予恩典。在这一过程中所领受的恩典，使我能够将焦点从上帝的"作为"转移至上帝的"本性"——即祂作为上帝的本质——从而赋予我力量，使我能凭着信心，坦然无惧地向祂呈上我的祈求。虽然我无法断言得百分之百准确，但我相信，在今天的经文——《诗篇》143 篇 5 节——中，当大卫身陷绝境、生命受到押沙龙追杀的威胁之际，他之所以"追想古时的日子"并"

思想主一切的作为”，无疑是在回想上帝那施行拯救的恩典——

正是这份恩典，曾在他在登基为王之前，将他从扫罗王的追杀中拯救出来；而那段经历，正是《诗篇》142　篇的背景所在。我之所以持此观点，原因之一便是这两起事件之间有着惊人的相似之处。换言之，无论是在《诗篇》142　　篇，还是在今天的经文——《诗篇》143　篇中，我们都看到大卫的心灵深受创伤，处境极其凄惨；当我们留意到类似的情境在我们的生活中反复出现时，我相信其中蕴含着神圣的旨意——

那是上帝发出的呼唤，旨在引导我们去省思祂在过往所施行的拯救之恩。我脑海中浮现的一个绝佳例证，记载于《约翰福音》21 章 9 节。耶稣从死里复活后，在提比哩亚海边向门徒显现；随后，祂三次向彼得提出了同一个问题：”约翰的儿子西门，你爱我吗（比这些更深吗）？”（见 15、16 及 17 节）。当时的情境，与彼得三次否认耶稣的那一幕有着惊人的相似之处。我们该如何察觉这种相似性呢？在这两个场景中——

无论是彼得三次否认耶稣之时，还是后来复活的耶稣三次问彼得”你爱我吗”之时——

都出现了一堆”（炭）火”。你还记得吗？关于彼得三次否认耶稣的那一幕，作者路加在《路加福音》22 章 55 节中曾这样记载：”有人在院子当中生了火，一同坐下；彼得也坐在他们中间。”毫无疑问，当复活的耶稣生起炭火，将鱼放在火上烤，又预备好饼，并——

在那些上岸的门徒中间——

三次问彼得”你爱我吗”的时候，彼得的心中定然回想起了他过去的罪过：即他曾围坐在火堆旁，三次否认耶稣的那一刻。耶稣通过重现那一幕往事，旨在将彼得从罪疚感中释放出来，并托付给他一项使命。这该是何等奇妙的上帝之爱与神圣旨意啊！因此，正如《诗篇》作者大卫一样，每当我们的心灵因现实生活中的痛苦与逆境而遭受创伤、倍感凄凉之时

，我们都务必回想主在过往岁月里所赐予我们的恩典。特别是，无论我们今日所面临的处境多么艰难，我们都应当省思并默想上帝的救赎恩典——

回想祂在过去是如何将我们从那些甚至比当前处境更为严峻的困境中拯救出来的——

好使我们在当前的试炼之中，依然能找到理由来颂赞祂的信实。那位曾在过去垂听并应允我们的祷告、将我们从困境中解救出来的上帝，如今也完全有能力将我们从当下所面临的任何艰难或严峻的处境中拯救出来。我祈愿你我都能成为这样的人：借着回想并默想主过往的作为，对祂所赐予我们的救恩怀有坚定不移的确信。

其次——也是最后——大卫向主发出了他的祈求。

请看今天的经文，诗篇

143:6："我向你举手；我的心渴想你，如干旱之地（细拉）。"在遭受仇敌逼迫之际——

当他内心灵性破碎，心中充满绝望、痛苦与极度的荒凉之时——

大卫的灵魂依然渴慕着主；因此，他向主伸出双手，发出了恳求。当大卫向主祈求时，他期盼上帝能迅速回应他的祷告（第 7 节）。他的处境就是这般紧迫。大卫用这样的话语描述了他这绝望的困境："耶和华啊，求你速速应允我！我心神耗尽。不要向我掩面，免得我像那些下坑的人一样"（第 7 节）。在此，我们将默想大卫祷告中的四个方面，并尝试将其应用到我们自己的祷告生活中：

(1) 大卫没有专注于自身的悖逆与不义，而是倚靠主的信实与公义，向神发出了祈求。

请看今天的经文，诗篇

143:1："耶和华啊，求你听我的祷告，留心听我的恳求！凭你的信实和公义应允我。"当他内心灵性破碎、心中倍感荒凉之时，大卫并没有将目光定格在自己所处的恶劣境遇上；相反，他定睛仰望上帝——

那位掌管并主宰着这一切境遇的主。当他仰望上帝时，大卫将倚靠建立在上帝的信实（真理）与公义之上，以此向神发出了祈求。从诗篇 142 篇中我们得知，当我们向上帝献上祷告时，首要的一步应当是宣告上帝的属性——即在我们来到祂面前时，宣告祂的神性与主权。此外，在今天的经文——诗篇 143 篇——中我们观察到，大卫开始祷告时，首先且主要倚靠的正是上帝自身的本性：具体而言，即上帝的信实（真实性）与祂的公义。这教导我们，这种做法应当成为我们祷告中一种自然的习惯。当我们身处痛苦的境遇——

也许正因自己的罪过而承受上帝的管教——

我们的本能反应往往是将目光转向自身，或是投向我们所面临的眼前处境。这样做，我们很容易陷入抱怨和心怀怨恨的泥潭，而未能意识到，我们的苦难很可能正是我们自身过犯所带来的直接后果；然而，我们绝不可屈服于这种冲动。相反，我们应当将此类境遇视为一个契机，借此在上帝面前诚实地省察自己。我们必须深刻地认识到自身的悖逆与不义。当我们这样做时，我们会发现自己不得不将全部的倚靠都投向上帝的信实与公义。

(2) 在灵里破碎、内心极度凄凉之际，大卫恳切地祈求上帝，赐予他聆听主话语的特权。

请看今日经文（诗篇 143 篇）中的第 8 节："求你使我清晨得听你慈爱的声音，因我倚靠你；求你使我知道当行的路，因我的心仰望你。"大卫虽灵里破碎、内心凄凉，但他却凭着对上帝信实与公义的倚靠，献上了他的祈求。在这极度的困境之中，他向上帝祈愿，求上帝使他在清晨之时，便能得听主那充满慈爱的话语。大卫为何如此迫切地渴望聆听主那充满慈爱的话语呢？大卫——

这位在祷告中全心倚靠主的人——

之所以渴望聆听主的话语，是因为他寻求借着这话语获得指引。换言之，大卫渴望聆听主话语的初衷，源于他渴慕明白主的旨意，并继而遵行这旨意（第 10 节）。因此，他向上帝祷告说："求你使我知道当行的路"（第 8 节）。有时，正是因为我们的罪过，我们便会落入上帝的管教之中；在这样的时刻——

在那管教所带来的痛苦与磨难之中——

我们的心灵可能会感到极度破碎，内心也可能感到无比凄凉。在这样的关头，我们必须向神祷告，并像大卫一样，切切渴慕主的话语。这是为何呢？因为借着主的话语，我们得以辨明自己当行的道路，并有力量回转，重新踏上那讨祂喜悦的路径。即便我们在经历这般苦难之前曾误入歧途、得罪了神，如今我们也必须倚靠主的信实与公义；我们要借着祷告，顺服祂话语的引导，行在祂所喜悦的真理与公义的道路上。

(3) 大卫恳求神拯救他。

请看今天的经文，诗篇 143 篇第 9 节："耶和华啊，求你救我脱离仇敌；我往你那里藏身。"当大卫因仇敌的逼迫而感到心灵破碎、内心凄凉之时，他便投靠在主的荫庇之下。正如他在诗篇 142 篇中所表现的那样——当时他正躲避扫罗王的追杀，意识到周围无人能成为他的避难所，因此他不寻求任何人的庇护（142:4），而是单单投靠那作为他真正避难所的主（第 5 节）；同样在今天的经文——

诗篇 143 篇中，他也投靠并藏身于主这位避难所之中，恳求神将他从仇敌手中拯救出来。请留意大卫在诗篇 143 篇第 11 节中为求拯救所作的祷告："耶和华啊，求你为你的名将我救活！凭你的公义，将我的灵魂从患难中领出来。"大卫之所以能向神发出这样的恳求——事实上，你我同样也能如此恳求——

是因为我们的神正是我们的救主。因此，作为施行拯救的神，当我们为自己的过犯悔改并回转归向主时，祂便会赦免我们的罪，并将我们从患难中拯救出来。

(4) 大卫恳求上帝审判他的仇敌。

请看今天的经文——

《诗篇》143 篇 12 节："凭你的慈爱剪除我的仇敌，灭绝一切苦待我灵魂的人，因我是你的仆人。"

大卫恳求上帝剪除并灭绝一切苦待他灵魂的仇敌。大卫之所以能向神发出这样的恳求，是因为他是主的仆人。这层含义表明：既然大卫是主的仆人，他的仇敌就不是；因此，他祈求主——凭着祂那坚定的慈爱——

顾念并垂看祂所拣选的仆人，在灭绝恶人的同时，赐予他拯救。这也应当成为我们的祷告。我们必须祈求：愿主凭着祂那坚定的慈爱，在灭绝我们的仇敌——

即那些非祂仆人且未蒙拣选之人——

的同时，拯救祂所拣选的仆人。如此一来，上帝那坚定的慈爱（即祂的爱）与祂的公义便得以彰显。换言之，上帝的荣耀必借着拯救与审判而显明——

或者更确切地说，是借着那通过审判而成就的拯救来显明。

我深切盼望，无论我们身处的境遇何等险恶，你我都能像诗人大卫那样，在向神呈上祈求之时——并回想主过往所施行的拯救作为——亲身经历上帝那拯救的恩典。

当短暂被弃、心灵忧伤之时

“正如一位曾短暂被弃、心灵忧伤的少妇被重新接纳一样，耶和华也呼唤你归回，并对你说：‘我曾短暂地离弃你，但如今我要以极大的慈爱将你接回。在愤怒的一瞬间，我曾向你掩面不顾；但如今，我要以永远的慈悲怜悯你。这是耶和华——你的救赎主——所说的话。’”　　（《以赛亚书》54:6–8，《现代人圣经》译本）

前些日子，在一次清晨祷告聚会中，我默想了《以赛亚书》48 章 9 节的经文：“为了我名的缘故，我要延缓我的怒气；为了我荣耀的缘故，我要克制自己，不将你剪除。”在默想这节经文时，我进行了一次讲道——

这讲道不仅是向聚会中的会众宣讲，首要的更是向我自己宣讲：在我们度过每一天时，为了上帝的名和祂的荣耀，我们必须不轻易发怒，并操练极大的忍耐。然而，就在当天晚些时候——早堂聚会结束之后，当我正开车前往锻炼的途中——

我竟然发怒了，并肆意发泄了我的怒火。在我的无知与蒙昧之中——

甚至未曾意识到自己有错——

我竟因身后车辆司机按了一声喇叭这样微不足道的小事，便向那位完全陌生的路人（即后车的司机）暴怒发作。我的心变得沉重起来，被一种锥心的良心责备感压得喘不过气。我感到自己何其可悲；我身为一名牧师，怎能如此失格——

竟未能践行我在早堂聚会中刚刚宣讲的信息，甚至在刚走出圣殿的那一刻，便背弃了上帝的教导？随后，到了午餐时分，我心想："既然今天反正已经犯了罪，再多犯一桩罪又有什么大不了的呢？"于是，我竟在明知故犯的情况下，又一次得罪了上帝。这一次，我的心再次因那刺骨的罪疚感而变得沉重，在自己眼中，我显得何其凄惨、何其可悲。我向上帝认罪，祈求祂的宽恕；然而，我深知那转离罪恶的力量并不在我自身，而唯独在乎上帝，因此我更迫切地向上帝祈求，求祂赐予我那悔改的恩典。我带着这种心境度过了上午和大半个下午，直到日暮时分，才猛然想起《以赛亚书》48 章 9 节——正是这节经文，曾在当天清晨的祷告聚会中被宣讲过。当这节经文浮现脑海时，我猛然醒悟：上帝是"不轻易发怒"的，即使是对我这样一个罪人，祂依然怀着极大的忍耐。在此之前，我的思绪完全被一个事实所占据：我犯罪了——

我未能遵行上帝的话语，没有为了祂的名和荣耀而做到不轻易发怒、保持忍耐。然而就在那一刻，一个新的念头在我心中升起：即使是对*我*——这样一个犯下如此重罪的人——上帝在此时此刻，依然在对我施行忍耐，依然没有轻易发怒。在那一瞬间，我瞥见了上帝那浩瀚恩典的一角——尽管那光景是何等微弱——

我随即向祂献上了由衷的感谢。我情不自禁地对这份神圣的恩典充满了感激；因为即使是

对我这样一个大罪人——

一个如此轻易便偏离正道、甚至无法遵行自己亲口宣讲的上帝话语、从而遮蔽了上帝荣耀并玷污了祂圣名的人——

上帝为了祂自己的名和荣耀的缘故，依然对我保持忍耐，不轻易发怒。

再次回味上帝的这份恩典，我默想起了《以赛亚书》54 章 6 至 8 节——那是我在前一天清晨祷告聚会时所诵读的经文。我深思着：我的上帝不仅仅是一位恩典丰盛的上帝——一位对我充满忍耐、不轻易发怒的上帝——

更是一位充满慈爱的上帝；尽管祂可能会因愤怒而"片刻"（第 8 节）掩面不顾，可能会"片刻"离弃我，但最终，祂仍会以极大的慈爱将我重新接纳（第 7 节）。当我——这样一个罪人——

得罪了圣洁的上帝，且依然执迷不悟、不知悔改之时，祂不仅仅是借着祂话语的光照来显露我的罪行；祂更饱含慈爱地责备我的罪。那内住在我心中的圣灵——即上帝祂自己——

借着上帝的话语（即"圣灵的宝剑"），刺透我的良心，催促我正视并承认自己的罪。于是，我便向上帝坦承我的罪过，祈求祂的赦免。然而，正因我未能实行真正的悔改——即彻底弃绝那罪——

我便无数次地反复对神犯下同样的罪。每当我如此行时，神便借着祂的话语向我发出警告；但我却对这些警告置若罔闻，再次堕入罪恶之中。结果，在祂所定的时刻，神便以其圣

洁的烈怒对我施行管教。在那样的时刻，我虽在极度的痛苦中向神呼求，却感觉祂仿佛并未听见我的哀求——

就好像祂已将面转向一旁，不再顾念我。不仅如此，随着苦难的煎熬日渐漫长，我的忍耐已达极限，整个人陷入了彻底的绝望之中。我甚至开始生出这样的念头：神已将我彻底离弃了。在这样的时刻，我的内心充满了挥之不去的哀愁——

那感觉，就像是一位年轻时便已出嫁的妻子，最终却被丈夫无情地抛弃、离弃了一般（第 6 节，《现代人圣经》）。然而，就在这彰显神那令人惊叹的恩典与慈爱的一刻，祂呼唤我回到祂的身边（第 6 节，《现代人圣经》）。正如一位丈夫重新接纳那位曾被他抛弃的妻子——那位在饱受他的怒气与拒绝之后，正独自哀伤的妻子——

神也同样呼唤我归回；祂再次以无限的慈爱欢迎我，并凭着祂那永恒的怜悯，以深切的慈悲目光眷顾着我（第 8 节，《现代人圣经》）。我的救赎主——即神祂自己（第 8 节）——

或许曾对我发怒片刻，或许曾短暂地离弃了我；然而，正是这位神，呼唤我归回，再次以极大的慈爱欢迎我，并以永恒的怜悯将我紧紧拥入怀中。

然而，那位充满丰盛怜悯的神，却将祂全部的烈怒倾注在祂的独生爱子——

被钉在十字架上的耶稣身上。就在那一刻，耶稣在十字架上大声呼喊："我的神，我的神，为什么离弃我？"（马太福音

27:46）。尽管神听见了这声呼喊，祂却转脸不顾耶稣。神没有怜恤耶稣。父神离弃了祂

的独生爱子耶稣。父神任凭祂的独生爱子被钉在十字架——那受咒诅的木头上——独自死去。本该承受永恒刑罚的，其实是我；然而，耶稣却代替我领受了那刑罚。因此，神呼召了我，并以极大的爱接纳了我。不仅如此，神更以永恒的慈悲向我施恩。如今，乃至未来的日子里，神仍将继续以祂那永恒的慈悲向我施恩。

当我的心动摇之时

“你们众民哪，要时时倚靠他，在他面前倾心吐意；神是我们的避难所。（细拉）”（诗篇 62:8）

这让我回想起这样一个教训：在领受恩典之后，人更当保持警醒。2016 年，在我前往韩国参与网络事工并回到美国之后——当时我正满怀着丰盛的恩典——

有一段时间，我的内心却感到有些动摇。在那段时期里，我察觉到——

甚至是在我自己几乎未曾意识到的情况下——

我的心正开始陷入低沉与抑郁之中。尽管我身体上的疲惫已大体恢复，但我却无法完全理解，为何我的心会向着沮丧与灰心摇摆不定，随后又重新归于平静。在这番挣扎之中，我读到了今天的经文——

《诗篇》第 62 篇，其中第 3 节特别引起了我的注意：“你们大家攻击一人，把他推倒，好像斜墙，好像将倒的垣根，要到几时呢？”诗篇的作者大卫当时正遭受着攻击。他的仇敌们联合一致，企图对他发动猛攻，意图夺取他的性命。面对这样的攻击，大卫将自己当时的困境形容为一面“斜墙”或一

道"将倒的垣根"。他之所以这样形容，是因为他的仇敌们不仅密谋将大卫从高位上推翻，而且——作为那些喜好虚谎之徒——

他们口头上说着祝福的话语，心中却暗藏着咒诅（第 4 节）。本质上，大卫的仇敌们试图通过摇撼那些环绕在他身边的保护屏障——诸如墙垣或篱笆——

来动摇他的根基，企图将其彻底摧毁。这正是撒旦的作为与策略。撒旦无休止地攻击我们，竭力试图摇撼——甚至推翻——

那些作为我们内心保护屏障的"墙垣"与"篱笆"；而我们的心，正是生命的泉源所在（箴言 4:23）。撒旦不知疲倦地持续攻击我们的内心，企图使我们灰心丧气、情绪低落，甚至陷入绝望的深渊。既然如此，当我们的心开始动摇时，我们究竟该怎么做呢？关于这个问题，我进行了两方面的省思：

首先，当我们的心动摇时，我们必须安静地将我们的倚靠——即我们的信赖——全然交托给神。请看今天经文的前半部分，即《诗篇》62 篇 8 节："你们众民当随时倚靠他……"

[（当代英语译本）"我的百姓啊，要时刻倚靠神"]。当我们的内心因撒旦的攻击而动摇时，我们必须同时持守两个真理：(1) 即使我们的财富增加，我们也不可倚靠它（第 10 节）；(2) 我们必须单单倚靠神（第 1、2、5、6 节）。撒旦经常攻击我们，特别是通过物质的诱惑。尤其是当我们遭遇经济困难时，撒旦会不遗余力地用金钱来试探我们。此外，他甚至会通过允许我们的财富增加来诱惑我们，其最终目的是企图把我们引入一种境地——

让我们试图同时事奉主和物质财富。我们的内心确实很容易因撒旦的这种诱惑而动摇。然而，正如经文所教导的，即使我们的财富增加，我们也不可倚靠它（第 10 节）。相反，我们要像诗人大卫那样，时刻单单倚靠神（第 8 节）。当我们倚靠祂时，即使内心动摇，我们的灵魂也必须安静下来，单单定睛在神身上（第 1、5 节）。我们必须安静地单单仰望主（第 2、6 节）。这怎么可能呢？当我们的内心动摇时，我们怎能安静地单单定睛在神身上呢？这让我想起《诗篇》42 篇 5 节、11 节以及 43 篇 5 节中的话："我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当倚靠神，因我还要称谢他，他是我的救主，是我的神。"我经常把这些经文当作我个人的祷告，呈献给神。特别是当我内心深处感到忧闷和焦虑时，我会一边向神祷告，一边对自己的灵魂宣告说："James 啊，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？你——

James 啊，应当倚靠神。"每当我这样做时，我总能真切地经历到神的帮助。上帝借着祂应许之话语的大能，使我那一度低沉、焦虑的灵魂得以苏醒并被高举。同样，每当我的内心动摇之时，我都渴望借着祷告来到上帝面前——

正如诗人大卫所做的那样，向我自己的灵魂发出呼唤："我的心哪，你当默默无声，专等候神"（62:5）。我们为何必须默默无声，将目光单单定睛于上帝？原因在于，"我的拯救"与"我的盼望"皆源自耶和华（第 1、5 节）。原因在于，唯有耶和华是"我的磐石"与"我的高台"（第 2、6 节）。因此，当我们默默信靠上帝，并默默将目光定睛于祂之时，我们就必不动摇（第 2、6 节）。恰恰相反，我们将从中得力（以赛亚书 30:15）。

其次——也是最后一点——当我们的内心动摇时，我们必须向神倾心吐意。

请看今天的经文，即《诗篇》62 篇 8 节："你们众民当随时倚靠他，在他面前倾心吐意；神是我们的避难所。（细拉）"在我们这个群体中，许多成员无法分享他们的忧虑与重担。究其原因，似乎是因为他们担心：一旦吐露了自己的难处，这些事情便会沦为教会内部流言蜚语的谈资——

最终反而让自己受到伤害。因此，他们别无选择，只能独自背负着所有的忧虑与重担。尽管教会理应是一个彼此分享的共同体，但看来，一种有助于成员之间深入分享忧虑与重担的文化尚未真正建立起来。这确实是一个令人遗憾的现实。然而，即便面对这样的现实，我们之所以不至绝望，是因为我们可以来到主面前，向祂倾心吐意。正因如此，我个人特别珍视《新圣诗》中的第 539 首，题为《悄悄来到耶稣面前》。其副歌的歌词是这样的："悄悄来到主耶稣面前，向祂倾诉你的心意；那常在暗中察看的主，必赐给你丰盛的恩典。"我们能悄悄来到主面前，向祂倾心吐意，这该是何等值得感恩的事啊！能够借着祷告来到主面前——那位最深爱我们、也最了解我们的主——

向祂呼求，倾诉我们灵魂深处的肺腑之言，这简直就是一种特权与莫大的福分。诗人大卫曾勉励以色列民要随时倚靠（信靠）神，并在祂面前倾心吐意；理由很简单：因为神自己就是我们的避难所（第 8 节）。他之所以能给出这样的劝勉，是因为他自己——当遭受仇敌攻击之时（第 3 至 4 节）——正是单单倚靠神（祂是他的力量、磐石与避难所），并在神面前倾心吐意（第 7 节）。

当他这样做的时候，大卫便听到了神的话语。他所听到的信息包含两点：(1) “能力属于神”（第 11 节），以及 (2) “慈爱属于主”（第 12 节）。当我们的内心动摇时，若我们信靠神，并在祂面前倾心吐意，我们便能同时经历神的能力与祂的慈爱。当我们安静地唯独定睛于神——安静地将信靠寄托于祂——我们便会领受祂所赐的力量（以赛亚书 30:15），并经历祂那比生命更宝贵的永恒之爱（诗篇 63:3）。

我们就像一面摇摇欲坠的墙，或是一道行将崩塌的篱笆（诗篇 62:3）。撒旦和我们的仇敌不遗余力地联手向我们发起猛烈攻击（第 3 节）。他们喜好虚谎，口是心非——言语与真实意图背道而驰（第 4 节）——并惯用欺诈手段（第 9 节），其唯一目的就是企图使我们偏离信仰、跌倒败坏（第 4 节）。他们确实拥有足以使我们内心深感不安的力量。在这样的时刻，我们必须安静地倚靠神（第 8 节）。我们必须安静地唯独定睛于神——那位既是我们的拯救、又是我们盼望的主（第 1、5 节）。此外，我们必须在祂面前倾心吐意（第 8 节）。当我们这样做时，神必以祂的能力和慈爱来扶持我们的内心（第 11–12 节）。如此一来，我们便不再动摇（第 2、6 节）。

“当我的心感到疲惫时”

[源自《诗篇》第 61 篇的信息]

近来，我一直在研读一本名为《基督徒的争战》（*The Christian Warfare*）的书，作者是 D.M.劳埃德-琼斯牧师。我之所以想要阅读这本书，是源于一种日益增长的兴趣和需求——我想深入了解更多关于“属灵争战”的知识；这种兴趣和需求，是在我与一位亲爱的同工探讨约伯的故事及撒旦的势力时萌生的。在研读此书的过程中，我留意到劳埃德-琼斯牧师在探讨《约伯记》时曾指出：魔鬼的策略之一，显然在于它拥有某种程度的权柄，甚至能够支配自然界。举例而言，当撒旦在得到上帝的许可后开始攻击约伯时，约伯的一位仆人前来禀报说：他的牛和驴已被掳去，看守的人也全被杀害了。这仆人话音未落，又有一人前来对约伯说：“……上帝的火——即闪电——从天上降下，将羊群和仆人都烧灭了。唯有我一人逃脱，特来向我主禀报”（《约伯记》1:16）。这清楚地教导我们：引发闪电并借闪电进行毁灭，乃属于魔鬼的权柄与能力范围之内。而魔鬼——这个拥有惊人力量的恶者——

最热衷于做的事，便是运用其狡诈且可怖的势力，对人的"心智"（mind）展开猛烈的攻击；须知，心智乃是上帝赐予人类最伟大的恩赐。具体而言，魔鬼会利用各种诡计来攻击我们的心智，其中一种手段便是试图借着"恐惧的灵"来压制我们（Jones）。以彼得为例：尽管他曾信誓旦旦地立誓，声称自己绝不会离弃主——哪怕众人都离弃了主——但他最终却三次否认了主，甚至声称自己根本就不认识祂。究其原因，乃是魔鬼——那个极度恐怖的灵——

在他心中灌输了一种令人彻底瘫痪的恐惧感，使他极度惧怕会因此丧失自己的性命（Jones）。在此语境下，琼斯博士针对当代的教会发表了一番振聋发聩的见解："教会已被麻醉，陷入了昏沉迷蒙的状态，甚至已然沉睡；它对这场争战——即这场属灵的争战——竟是全然地毫无察觉"（Jones）。魔鬼总是不断地设下陷阱与罗网，此刻看来，它似乎正要在教会内部占据上风。劳埃德-琼斯博士（Dr. Lloyd-Jones）曾指出，沮丧、灰心、挫败感以及彻底的绝望，往往正是魔鬼阴谋诡计所造成的直接后果。既然如此，我们基督徒当中，又有多少人正过着被沮丧、灰心和挫败感所缠绕的生活呢？又有多少人正品尝着绝望的苦涩滋味？我们必须投身于这场针对魔鬼的属灵争战，借着主耶稣的大能去争战并得胜——

因为祂早已为我们赢得了胜利。我们必须活出"争战的基督徒"的样式，披戴着对胜利的绝对确信。我们受召就是要去参与这场属灵争战。今天，我们将在所选的经文中——《诗篇》第 61 篇——找到对此的生动写照。在这段经文的第 2 节中，诗篇作者大卫宣告道："我心发昏的时候

……"在此，原文中"发昏"（overwhelmed）一词带有一种特定的内涵，即"被自我所包裹"。这描绘了一种极度枯竭与绝望的状态——

即被各种各样的患难所淹没、所耗尽（朴允善语）。大卫曾因仇敌的逼迫而陷入绝望（第 3 节）；那么，当我们的心像大卫那样，被魔鬼的邪恶势力重压得喘不过气时，*我们*究竟该如何去争战并得胜呢？关于这一点，我们将尝试学习四个功课：

首先，当我们的心感到沉重压抑时，我们必须向神发出呼求。

请看今天的经文——

《诗篇》61 篇 1 节："神啊，求你听我的呼求，侧耳听我的祷告。"我回想起有一次在周中祷告聚会中，当我在默想《诗篇》第 42 篇时，曾向大家发出这样一个挑战：让我们把生命中那些沮丧与绝望的时刻，转化为渴慕神的契机。每当我们的心因生活中各种各样的逆境与苦难而变得焦虑、沮丧或绝望时，我们就必须向神发出呼求——

正如大卫在今天的经文中所做的那样。此外，当我们向神呼求时，应当怀着坚定的信念献上祈求，并时刻铭记这一真理："神对我的渴慕，甚至比我对祂的渴慕更为深切。"然而，不知为何，我们似乎常常遗忘这样一个事实：正当我们感到重担压身、心力交瘁之时，神也同样在深切地渴慕着我们。或许正因如此，大卫在今天的经文中宣告道："每逢我心发昏，我必从地极向你呼求。"大卫为何要提及"从地极"呼求呢？原因在于，在那极度绝望的境地中，大卫感到仿佛已被神离弃——

仿佛自己已漂流至离神极其遥远的彼端。然而，即便身陷这种感受之中，大卫也未曾向自

怜屈服，更未曾因绝望而自暴自弃。相反，他向神发出呼求："求你领我到那比我更高的磐石上！"即便身处绝望的深渊，大卫依然定睛仰望那座比他自身更为高耸的磐石，并向神发出呼求。

我们需要一种能说出"即便如此"的信心。换言之，正如大卫所做的那样——

即便深陷绝望的深渊——

我们也必须渴慕神。我们必须向祂呼求。正如先知约拿从深海之中宣告："我虽从祢眼前被驱逐，我仍要仰望祢的圣殿"（约拿书 2:4）——

同样，无论我们身处何种境遇，我们也必须向主呼求，即便我们的内心感到极其困乏、无力承受。

其次，当我们的内心感到困乏、无力承受时，我们必须投靠在主的荫庇之下。

请看今天的经文——

《诗篇》61 篇 4 节："我要永远住在祢的帐幕里；我要投靠在祢翅膀的荫下（细拉）。"在绝望之中，我们唯一能做的，就是向父神呼求，并投靠在祂的怀中。其原因在于：唯有神才是我们的保护者。因此，当大卫内心感到困乏、无力承受——

甚至觉得自己与神相隔遥远——

他在恳切祈求之时，依然如此宣告了神的真实属性："因为祢作过我的避难所，作过我面对仇敌时的坚固高台"（第 3 节）。大卫究竟是如何做到的——

竟能在极度绝望的煎熬之中，甚至在感觉自己与神相距甚远之时，依然宣告神是他的避难所和坚固高台？我在今天经文的第 7 节后半部分找到了答案："……愿祢的慈爱和诚实保佑他。"大卫之所以能够宣告神是他的避难所和坚固高台，正是因为当他深陷困境之时，神已为他预备了祂的慈爱与诚实。因此，即便灵里感到困乏、无力承受，大卫依然投靠在主的荫下并向祂呼求，因为他深知自己正蒙受着神那慈爱与诚实的保守。由此我们可以学到一个功课：即便我们的内心感到困乏、无力承受，我们也必须紧紧抓住神的慈爱与诚实，永不放手。换言之，我们必须怀着这样的信心投靠主：即那位无条件爱我们的神，已经应许（或预定）要拯救我们，并且祂必忠实地（按着真理）成就这一应许（朴允善）。

即使身处人生的绝望之中，我们也必须紧紧持守神的永恒之爱（慈爱）与真理。在此过程中，我们必须以这样的盼望为指引：即我们将永远居住在神的帐幕之中（第 4 节）。哪怕是在那转瞬即逝的绝望时刻，我们也必须将目光定睛在神那永恒的帐幕之上。

第三，当我们的内心感到不堪重负时，我们必须回想神在过去赐予我们的恩典。

请看今天的经文——

《诗篇》61 篇 5 节："神啊，你原听了我所许的愿；你将产业赐给敬畏你名的人。"这指的是这样一件事实：以色列的统治权曾一度暂时落入由押沙龙所率领的不义党派手中，但最终又重新回到了大卫的手中（朴允善）。换言之，大卫回想起了神在过去拯救他的恩典——

具体而言，就是在由他亲生儿子押沙龙所发动的叛乱期间，神所施行的拯救（朴允善）。

当大卫的心因仇敌的压迫而感到沉重时（第 3 节），他并没有去纠结于自己在那之前为神做了多少事，而是选择了去回想神在过去为他所做的一切。这绝非我们与生俱来的本能。当我们内心背负重担时，我们的本能反应往往是向神呼求，同时列举自己的功绩或美德。关于这一点，我们可以参考《列王纪上》第 19 章中的以利亚。因惧怕耶洗别的威胁而仓皇逃命的以利亚，逃进了旷野；后来，在天使的触碰与供养之下，他抵达了何烈山。在那里，神问他："以利亚啊，你在这里做什么？"（第 9、13 节）。那一刻，以利亚回答道："我为耶和华万军之神大发热心"（第 10、14 节）；在此过程中，他向神发出抱怨，同时声称自己曾代表神行事（或立下功劳）。

我们面临的一个难题是：我们无法忘记那些本该遗忘的事，却偏偏忘记了那些本该铭记的事。换言之，对于那些我们在神面前已悔改的罪——

即神应许不仅要赦免、更要不再记念的罪——

我们也理应不再去回想；然而，我们往往发现自己无法将其放下，反而反复地在脑海中纠结、回味。与此形成鲜明对比的是，对于神在我们过往生命中所赐下的恩典——

那些我们本不该须臾忘记的恩典——

我们却总是遗忘得太快。正如今日经文中的大卫一样，我们也必须铭记神在过去倾注在我们生命中的恩典。特别是当我们的内心感到沉重——正如当时的大卫一样——

我们应当回溯过往的人生，回想神在每一个关键时刻所施行的拯救之工，并借此凭着信心去忍耐和度过当前那看似绝望的困境。当我们的心感到沉重时，只要回想起神在往日所赐予的恩典，我们内心的绝望便会随之转化为希望与期盼。

最后——即第四点——当我们的内心感到沉重时，我们应当切慕神的永恒国度。

请看今日的经文，诗篇第 61 篇第 7 节："他必永远住在神面前；愿你预备慈爱和诚实保佑他。"大卫向神祈求，恳请主赐予君王长久的生命——

一种能够绵延数代的生命（第 6 节）。他是在向神——

那位掌管生与死、祸与福的至高主宰——

恳求，求神延长他的年日。从本质上讲，他是在向神祈求长寿的福分。不仅如此，大卫更进一步祈求，愿自己能永远居住在神的面前。试想一下：我们看到大卫——

因仇敌的逼迫而心神沉重、深陷绝望的深渊——

然而，即便身处这极度的困境之中，他依然将目光定睛在神身上，并投靠在神的荫庇之下。因着铭记神过往所赐的恩典，他从中寻得了希望；而在那短暂的绝望时刻里，他发出了恳切的祷告：愿自己能永远居住在神的面前。正如大卫一样，我们也必须发出这样的祈求：愿我们能永远居住在神的面前——

即便当我们身处绝望的时刻，依然如此。特别是，既然我们深知主——即万王之王——正永远统治着神的国度，我们就当祈求：作为这神圣国度的子民，愿我们能永远居住其中。当我们献上这祈祷时，理当呼应主亲自教导我们的那句祈求："愿你的国降临。"此外，当耶稣——那位为这些事作见证者——

宣告说："是了，我必快来"时，我们当像使徒约翰那样回应："阿们！主耶稣啊，我愿你来"（启示录 22:20）。

当大卫心灵忧伤困乏之时，他向神发出呼求，并投靠于祂；随后，当他回想神过往向他所施的恩典时，便生发了对神那永恒国度的渴慕。在这份渴慕之中，大卫立下心志：若神肯应允他的祈求——

引导他、保护他，并向他施展救赎之恩，使他得以永远居住在神的面前——

他便要以此作为回应："这样，我要永远歌颂你的名，好天天还我所许的愿"（诗篇61:8）。因此，我们——也当像大卫一样——

每逢心灵感到沉重压抑之时，务要向神发出呼求，并投靠于主；祂是我们的避难所，也是我们的坚固高台。同时，当我们回想主过往赐予我们的恩典时，更当将我们的盼望定格在：得以永远居住在神的面前。

“我心中的重担”

“除了别的事以外，还有为众教会挂心的事，天天压在我身上。”（哥林多后书 11:28）

我成为主任牧师时，其实并不真正明白自己究竟踏入了一个怎样的境地。此前，我仅有一年的副牧师任职经验。而且，那段经历仅仅是在“胜利长老教会”（Seungri Presbyterian Church）——也就是我自幼成长的教会——

担任了一整年的副牧师，当时我的父亲正担任该教会的主任牧师。在那段经历之后，我陷入了严重的“职业倦怠”；就像约拿一样，我违背了父亲的劝诫，逃往了韩国。抵达韩国后，我在“书岘教会”（Seohyeon Church）服事——起初担任负责英语事工的教育牧师，后来又短暂参与了“新家庭事工”。总而言之，那段服事时期仅持续了两年零九个月。当然，我深知经验并非成为主任牧师的唯一先决条件。然而，尽管我极度缺乏经验，主却借着一位在“教会更新牧者协会”退修会上受邀讲道的讲员，传达了一句应许的话语——《马太福音》16 章 18 节——并以此呼召我重返“胜利长老教会”。于是，在父亲退休之后，我接任了主任牧师一职。截

至今年 12 月 21 日，距离那一天便已过去了整整十五年。回首过往的岁月，妻子曾对我说过的一句话至今令我难以忘怀："James，你变了。"妻子察觉到，在我接任主任牧师一职后，我已然变成了另一个人。当时，我并未否认她的观察。事实上，我根本*无法*否认。原因在于，即便在我自己眼中，我也确实变了。不知为何，我感觉仿佛是"主任牧师"这一职分，将我彻底塑造成了一个截然不同的人。有时，当我审视自己——

那个终日被局限于教会牧师办公室里的自己——

我会感到自己再也无法像从前那样，与主内的弟兄姐妹坦诚交心，也无法尽情享受那份发自内心的团契之乐。在那些时刻，我会扪心自问："'主任牧师'究竟是怎样的一种角色，竟能如此深刻地改变我？"我相信，导致这一转变的原因之一，在于"主任牧师"这一职分本身所蕴含的巨大压力。具体而言，我深切地感到，其心理负担是极其沉重的。在就任主任牧师之后，我不仅感到肩上的责任愈发重大，似乎也给自己施加了巨大的压力。此外，随着需要我亲自过问的事务日益繁多——加之我不得不承受种种不请自来的压力——

我时常感到内心无比沉重。换言之，我的心曾被——且至今仍常被——

一种沉重的压抑感所笼罩。正是在这种心境之下，昨晚我在研读圣经、预备今日清晨祷告会讲章时，读到了我们今天的经文：哥林多后书 11 章 28 节。

当我们细读今天的经文——哥林多后书 11 章 28 节——便会发现，使徒保罗也曾经历过这种内心被重担压抑的感觉。具体而言，那重担便是他对众教会安危的忧虑。保罗深切地担忧，信徒们因其自身的软弱，可能会跌倒并离弃信仰。

请看哥林多后书

11 章 29 节："有谁软弱，我不软弱呢？有谁跌倒，我不焦急呢？"在保罗的这种忧虑之中——在他内心的这种煎熬之中——

甚至潜藏着一种恐惧感。这种恐惧，即是惧怕撒旦会败坏信徒的心，致使他们偏离对基督那诚挚而纯全的忠贞（第 3 节）。保罗深为忧虑，担心教会的成员会背弃他所传讲的耶稣基督的真福音，转而接受"另一个福音"（第 4 节），并最终离弃信仰。他之所以情不自禁地如此忧虑，是因为当时正有一些假使徒——即那些伪装成基督使徒的诡诈工人——在将教会的成员引入歧途（第 13 节）。既然撒旦自己尚且伪装成光明的天使（第 14 节），他的仆人也照样乔装为公义的仆人（第 15 节）——企图迷惑信徒，使他们偏离真理，甚至背弃信仰——

保罗便不禁为所有的教会深感忧虑。正是出于对教会成员的这份挂念，保罗日复一日地感到心中背负着沉重的重担。

一位主任牧师必须具备这种属灵的负担。他心中必须怀有一种深沉的重担，这重担源于他对会众的深切关切。他必须时刻保持警醒——

唯恐在主所托付他照管的群羊之中，那些属灵软弱者会被伪装成羊的撒旦仆役引入歧途，从而背弃信仰，离弃主。当然，虽然牧养事工不可避免地会带来许多其他的忧虑，但作为牧者，我们首要的关切必须始终是会众的信仰。我们至高无上的优先事项，必须是他们灵魂的得救。我们必须密切留意，看我们所挚爱的弟兄姐妹是否在信仰上站立得稳。当我们如此行时——即便这种忧虑的重担沉沉地压在我们的心头——

主也必使我们那背负重担的心灵得着复苏。主必将更新的活力注入我们的心中。主也必在我们心中带来一场属灵的复兴。我祈愿，这些祝福能同时临到你与我。

“当我的心灵在我里面发昏时”

[选自《诗篇》142 篇]

朋友们，近来你们是否正面临着种种苦难的煎熬？我常想，人生就像一片荆棘丛林，是各种艰难困苦与磨难交织而成的混乱纠结体。正因如此——在焦虑、忧愁与重压之中——许多人似乎正饱受各种身心疾病的折磨。这便是我为何将人生比作荆棘丛林的原因。我们常会遭遇这样的时刻：种种境遇错综复杂地缠绕在一起，沉重地压在我们的心头。在这样的时刻，我们或许会不禁自问：“我的人生为何如此曲折、如此复杂？”的确，不可否认的是，人生有时确实酷似一片荆棘丛林。如果我们进一步追问：*为何*会是这样？我们便能在耶稣所讲的“撒种的比喻”中找到其深层原因。其根源在于世界的诱惑、生活的忧虑以及财富的诱惑。当我们在这世上行走时，有时会屈服于各种世俗的诱惑，从而得罪了神；其结果便是，痛苦的境遇接踵而至，彼此缠绕，令我们感到极度的困苦与无助。在那些时刻，我们往往试图仅凭一己之力去解开这些“死结”；然而，我们越是竭力挣扎，事情似乎就变得越发纠缠不清，令人感到彻底的绝望。那么，我们究竟该何去何从呢？

如果我们研读今天的经文——《诗篇》142 篇——
便会发现，诗人大卫当时正深陷于一种境地：种种艰难困苦交织缠绕，宛如一片荆棘丛林。我们是如何得知这一点的呢？我们可以从经文的第 2 节中找到线索："我在他面前吐露我的苦情，陈说我的患难。"在此，短语"我的苦情"（或译作"我的冤屈"）对应着希伯来语原文中的 *siach* 一词；值得注意的是，据朴允善牧师（Park Yun-sun）考证，该词的字面原意即为"荆棘丛林"。"荆棘丛林"这一意象暗示着：大卫当时所面临的苦难并非仅有一两桩，而是多得数不胜数，彼此缠绕纠结，使他陷入了极度困顿与绝望的境地（朴允善语）。大卫为何会遭遇如此铺天盖地的苦难——
多到甚至将他逼至绝望的边缘？原因在于大卫正遭受扫罗的逼迫（第 6 节；朴允善）。在这场逼迫中，扫罗王甚至不择手段，在大卫的行经之路上暗设陷阱，企图将他擒获（第 3 节）。归根结底，扫罗王正处心积虑地想要取大卫的性命（《撒母耳记上》18–24 章）；而大卫为了躲避扫罗，正藏身于亚杜兰洞中（22:1）。从表面上看，大卫的处境似乎已彻底陷入绝境——
若无神圣的介入，这般困境将毫无生机可言（麦克阿瑟）。若要用一句话来概括这种绝望的境况——即若无上帝的介入，大卫似乎已彻底失去盼望——
那么，今日经文《诗篇》142 篇第 6 节是这样描述的："……我落到极卑微的地步。"换言之，由于扫罗王的逼迫，大卫已沦落至一种极度卑微与软弱的境地（第 6 节；朴允善）。这种极度的卑微与脆弱，在外在表现上体现为他当时正藏身于亚杜兰洞中以躲避扫罗王（第 7 节："求你领我的灵魂出离监牢……"）。而在内在层面，大卫的心灵深处已遭受重创

，心中充满了苦涩的冤屈与哀怨（第 2–3 节）。身处这般境遇之中，当我们审视今日经文《诗篇》142 篇第 4 节时，便会发现大卫感到自己已彻底被遗弃："请看我的右边，无人认识我；我无处避难，也无人顾惜我的性命。"无论大卫如何四下张望，都寻不见任何对他表现出兴趣或关切之人，无人伸出援手，亦无人给予安慰。若从人的视角来看，这该是何等凄凉绝望的境地啊！然而，上帝的旨意（神意）恰恰蕴藏于此。看来，上帝似乎是有意切断了大卫周围的一切支援途径。这究竟是何缘故呢？其原因在于，上帝正在做工，旨在确保大卫能——借着祷告——将他那破碎且忧伤的灵，单单倾诉给上帝。请看今天的经文，即《诗篇》142 篇 1 至 2 节："我向耶和华大声呼求；我向耶和华扬声恳求怜悯。我在他面前倾吐我的苦情；我在他面前述说我的患难。"即便身处卑微的境地，大卫也未曾灰心丧志；相反，他满怀盼望，借着祷告毫无保留地将自己处境中的每一个细节都倾诉给了上帝（朴允善语）。请看第 3 节："我的灵在我里面发昏的时候，惟独你知道我的道路。在我所行的路上，有人为我暗设了网罗。"细察大卫的这篇祷告，我们不难看出，他正是在向上帝倾吐心中的重负。换言之，大卫正借着祷告，向上帝倾诉他的肺腑心声。之所以如此，是因为他的灵在内心深处已然破碎。由于大卫心中积压着深沉的冤屈（第 2 节），他的灵受到了创伤。正是在那一刻，他将自己内心深处的隐情全然倾诉给了上帝。

在此，我想从三个角度来省思大卫的祷告。换言之，我希望通过三个具体的切入点，来审视大卫祷告的内容——即今日经文《诗篇》142 篇 5 至 7 节所记载的——并思考我们该如何将其应用到我们自己的生活中：

首先，大卫的祷告是一个承认上帝本质——即祂那"神性"——的祷告。

请看今日的经文，《诗篇》142 篇 5 节："耶和华啊，我曾向你哀求。我说：'你是我的避难所，在活人之地你是我的福分。'"当大卫开始祷告时，他首先怀着一颗承认上帝是谁的心来到上帝面前，大胆地宣告了上帝的身份。具体而言，大卫是以一种坚定的信念开启他的祷告的，即确信上帝是"我的避难所"和"我的福分"。当大卫向右观看，却发现无人认识他——既无避难之处，也无人顾惜他的灵魂（第 4 节）——之时，他将目光定睛在上帝身上，唯有上帝才是那真正的避难所。当我们的心灵破碎、心中积压着深重的苦楚时——即便我们曾向周围的人倾诉衷肠——

你是否能自信地说：*他们*就是你的避难所？将人当作我们的避难所，实则极其危险。这好比把房子建在沙土之上；因其根基脆弱，终必坍塌。这只会不可避免地将我们引向更加凄惨的境地。我们必须将上帝——且唯独上帝——当作我们的避难所。唯有主——

那位作我们避难所的主——

才能保护你我，安慰我们破碎的心灵，并向我们施以援手。大卫在向上帝祷告时，不仅相信并宣告上帝是"我的避难所"，同时也相信并承认上帝是"我的福分"。那么，"我的福分"这句话究竟意味着什么呢？它的含义是：既然上帝是生命的源头，那么唯有那些拥有上帝

的人，才能真正地享受生命（朴允善语）。因此，有时我们会以这样的方式唱诵第 82 首圣诗："主啊，祢是我的喜乐，我的盼望，也是我生命的全部……"我们必须来到主——

那位作我们避难所和永生之源的主——

面前，带着我们的哀叹与破碎的心灵，在那里献上我们的祈求。

其次，大卫的祷告是一篇寻求上帝拯救的祷告。

请看今天的经文，诗篇 142 篇第 6 节："求祢留心听我的呼求，因我落到极卑微的地步；求祢救我脱离追赶我的人，因他们比我强盛。"在大卫极度穷困潦倒的光景中，他向上帝发出呼求，恳求上帝将他从正在逼迫他的扫罗王手中拯救（搭救）出来。他之所以别无选择，只能以这种方式向上帝呼求，是因为扫罗王及其党羽——那些逼迫他的人——

远比他强大。然而，正因遭受逼迫而变得极度虚弱，大卫在极度的软弱之中，转而投靠上帝——他唯一的避难所——

并恳求全能的上帝赐予他拯救的恩典。在经历痛苦与逆境之时，每当我与基督里的弟兄姐妹一同交通，我常会不由自主地想起那首现代基督教歌曲《当我软弱时祂赐力量》（He Gives Strength When I Am Weak）。我相信之所以如此，是因为我观察到：当弟兄姐妹面对各种艰难困苦时，上帝总是引导他们去认识到自身的软弱。在那些时刻，当他们在软弱之中定睛仰望上帝时，我便能瞥见上帝那大能的手正与他们同工。每当我目睹他们内心深处所涌现的力量——

那正是上帝在他们极度软弱之时所赐予的力量——

我便会为上帝那奇妙的拯救之工献上由衷的感恩。因此，我们无需惧怕自己变得极度软弱。恰恰相反，当我们发现自己身处极度软弱的光景之中时，应当将其视为一个契机，从而更加迫切地渴慕上帝那拯救的恩典。在我们的软弱之中，我们必须倚靠上帝的力量，向祂倾心吐意，献上我们的祈求。当我们如此行时，上帝必将把我们从那软弱的光景中拯救出来。

第三，也是最后一点，大卫的祷告是建立在这样一种坚定信念之上的：主必以恩慈待他。

请看今天的经文，诗篇 142 篇第 7 节："求你领我的灵魂出离监牢，使我好称谢你的名；义人必环绕我，因为你必厚待我。"虽然大卫当时正藏身于亚杜兰洞以躲避扫罗王的追杀，但他深信上帝必将他从那洞穴中——那对他而言宛如监牢的地方——拯救出来。简而言之，大卫拥有一种确信无疑的救恩把握。大卫不仅拥有这种救恩的把握，他还确信主必将他从扫罗的手中拯救出来，并使义人聚集在他的周围。这究竟意味着什么呢？若细读今天的经文——

诗篇 142 篇第 4 节，大卫提到：当他向右边张望时，竟找不到一个认识他的人，没有可供藏身的避难所，也没有人顾念他。然而到了第 5 节，他便宣告上帝是他的避难所，并在祷告中投奔到主的怀抱；及至第 7 节，他已满怀信心，确信必有义人前来顾念他。这怎能成为可能呢？正是因为大卫所信靠的，是一位乐意"厚待"人的上帝。在诗篇 116 篇第 7 节中，经文宣告道："我的心哪，你要仍归安乐，因为耶和华用厚恩待你。"正如诗人大卫一样，当我们的心灵深处感到愁苦不安时，我们必须将信靠投向主那丰盛的慈爱；当我

们向神倾心吐意、发出恳求之时，我们的灵魂便能重获安宁。当我们借着祷告在神面前倾诉心中的冤屈，并亲身经历祂那救赎的恩典时，我们便能得享那源自上帝的平安——一种这世俗世界所无法赐予的平安。

这个世界充满了诸多的焦虑与艰辛。邪恶之事充斥其间，那威胁我们生命安危的险境更是层层堆叠（参《赞美诗》第 474 首）。生活在这样一个世界里，我们的人生往往宛如一片荆棘丛生的密林。有时，我们的心灵会被种种痛苦的境遇所缠绕、刺伤，变得伤痕累累。我们时常会体验到一种刻骨铭心的孤独感，发觉自己竟找不到一个可以倾诉心中愁苦的对象。在这样的时刻，我们必须效法诗人大卫的榜样，在祷告中向神倾心吐意。当我们倾诉心声时，首先要坚定地宣告神的真实本性——

即祂那独一无二的神性。神是"我的避难所"；神是"我的份"。我们必须向这位既是我们的避难所又是我们的份的神呼求，恳求祂拯救（搭救）我们。当我们发出呼求时，必须怀着对救恩毫不动摇的确信来呈上我们的祈求。其原因在于，我们的神是一位以恩慈待我们的神。因此，我祈愿你我都能亲身经历神那拯救的恩典。

当我的心灵感到受屈时

“他们为我的脚步设下网罗，我的心因此下沉；他们在面前挖了坑，自己却掉在其中”（《诗篇》57:6）。

有时，我们会感到自己受到了极大的冤屈。我明明没有做错任何事，却有人恨我，折磨我。我甚至不知道那人为何恨我，也不知道他们为何要折磨我。如果我至少能知道个理由，或许还能好受些；但如今，毫无缘由地，他们恨我，让我的生活苦不堪言。然而，他们似乎并不以此为满足。他们纠集同伙，对我捏造是非，诽谤我，甚至对我进行诬陷。不仅如此，他们还在四处散布关于我的恶毒谣言。他们联手起来，企图置我于死地；甚至不惜手段，试图将我逼入绝境。我感到自己已无立锥之地，感到自己再也无法忍受这一切了。我的内心充满了痛苦与重负，感到自己受了极大的冤屈。当我的心灵感到如此深重的冤屈时，我该怎么办呢？

在今天的经文——《诗篇》57:6——

中，诗人大卫宣告道：“我的心因此下沉”（或者说，“我的心灵感到受屈”）。大卫为何会

发出这样的感叹呢？原因在于：尽管他未曾做过任何错事——

事实上，他曾奉神的名击败了以色列的仇敌非利士人歌利亚，为以色列带来了胜利——

但扫罗王却开始怀着嫉妒的眼光看待他，并企图夺取他的性命。因此，当大卫为了躲避扫罗王的追杀而藏身于洞穴之中时，他写下了这篇《诗篇》57 篇，向神倾诉了他心中的冤屈。现在，让我们通过默想大卫在心灵受困时所采取的五种应对方式，来从中领受神赐予我们的教导：

首先，当心灵受困时，大卫在神那里寻求庇护。

请看《诗篇》57:1："神啊，求你怜悯我，怜悯我！因为我的心投靠你。我要投靠在你翅膀的荫下，直到灾害过去。"当大卫心灵忧愁困苦之时，他切慕神的恩典。他恳切祈求神将恩典赐予他。此外，他投靠在主里面——具体而言，是投靠在主翅膀的荫下——

直到他所面临的一切灾祸都已过去（第 1 节）。当我们心灵忧愁困苦时，我们也必须投靠在主里面。原因在于，神是我们的避难所，也是一座坚固的高台，使我们得以逃脱仇敌的追击（61:3）。当生命的暴风骤雨向我们猛烈袭来时，我们必须迅速奔向主——

即我们的避难所——

直到那些风暴完全平息（55:8）。我们必须投靠在主翅膀的荫下（36:7）。我们必须始终信靠神——我们的避难所（62:8）——

并且每当心灵忧愁困苦时，都要奔向主。主必将我们隐藏在祂翅膀的荫下（17:8），看顾并保守我们。

其次，当大卫的心灵陷入困境时，他向那位为他成全万事的神发出呼求。

请看《诗篇》57 篇 2 节："我向至高的神呼求，就是向那位为我成全万事的神呼求。"当大卫为躲避扫罗王的追杀而藏身于洞穴之中时，他向至高的神——

那位亲自为他成全万事的神——

发出了呼求。大卫何以能发出这样的祷告？诚然，若他仅仅凭着肉体的眼光来看待周遭的处境，他绝不可能发出这样的信心宣告：即神正是那位要为他成全其神圣旨意的主。若他仅仅专注于眼前的困境——即身陷洞穴、四面受困的绝境——

他甚至无法在那样的绝望之中去寻求神的旨意。然而，正因为大卫在洞穴之中凭着信心的眼光仰望至高的神，他深信：并非靠他自己，而是神必将为他成全其神圣的旨意。我们也必须拥有这种信心。这不禁让人联想到《使徒行传》第 16 章中所记载的保罗与西拉。当他们身陷囹圄、四面受困之时，他们依然向神祷告，并向祂发出赞美。他们向神祷告尚属情理之中；然而，人们或许会纳闷：在那样极度恶劣的处境下，他们怎能发出对神的赞美呢？在我看来，一位既向神发出祈求、又深信神的旨意终必成全的信徒，无论最终的结果如何，都能凭着信心向神发出赞美——

因为他们对神的信靠与倚赖，仅仅是基于神那本然的属性与本质。这正是赞美的力量所在。这种赞美并非基于个人的处境，而是深深扎根于神自身的本性之中。无论我们身处何种境遇，我们的神始终是那位配得一切赞美的神。因此，无论遭遇何种景况，我们都当因着主的崇高与伟大而向祂发出赞美。我们要凭着坚定的信心向神——那位至高的神——

发出呼求，深信即便身陷重重患难之中，祂也必将为我们成全其神圣的旨意。

第三，当大卫的心灵陷入困境、并因遭受不公义的对待而感到重压难当时，他深信神必将向他发出祂的慈爱与真理。请看《诗篇》57 篇 3 节："他必从天上差遣使者救我，斥责那要吞吃我的人。（细拉）神必差遣他的慈爱和诚实。"大卫对救恩怀有绝对的确信。尽管他当时正处于逃避扫罗王追杀、藏身于洞穴之中的困境，但他坚信，即便在如此危急的关头，神也必会拯救他。此外，大卫深信神必会差遣他的慈爱和诚实（第 3 节）。那么，神差遣他的慈爱和诚实——

这句话究竟蕴含着怎样的深意呢？当我那长子身患重疾之时，我亲身经历了神所差遣的这份慈爱与诚实。神向我所差遣的那句"诚实的话语"，载于《诗篇》63 篇 3 节："因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你。"在一个周一的清晨领受了这句经文后，我和妻子做出了一个艰难的决定：让我们的长子——Jooyoung——

安详地离世。我们全家人围聚在 Jooyoung（当时他正躺在医院的重症监护室里）的身旁，手拉着手，一同敬拜神；随后，在关闭了所有的维生仪器并拔除导管之后，Jooyoung 便在我的怀中安然睡去。后来，当 Jooyoung 火化完毕、骨灰撒入大海之后，在我启程返回大陆的归途中，神使我能够开口赞美他那宏大而奇妙的救赎之爱。归根结底，在我们夫妻二人生命中遭遇最大危机之时，神差遣了他的爱与诚实，使我们得以向他献上赞美。因此，我深信：危机，正是我们亲身经历神之爱与诚实的绝佳契机。

第四，当大卫的灵魂处于困境之中时，他怀着一颗坚定而决绝的心，开口歌唱并献上赞美。

请看《诗篇》57 篇第 7 节："神啊，我心坚定，我心坚定；我要唱诗，我要歌颂。"面对种种灾难，大卫投靠在神的荫庇之下；他不仅深信神必为他成全祂的旨意，更确信神必向他发出祂的慈爱与诚实（1–

3 节）。最终，即便身处这些灾难之中，当他亲身经历并享受着神的恩典时，他的内心便生发出一种深切的确据（7 节）。他所拥有的，不仅是得救的确据，更是这样一种坚定的信念：神的旨意必将完全成就，而他自己即便身处试炼之中，也必能亲历神的慈爱与诚实。正是基于这种确据，大卫立定心志，要向神献上赞美（7 节）。于是，大卫那曾陷于困境的灵魂苏醒了——

而在其苏醒的同时，它甚至唤醒了黎明本身（8 节）。我们的灵魂也当如此：必须苏醒过来，去唤醒那黎明。我们的灵魂不应再滞留于困境之中；相反，我们要怀着内心的确据，因着主的崇高与伟大，向祂献上赞美。

最后——即第五点——

当大卫的灵魂处于困境之中时，他祈求神得着高举，祈求神的荣耀被高举在全地之上。

请看《诗篇》57 篇第 5 节和第 11 节："神啊，愿你崇高，过于诸天！愿你的荣耀高过全地.....神啊，愿你崇高，过于诸天！愿你的荣耀高过全地。"这确实是一件极其非凡之事。试想一下，当大卫正躲藏在山洞中以躲避扫罗王的追杀时，他竟然祈求神得着高举，高过诸天，且愿神的荣耀被高举在全地之上——

这着实令人惊叹。尤其是这一点，令我深感震撼并深受挑战：即便当时他正遭受扫罗王的

不公追捕，面临着种种灾难，他依然祈求神得着高举，高过诸天，且愿神的荣耀高过全地；与此同时，他更是在万民之中称谢主，在列邦之中歌颂主（9 节）。当我回想大卫是如何做到这一切时，我相信之所以可能，是因为他曾亲身经历过上帝所赐下的慈爱与真理（第 3 节）。请看第 10 节："因为你的慈爱高及诸天，你的诚实达到穹苍。"当他的心灵陷入困境，在患难之中投靠上帝——

亲历了他所祈求的恩典、他所呼求的神旨，以及他所渴慕的慈爱与真理——

大卫便能发出这样的告白："因为你的慈爱高及诸天，你的诚实达到穹苍。"因此，他得以向上帝祷告说："上帝啊，愿你崇高过于诸天！愿你的荣耀高及全地！"

我至今记忆犹新。那是一段铭刻在我心中、永不磨灭的回忆。我记得在为我的三叔——一位牧师——

举行的盖棺礼拜上，我在宣读上帝的话语之后，与所有的吊唁者一同满怀热忱地高唱第 40 首圣诗《我神，我今虔诚向你》（"O Lord My God! When I in Awesome Wonder"），以此作为献给上帝的颂赞。特别是当唱到副歌——

"我灵要唱，我灵要唱，你何伟大，你何伟大！"——

那一刻的经历，我永远无法忘怀；当时，内住于我心中的上帝的圣灵深深触动了我的灵魂，使我情不自禁地向祂献上颂赞。此外，我还清晰地记得三叔生前的一幕：在一次前往墨西哥提华纳的宣教之旅中，他站在一群墨西哥残障人士面前，用西班牙语深情地唱着那同一段副歌。我也记得三叔的另一幅影像：在他离世之前的一次家庭新年礼拜中——

尽管身患癌症——

他仍竭力从那虚弱的病体中振作起来，为着主的崇高与伟大献上颂赞。一位身受病痛折磨的癌症患者，怎能依然开口颂赞主的崇高与伟大？一位正在送别过早离世的挚爱亲人的吊唁者，怎能在葬礼现场依然颂赞主的崇高与伟大？每当我思及大卫，便深感自身受到的挑战——

他虽身藏洞穴以躲避扫罗王的追杀，却拒绝将目光局限于那灾难深重的处境；相反，他仰望上帝——那位拯救他的主——

并倚靠上帝的慈爱与信实，高举耶和华的名，祈愿上帝的荣耀能被高举，超越全地之上。

我已逐渐意识到，我个人的祷告视野实在过于狭窄，往往仅聚焦于我眼前的处境或我自身的牧职事工。如今，我渴望如此祷告：愿认识上帝荣耀的知识充满全地，正如水充满洋海一般。我祈求上帝扩展我祷告的境界，好使主的崇高、伟大与荣耀，真真切切地充满整个世界。

我们身处在一个充斥着不公义的世界之中。令人痛心的是，即便在教会内部，此类不公义之事也时有发生。我实在无法理解，为何有些人的舌头竟如此尖锐——

锋利如磨砺过的利剑（诗篇

57:4）。我亦无法明白，为何同在信仰里的弟兄姐妹之间，竟会彼此诽谤、中伤（第 3 节）。这情形仿佛是有人公然在他人面前挖掘陷阱，企图将其困住；他们费尽心机挖掘各种各样的坑洞，只为使自己的弟兄姐妹跌倒、败坏。其结果是，有些肢体在教会内部反而遭受了更深重的创伤。尽管面临着种种不公，他们却往往求告无门，无处倾诉心中的冤屈。最终，有些肢体甚至被逼无奈，彻底离开了教会。然而，情况远不止于此。在教会之中，

还有许多肢体正因遭遇各类灾祸而饱受煎熬。他们不知该何去何从，亦不知当采取何种对策。在此境遇下，我们唯当专心仰望主，向祂发出迫切的呼求。我们必须投靠上帝——祂正是我们安稳的避难所。上帝必将亲自介入，为我们成全祂的美意。此外，当我们身陷灾难之中时，上帝必将向我们发出祂的慈爱与信实，使我们能切身经历并深切体悟祂的恩典。如此一来，我们的内心便能坚定不移，并满怀确信地颂赞上帝："上帝啊，愿祢崇高，过于诸天；愿祢的荣耀，高过全地！"（第 5 节）

“当我身陷囹圄之时”

“耶和华——创造天地的主——

的话临到我，那时我仍被囚在护卫兵的院内，祂对我这样说”（耶利米书

33:1，选自《现代英语译本》）。

有时，我感觉自己仿佛被困在一座监牢之中。有些时刻，无论我如何向四面八方——

东南西北——

极目眺望，都无法找到解决眼前难题的任何出路。在这样的时刻，我感到彻底的无助，对该做什么或该如何前行感到茫然失措，有时甚至会发现自己只是呆呆地凝视着虚空。之所以会这样，是因为在那些四面似乎都高墙耸立的处境中，我会敏锐地意识到自己的无能与软弱。在那些时刻，我唯一能做的，就是转向上帝发出恳求，翻开我的圣经，默想祂的话语。特别是清晨祷告之时，我常在感到力不从心和无助之际寻求天父——

向祂祷告，求问祂关于我的教会事工、家庭生活，或任何其他服事领域，我究竟该如何行。当我这样做时，那内住在我里面的圣灵，便使我能够紧紧抓住上帝赐予我的具体应许。我紧握着这些神圣的话语，在祷告中继续前行，将这些应许再次向神宣告。我在那些时刻

所经历的恩典，便是信心的坚固——

这信心变得愈发坚定不移，深信上帝必会在祂那完美的时间里，以祂那完美的方式，成就祂向我所作的一切应许。而在这信心的怀抱之中，上帝赐予了我忍耐与坚守的力量。

当我们查考今天的经文——耶利米书 33:1——

时，我们看到上帝的仆人、先知耶利米正被囚禁在护卫兵的院内（即宫廷监牢中）。在那样的处境下，先知耶利米完全有可能向上帝发出这样的疑问："上帝啊，我为何非要被囚禁在这宫廷的监牢里？"；"我究竟犯了什么过错，竟要遭受这般的苦难？"或者他可能会想："我所做的无非是传达您命令我向犹大百姓传达的话语——

既然如此，为何我必须遭受这般不公的待遇？"他确实完全有理由对上帝心怀怨愤。正如以色列民在逃离埃及、奔赴应许之地迦南的途中，被困于红海前的旷野（《出埃及记》14:3），并因惧怕法老及其追兵而向上帝发出苦毒的怨言（第 8–12 节）一样，先知耶利米也极易陷入恐惧与怨愤之中。然而，他并未向恐惧屈服，也未将责任归咎于任何人。恰恰相反，正当他被囚禁在那王宫的监牢之中时，他领受了上帝的话语（《耶利米书》33:1）。或许，当我们感觉自己仿佛身陷"牢狱"——

当我们四顾茫然，无论向东、西、南、北哪个方向张望，都无法找到解决问题的出路时——

这实际上可能正是领受上帝话语的绝佳时机。原因在于：尽管我们自身或许受困于种种患难，但上帝的话语却绝不受任何捆绑（《提摩太后书》2:9）。关于先知耶利米被囚禁在王宫监牢期间所领受的上帝话语，我曾就其中两个关键要点作过简短的默想：

首先，那位在先知耶利米身陷王宫监牢期间向他说话的上帝，正是那位“成就这事的主——

那位造作并坚立这事的主”。请看《耶利米书》33 章 2 节的经文：“成就这事的耶和华，造作又坚立这事的耶和华——耶和华是他的名——

如此说。”正是上帝亲自在成就这工。尽管先知耶利米身陷囹圄，无法亲自去执行上帝的使命，但上帝却亲自在成就祂自己的工作。上帝既是那工作的创始者，也是那位将这工作成全到底的上帝。

我们的神正在施行祂的工作。即使我们感觉自己仿佛身陷囹圄——

正如先知耶利米那样——

主也必将祂的工作成全到底。在成就这一工作的过程中，主或许会选择使用我们，或许不会。我们不过是祂手中的器皿。作为器皿，唯有当主选择使用我们时，我们才会被使用；若祂不选择使用我们，我们就无法被使用。无论处于何种境地——无论被使用与否——我们都当心存感恩。此外，我们首要关切的并非*我们*是否被使用，而是主的旨意能否在这地上得以成就。为了实现祂的旨意，即使当我们身处艰苦卓绝的困境——

那些感觉仿佛身陷囹圄的处境——

主依然在施行祂的工作。主所施行的这项工作，便是救赎。使徒保罗将这项救赎工作描述为一项“善工”：“我深信那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子”（

腓立比书

1:6）。我们也必须拥有像保罗那样的信心。即使当我们被置于极其严峻、艰难的处境之中——甚至当我们感觉自己仿佛身陷囹圄之时——

我们也必须坚信：主确实已经开始了祂的救赎工作，并且祂必将这工作带向圆满与成全。特别是，即使我们感觉自己仿佛身陷囹圄，我们也必须凭着信心祷告，祈求主的工作得以成就；我们也必须向神献上赞美，安息在那坚定的确信之中——

确信祂必将这项工作成全到底。

其次，神的话语临到了先知耶利米——当时他正被囚禁在王宫的监牢之中——

这句神的话语便是："你求告我。"

请看《耶利米书》33 章 3 节："你求告我，我就应允你，并将你所不知道、又大又难的事指示你。"神对那被囚禁在王宫监牢里的先知耶利米说："你求告我。"这不禁让人联想到先知约拿。当约拿因违背了神的命令而乘船逃离时，海中忽然掀起了一场猛烈的风暴——风暴之凶猛，几乎将船只击碎（约拿书 1:1–4）；随后，他被抛入了海中（11–15 节）。就在那一刻，神预备了一条大鱼吞下约拿（17 节）；在鱼腹之中，约拿向神祷告（2:1）。尽管他被困在鱼腹之内，但他依然从那受困之地向神祷告；在祷告中，他再次将目光投向了主的圣殿（4 节）。他祷告结束时的宣告是："救恩属于耶和华"（9 节）。于是，神吩咐那鱼，鱼便把约拿吐在了旱地上（10 节）。随后，约拿顺服了神第二次向他发出的命令，前往尼尼微城，向那里的人民传达了神所吩咐他要说的一切话（2:1–4）。回首我们自己的人生，我们会意识到：我们最迫切地寻求神、向祂呼求的时刻，恰

恰是我们身处极度艰难与困境之时——

那些我们感觉自己仿佛被囚禁在牢狱之中的时刻。在那种境况下，我们唯一能做的，就是向神发出呼求。当我们四顾周遭——无论东南西北——

却找不到解决问题的出路，眼中所见的唯有那看似无法逾越的重重高墙时，我们会举目仰望至高之主，迫切地向祂祈求帮助。反思那些过往的经历，我们便开始明白：为何神曾对身陷王宫监牢的先知耶利米说："你要呼求我。"那么，神为何要指示先知耶利米在王宫的监牢中向祂发出呼求呢？原因在于，神应许要回应耶利米的祷告，向他显明那些他尚不晓得的"又大又隐秘的事"（耶利米书

33:3）。那么，神口中所说的这些"又大又隐秘的事"究竟是指什么呢？这些预言关乎上帝对犹大百姓的管教，以及他们最终的复兴。犹大百姓来到上帝的圣殿，口头上敬拜祂；然而，在圣殿墙垣之外，他们却事奉偶像，行了在上帝眼中看为恶的事。上帝殷勤地差遣祂的仆人——众先知——

去敦促他们悔改并归向祂；然而，他们既不听从上帝的话语，也不予理会，反而依然悖逆不顺。因此，上帝应许要将祂预言过的灾祸降在他们身上：祂将以巴比伦作为施行慈爱管教的工具去入侵犹大；耶路撒冷将被焚毁并沦为废墟；那些在大屠杀中幸存下来的人将被掳往巴比伦。然而，伴随着这一管教的应许，上帝也赐下了一个复兴的应许——

即在七十年过去之后，祂要将犹大百姓带回耶路撒冷。在这些复兴应许的背景之下——

具体而言，就是在今天的经文《耶利米书》33 章 1 节中——

上帝应许要医治并复兴耶路撒冷城，并要向城中的百姓显明丰盛的平安与真理（第 6 节）。一个引人深思之处在于：上帝应许要借巴比伦来管教犹大百姓；祂这样做的目的，是

为了让他们中间的余民——即那些身陷巴比伦为奴的人——

能够认清自己的罪并悔改；届时，祂便要洗净他们一切得罪祂的罪孽，并赐予他们赦免（第 8 节）。此外，上帝还应许要将他们带回耶路撒冷，使他们恢复到往昔的光景（第 7 节）。在使他们恢复往昔光景的过程中，上帝特别应许要医治并修补耶路撒冷城，赐予城中居民平安与稳固（即"真理"）（第 6 节）。先知耶利米是在被囚禁于护卫兵院的监牢之中时，因向神呼求而得蒙神的回应，从而得知了这一复兴的应许。

当我默想先知耶利米被囚禁在王宫监牢这一事实时，我不禁联想到《创世记》第 39 章中约瑟的故事。原因在于，约瑟也曾身陷囹圄。尽管他未曾犯下任何过错——

事实上，约瑟是完全无辜的——但他却遭人诬陷（创 39:14–18），并被投入关押君王囚犯的监牢之中（第 20 节）。尽管他曾竭力寻求并分辨上帝的旨意，但他本可以轻易地陷入不满、抱怨，甚至对上帝当时的引导心怀怨恨——

因为在当时看来，上帝的作为定是令人费解、难以理喻的。然而，约瑟并未那样做。这究竟是如何做到的呢？不仅如此，约瑟在那座监牢里足足待了漫长的两年（41:1）。试想一下：如果你在毫无过错的情况下遭人诬陷，并被囚禁在监牢里长达两年之久，你的脑海中定会涌现出各种各样的念头。特别是，我猜想如果换作是我身处约瑟的境地，我很可能会开始怀疑自己是否正是在这铁窗之后虚度光阴、白白耗尽生命。然而，众所周知，上帝绝非一位会虚度光阴的神。上帝曾允许约瑟——

那个雅各在众子中最为钟爱的儿子（37:3）——

在十七岁那年做下两个预言性的梦（第 1 节）。随后，随着他兄弟们对他的仇恨日益加深（第 5 节），上帝最终容许他被卖到埃及沦为奴隶（第 25–28 节），并在遭人诬陷后忍受了两年监禁之苦（39:7–23；41:1）。接着，十三年过去了——此时约瑟已届三十岁——

上帝使他得以解梦，为埃及王法老释梦，从而使法老任命约瑟为埃及的宰相（第 41 章）。由此可见，在约瑟十七岁至三十岁这十三年的人生历程中，他有两年时光是在监牢中度过的。在我们凡人的眼中，这似乎意味着他在如此年轻的岁数便虚耗了两年宝贵的时光；然而，若透过对上帝的信心这一视角来审视，那两年的监禁经历绝非虚度，而是具有深远的意义。在那段时期，约瑟身陷囹圄，结识了法老的酒政和膳长（40:1–4）。随后，约瑟为他们解梦（第 5–15 节）。因此——两年之后——借着那位已官复原职的首席酒政的引荐（第 21 节），约瑟获得了为法老本人解梦的机会（41:9–36）。最终，约瑟登上了埃及宰相的高位（第 41 节）。上帝为何要以这种方式行事？上帝的目的是什么？祂的旨意又是什么？请思想约瑟后来对来到埃及的兄弟们所说的话：“我是你们的兄弟约瑟，就是你们所卖到埃及去的。现在，不要因把我卖到这里而忧愁，也不要自责，因为上帝差我在你们以先来，是为了保全生命”（45:4–5）。约瑟在那段过程中之所以身陷囹圄，正是为了使他能被上帝宏大的救赎计划所使用。默想此事，我便得着安慰；同时也使我心中充满更加坚定的盼望。尽管有时我会遭遇种种境遇，令我感觉自己仿佛也身陷“牢狱”之中——

在这些时刻，我常因处境艰难而深陷无力与无助的挣扎——

然而，当我默想今日所得的圣言，并将其应用到我自己的生命中时，我便从中汲取了忍耐、坚守与持定盼望的力量。这份力量，根植于一种坚定的信心与确信：即便是那些看似“牢狱”般的艰难处境，上帝依然能将其加以使用。基于这份确信，我向神发出这样的祈求：愿我能像《使徒行传》第 16 章中的使徒保罗和西拉那样——即便身陷不公义的牢狱之中，我依然渴望向神祷告，并向祂献上赞美（徒 16:25）。虽然我能轻易理解他们身处狱中为何要向神祷告，但我却觉得有些难以领悟——他们究竟是*如何*做到在那样的境遇下依然向神献上赞美的。然而，借由我近期研读的《诗篇》注释书（Mark D. Futato 著《诗篇》），并结合对诗篇作者大卫、以及保罗与西拉的深思，我逐渐领悟到：即便身陷囹圄、面临极其艰苦的境遇，上帝所赐的恩典依然能使我们不仅凭信心祷告，更能向祂献上赞美。若要做到这一点，我们必须效法诗篇作者大卫，以及保罗与西拉的榜样：我们要向上帝祷告，且在祷告的过程中，坚定地持守那份对全能救主上帝寄予绝对信赖的信心。当我们如此行时，即便肉身仍滞留于环境所构筑的“监牢”之中，我们依然能像保罗与西拉那样，向上帝献上赞美。我深信，他们之所以能凭信心赞美上帝，并非因为他们在祷告期间外在处境——即被囚禁的状态——发生了改变，而是因为在他们内心深处，已然发生了一场深刻的蜕变。正因如此，保罗与西拉不仅重获自由、走出了监牢，看守他们的狱卒及其全家大小，更因此归信了耶稣，领受了那使人脱离罪恶辖制的救恩（《使徒行传》16:26–34）。这真是一幅何等奇妙的画卷，彰显了上帝的奇妙作为与祂救赎大工的荣光！

上帝——当我们身陷囹圄时，祂赐下更丰盛的恩慈

“但耶和华与约瑟同在，向他施恩，使他在狱官眼前蒙恩”（创世记39:21）。

有时，我的内心会感到沉重。原因在于，我亲眼目睹挚爱的亲人饱受病痛折磨，正徘徊在生与死的十字路口。当我亲眼看着他们承受那难以想象的肉体痛苦时，我的心常感到沉甸甸的，充满了忧伤与愁苦。我所能做的，唯有守候在他们身旁——

向神献上赞美，代他们向神祈祷，并与他们分享神的话语。然而，即便在做这些事时——特别是在为他们祷告的时候——

有时我的内心仍会波涛汹涌，难以抑制夺眶而出的泪水。后来，当这些挚爱的亲人最终离我们而去时，我凭着神所赐那浩瀚恩典的力量，得以主持他们的安息礼拜；然而，每逢周日清晨回到教会圣殿，看着他们那空荡荡的座位，我常会再次陷入深深的思念之中，关于他们的种种回忆如潮水般涌上心头。然而，有一种恩典着实令人惊叹：我的内心越是感到艰难与沉重，神就越是深沉、丰盛且广阔地将祂的爱倾注在我身上。去年年底，我作为“正熙教会”（Jeonghui Church）的一名会众，经历了这一真理最深刻的印证——

当时，我们送别了已故的安德一（Ahn Deok-il）传道人，看着他安息主怀，归回天父的身边；在那一刻，我所经历到的神的爱，远比以往任何时候都要伟大、深邃且广阔。这绝非他物，唯独是神的恩典。神赐予我一个谦卑的领悟，那就是：人的内心越是沉重、越是背负重担，神所赐予的爱就越是丰盛。

今天的经文——《创世记》39 章 21 节——向我们展现了约瑟的形象：一位无辜遭人陷害、蒙受不白之冤、并被冤枉下入监牢的人。由于约瑟生得极其俊美英俊（创 39:6），当他主人的妻子——即埃及王法老的护卫长波提乏（第 1 节）的妻子——向他投来勾引的目光（第 7 节），并日复一日地催促他与她同寝时（第 10 节），约瑟坚决不肯听从她；不仅如此，他甚至不愿与她共处一室，因为他立志绝不犯下这等大恶，去得罪神（第 9 节）。后来有一天，当约瑟照常进入主人的府邸去办理事务时，屋里除了主人的妻子以外，再无旁人（第 11 节）。那妇人一把抓住约瑟的外袍，强求道："与我同寝吧！"约瑟却将外袍丢在她手中，夺门而出（第 12–13 节）。妇人见状，便呼唤家中的仆人，诬告约瑟企图非礼她（第 14 节）；稍后，当她的丈夫波提乏回家时，她又向丈夫撒谎，声称约瑟闯入她的卧房意图轻薄她，只因她大声呼救，约瑟才仓皇逃走，留下了外袍（第 16–18 节）。结果，约瑟被投入了关押王室囚犯的监牢之中（第 20 节）；然而，神依然与约瑟同在，向他施展慈爱，使他在狱卒眼中蒙恩（第 21 节）。狱卒将监牢里所有的囚犯都

托付给约瑟照管，并让他全权负责狱中的一切事务（第 22 节）。此外，狱卒对约瑟所经管的一切事务均不加干涉，其原因就在于神与约瑟同在，使他凡事亨通顺利（第 23 节；引自《现代人圣经》）。真正亨通兴盛的秘诀，就在于有神的同在（第 2、3、21 及 23 节）。正因神与我们同在，我们便成为了蒙福亨通之人（第 2 节）。上帝使我们凡事亨通，甚至让非信徒也能亲眼见证我们的成功（第 3 节）。不仅如此，上帝还使我们在这些非信徒眼中蒙恩（第 4 节和第 21 节）。然而，我们必须铭记的是：即使是那些凡事亨通的人，也可能面临诱惑，遭受不公的苦难（第 7 至 20 节）。因此，我们可能会发现自己身陷囹圄——

被困在重重困境之中，无论我们如何焦急地四处寻觅出路，都无法凭一己之力逃脱。然而，真正令人惊叹的是：即便身处这般逆境之中，上帝依然向我们施展祂的慈爱（第 21 节）。上帝所彰显的爱何等奇妙！因此，纵使我们身陷困境，但当我们更丰盛地——

以更广阔、更深邃的方式——

经历上帝的爱时，我们便能从这份爱中汲取力量，以忍耐和坚定的心志去承受所遭遇的苦难。最终，当我们领悟到主的慈爱胜过生命本身时，上帝便会感动我们的心与口，使我们向祂献上赞美与敬拜（诗篇 63:3）。哈利路亚！

“主啊，我知道我不该忧虑，但我发现自己无法控制内心的思绪。”

“既然连这最小的事你们尚且不能做，何必为其余的事忧虑呢？”

[(《现代人圣经》)

“既然连这样微不足道的小事你们都无法掌控，又何必为其他事情忧虑呢？”]

(路加福音 12:26)。

近来，我一直挂心的一件事，是那些正饱受抑郁症、恐慌症或失智症折磨的弟兄姐妹。每当想到那些正怀着爱心照料他们的家属时，我也感到一阵焦虑。当我思量他们的处境该是何等艰难、内心该是何等煎熬时，我的心里便充满了忧虑与不安。即便我时刻记挂着他们，并为他们向神祷告，我依然无法摆脱忧虑。圣经清楚地教导我们：“你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们”（彼得前书

5:7）；然而，尽管我深知这节经文，却依然无法停止忧虑。我紧紧抓住这节经文，为他们祷告；但只要我一转过身去——每当脑海中再次浮现他们的身影时——

我便又重新陷入了忧虑之中。这或许是因为我未能遵照圣经的教导，将我所有的忧虑完全卸交给主。这也是因为我的信心依然软弱。

若我们细读今日经文的上下文——即路加福音 12:26（涵盖 22 至 34 节）——便会发现，耶稣正在对祂的门徒说："不要忧虑。"耶稣也同样在对我们说话，祂说："不要为你们的生命忧虑吃什么，也不要为你们的身体忧虑穿什么"（22 节），又说："你们不要求吃什么，喝什么，也不要挂心"（29 节）。这究竟是何缘故呢？(1)

首要的原因在于：我们当中没有任何人能"借着忧虑，使自己的寿数多加一刻"（25 节）。毕竟，我们的忧虑究竟有何益处呢？我们理应摒弃忧虑——这种既无助益又无裨益的举动——然而，我们却发现自己很难做到这一点。 (2)

第二个理由是，我们甚至无力完成最微小的任务（第 26 节）。既然连这些琐碎小事我们都无法掌控，我就实在不明白，为何我们还要执意去为其他事情忧虑（第 26 节，《现代人圣经》）。(3) 第三个理由是，这些正是非信徒们竭力想要获取的东西（马太福音 6:32，《现代人圣经》）。(4)

第四个理由是，我们的天父深知你们（我们）确实需要这一切（路加福音 12:30，《现代人圣经》）。既然天父上帝确切地知道我们需要什么，我们本不该忧虑；然而，我们却依然忧虑——而且是反复地忧虑。究其原因，乃是我们是"小信的人"（第 28 节）。正因我们是小信的人，我们便忧虑——无论是今天还是明天——

总是问道："我们吃什么来维持生命呢？"又问："我们穿什么来遮蔽身体呢？"（第 22 节）。

那么，我们究竟该怎么做呢？我们应当去观察乌鸦（第 24 节）。我们应当去观看空中的飞鸟（马太福音

6:26）。我至今仍记忆犹新。前不久，我们英语事工组在山区举办了一次联合退修会；某天清晨，我独自坐在住所后廊的一把椅子上。当我凝视着那些四处飞翔的鸟儿——它们时而在空中翱翔，时而栖息在树梢——马太福音 6:26

的经文便浮现在我脑海中："你们看那天上的飞鸟，也不撒种，也不收割，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重得多吗？"于是，当我注视着那些飞鸟，并花片刻时间默想这节经文时，一个念头涌上心头："既然我的天父连飞鸟都悉心照管，祂又怎会不照管我呢？毕竟，在祂眼中，我远比那些飞鸟更为宝贵、更有价值、更加尊荣！"（以赛亚书

43:4）。的确，在我迄今为止的人生旅途中，我的天父始终在供养着我；他赐给了我每日的饮食——且赐得如此丰盛——

以至于我从未因缺乏食物而挨饿。此外，我的天父还赐给了我衣裳，确保我从未因无衣蔽体而不得不赤身露体。恰恰相反，神让我过着衣食丰足的生活——

其丰盛程度远超我所配得的。然而，尽管享有这一切，我却依然发现自己为各种各样的事情忧虑。我为自己与他人的关系而忧虑——

具体来说，就是我该对他们说什么，以及该如何措辞（马太福音

10:19）。我也为“世上的事——即如何讨妻子的欢心”而忧虑（哥林多前书 7:33）。我为教会的事务而忧虑，感到焦虑不安（哥林多后书 11:28；参路加福音 10:41）。我担心会众中有些人可能会背离教会，甚至离弃耶稣（申命记 29:18）。最令我忧虑的是，我自己可能会抵挡不住撒旦的诱惑而跌倒（提摩太前书 3:7）。就这样，我的心因着日常生活的种种忧虑而变得迟钝麻木（路加福音 21:34）；不仅如此，正因我心中怀揣着这些属世的忧虑，神的话语便被挤压窒息，以致我无法结出任何果实（马可福音 4:19）。尽管我深知自己不该是这种光景（马可福音 4:19），但直到今日，我依然为许许多多的事情而忧虑。我不仅为今日的琐事忧虑，甚至为明日——即那尚未降临的未来——

所将发生的事而忧虑。面对正处于这种光景之中的我，主说道：“所以，不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了”（马太福音 6:34）。

我愿将明日的忧虑留给明日。我渴望度过这样的一生：将我所有的挂虑全然交托给主。我实在不明白，既然我的忧虑对于改善我所焦虑的处境毫无助益，为何我却依然持续忧虑？我也无法参透，既然我凭一己之力甚至无法完成最微小的任务，为何我还要去操心其他事务？或许，这正是因为我的信心软弱。我渴望坚守这一坚定的信念：天父上帝——

那位视我为至宝的主——

比世上任何人都更清楚我究竟需要什么。因此，我不再愿像那些不信耶稣的人那样生活——

终日为吃什么、喝什么而焦虑不安，并拼命奔波劳碌去获取这些东西。相反，正如主所教

导的，我愿首先寻求上帝的国和祂的义。凭着信心紧紧抓住主的应许——

“这一切都要加给你们了”（马太福音 6:33）——

我渴望将我内心和祷告的优先次序摆放在其应有的位置上。为此，我不仅愿祈求上帝赐予我坚定的信心，更愿全心致力于更深入地默想祂的话语，并侧耳聆听主的声音，好使我的信心得以增长（罗马书

10:17）。在践行这一心志的过程中，我打算经常抽出时间去观察空中的飞鸟；我也打算去默想野地的花朵是如何生长的（马太福音

6:28）。我之所以这样做，是因为我渴望度过的每一个日子，都是在寻求上帝的国和祂的旨意；而支撑我前行的，正是那基于信心的确信：既然上帝尚且眷顾飞鸟，并以如此华美的方式妆点花朵，那么天父上帝必将更加悉心地眷顾并供养我——

因为我在祂眼中，远比任何飞鸟或花朵都更为宝贵。

面对如此令人窒息的焦虑处境，
人究竟该如何寻得内心的平安？

“你们当刚强壮胆，不要因亚述王和跟随他的大军而惧怕、惊惶；因为与我们同在的，比与他同在的更大。与他同在的不过是血肉的膀臂，与我们同在的却是耶和华我们的神，他必帮助我们，为我们争战。”犹大王希西家所说的这番话，带给了百姓极大的信心（《历代志下》32:7–8）。

只要一想到这事，我就感到焦虑与恐惧（《约伯记》21:6）。每当我只顾着去思量自己当前所面临的处境时，便夜不能寐，食欲全无，内心更是感到彻底的沮丧与绝望。这完全是一件我无力掌控的事，我根本不知道该如何是好。当我在焦虑中辗转反侧、忧心忡忡时，我的心灵便愈发软弱、昏沉（《诗篇》77:3）。我甚至连祷告的言语都无法组织，只能在极度的痛苦中发出呻吟（《诗篇》38:8）。面对如此深重、令人窒息的焦虑处境——人究竟该如何才能寻得内心的平安呢？

今天的经文——《历代志下》32:7–8——

记载了犹大王希西家在城门口的广场上召集耶路撒冷众民，向他们发表安慰之言时的情景。当听到这些充满抚慰之力的言语时，全体犹大百姓都因希西家王的信息而倍感安心、重获信心。人们或许会纳闷：这怎么可能呢？原因在于：如果仅仅凭借人类的理智与悟性去分析希西家王及犹大百姓当时所面临的处境，那绝非是一个在逻辑上能够让人寻得内心平安的局面。事实上，他们当时所处的环境正是一场极其严重的危机。这场严重的危机，正是由亚述王西拿基立入侵犹大所引发的；他率领大军安营扎寨，将犹大的坚固城邑团团围住，企图通过进攻将其彻底征服（第 1 节）。当直面如此重大的危机时，我们的本能反应往往会驱使我们情不自禁地发问："为何这场巨大的灾难会降临在我的身上——或是我的家人身上？"于是，当上帝赐予我们恩典时，我们便借着祷告来到祂面前，问道："在这件事上，上帝的旨意究竟是什么？"或者："上帝为何降下——抑或容许——这场巨大的危机临到我身上？"然而，尽管我们无数次地提出这些疑问，但在大多数情况下，我们似乎依然无法参透上帝的旨意。我们或许会反复思量："毕竟，我一直忠心地服侍上帝；既然如此，为何这场巨大的危机偏偏降临在我身上？"的确，很多时候，若仅仅依靠我们人类自身的理解力，我们会发现上帝的指引简直令人费解、难以索解。

若从希西家王——即今日经文中的核心人物——的视角来看，他完全有理由这样想："噢，上帝啊，我曾率先发起了一场宗教改革（第 31 章）；既然如此——尤其是在我行了'这一切忠心之事'（第 1 节）*之后*——您为何竟容许我面临如此巨大的危机？"他或许会这样推论："我行了'耶和华眼中看为正的

事，效法他祖大卫所行的'（29:3）；我走遍犹大的各城邑，击碎、砍伐并彻底拆毁了圣柱、亚舍拉柱、邱坛和祭坛（31:1）；我重新安排祭司和利未人各司其职（第 2 节）；我恢复了缴纳什一奉献的制度（第 5–6 节）——简而言之，我在上帝眼中行了'良善、正直、忠诚之事'（第 20 节）。此外，'凡他所行的，无论是服侍上帝的殿，是遵律法守诫命，是寻求他的上帝，都是尽心去行'（第 21 节）。既然如此——在行了'这一切忠心之事'*之后*——亚述王西拿基立（32:1）又怎会前来攻打耶路撒冷呢？"（第 2 节）。

当我默想这段经文时，一个耐人寻味的观点浮现在我脑海中。那就是：犹大王约沙法——在推行了一系列改革之后（19:4–20:1）——同样面临了敌军大举入侵的局面（20:1–2）；无独有偶，希西家王——在着手实施他自己的改革之后（31:1–32:1）——也遭遇了敌军的入侵（第 1–2 节）。观察到圣经中这一规律，我不禁提出了这样一个问题："为什么上帝允许如此深重的危机，降临在那些在他眼中行了正道的君王身上？"我这样推想："毕竟，试想一下约伯这个人——他敬畏上帝，且为人无可指责、正直公义——然而他却遭遇了难以想象的巨大危机。这背后，肯定蕴含着上帝那良善、纯全、可喜悦的旨意（罗 12:2）。"当然，在约伯的个案中，我相信上帝那良善、纯全、可喜悦的旨意，正浓缩在他那句宣告之中："我从前风闻有你，现在亲眼看见你"（伯 42:5）。如果我们能在生命中真正经历上帝的同在——

不仅仅是凭着道听途说，而是在巨大的危机与苦难之中真切地经历祂——

你我是否还愿意去承受那样的危机与苦难呢？如果那确实是上帝的旨意，我们是否还能在如此深重的危机与苦难之中，依然持守信仰、坚忍不拔，并将我们的信靠全然投向那位上帝？也许，上帝之所以允许巨大的危机降临在希西家王身上——

即便是在他“行了这一切忠心之事”之后——

其目的正是为了教导他要全心全意地单单信靠上帝（箴

3:5）。我之所以会有此想法，其缘由恰恰在于亚述王西拿基立派遣其臣仆，向犹大王希西家及耶路撒冷的犹大百姓所传达的那番话（历代志下

32:9）：“.....你们所倚靠的是什么呢？”[“你们究竟倚靠什么，竟敢如此大胆？”（列王纪下

18:19，《现代英语圣经》）]。的确，正如西拿基立的话所暗示的那样，希西家王和犹大百姓究竟“倚靠”的是什么——或者更确切地说，是“谁”呢？那正是上帝——

那位与我们同在的上帝（第 7 节和第 8 节）。正因为他们全心全意地倚靠上帝——

即“以马内利”（上帝与我们同在）——

所以他们不惧怕，也不惊慌（或灰心丧气）（第 7 节）。特别是，作为犹大百姓领袖的希西家王，因着全心倚靠上帝（即“以马内利”），他得以将犹大百姓召集在耶路撒冷城门旁的广场上，并

向他们发出安慰（第 6 节）。他那充满安慰的话语（即他的信息），是饱含着因完全倚靠上帝而产生的坚定信念的话语。这充满信念的信息正是：“既然那位与我们同在的上帝，比亚述王西拿基立及其麾下的千军万马都要伟大（第 7 节），祂就必会帮助我们，并

亲自为我们争战”（第 8 节）。事实上，若查阅《列王纪下》18 章 5 至 6 节，经文对希西家王的评价是这样的：“希西家倚靠耶和华——

以色列的上帝；在所有的犹大列王中，没有一人能与他相比。他在凡事上都跟随并顺服耶和华，谨守耶和华曾晓谕摩西的一切诫命。”因此，正因耶和华与希西家同在，他无论往何处去，尽都亨通（第 8 节）。由于希西家王倚靠那位与他们同在的上帝，他得以坚固内心，鼓起勇气，既不惧怕也不惊慌（《历代志下》32 章 7 节）。结果，他得以将耶路撒冷城内的所有百姓召集在城门旁的广场上，并

向他们发出安慰的话语（第 6 节）。最终，所有的百姓也因着犹大王希西家的话语，而得以重获信心，心中得着了确据（第 8 节）。换言之，正如希西家王一样，所有的犹大百姓也都将他们的倚靠全然寄托在了上帝身上；因此，他们非但没有感到惧怕或沮丧，反而得以坚固内心，鼓起勇气（第 7 节；参阅《列王纪下》18:22, 30）。正因他们都拥有得救的确据——

深信那位与他们同在的神“必帮助我们，为我们争战”（《历代志下》32:7–

8），且深信“耶和华我们的神必救我们脱离亚述王的手”（第 11 节；参阅《列王纪下》18:32）——

所以他们并不惧怕亚述王西拿基立及其大军；相反，他们坚固内心，鼓起勇气，获得了内心的安宁（《历代志下》32:7,

8）。这不禁让人联想到《圣经》中《约书亚记》1:9 的经文：“我岂没有吩咐你吗？你当刚强壮胆！不要惧怕，也不要惊惶；因为你无论往哪里去，耶和华你的神必与你同在。”

当你不知所措时

“我们的神啊，你不惩罚他们吗？因为我们无力抵挡这来攻击我们的大军；我们也不知道该怎么办，但我们的眼睛单仰望你。”（历代志下 20:12）

有时，我们确实会感到完全不知所措。事实上，这种令人进退两难、不知该如何是好的时刻，似乎正变得越来越频繁。我记得十二岁那年，我刚随父母来到美国，当时我连一个英文字母都不认识，却要第一次踏入校园。当得知第二天就要进行一场包含二十个英语单词的词汇测验时，我彻底傻眼了；由于别无他法，我只好哭着熬过了一整夜，把那二十个单词全都背了下来。第二天，我做好了万全准备去学校应考——

结果老师的一句话却让我哭笑不得：“既然你昨天才刚入学，这次考试你就不用参加了。”（哈哈！）我还记得在青少年时期，我曾漫无目的地游荡，不知该如何适应美国文化。后来读大学时，我曾经历一段苦苦挣扎、感到彻底迷失的时期——

因为无论我如何刻苦用功，成绩就是不见起色。进入神学院深造后，繁重的学业压力和极度的体力透支，导致我患上了结核性胸膜炎。手术之后，我再次陷入不知所措的境地，于

是索性请了六个月的假，专心休养。在我一生中所有感到彻底迷茫无助的时刻里，最刻骨铭心的一次莫过于我的长子——Juyeong——

住进儿科重症监护室（PICU）的时候。当时的主治医生让我做出一个抉择：是选择让孩子迅速离世，还是让他慢慢地走向死亡？那一刻，我感觉自己仿佛被人用铁锤狠狠地砸中了后脑勺。我彻底懵了，完全不知道该如何回答医生的问题。回首我的人生，似乎曾经历过许多这样的时刻——

那些我完全不知所措的时刻。即便到了如今，这种境况依然如故。有太多的时刻，我不知该如何以最佳的方式开展我的牧养事工；也有许多时刻，我对自己该如何教养儿女感到迷茫；而——尤其是当我将自己置于上帝话语的光照之下时——

更有无数的时刻，我对自己该如何自处感到手足无措。当然，这种困境绝非仅止于此。我活得越久，似乎就越频繁地遭遇那些令我感到茫然无助的时刻。在这样的时刻，我们究竟该做些什么呢？

今天的经文——《历代志下》20 章 12 节——

向我们介绍了犹大王约沙法及其百姓。他们当时正深陷于这样一种困境之中：他们完全不知该如何是好。令他们如此惊慌失措的局势是这样的：摩押人、亚扪人——

并联合了一些米乌尼人——

集结了一支庞大的军队，浩浩荡荡地前来入侵犹大（《历代志下》20:1–2）。当获悉这一消息时，约沙法王心中充满了恐惧；然而，他毅然决定转脸寻求上帝的帮助，并颁布了一道谕令，号召犹大全国百姓一同禁食祷告（第 3 节）。响应王的号召

，犹大百姓从全国各地汇聚到耶路撒冷，一同寻求上帝的帮助（第 4 节）。当他们聚集在上帝圣殿的新院中时，约沙法王站在人群中央，向上帝献上了一篇祷告（第 4–12 节）。这篇祷告中的特定部分，正是我们今天的经文：《历代志下》20 章 12 节。我将这篇祷告的核心要义简明扼要地归纳为三点：(1)

“上帝啊，面对这支正向我们进犯的庞大军队，我们无力抵挡”；(2)

“上帝啊，我们不知该如何是好”；以及 (3)

“上帝啊，我们的目光唯独定睛在您的身上。”上帝垂听了约沙法王的祷告，并借着撒迦利亚的儿子雅哈悉，将祂的回应传达给了全犹大、耶路撒冷的居民，以及约沙法王本人（14–15 节）。围绕着上帝的这一回应之言，我邀请大家一同默想三个关键原则：当我们身处迷茫、不知该如何行事时，我们当采取怎样的态度与行动。我恳切祷告，愿我们——包括你在内——

都能领受上帝赐予每一位的教导，并以顺服之心予以回应；如此，我们便能克服那些充满变数的处境，最终得胜而归。

首先，当我们不知该采取何种行动方针时，我们必须认清这样一个真理：摆在我们面前的这一令人惧怕的处境，并不属于我们，而是属于上帝。

请参看《历代志下》20 章 15 节：“雅哈悉说：‘犹大众人、耶路撒冷的居民和约沙法王啊，你们请听！耶和华对你们如此说：你们不要因这大军恐惧、惊惶；因为争战的胜败不在乎

你们，乃在乎神。’”神听见了犹大王约沙法及犹大百姓的祷告，并借着雅哈悉回应了他们；随后，神向犹大全地、耶路撒冷城以及约沙法王说话，告诉他们不必因那前来攻打犹大的“大军”——即摩押人、亚扪人及部分米乌尼人的庞大联军——

而感到恐惧或惊惶。此外，神宣告说，犹大与这支来犯大军之间的争战，“不在乎你们，乃在乎神”（15 节）。

当我默想这段经文时，脑海中浮现出这样一个念头：“属灵的争战属于神。生、死、祸、福之事也属于神。甚至事奉的工作也属于神。因此，我们无需惧怕。”我目前正置身于一场属灵的争战之中。我既在与自己争战，也在与罪、与世界、与撒旦、甚至与死亡争战。特别是，在与自身进行的属灵搏斗中，我常有不知该如何是好的时候。理智上我深知自己应当悔改，但内心却始终无法付诸实行。在那样的时刻，我甚至缺乏为自己的罪忧伤痛悔的心志。当我审视自己——既渴望悔改却又发现自己无能为力——

我真的不知该如何是好。然而，神今日借着《历代志下》20 章 15 节传达给我的信息是：即便这场与自身的属灵争战，其主权也不在我手中，而是在神手中。生、死、祸、福之事亦是如此。每当我想到那些正饱受病痛折磨的挚爱弟兄姐妹时——

尽管我所能提供的帮助微乎其微——

我常会感到不知所措，不知该做些什么或如何行动；在那些时刻，我唯有转向神，向祂祷告祈求。当我回首教会中那些挚爱的长者——

那些曾徘徊于生死关头，如今已离世安息在上帝怀抱中的前辈们——

我开始隐约领悟到一个真理：我们的上帝，正是那位掌管着生命、死亡以及我们一切际遇

的主宰。在这些思索之中，当今天读到《历代志下》20 章 15 节时，我默想了这句经文："因为争战的胜败……全在乎神。"这使我顿悟：生命、死亡以及我们所处的种种境遇，唯独属于上帝。牧会事工亦是如此。我最大的焦虑来源之一，恰恰正是这项事工；无数次，我感到完全不知所措，不知该如何履行我的牧职责任。或许正因如此，当今天读到《历代志下》20 章 15 节时，一个念头深深触动了我：我的事工——正如万事万物一样——并不属于我，而是属于上帝。随着这一领悟在心中沉淀，一种深沉的平安充满了我的内心。我想起了《彼得前书》5 章 7 节中的话语："你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。"无论是属灵的争战，生死的变迁，还是事工本身的重担——

我都愿将这一切全然交托给那位看顾我的主。此外，我立志不再被忧虑、焦虑或恐惧所吞噬。从今往后，无论生命中遭遇何种危机，我祈求自己都能保持无惧之心。我将紧紧抓住《以赛亚书》41 章 10 节——那是我母亲最喜爱的一节经文——凭着"万事皆属上帝"的坚定信念，度过生命中的每一天："你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你；我必用我公义的右手扶持你。"其次，当我们感到不知所措时，我们必须坚信：上帝——我们的救主——

正与我们同在。请看《历代志下》20 章 17 节："这次你们不要争战，只要站住，看耶和华为你们施行拯救。犹大和耶路撒冷人哪，不要惧怕，也不要惊惶。明日当出去迎敌，因为耶和华与你们同在。"上帝在垂听了犹大王约沙法及犹大百姓的祷告，并借着雅哈悉给予回应之后，向全犹大、耶路撒冷及约沙法王宣告：他们无需亲自去打这场仗。上帝指示他们各就各位，站立稳固，去观看祂——即耶和华——

将如何为他们施行拯救（17 节）。这不禁让人联想到《出埃及记》14 章 13 至 14 节的经文："摩西对百姓说：'不要惧怕，只管站住！看耶和华今天向你们所要施行的拯救。因为你们今天所看见的埃及人，必永远不再看见了。耶和华必为你们争战，你们只管静默，不要作声。'"正如摩西所怀的信心那样，上帝——我们的救主——

在海中击溃了埃及人，使他们无一生还，从而将以色列百姓从埃及人的手中拯救了出来（《出埃及记》14 章 27–30 节）。正是这位施行拯救的上帝，向犹大王约沙法及犹大百姓说话，说道："这次你们不要争战；只要各就各位，站立稳固，去观看耶和华——那位与你们同在者——

将要施行的拯救"（《历代志下》20 章 17 节）。此外，上帝还指示他们说："不要惧怕，也不要惊惶；明日当出去迎敌"（17 节）。而祂赐给他们的应许则是："耶和华必与你们同在"（17 节）。

当我默想这段经文时，脑海中浮现出这样一个念头："我们之所以能毫无惧色、镇定自若地面对仇敌，是因为我们深信那位施行拯救的神正与我们同在。"当我们拥有这种"以马内利式的信心"时，无论遭遇何种危机或逆境，我们都能将目光定睛在那位施行拯救的神身上。即便我们缺乏克服这些危机与逆境的能力，甚至不知该采取何种行动，这种以马内利式的信心依然能使我们单单仰望主。这让我想起那首福音圣诗《单单仰望主》的副歌："神以慈爱的双眸时刻看顾着你；祂以怜悯的耳垂侧耳倾听着你。祂将明光照进黑暗之中，甚至回应你那微弱的呻吟；因此，无论你身处何方，都要将心转向主，单单仰望祂。"我们

的神是一位拥有怜悯之耳、时刻倾听我们心声的神。不仅如此，我们的神甚至能听见我们最微弱的呻吟，并回应我们的祷告。这位神正是施行拯救的神——祂时刻与我们同在，永不离开，也永不丢弃我们（约书亚记 1:5）。这位神更是那位与我们并肩而立、施行拯救的神（耶利米书 1:8）。我们必须坚信：这位施行拯救的神确实与我们同在。我们切不可倚靠自己的聪明，而当将信靠之心全然交托给神（箴言 3:5；历代志下 20:20）。若我们怀揣着这种以马内利式的信心，全心信靠神，并勇敢地挺身而出，去直面所遭遇的种种险境与恐惧，神就必施行拯救。

第三，当我们感到不知所措时，必须怀着感恩之心，向神献上赞美与敬拜。请看《历代志下》20 章 18 至 19 节的记载："约沙法就面伏于地；犹大众人和耶路撒冷的居民也俯伏在耶和华面前，敬拜耶和华。哥辖族和可拉族的利未人就站立起来，用极大的声音赞美耶和华以色列的神。"当犹大王约沙法通过雅哈悉领受了神的话语（第 15–17 节）之后，他和犹大百姓便俯伏在神面前敬拜祂；而利未人则站立起来，用极大的声音赞美神。就在第二天，当犹大军队准备启程前往提哥亚旷野时，约沙法王在与百姓商议之后，组建了一支诗班，让他们身穿圣洁的礼服，走在行军队伍的最前方，齐声颂唱这句赞美："要称谢耶和华，因祂的慈爱永远长存！"（第 20–21 节）。随后，当诗班开始颂唱赞美诗时，神使入侵的敌军陷入混乱，导致他们自相残杀，直至全军覆没（第 22 节）。当犹大百姓抵达一处可以俯瞰旷野的制高点，并向敌军方向眺望时，映入眼帘的只有满地的尸体；竟无一人幸存（第 24 节）。约沙法王和犹大

百姓前去仔细搜寻尸体，从中收集金银、衣物及其他战利品；战利品之丰盛——

多得他们根本无法全部运走——

以至于他们足足花了三天时间才将其全部收集完毕（第 25 节）。随后，在第四天，他们聚集在比拉迦谷，在那里一同赞美神（第 26 节）。神所施行的这一奇迹般的拯救工作，是何等令人惊叹啊！（第 27 节，《当代韩语圣经》）。最终，约沙法王和犹大百姓怀着喜乐的心返回耶路撒冷——他们弹奏着琴、瑟、号角，奏响和谐的乐章——

并进入了神的殿（第 27–28 节）。当周围列国听说耶和华亲自出战，击溃了以色列的仇敌时，无不因对神心存极大的敬畏而战栗；因此，约沙法得以在太平安稳中治理他的国度。这全是因为神赐予了他四境的平安与稳妥（第 29–30 节，《当代韩语圣经》）。

当我默想这段经文时，脑海中浮现出这样的念头："当我们怀着感恩之心开始赞美上帝——承认即便这场巨大的危机也属于祂，并确信祂必将拯救我们——

上帝就会介入，击败我们的仇敌。"此外，我还想到："那位即使身处令人恐惧的境遇之中，依然呼求上帝并向祂献上赞美的基督徒——若凭着'以马内利'的信心倚靠祂——

必将亲尝救恩的喜乐与得胜的凯旋。"身处令人恐惧的境遇之中，怎可能依然向上帝感恩？在这样的条件下，我们又怎能向祂献上赞美？这种心态与举动，实在超乎了我们人类的理解。若任凭恐惧辖制我们，我们将永远无法真正向上帝感恩。若恐惧在心中扎根，我们就无法向上帝献上全心全意的赞美。若想在恐惧的境遇中依然向上帝感恩并赞美祂，我们

就必须让上帝而非境遇本身来掌管我们；我们心中不应存留恐惧，而必须对上帝——

我们的救主——

怀有坚定不移的信靠。这使我想起《使徒行传》16 章 17 节的经文："约在半夜，保罗和西拉祷告，唱诗赞美神，众囚犯也侧耳而听。"保罗和西拉身陷监牢最深处的内监，双脚又被牢牢锁在木狗之中，他们究竟是如何做到在那样的境遇下依然向上帝祷告并唱诗赞美的呢？诚然，当我们遭遇那些凭一己之力无法克服的挑战时，往往会出于本能地转向上帝祷告，因为除此之外我们似乎别无他法。但究竟——

究竟要如何才能在那种境遇下向上帝献上赞美呢？若不具备那确信上帝必将把我们从恐惧的境遇中拯救出来的信心，这根本是不可能做到的。而这种信心，正是上帝亲自赐予我们的恩赐——

正是祂对我们祷告所作出的回应。归根结底，我相信在这样的境遇中，我们所能做的唯有凭着信心仰望上帝——我们的救主——并向祂献上祈求；唯当我们拥有了救恩的确据——即确信上帝垂听了我们的祷告并必将予以回应——

我们才真正能够向上帝献上赞美。然而，基于我个人的亲身经历，我逐渐领悟到一个更为确切的答案：我们之所以能够在极度惊恐的境遇中依然开口赞美上帝，仅仅是因为上帝赐予了我们这样做的能力。当我们第一个孩子——珠英（Juyeong）——

的主治医生问我，是希望让她在痛苦中缓慢离世，还是让她迅速安详地离去时，我请求医生让她缓慢地走完最后的旅程。就在第二天，当我在研读《圣经》时，从《诗篇》63 篇 3 节中领受了一份深刻的祝福："因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你。"当我反复默想

这节经文时，脑海中浮现出一个念头：“既然主的永恒之爱胜过珠英那仅仅五十五天的短暂生命，那么我的嘴唇理当颂赞主。”于是，我将这节经文分享给妻子，并提议我们“放手吧”——

也就是将珠英完全交托给上帝看顾。随后，在告知主治医生我们决定让珠英迅速离世的决定后，我和妻子——在父母、兄嫂以及妹妹的陪伴下——

一同聚集在珠英所在的重症监护室里；在那里，我们举行了一场向上帝献上的敬拜仪式。不久之后，我们的宝贝就在我的怀中安详地睡去了。接着，我们为孩子举行了火化仪式；我和妻子手捧着装有她骨灰的小盒，乘船出海，将骨灰撒向了大海。事后，当我站在船尾掌舵，驾着小船返航靠岸时，一直坐在船头的妻子突然转过身来对我说了一句：“泰坦尼克号”（指的是电影《泰坦尼克号》）。听到这句话，又看到妻子已是泪流满面，我情不自禁地大声唱起了那首英文福音圣诗《我救主的爱》（My Savior’s Love）。如今，当我回首那一刻时，我只能由衷地承认：确实是上帝赐予了我们力量，使我们即便身处那般深沉的悲痛之中，依然能够开口向祂献上赞美。我们的上帝——

唯有祂配得领受一切的赞美与敬拜——

赐予我们力量，使我们即便身处生命中最深重的危机之中，仍能怀着一颗充满感恩的心，因祂那永恒且具救赎大能的爱而向祂献上赞美。“凡有气息的都要赞美耶和华！你们要赞美耶和华！”（诗篇 150:6）

“身处困境之时”

“他被欺压，在受苦的时候却不开口；他像羊羔被牵到宰杀之地，又像羊在剪毛的人手下无声，他也是这样不开口。因受欺压和审判，他被夺去；至于他的后代，谁能述说呢？因为他从活人之地被剪除；因我百姓的过犯，他受了惩罚。他虽然未行强暴，口中也没有诡诈，人却使他与恶人同埋，死时与财主同葬”（以赛亚书 53:7–9）。

当你身处困境时，你会怎么做？这让我想起一首名为《身处困境时，仰望主的面》的福音圣诗：（第一节）“身处困境时，仰望主的面；定睛于和平之主。朋友啊，若因世间争斗而疲惫，请仰望那赐安慰之主。”（第二节）“当你力竭心弱时，请仰望那大能之主。凡呼求祂圣名的人，祂必赐予力量，并永远保守其安稳。”（副歌）“举目仰望主；将一切忧虑卸给祂。身处忧伤时，仰望主耶稣的面；那慈爱之主必赐你安息。”的确，当我们身处困境时，我们是否真正仰望了主的面？抑或，当患难临头时，我们反而将目光定格在那些令

人苦恼的处境上——从而陷入灰心、失望与痛苦之中——

并因此犯下对上帝心怀怨尤的罪？

纵观今天的经文——以赛亚书 53:7——

圣经将弥赛亚耶稣描绘为处于一种"受欺压与受苦"的状态之中。此外，圣经还指出，祂不仅承受了欺压，更承受了审判（第 8 节）。当我们默想耶稣——这位弥赛亚——在受苦与身处困境时是如何行事为人的，让我们从中汲取三点教训，以此指引*我们*在面对困境时应当如何行：

第一，当我们身处困境时，我们必须保持沉默。请看今天的经文，以赛亚书 53:7："他受欺压，受苦害，却不开口；他像羊羔被牵到宰杀之地，又像羊在剪毛的人手下无声，他也是这样不开口。"即使在遭受欺压、身陷极度痛苦之中时，耶稣依然保持沉默。在今天经文的第 7 节中，圣经通过两次重复这句话来强调这一点："他也不开口。"当耶稣遭受不公的指控与诽谤时，他怎能做到保持沉默——

拒绝开口为自己辩护呢？当我们遭受不公指控时，我们会本能地开口为自己辩护。这完全是一种自然的人性反应。例如，如果我们明明无辜却遭到诬陷，我们会出庭应诉，并通过律师来为自己辩护。然而，我们的主耶稣——那位全然无罪者——

却甘愿像被牵往宰杀之地的羊羔；尽管如此，他却像一只沉默的绵羊，始终没有开口（第 7 节）。亨利·努文（Henri Nouwen）在他的著作《祷告的生命》（*The Life of Prayer*）中曾坦诚地作了如下告白："我极度惧怕听到定罪的话语——

或是那些暗示我无用、无能的话语——

以至于我很快便屈服于一种诱惑：急不可耐地开口，喋喋不休地说个不停。我这样做，不过是为了试图克服内心的恐惧。"当我们因遭受不公指控而陷入痛苦与困境时，我们内心深处会涌起一种根深蒂固的本能——这种本能既源于恐惧，也源于对不公义的愤懑——驱使我们开口，不停地为自己辩解。然而，耶稣却选择了不开口。他的行事方式超越了人类的本能。这究竟是如何做到的呢？我在以赛亚书 30:15 中找到了答案："……你们得力在乎平静安稳；你们得救在乎归回安息……"当我们身处困境时，我们真正的力量在于安静地依靠——即信靠——上帝。

当我们身处苦难之中时，我们必须学会保持沉默。若要做到这一点，我们需要铭记亨利·努文在《祷告的生命》一书中的教诲："'道'引向沉默，而沉默又引向'道'。'道'诞生于沉默之中，而沉默则是对'道'最深沉的回应。" "沉默是对'道'最深沉的回应"——这一论断向我们提出了挑战。正如耶稣那样，当我们身处苦难与困境之中时，必须学会保持沉默，同时静默地信靠上帝的应许。周遭会有许多喧嚣之声此起彼伏，我们自身也可能感到一种强烈的冲动想要开口辩解；然而，在受苦之时，我们必须选择保持沉默。正是在这片沉默之中，我们必须侧耳倾听上帝那微小而宁静的声音。这声音正是天父上帝的声音——

也就是耶稣曾亲耳听到的那声音："你是我的爱子，我所喜悦的"（《马可福音》1:11）。亨利·努文（Henri Nouwen）曾写道："进入沉默并非易事——这意味着要屏蔽世间那喧闹、扰人心神的嘈杂之声，并辨识出那个微小而亲切的声音，它

在对你说：‘你是我的爱子（爱女），我所喜悦的。’然而，如果我们能勇敢地拥抱独处，并让沉默成为我们的伴侣，我们就终将得以听闻那个声音。”我们必须勇敢地拥抱独处，并让沉默成为我们的伴侣。

其次，当我们身处困境时，我们必须进行思考。

请看今天的经文，以赛亚书53:8：“因受欺压和审判，他被夺去；至于他同世的人，谁能述说呢？因他从活人之地被剪除，是因我百姓的过犯受了鞭伤。”正如我们先前默想耶稣——即弥赛亚——所受的苦难时所指出的那样，在祂那个时代，犹太人持有一种信念（或者更确切地说，是一种误解），认为耶稣正是在“受神的责罚，被击打苦待”（第 4 节）。然而，在今天经文的第 8 节中，正确的理解显明了出来。也就是说，事实真相是：耶稣——那位弥赛亚——之所以忍受了欺压与审判，并最终舍命，正是为了 *我们* 的过犯——那些本该由 *我们* 承受惩罚的过犯。作为一位无辜者，耶稣基督替我们忍受了欺压与审判，并在十字架上替我们受死，从而为我们的罪作了代赎。

我们必须将这一真理铭记于心。在静默的时刻，当我们默想耶稣所受的苦难以及祂在十字架上的受死时，我们必须运用合乎圣经的思维进行思考。特别是当我们身处困境时，我们面临着一个巨大的风险：即无法维持一种正确——也就是合乎圣经——的视角。因此，我们的苦难越是深重，我们就越发迫切地需要退入静默之中，将我们的思

绪牢牢锚定在神的话语之上。通常情况下，当我们身处困境时，我们很难保持静默；相反，我们往往极易陷入抱怨或心怀怨恨的境地。此外，我们往往不让逻辑推理（即我们的理智）占据主导地位，而是任由情感牵着鼻子走，从而变得极易暴怒。我们没有将思绪聚焦于神的话语，而是轻易地被自己的感觉所左右，从而在思想上犯下罪过。然而，当我们身处困境时，我们必须将心思定睛在神的话语上。当我们身处困境时，我们必须思想耶稣。当我们身处困境时，我们必须退入静默之中，深切地默想耶稣所受的苦难以及祂的受死。

最后——也就是第三点——当我们身处困境时，我们绝不可犯罪。请看今天的经文——《以赛亚书》53 章 9 节："他虽然未行强暴，口中也没有诡诈，人还使他与恶人同埋；谁知死的时候，却与财主同葬。"当我们身处困境时，很容易陷入罪中。我们可能用言语得罪神，也可能通过行动得罪神。然而，耶稣在身处困境时却未曾犯罪。圣经记载，当耶稣受苦时，他口中没有诡诈。换言之，这意味着耶稣在受苦期间，没有用言语犯过罪。此外，耶稣也未曾行过任何强暴之事。当他身处困境时，无论是言语还是行动，耶稣都没有犯罪。我们的主耶稣，甚至直到临死之时，也未曾犯过一丝罪。尽管按原定计划，他的坟墓本该与恶人同列——而最终他的安葬之地却是在亚利马太的约瑟（一位富人）的墓穴中——

但我们的主耶稣无论是在言语上还是行动上，都没有以任何方式得罪神。这真的可能做到吗？作为一个可能的例证，我们可以看看圣经中的人物——

约伯。凭着神的恩典，他没有在言语或行动上犯罪。既然约伯——

作为与我们一样的凡人——

能够做到，那么我们也能做到。如果我们查考《约伯记》1 章 22 节和 2 章 10 节，圣经是这样记载的："在这一切的事上，约伯并不犯罪，也不以口得罪神"（1:22）；以及："约伯对她说：'你说话像愚顽的妇人一样。难道我们从神手里得福，不也受祸吗？'在这一切的事上，约伯并不以口犯罪"（2:10）。恰恰相反，当约伯身处困境时，他依然敬拜神（1:20）。因此，当我们面对苦难时，绝不可得罪神——

无论是用言语还是通过行动。相反，在困境之中，我们应当保持静默。而在那静默之中，我们必须侧耳聆听天父神那微小而宁静的声音，他说："你是我的爱子（或爱女），我甚喜悦你。"我们必须静默地停留于上帝的恩典宝座前，倾听祂应许的话语。在此过程中，面对痛苦的境遇，我们不应任凭情绪摇摆不定，而必须让自己受上帝话语的引导。我们要透过圣经真理的视角，来审视我们所处的困境。最重要的是，只要我们将目光定睛在耶稣身上——那位亲自经历过苦难的主——我们就必能战胜自身的试炼。胜利属于我们！

赐平安给忧愁之心的主

“他被欺压，在受苦的时候却不开口；他像羊羔被牵到宰杀之地，又像羊在剪毛的人手下无声，他也是这样不开口。”（以赛亚书 53:7）

那是一段极其煎熬的时光。我的内心感到沉重且充满重担。每当我想到那位我深爱的人，那种巨大的压力甚至引发了身体上的疼痛——

胃里仿佛有一团火在灼烧。眼看着他深陷挣扎、承受着巨大的痛苦，这对我而言简直是一种折磨。我不知道该如何做、能做什么去帮助他，唯有不断地在父神面前为他代祷；然而，尽管我不住地祷告，我自己的内心依然沉重、充满愁苦。有时，目睹他的极度痛苦变得如此难以承受，以至于我甚至产生了一种冲动——

想要彻底躲开他。理智上我深知，真正身处这场试炼之中的他，所承受的痛苦远比任何人都深重；然而，正因为我自己的内心处于极度的动荡之中，我发现自己竟然生出了一些自私的念头。我甚至发现自己开始设想一种可能性——

他可能会死去。我终日生活在一种充满不确定性的状态中，不知道主何时才会将他解救出来，也不知道主何时才会最终赐予我内心的平安。

终于有一天，当我正驾车从教会前往我常去锻炼的地方时，恰巧在一家基督教广播电台上听到了一位牧师的讲道。随着广播声入耳，我开始在心里对自己提出一连串的质问："我真的将全部的信任都交托给了神吗？""会不会是我没有将内心那沉重的重担完全卸给祂呢？""我所寻求的，会不会是我自己的意愿，而非神的旨意呢？"就在我默想这些问题的时候，我抵达了目的地，并开始了我的锻炼。就在那一刻，内住在我心里的圣灵将《彼得前书》5 章 7 节的经文带到了我的脑海中："你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。"于是，我紧紧抓住这节经文，在心里向神祷告。我向神寻求帮助。我祈求祂来扶助我——

求祂赐我力量，使我能够完全、彻底地将我内心所有的沉重重担，全都卸给主。当我这样做时，我向神祷告，同时也向自己的灵魂宣告："雅各，把你一切沉重的重担都卸给主吧。你为何总是忧虑烦躁，而不把这些重担立刻交托给他呢？"我向神承认自己信心的软弱，恳求他怜悯我，并坚固我的信心。尽管我心里持续以这种方式向神祷告，但我的内心依然毫无平安；我仍感到沉重、疲惫且紧绷。随后在周六——

正当我预备周日英文讲章，并在英文圣经中研读默想《彼得前书》5 章 7 节时——我也开始研读并默想这节经文前后的上下文。就在那时，第 10 节经文的后半部分有力地触动了我的心："……在你们受苦暂短之后，他自己必亲自成全你们，使你们刚强、坚固、稳固。"我从这节经文中领受了极大的恩典。借着这神的话语，圣灵将信心、盼望和指望注入我心——

向我确证：虽然我所爱的人目前正经历苦难，但这苦难仅仅是"暂时的"；在熬过这段短暂的艰难时期后，神自己必亲自"成全"他。此外，圣灵还赐给我信心、盼望和指望——

使我确信：在允许我所爱的人经历短暂的苦难之后，神必使他刚强，使他坚固，并使他的根基稳固不移。那一刻，我从那话语中汲取了力量。我想起自己在之前一个周日所讲的一篇信息："……如今我们才活了"（《帖撒罗尼迦前书》3 章 8 节下）。从那一刻起，我感觉自己终于可以再次自由地呼吸了。随后，当我在周日的英文崇拜中宣讲神的话语——

并以《彼得前书》5 章 7 节和 10 节为讲章的核心时——

我的心中充满了更加强烈的盼望与指望。渐渐地，我心中的沉重与愁苦消散了，平安也开始降临并安居其中。

在今天的经文选段——

《以赛亚书》53 章 7 节中，先知以赛亚预言：弥赛亚即便遭受虐待、身陷极度痛苦之中，也不会开口说话。他预言弥赛亚将保持沉默——

就像被牵往屠宰场的羔羊，又像在剪毛人面前默不作声的绵羊一样——

不发一言。为了应验这一预言，耶稣——即基督（弥赛亚）——

在希律王对他进行冗长的审问时，依然未作任何回应（《路加福音》23 章 9 节）。既然如此，耶稣基督为何选择保持沉默呢？既然耶稣在忍受虐待与苦难时选择了沉默，那么当我们身处困境之时，是否也应当保持沉默呢？这其中的缘由究竟为何？原因在于：当我们身处困境并保持沉默时，我们便将自己置于一种能够全神贯注聆听主声音的境地。换言之，当我们遭受苦难时，我们需要让自己安静下来，以便能够听见主的声音。尽管我们在痛苦

之中，可能会产生一种难以抑制的冲动，想要向身边最亲近的人，甚至向上帝本身倾诉和宣泄内心的情感；但我们必须克服这种冲动，在沉默之中侧耳倾听上帝的话语。我们必须保持安静，并将我们的信靠全然交托给上帝（《以赛亚书》30 章 15 节）。当我们这样做时，我们便会寻得救恩，并获得更新的力量（第 15 节）。就我个人而言，我相信耶稣基督在忍受各种苦难时之所以选择保持沉默，主要基于两个原因：第一，是为了应验《以赛亚书》53 章 7 节中所记载的预言；第二，是为了再次聆听天父上帝宣告的声音："这是我的爱子，我所喜悦的"（《马太福音》3 章 17 节）。我相信，当耶稣在沉默中定睛仰望天父上帝时，他——作为上帝所爱并所喜悦的爱子——

选择了顺服，甚至为了担当我们的过犯与罪孽，顺服至死，且死在十字架上（《以赛亚书》53 章 5 节；《腓立比书》2 章 8 节，引自《当代韩语圣经》译本）。正因如此，我们得以享有平安，并蒙受了医治（《以赛亚书》53 章 5 节）。当我们身处困境、饱受挣扎之时，若贸然开口，便极易在言语上犯下罪过（第 9 节）。我们不仅可能陷入指责他人的罪，甚至可能犯下埋怨上帝的罪（约伯记

1:22）。因此，当我们的内心感到愁苦沉重时，我们需要保持缄默。我们必须借着在静默中信靠上帝，来汲取力量（以赛亚书

30:15）。即使身处苦难与艰辛之中，我们也必须获得那份坚忍的力量。因此，无论处境多么令人愁苦，我们都必须坚定不移地去履行那托付给我们每一位的使命。在履行这一使命的过程中，我们必须将目光单单定睛在主身上——

正是祂赐平安予我们那颗烦乱的心——

并顺服祂的旨意，甚至不惜顺服至死。因此，我祈愿你我都能成为那些有幸听见这宣告之声音的人："这是我的爱子，我所喜悦的"（马太福音 3:17）。

当你的心痛彻骨髓，甚至渴望一死

“摩西对耶和华说：‘你为何苦待你的仆人？我为何在你眼前不蒙恩，竟把管理这众民的重担加在我身上？.....管理这众民的重担，我独自担当不起，这太重了。你若这样待我，求你立时将我杀掉——我若在你眼前蒙恩——免得我遇见祸患。’”（《民数记》11:11, 14-15）

人的忍耐难道没有极限吗？你已竭尽全力坚持到了现在，但如今你的身心是否已极度疲惫——内心是否已极度煎熬——以至于你觉得自己再也无法继续下去了？

21 世纪初，当我前往韩国居住时，我听到的第一个词便是 *beotigi*——意即“坚持”或“忍耐”。那时，我在事奉工作中结识了一些年轻人；在艰难的生活境遇中，他们正竭尽全力去抵挡那些严峻的考验——

日复一日地单纯坚持着。我常想，他们的生活究竟该有多么艰辛，才会让他们不得不借用

“坚持”这样的词汇来形容自己的处境。如今回想起来，我能想象出他们的内心该是何等沉重与煎熬，尽管他们已倾尽全力去忍受自己所身处的具体困境。当然，我深知自己无法完全体会他们挣扎的深度。我唯一的愿望，就是尽我所能，为他们那疲惫的心灵提供哪怕些许的安慰；因此，我只是单纯地在主里与他们进行交通与分享。正是通过这种交通，我得以窥见许多年轻人在人生旅途中内心深处所背负的沉重重担。独自背负着如此沉重的重担去生活，对他们而言定是难以承受的艰难；然而，当我目睹他们那忍耐、坚持、默默竭尽全力的身影——无论是在信仰上还是在工作上都竭诚奋斗——

我的心中便充满了深深的敬佩之情。然而与此同时，一个忧虑掠过我的脑海：他们究竟还能忍耐多久？

在今天的经文——《民数记》11 章 11 节、14 至 15 节——中，我们目睹了摩西处于极度痛苦煎熬的状态。他被巨大的责任压得喘不过气，已无法独自承担；于是他恳求上帝立刻取走他的性命，哀求上帝不要再让他继续受苦了。摩西的处境究竟该有多么痛苦难熬，才会让他甚至祈求上帝当场结束他的生命？托付给他的那些责任，在他看来究竟是何等沉重的负担，才会让他向神祈求即刻的死亡？这一切背后的原因究竟是什么？原因就在于，整个以色列民族——即上帝托付给摩西照管的群体——

在他眼中已变成了一个难以承受的沉重包袱（11 节）。摩西再也无力背负他们了（12 节）。他再也无法背负这浩大的以色列人群体——

像乳母怀抱吃奶的婴儿那样将他们紧紧抱在怀中——

并带领他们走向主曾起誓要赐给他们祖先的那片迦南美地（12 节）。之所以会这样，是

因为受到寄居在他们中间的外族人贪欲的影响，以色列人自己也再次哭泣起来，抱怨道："谁给我们肉吃呢？"（4 节）。在抱怨的同时，他们开始追忆起当年在埃及为奴之地所吃过的食物（5 节）。简而言之，以色列民不再渴望食用上帝从天上降赐给他们的"吗哪"了（6–

9 节；引自《现代韩语译本》）。于是，他们每个人都在自己帐棚的门口哭泣（10 节）。听到他们的哭声，摩西感到极度忧愁困苦（10 节；引自《现代民众圣经》）。当摩西聆听着那浩大以色列人群体的哭号声时——

这些人受了寄居在他们中间之外族人的贪欲影响，竟弃绝了上帝所赐的吗哪，转而抱怨着非要吃肉不可——

带领这群百姓的重担便沉沉地压在他身上，其分量之沉重，令他感到自己已再也无法独自承担。他究竟要从何处、又该如何去筹措足够的肉食，来喂饱如此庞大的以色列人群体呢？与此同时，百姓们依然在摩西面前哭泣不止，大声喧嚷着非要吃肉不可（第 13 节，《现代人民圣经》）。摩西已再也无力独自肩负起照管以色列百姓的重责了。这责任的重担是如此极其沉重——他深感自己根本无力独自管理整个国家（第 14 节）——以至于他再也不愿继续忍受这般的煎熬，转而恳求上帝索性将他处死，以此作为解脱（第 15 节，《现代人民圣经》）。面对这位内心极度沉重、饱受煎熬甚至渴望一死的摩西，上帝向他说了三件事：

首先，上帝指示摩西从以色列的长老中召聚七十人——

这些人是他认定有资格担任长老和百姓领袖的——

将他们带到上帝面前，并让他们一同站在会幕那里。

请看《民数记》11 章 16 节："耶和华对摩西说：'你从以色列的长老中选出七十人，就是你所知道作百姓长老和官长的，领他们到会幕那里，使他们和你一同站立。'"上帝之所以发出这一指示，是为了确保摩西不再需要独自承担以色列百姓的重担，而是能与那七十人一同分担这一重担（17 节）。因此，上帝设立了七十位能够分担责任的领袖，从而确保摩西不再需要独自一人肩负照管以色列百姓的巨大重担。当我默想这段经文时，我想起了先知以利亚；他曾坐在一棵罗腾树下，祈求一死（《列王纪上》19 章 4 节）。在迦密山上战胜巴力的先知们之后，当耶洗别王后扬言要杀他时（2 节），以利亚因惧怕而逃命（3 节），独自进入旷野。在那里，他对上帝说："……只剩下我一人；他们还要寻索我的命，要灭绝我"（10 节，14 节）。在逃避耶洗别并进入旷野的途中，以利亚以为所有其他的先知都已死在刀下，只剩下他一人存活。就在那时，上帝对以利亚说："我在以色列中为自己留下七千人，是未曾向巴力屈膝的，未曾与巴力亲嘴的"（18 节）。尽管以利亚以为所有其他的先知都已死在刀下，只剩下他一人，但事实上，上帝却保留了七千人的余民。当我将这两段经文结合起来默想时，我思考了它们如何适用于教会的领袖们。当教会领袖牧养并以神的话语喂养主的群羊——即那由主亲自托付给他们照管的羊群——时，这份责任的重担有时会让他们感到如此沉重，以至于不堪重负；当他们觉得再也无法

独自承担这份重担时，便可能陷入深深的灰心与困境之中。此外，加剧这种灰心感——

并使他们的挣扎变得愈发艰难——

的，是一种挥之不去的感觉：即他们感到自己是彻底孤立无援的。简而言之，这是一种深刻的孤独感。无论身边环绕着多少人，一旦他们开始觉得没有人真正理解他们内心的深处，他们的灰心感便会随之加剧；在这样的孤独与属灵枯竭之中，他们甚至可能陷入绝望的深渊。然而，就在那一刻——尽管在教会领袖看来，那似乎是一场严重的危机——

神却将那场危机转化为一个契机。这一契机在于：神借此时刻，在教会领袖心中重新点燃对祂那炽热的渴慕，并更新他们对祂的盼望；此外，祂更借着自己的话语，修复并更新他们那焦虑疲惫的灵魂。在这一整个过程中，鉴于神深知这位领袖已无法独自肩负如此巨大的责任，祂便兴起或差遣帮手与同工前来协助他们。借此，神使这些人能够成为教会领袖的坚实后盾，从而确保对教会——即主那神圣的身体——

的事奉得以持续进行。这确实是神恩典的作为，对于那位教会领袖而言，这更是一份无可置疑的安慰之源。

其次，神宣告祂将赐给以色列人正是他们所索求的肉食——

那是他们在受寄居于他们中间之外邦人贪婪之心的影响下，一边发怨言一边极度渴求的肉食。祂起誓要让他们足足吃上整整一个月——

直到他们甚至连那肉食的气味都感到厌恶为止。

请参阅《民数记》11 章 18 至 20 节："你要对百姓说：'你们当自洁，预备明天吃肉；因为你们哭号的声音达到耶和华耳中，说："谁给我们肉吃呢？我们在埃及很好。"所以耶和华必给你们肉吃，你们也要吃。你们不止吃一天、两天、五天、十天或二十天，乃要吃一整月——直到肉从你们鼻孔喷出来，使你们厌恶——

因为你们厌弃住在你们中间的耶和华，并在祂面前哭号说："我们为何要出埃及呢？"'"这段经文令人费解。为何上帝竟说要提供以色列百姓因贪婪而渴求的肉食呢？尤其是考虑到他们在上帝面前哭号，宣称"我们在埃及很好"（18 节）以及"我们为何要出埃及呢？"（20 节），从而显出对那位住在他们中间的上帝的轻蔑（20 节）——既然如此，上帝为何仍表示要赐给他们肉吃呢？（18 节）。难道上帝不应当将祂的烈怒倾倒在这些轻蔑祂的以色列人身上——而非赐给他们肉吃——

并对他们施以惩罚吗？（10 节）。为何上帝竟垂听——甚至回应——以色列人在祂面前所发出的那些带着眼泪的抱怨呢？（参阅：《出埃及记》16 章 7 至 9 节、12 节）。原因会不会是为了减轻摩西的困扰，好确保百姓不再将抱怨指向摩西呢？我相信答案可以在《出埃及记》16 章 12 节的后半部分找到："……你们就知道我是耶和华你们的上帝。"换言之，上帝之所以垂听并回应以色列百姓在祂面前所发的那些带着眼泪的抱怨，是因为祂渴望他们能借此确知：祂确实就是上帝。当我默想这段经文时，我开始思考它如何适用于教会会众。试想，如果教会成员在这个世界上与非基督徒混居，并受后者贪婪之心的影响，对上帝每日所赐的饮食供应毫无感恩或知足之心；相反，他们因心怀不满，屡屡向教会领袖哭诉抱怨。面对这种情况，那些教会领袖会作何反应呢？此外，如果

会众在极度痛苦中向上帝呼求，甚至暗示说在信奉耶稣之前，他们的日子过得更好——吃得更好，境遇也更佳——

教会领袖又该如何回应呢？如果这位领袖像摩西当年那样感到忧愁困苦，转而向上帝呼求道："噢，上帝啊，这些教会成员难道是我的儿女吗？难道我是他们的生父吗？祢为何命令我将这群百姓带入天国，就像乳母怀抱着吃奶的婴孩一样呢？"——

当上帝听到这样的恳求时，祂会如何回应呢？上帝真的会应允那些在哭泣和抱怨中呼求的教会成员的祈求吗？即使他们的祈求源于不满和发牢骚，上帝也会应允吗？甚至当他们怀着与世人如出一辙的贪婪之心向上帝呼求时，上帝也会垂听并回应吗？结合今天的经文来看，我相信上帝实际上会垂听，哪怕是这样的祷告。因此，我相信祂会介入干预，阻止会众继续向他们的领袖抱怨，从而减轻领袖的忧愁，并卸下压在他肩上的沉重责任重担。由此我相信，上帝会加添力量，使这位教会领袖能够继续牧养主所托付给他的群羊。对于教会领袖而言，这确实是上帝恩典的彰显——更是一份莫大的安慰。

第三，上帝对摩西——这位对上帝大能缺乏信心的人——

说道："耶和华的膀臂岂是缩短了吗？如今你必亲眼看见我的话是否应验在你身上。"

请看《民数记》11 章 23 节："耶和华对摩西说：'耶和华的膀臂岂是缩短了吗？现在你要看我的话向你应验不应验。'"上帝听到了以色列民的抱怨之声——

他们哭泣着埋怨道："谁给我们肉吃呢？我们在埃及的时候倒好"——

于是祂应许要赐给他们肉吃（18 节）。不仅如此，祂还宣告要让他们吃足整整一个月——

直到他们因那肉的气味而感到厌恶为止（20 节）。听到这一应许后，摩西对上帝说："我所处的这百姓，步行的男丁有六十万，你还说：'我要赐给他们肉吃，使他们吃足一个月。'难道把所有的羊群牛群都宰了，就够他们吃吗？难道把海中所有的鱼都聚了来，就够他们吃吗？"他这话是什么意思呢？摩西实际上是在告诉上帝：从人的角度来看——

基于逻辑推算和常理判断——

要在旷野中为六十万步行的男丁提供足足一个月的肉食，似乎是绝对不可能的事；他辩称，即便把所有的羊群牛群都宰杀殆尽，也仍嫌不足；即便把海中所有的鱼都捕捞上来，也依然无法满足需求（22 节；引自《现代人的圣经》）。面对这种看似绝无可能的情境，摩西无法对上帝投以完全的信任。他对上帝的能力缺乏信心。因此，上帝对摩西说："耶和华的膀臂岂是缩短了吗？现在你要看我的话向你应验不应验"[（按《现代人的圣经》译法为："难道有什么事是我做不到的吗？你现在就要看看我的话是否会应验"）]（23 节）。随后，正如祂所应许的那样，上帝刮起一阵风，将鹌鹑从海那边吹了过来，使它们降落在营地及周围的区域。祂使鹌鹑飞离地面约一米的高度，从营地向四面八方延伸，覆盖了相当于一日行程的广阔范围；借此，以色列百姓得以在那整夜、整日，直至次日傍晚，持续捕获这些鹌鹑（第 31–32 节，《现代人圣经》）。最终，上帝不仅向摩西，也向以色列百姓彰显了祂的全能——以及祂在兑现应许上的信实。当我默想这段经文时，我反思了它如何适用于教会。主曾赐

给我们应许：祂要建立祂的教会——即祂自己的身体（马太福音

16:18）；然而，作为主任牧师，我常发现自己未能信靠主——

那位赐下应许的全能且信实者——

反而总是将目光定睛在教会的种种境况之上。就在那些时刻，内住的圣灵提醒我主所赐的

应许——"……我要建立我的教会……"（马太福音 16:18）——

并加给我力量，使我能紧紧持守这句神的话语。此外，圣灵借着催促我紧握这应许进行祷

告，再次引导我去信靠并倚赖那位最初赐下这应许的信实之主。在这一过程中，当我在祷

告时，圣灵在我心中培育出一种充满期盼且耐心等候的心志。主必以祂自己的方式、在祂

自己的时间里，建立祂的教会——

即祂自己的身体。主必使我以及我们教会的众肢体，都能亲眼见证祂在马太福音 16:18

中向我们教会所作之应许的成就。这一切完全是出于上帝的恩典，对于我以及我们教会大

家庭的成员而言，这更是一份无可置疑的安慰与确据。这让我想起那首福音圣诗《你是我

的儿子》中的歌词："当我疲惫困乏、灰心跌倒——甚至再无丝毫力气重新站起——

祂便悄然走近，握住我的手，并对我说话。当我对自己感到失望、深感自身软弱、在痛苦

中流泪之时，祂那曾被钉痕穿透的双手便拭去我的泪水，并对我说道：'你是我的儿子；

今日我生了你。你是我的儿子——我所爱的儿子。'"当我们在这世上——

这片常令我们感觉如旷野般的旅途中——

前行之时，我祈求：当我们感到疲惫、困乏、灰心、跌倒——

甚至连一丝重新站起的力气都不复存在时——

愿主向我们发出祂的话语，并成就祂所许下的应许。我祈求主，不要让我们中任何一人独自去背负那些对于个体而言过于沉重的重担；相反，愿祂赐我们力量去共同分担，让我们并肩携手，去完成祂所托付给我们的使命。此外，我祈求主，甚至垂听并回应我们那些充满抱怨的祷告；然而，愿祂借着这些回应，显明我们心中贪婪的罪性，并凭着祂的慈爱来管教我们——

教导我们那"真正知足"的秘诀：无论身处丰裕还是匮乏之时，唯独在祂里面寻得满足。最后，我恳切祈求主，愿祂成就《马太福音》16 章 18 节中的应许——这应许既是为我这肩负教会领袖重责之人所存，也是为我们教会大家庭中的每一位成员所备——

愿祂借此清晰地向我们显明：祂施拯救的手绝非短拙无力；并愿祂赐予我们恩典，使我们无论何时何境，都能单凭信心前行——即便周遭目之所及之处，全无可见的凭据可寻。

当一切属世的希望都已断绝

“约拿在鱼腹中祷告耶和华他的神，说：‘我遭遇患难求告耶和华，他就应允我；从阴间的深处呼求，你就俯听我的声音。’”（约拿书 2:1–2）

我们人类是靠着希望而活的。若没有希望，我们就无法生存。正是因为心中怀有希望，我们才吃饭、喝水、工作，并维持着日常的生活。我们当中有些人所持有的希望，驱使着我们去努力克服当前的逆境与痛苦处境，其动力源自一种期盼：“未来一切都会好起来的。”另一些人则怀揣着这样的期盼：“终有一天，我也能取得成功”；正因如此，他们拒绝放弃自己的生命，而是选择忍耐、坚持，并与眼前所面对的现实困境顽强搏斗。正是因为我们心中怀有某种形式的希望，我们才能够日复一日地忍耐并前行。倘若我们心中的这份希望枯萎死去，那么，即便我们依然呼吸尚存、肉体活着，我们也与死人毫无二致。我想，这正是我们为何如此拼命地想要在心中维系希望的原因所在。然而，如果连这份希望——这份我们曾竭尽全力想要维系存活的希望——也彻底断绝了，你我该当如何是好呢？

在今天的经文——《约拿书》2:1–2——

中，我们看到约拿正身处一条大鱼的腹中，向神祷告（1:17）。因违背了神的命令，他曾登船试图逃往他施——即与尼尼微方向截然相反之地——

结果却最终被外邦水手抛入了海中（1:15）。换言之，他向神献上祷告的那一刻，恰恰是他一切属世的希望已彻底断绝之时。在那样一种从人的角度看来已毫无生还希望的境地——一个真正绝无可能脱困的死局之中——

约拿却将目光定睛于神，献上了他的祷告。他伫立于生与死的十字路口——

身处既无法自救、亦无法从任何人那里获得援手的绝境之中——

却转而仰望神，向祂发出了恳切的祈求。真正令人惊叹的是这样一个事实：即便身处如此境地，约拿依然向神献上了感恩的祷告。我们何以确信这一点？若查考《约拿书》2 章 1节，经文记载道："约拿在鱼腹中祷告耶和华他的神。"在此，经文所用的"祷告"一词（源自希伯来原文

hitpallel），其含义乃是指献上感恩的祷告（参《撒母耳记上》2:1；《撒母耳记下》7:27）。当一切属世的盼望都已彻底断绝之时，约拿究竟是如何做到依然向神献上感恩祷告的呢？原因有二：

首先，约拿之所以能在一切属世盼望尽皆消逝的境况下依然向神献上感恩祷告，是因为他借着神所降下的苦难，已为自己的罪悔改了。

当他身陷苦难之中——

因着神在海面上掀起的狂风巨浪（1:4），他不仅给自己带来了祸患，同时也连累了船上的外邦船长及水手——

神引导约拿在那些外邦人面前承认了自己的罪。此外，神还促使他以实际行动来表明悔改之心，引导那些外邦水手将他投入深海之中（2:3）。如今，他被困于大鱼腹中——

置身于一个一切属世盼望皆已断绝的绝境——

但他依然能够向神献上感恩的祷告；因为他回想并体悟到神向他所施的恩典——

即神使他得以承认己罪并真心悔改。尽管他一切属世的盼望都已断绝，但正因他借着为自己的悖逆悔改而获得了脱离罪恶的自由，他才得以向神献上感恩的祷告。

即使世上所有的希望都已彻底断绝，我们依然可以向神献上感恩的祷告。即便我们的处境看似毫无指望，只要我们肯承认自己的罪并真心悔改，我们——就像约拿一样——

就能向神献上感恩的祷告。即便世上的一切希望都已断绝，只要我们罪的问题能借着耶稣基督得到解决，我们就能向神献上感恩的祷告。如果我们曾经信靠的一切都因着我们的过犯而被剥夺殆尽，我们就必须将信心投向耶稣——

祂才是我们真正的希望。此外，我们要倚靠耶稣在十字架上所成就的功劳，向神承认我们的罪。并且，我们要用具体的行动来表明我们的悔改之心。我们要下定坚定的决心。只要我们在耶稣基督里解决了罪的问题——

哪怕世上我们曾经信靠的一切、所有的世俗希望都已彻底断绝——

我们也当向神献上感恩。我诚挚地盼望：正因世俗的希望已然断绝，我们得以倚靠耶稣

——我们真正的希望——

在十字架上所流宝血的大能，去承认我们的罪并真心悔改；而在悔改的同时，我们要向神献上感恩的祷告。

其次，约拿之所以能在世上一切希望都已破灭的境况下依然向神献上感恩的祷告，是因为他在苦难之中，再次将目光定睛在神身上——那位施行拯救的神。

当约拿违背神的命令时，他并没有仰望神。相反，他逃往他施，试图逃离耶和华的面前（1:3）。不仅如此，即便他所乘坐的船因神在海上掀起的狂风巨浪而濒临破碎，他依然没有寻求神。甚至在承受神管教的风暴之时，他仍未曾仰望神。然而，神并没有离弃约拿；最终，神将他带到了一个特定的境地——那条大鱼的腹中——

在那里，他终于开始仰望神。那么，约拿所仰望的究竟是怎样的一位神呢？正是那位施行拯救的神（2:9）。他将目光定睛在那位施行拯救的神身上——

那位有能力将他从自身的罪恶中拯救出来的神。最终，从深海之中，在那鱼腹之内，约拿将目光投向了那位施行拯救的神。唯有当一切属世的希望彻底断绝之时，约拿才转而寻求那位施行拯救的神。于是，他向这位施行拯救的神献上了祷告。他向神献上了一篇感恩的祷告。此外，他更发出这样的宣告："救恩出于耶和华"（第 9 节）。甚至在他尚未真正获得解救之前——当他仍身处鱼腹之中，置身于一切属世希望皆已消逝的绝境里——

他便向神献上了这篇信心的宣告，郑重声明：救恩唯独源自于神。当他如此行时，神不仅将约拿从罪恶中拯救出来，更将他从那深海之底——

即那鱼腹之中、一切属世希望已然荡然无存之地——

彻底解救了出来。与那悖逆的约拿截然不同，那条鱼顺服了神的命令，将约拿吐在了干地上（第 10 节）。

即便我们曾经信赖的一切属世之物尽皆被剥夺殆尽，我们也必须始终将目光定睛在那位施行拯救的神身上。当这世间似乎已无任何获救的希望可言时，我们必须转而将目光投向主——

祂才是那真正且唯一的救恩之盼。在这世上，绝无真正的救恩可寻。当这世间再无任何人能够施以援手将我们救拔之时，我们必须仰望主——

祂才是我们真正的救主。并且，我们必须凭着信心，恳切地寻求神的救恩。当我们如此行时，神不仅会将我们从罪恶中拯救出来，更会将我们从一切令属世希望彻底熄灭的绝境与困境中彻底解救出来。胜利属于我们！

先知以利亚：患有双相情感障碍？

“以利亚见了这光景，就起来逃命，到了犹大的别是巴，将仆人留在那里。他自己在旷野走了一日的路程，来到一棵罗腾树下；坐下求死，说：‘耶和华啊，罢了！求你取我的性命，因我不如我的列祖。’”（《列王纪上》19:3–4）

前些日子，我们教会有一位成员患有双相情感障碍。当他情绪高昂——处于躁狂期——时，他对公寓里的邻居们格外友善，这种状态持续了一年多，最终甚至带领其中三位邻居来到了教会。然而，当他陷入抑郁状态时，情绪会变得极度恶劣，甚至开始憎恶那些曾经对他友善的邻居；他会与他们发生激烈的争执，最终，那三位被他带进教会的人也因此离开了。在这场挣扎之中，几年前——在一月份的第一个主日礼拜结束后——教会的长老们和我的妻子急忙赶往他的公寓，因为他们担心他可能试图自杀。结果发现，他确实受了严重的头部重伤，随即被紧急送往医院；手术之后，他别无选择，只能住进了一家疗养院。在此期间，我保管了他公寓里发现的几本笔记本，并试图拨打里面列出的韩国电话号码，但始终无法联系到他的任何一位家人或亲属（那些号码都是旧号，早已停机

）。直到今天，我依然无法忘怀那一刻——

就在他被推进手术室之前，他向神所作的那个祷告。

近来，我对精神疾病——例如抑郁症——

产生了前所未有的浓厚兴趣。自去年以来，我开始主动购买并阅读关于抑郁症的书籍，同时也阅读了许多关于精神疾病的网络文章；通过这些研读，我逐渐——尽管尚不完全——

从内心深处切实体会到了这些病症的严重性。事实上，我也隐约窥见了这类精神疾病可能带来的巨大危险。我也曾听周围的人说起，双相情感障碍远比抑郁症更为可怕。由于曾亲眼目睹那些同时饱受抑郁症和双相情感障碍折磨的人，我深表赞同上述观点。在浏览互联网时，我偶然发现了一个关于"双相情感障碍"的定义，其内容如下："双相情感障碍是一种以情绪、精力、思维及行为发生剧烈波动为特征的疾病。通常而言，它包含两种截然不同的'情绪状态'：躁狂状态和抑郁状态。在躁狂状态下，患者精力充沛、溢于言表，且表现得极度活跃；反之，在抑郁状态下，他们会感到极度的悲伤与绝望，并彻底丧失做任何事情的动力"（引自网络）。作为一名曾通过我们教会的一位前成员，亲身见证过这些"情绪、精力、思维及行为之剧烈波动"的人，我也清晰地记得自己当时内心的挣扎——每当那些剧变骤然降临，我总会感到迷茫无措，不知该如何是好。

在今天早晨的祷告聚会中，当我读到《列王纪上》第 18 章和第 19 章时，我发现自己竟不知该如何理解或回应这两章经文中对先知以利亚的刻画。我之所以感到困惑，是因为在《

列王纪上》第 18 章中，以利亚呈现出这样一种形象：他顺服上帝的命令——“你去，向亚哈显现；我要降雨在地上”（18:1）——

无所畏惧地直面亚哈，并大胆宣告：“使以色列遭灾的不是我，乃是你和你父家；因为你们离弃耶和华的命令，去随从巴力”（18:18）。然而，在《列王纪上》第 19 章中，这位同一位先知却呈现出截然不同的另一面；当亚哈王的妻子——耶洗别王后——

派使者去威胁以利亚说：“明日约在这时候，我若不使你的性命像那些先知的性命一样，愿神明重重地降罚与我”（19:2）时，以利亚“看见这光景，就起来逃命”（19:3）。先知以利亚的心境与举止，怎会如此剧烈地在两个极端之间摇摆不定？他看起来岂不就像是一个患有双相情感障碍（躁郁症）的人吗？先知以利亚——

那位在迦密山上与 450 位巴力先知对峙时（18:20, 22），凭信心向上帝祷告（36–37 节），并亲眼目睹“耶和华的火降下来，烧尽燔祭、木柴、石头、尘土，又烧干沟里的水”（38 节）——

随后将所有的巴力先知带到基顺溪边并将他们尽数杀灭（40 节）；这样一位先知，怎会在耶洗别王后威胁他说“明日约在这时候，我必杀你，使你的性命像你所杀的那些先知一样”（19:2）时，转而因恐惧而仓皇逃命（3 节）呢？难道这是因为耶洗别王后曾是一个杀害过上帝先知的人吗（18:4,

13）？若直言不讳地问：以利亚先知之所以惊恐逃亡，仅仅是因为耶洗别王后是一个“杀害上帝先知者”吗？她究竟杀害了多少位上帝的先知，竟至于让俄巴底——

一个对上帝怀有至高敬畏之心的人（第 3 节）——

不得不“将一百位先知藏在洞里，每五十人一处，并供给他们饼和水”（第 4、13 节），

以此将他们从她的屠刀下救出？显然，她所杀害的上帝先知绝不止一两位。鉴于俄巴底曾在洞穴中藏匿了多达一百位先知并供给他们饮食，且以利亚先知曾宣告：“以色列人背弃了您的约，拆毁了您的祭坛，又用刀杀了您的先知；如今只剩下我一个人了”（19:10, 14；参 18:22），人们不得不得出这样的结论：耶洗别王后确实杀害了大量的上帝先知。当这位王后从其丈夫亚哈王那里得知，她手下那四百五十位巴力先知已在迦密山上被屠杀的消息时（第 1 节），她便发誓要像那些巴力先知被杀害一样，将上帝的先知——以利亚——

置于死地。面对此情此景，我认为以利亚因恐惧而逃亡以求保命，是完全可以理解的（第 3 节）。然而，以利亚的逃亡并未就此止步；他独自在旷野中跋涉了一整天，随后坐在一棵罗腾树下，竟萌生了求死之心，并祷告说：“耶和华啊，我受够了！求您取走我的性命吧；我并不比我的列祖强”（第 4 节）。既然如此——那位曾在迦密山上向聚集的众人发出挑战、说道：“你们心持两意要到几时呢？若耶和华是神，就当顺从耶和华；若巴力是神，就当顺从巴力”（18:21）的先知以利亚，怎会此刻却坐在一棵罗腾树下，决意求死，并向神恳求道：“现在求你取我的性命”（19:4）呢？以利亚的神情举止，怎会在如此极端的两极之间发生如此剧烈的摇摆？先知以利亚不仅求神取走他的性命，更宣称自己绝不比他的列祖强（4 节下，《现代人圣经》）。他为何要将自己与列祖相提并论？在进行这种比较时，他为何声称自己并不比他们强？难道是因为他被这样一种念头彻底吞噬了吗：即他目前的处境——

正因惧怕曾扬言要杀害他的耶洗别王后而仓皇逃命——

是何等的凄惨、无能与软弱？以利亚——

那位此前在大胆且忠心地遵行神的话语、前去觐见亚哈王时（18:12），似乎对俄巴底可能因此遇害一事毫不在意的先知——

为何会突然变得如此纠结于他的列祖（19:4）呢？难道是因为他在许多方面，确实已变得在身心两方面都如此虚弱不堪了吗？有一点是可以肯定的：先知以利亚的身体状况已变得极其虚弱。我们可以从这样一个事实推断出这一点：他躺卧在罗腾树下，并且睡着了（5 节）。当一位天使触碰他并对他说："起来吃吧"（5 节）时，以利亚便起身，吃了那炭火烤成的饼，喝了那在他头旁的水罐里的水，随后又重新躺下（6 节）。此外，鉴于神的天使随后再次折返并触碰他——说道："起来吃吧！因为你当走的路甚远"（7 节）——我们可以推测，他当时正处于极度的身体疲惫与饥饿之中。他极有可能已濒临身体彻底崩溃的边缘。人们之所以会有这种想法，是因为先知以利亚在向亚哈王宣告——

"我指着我所侍奉永生的耶和华以色列的神起誓，这几年若没有我的话，必不降露也不降雨"（17:1）——之后，便逃离了亚哈王。他顺服神的话语，起初躲藏在基立溪旁（2–3 节）；后来，当溪水干涸时（7 节），他再次遵从神的命令，前往撒勒法。在那里，他遇到了一位寡妇；借着神的神奇作为，他和那寡妇一家得以有食物维生，度过了许多日子（15 节）。简而言之，先知以利亚之所以不可避免地陷入身体虚弱——甚至达到极度疲惫、筋疲力尽的地步——

是因为在至少三年（18:1）的时间里，他不得不持续地逃亡和躲藏，以躲避那穷追不舍、一心要置他于死地的邪恶君王亚哈。因此，当耶洗别王后再次扬言要杀他，致使他因恐惧

而逃亡时，我认为先知以利亚感到彻底的疲惫不堪——甚至濒临身体彻底崩溃的边缘——是再自然不过的事了。然而，当我读到《列王纪上》19 章 1 至 7 节时，我猛然意识到，先知以利亚当时的表现，竟与那些患有临床抑郁症的人极其相似。事实上——借用马丁·劳埃德-琼斯博士（Dr. Martyn Lloyd-Jones）的一本书名——我相信先知以利亚当时正经历着一种“属灵的抑郁”。我在一篇网络讲道中读到了一段关于“属灵抑郁”的论述，在此愿与大家分享：

“在我们信仰生命的旅程中，属灵的停滞随时都可能发生。一旦这种停滞出现，便非易事能够扭转。导致属灵停滞的原因多种多样；有时，长期的身体疾病可能是其根源。对于另一些人而言，忧郁的气质或许正是罪魁祸首。然而，有一点是显而易见的：那些阻碍我们与神建立关系的障碍与罪恶，正是引发属灵停滞的直接诱因。属灵的停滞并非总是始于惊天动地的大罪；相反，往往是那些微不足道的细小罪过，在不知不觉中在我们与神之间筑起了一道隔阂。当人陷入属灵停滞时，便会丧失对敬拜的热忱，用于祷告的时间也随之减少，甚至彻底消失。此外，随着这种属灵停滞的加深，人会对他人的灵魂变得漠不关心，转而将全部注意力集中在自身的困境之上。此时，灵魂变得躁动不安，并深陷于极度的痛苦之中。人失去了信仰生活本应拥有的喜乐，其属灵光景也变得干涸枯竭”（引自网络）。

诚然，先知以利亚的表现，不正像是一个正遭受属灵停滞折磨的人吗——他对其他人的灵魂漠不关心，反而将全部精力都聚焦在自身的烦恼之上？请看《列王纪上

》19 章 10 节的记载："耶和华万军之神啊，我为了您的缘故，已竭尽全力、满怀热忱地事奉您。然而，以色列民却背弃了他们与您所立的约，拆毁了您的祭坛，并杀尽了您所有的先知；如今只剩下我一人存活，而他们甚至正试图将我也置于死地"（引自《现代韩语圣经》；参阅 14 节）。此外，先知以利亚的境况，岂不真切地映照出那种深陷属灵停滞泥潭之人的写照吗——

他的灵魂充满了躁动与痛苦，不仅丧失了信仰生活中的一切喜乐，对开展主的圣工也再无热情，致使他的属灵光景彻底陷入了干涸枯竭的境地？当我回首自身曾经历过的那些属灵停滞期，并细察先知以利亚在《列王纪上》第 18 章与第 19 章中截然不同的神态表现——那种强烈的反差，甚至让人联想到"双相情感障碍"（躁郁症）所特有的情绪剧烈波动——我不禁愈发感到好奇：究竟神是如何最终将他重新扶持起来的？要知道，在那段低谷时期，他甚至已绝望至极，在罗腾树下发出了求死的哀叹。人们之所以产生这种强烈的好奇心，原因之一在于大约十年前——

当时，已故的金牧师（一位深受爱戴的人物，生前饱受精神疾病折磨，最终因癌症扩散而离世）曾在我们教会讲道，他那篇讲章的题目正是《以利亚再次兴起》。这是一个令我难以忘怀的讲章题目。或许更确切地说，这是一个我*永远*无法忘怀的题目。就在今天清晨的黎明祷告会上，当我默祷并思念着他时，我的内心隐隐作痛，泪水夺眶而出；我深切地体悟到，他生前与精神疾病搏斗的过程该是何等痛苦煎熬。然而，回想起在他葬礼后不久我做过的一个梦，我从中寻得了些许慰藉——

在那个梦里，他面带灿烂的笑容紧紧拥抱着我，令我情不自禁地放声痛哭。在这份慰藉之

中，我将思绪与祷告转向了上帝，为那些当下正饱受抑郁症、双相情感障碍及恐慌症折磨的人们代祷。我心中默想：此时此刻，正是这些人——而非旁人——

正在承受着极大的艰难与困苦；世上没有任何人能够完全理解他们所经历的这份煎熬。于是，我将他们全然交托给上帝，向那位最深知他们痛苦、且最深爱着他们的主献上发自肺腑的祷告。我热切地祈求上帝，愿祂以温柔的双手触碰、安慰并赐予他们每一个人以盼望——

将他们从苦难中解救出来，并使他们得着医治。怀着这样的祷告心境，我开始默想上帝曾以哪三种方式兴起了先知以利亚——

那位当时看似陷入灵性枯竭、且呈现出类似双相情感障碍症状的先知：

首先，上帝差遣了一位天使去触碰以利亚。

上帝的天使伸出手，触碰了以利亚——

这位在祈求一死之后，正躺在一棵罗腾树下沉睡的先知。这样的举动并非仅有一次，而是接连两次（19:5,

7）。当我默想这段经文时，我内心深处生出一种强烈的确信：上帝的儿女——

特别是那些正遭受灵性枯竭或心理疾病折磨的人——

极需天父上帝那温柔的触碰。之所以如此，是因为我们也必须伸出双手，去触碰那些正处于身心俱疲状态的受苦弟兄姐妹；我们要怀着天父上帝那般的心肠与爱，在祷告中拥抱他

们每一个人。正是借着这种充满关爱的触碰，那些身处苦难之中的人才能真切地感受到上帝那温暖而温柔的爱。

其次，上帝借着祂的天使，确保了以利亚有饮食可享。

上帝的天使不仅仅是在以利亚沉睡时触碰了他；他还将以利亚唤醒，并且在两个不同的时刻，向他发出命令："起来吃吧！"（第 5 节、第 7 节）。此外，上帝的天使还为以利亚预备了一块炭火烤饼和一罐清水（第 6 节）。在这份神圣供应的滋养下，先知以利亚吃了饼，喝了水——同样是两次——
并借此恢复了体力（第 8 节）。正是凭着这股重新得力的力量，以利亚昼夜兼程，跋涉了四十天，最终抵达了上帝的山——
西奈山（第 8 节）。当我默想这段经文时，我再次深切地意识到：对于那些正与灵性枯竭或心理疾病抗争的上帝儿女而言，身体层面的恢复是何等至关重要。我回想起曾与一位患有抑郁症的姐妹进行过的一次交谈；她告诉我，当一个人正在与抑郁症搏斗时，坚持进行体育锻炼是绝对不可或缺的。当然，若要进行锻炼，首先必须通过摄取充足的食物来滋养身体。正因如此，我认为上帝的天使温柔地唤醒了沉睡中的以利亚，并随后为他预备了饮食，这一细节具有极其深远的意义。那些正经历灵性停滞或心理疾病困扰的人，必须将身体的健康与福祉放在首位，坚持摄取富有营养的膳食，保持充足的水分摄入，并进行规律的体育锻炼。

第三，上帝亲自向以利亚说话。以利亚起身进食饮水以恢复体力——

这使他得以昼夜兼程，走了四十天——

最终抵达了神的山，即西奈山（第 8 节）。抵达目的地后，他进入了山中的一个洞穴，并在那里过夜（第 9 节）。当他身处洞穴之中时，"耶和华的话临到他"，问道："以利亚啊，你在这里做什么？"（第 9、13 节）。听到这些话，以利亚回答神说："我为万军之耶和华神大发热心。以色列人背弃了你的约，拆毁了你的坛，又用刀杀了你的先知。如今只剩下我一个人，他们还要寻索我的命"（第 10、14 节）。对此，神吩咐以利亚说："你出来，站在山上，在耶和华面前"（第 11 节）；随后，神让以利亚听见了一个"微小的声音"（第 12 节）。我认为，这便是"旷野的祝福"。换言之，神借着那"柔和细微的声音"（第 12 节）向身处旷野的以利亚说话——

这一事实本身，便构成了旷野经历中真正的祝福。我们何以得知这一点呢？若查考《何西阿书》2 章 14 节，我们会发现：当神出于慈爱管教以色列民——

那些因试图同时事奉神与巴力而陷入信仰混杂境地的人——

时，祂将他们领入旷野，并"对他们说安慰的话"[（《当代英语译本》作："温柔地对他们说话"）]。由此可见，神是一位将祂所爱之人领入旷野，并以温柔话语安慰他们的神。对于那哀叹着"只剩下我一个人了"（《列王纪上》19:10,

14）的以利亚，神不仅温柔地对他说话（第 12 节），更进一步宣告说："我在以色列中为自己留下了七千人，就是那些未曾向巴力屈膝、也未曾亲吻过那偶像的人"

（第 18 节，《当代英语译本》）。对于以利亚而言，这些话语定是极大的安慰！他曾以为上帝所有的先知都已遇害，唯独自己幸存；然而，当上帝启示他——

在以色列境内，祂其实保守了多达七千人，这些人既未向巴力屈膝，也未亲吻其偶像——

这对当时的他是何等巨大的力量源泉啊！当我默想这段经文时，我深切地意识到：每当我们身陷灵性停滞或心灵困顿的低谷时，我们都需要刻意地退隐至"旷野"之中。即便我们身心俱疲——甚至感到彻底绝望——

我们也必须走进那片旷野，独自伫立（或跪伏）在上帝的面前。而在那一片静默之中，我们必须侧耳倾听上帝那微小而宁静的声音。内住于我们心中的圣灵，会将圣经中所记载的上帝的话语唤回我们的记忆，赐予我们悟性，并使我们能以坚定的信念紧紧持守这些话语。我们所受的呼召，不仅仅是以信心去"把握"上帝的话语，更要迈出至关重要的一步——我们必须让自己被上帝的话语所"把握"。当我们如此行时，我们便将亲历上帝的拯救——即祂的释放与医治。借着祂的话语，上帝必将复苏我们那停滞枯竭的灵魂，并使其焕发新生。

当我目睹一位患有双相情感障碍的人所经历的剧烈情绪波动——

情绪在两个截然不同的极端之间来回摇摆——

我不禁深思：对于当事人而言，要忍受这种无法自控的情绪起伏，该是何等艰难与痛苦啊！然而，我相信，对于那些不仅经历情绪高低起伏，其信仰也同样波动不定的基督徒而言，这种经历想必也是同样令人痛苦且艰辛的。当一个人从过着热忱、火热的信仰生活，转而变得灵性冷淡——仅仅是机械地履行宗教仪式——

这种对自身信仰波动无能为力的感觉，便会成为一种深切痛苦的根源。试想先知以利亚的例子：在《列王纪上》第 18 章中，他以对上帝话语的忠心顺服为证，无惧生死，毅然挺身来到亚哈王面前，发出了严厉的斥责。然而，在《列王纪上》第 19 章中，当听到耶洗别王后扬言要取他性命时，他却因恐惧而逃往旷野。那位在《列王纪上》第 18 章中，于迦密山上独自力战 450 位巴力先知并取得胜利的以利亚，到了《列王纪上》第 19 章中，却颓然坐在一棵罗腾树下，向上帝祈求速死。为何会出现如此鲜明的反差？这看起来简直就像是他患上了一种"属灵的双相情感障碍"一般。然而，上帝的天使却来到了这位以利亚身边，温柔地服侍他，并为他预备了食物。不仅如此，上帝亲自在旷野中，以温柔的话语对以利亚说话。正是这些话语，修复了以利亚的心灵，并在他里面带来了属灵的复兴。我祈求，愿这同样的修复与复兴之工，也能在我们每一个人的生命中发生。

当你感到被上帝离弃时

“耶和华的使者向基甸显现，对他说：‘大能的勇士啊，耶和华与你同在！’基甸回答说：‘主啊，耶和华若与我们同在，我们何至遭遇这一切事呢？我们的列祖不是向我们述说耶和华曾领我们从埃及上来吗？他一切的奇事在哪里呢？现在他却离弃了我们，将我们交在米甸人手里。’”（《士师记》6:12–13）

当我们感到被挚爱的人离弃时，那种震惊与痛苦往往超乎我们所能完全想象。在我们的成长关键期，这种感受尤为真切——

那时我们可能感到被慈爱的父母所离弃；在稍长之后，我们可能在恋爱关系中感到被男友或女友所离弃；而在婚后，我们又可能感到被挚爱的配偶所离弃。在这样的时刻，那种震惊与痛苦的深度确实深不可测。然而，在这般的震惊与痛苦之中，我们是否依然能够相信：上帝与我们同在？

在今天的经文——《士师记》6:12–13——

中，我们遇见了一位名叫基甸的人物；他深信上帝已经离弃了以色列民。他之所以持有这种信念，是因为上帝曾将以色列人交在米甸人手中长达七年之久（第 1 节），致使以色列人陷入极度的贫困之中（第 6 节）。这种贫困的境遇是不可避免的，因为米甸人、亚玛力人以及其他东方民族入侵了以色列，摧毁了以色列人所有的庄稼，并掠夺了他们所有的羊群、牛群和驴子（第 3–4 节）。因此，由于米甸人的极度残暴，以色列人被迫逃亡，躲藏在山洞及其他避难之处（第 2 节，《现代人圣经》）。于是，在极度的困境之中，以色列民向着上帝发出了呼求（第 6–7 节）；作为回应，上帝差遣一位先知来到他们中间，传达了这样的信息："我是耶和华，是以色列的上帝。我曾把你们从埃及领上来，把你们从为奴之家领出来。我救你们脱离埃及人的手，又脱离所有欺压你们之人的手；我把他们从你们面前赶出，把他们的地赐给你们。我又对你们说：'我是耶和华你们的上帝；你们住在亚摩利人的地，不可敬畏他们的神。'你们却没有听从我的话"（第 8–10 节）。随后，有一天，上帝的一位天使向基甸——约阿施的儿子——显现；当时基甸正在酒榨那里打麦子，目的是为了躲避米甸人。天使对他说："大能的勇士啊，耶和华与你同在！"（第 12 节）。就在那一刻，在向天使提出了两个问题之后，基甸表达了他内心的信念：他认为上帝已经离弃了以色列民，并将他们交在了米甸人的手中（第 13 节）。我相信，这两个问题揭示了基甸之所以觉得上帝离弃了以色列民的真正原因：

第一个问题是这样的："主啊，如果耶和华真的与我们同在，为什么这一切事都临到了我们？"（第 13 节上，《现代人圣经》）。当天使对基甸说"大能的勇士啊，耶和华与你同在"（第 12 节）时，基甸反问道："如果上帝确实与以色列民同在，为什么这一切事都临到了我们？"这里的"这一切事"指的是这样一个事实：在长达七年的时间里（第 1 节），由于米甸人的残暴欺压（第 2 节；《现代人圣经》；第 6 节），以色列人已陷入了极度的贫困之中。换句话说，基甸认为上帝并没有与以色列民同在；因此，他推断，正是因为上帝的缺席，他们才会在米甸人的统治下（第 1 节；《现代人圣经》；第 6 节），陷入如此凄惨的贫困境地。此外，他断定上帝之所以不与以色列人同在，是因为上帝已经离弃了他们（第 13 节）。

我认为基甸的这种思路不无道理。当我们以有限的人类智慧去审视当时的处境时，从基甸的角度来看，他得出"上帝已经离弃了他和以色列民"这一结论，是完全可以理解的。事实上，正如基甸一样，我们也可能会理所当然地发出疑问：如果上帝真的与我们同在，为何我们还要在极度的匮乏中忍受如此深重的苦难与挣扎？究其原因，在于我们心中怀有一个先入为主的观念：如果上帝真的与我们同在，我们就理应不必经历痛苦或极端的艰难困苦。如果上帝是活着的——

并且祂对我们的爱是如此深沉，甚至不惜将祂的独生爱子耶稣献在十字架上以拯救我们

——

那么，祂怎会容许我们在如此穷困潦倒的境地中受苦并挣扎沉浮呢？面对这种显而易见的矛盾，我们心中产生疑虑，并质疑上帝是否真的与我们同在，这完全是人之常情。当然，

这些疑虑与质问，归根结底源于我们未能认清一个根本性的真理：我们当前所忍受的苦难与极度匮乏，实际上正是上帝出于慈爱而施行的管教，旨在对治我们的罪过。由于我们对自己所犯的过犯视而不见，眼中只看到那些罪行所带来的痛苦后果，于是便向着上帝发出质问："如果耶和华真的与我们同在，为何这一切灾祸会降临在我们身上？"（第 13 节，《现代人圣经》）。然而，在此处还有一个至关重要的事实是我们未能领悟的。这个事实便是：上帝*确实*与我们同在——

祂与我们同在，而我们正是那些因自身的过犯而招致祂慈爱管教的罪人。换言之，我们未能充分领悟，一位圣洁的上帝竟然选择与不洁的罪人同在，这究竟是何等浩瀚的恩典！此外，还有一个确凿的事实：上帝亲自向基甸显现——

而基甸曾这样形容自己："我的家族在玛拿西支派中是最弱小的，我在我父家中也是最微不足道的"（第 15 节）——

上帝却称他为"大能的勇士"（第 12 节），并对他说："去吧！凭着你现有的力量去拯救以色列脱离米甸人的手。难道不是我差遣你去吗？"（第 14 节）。换言之，神与基甸同在（第 12 节），兴起他作士师，并赐予他莫大的恩典，使他能将以色列从米甸人的手中拯救出来（第 14 节）。噢，全凭神的恩典——

祂为何不仅救赎了我这不配之人（《新诗集》第 310 首《噢，全凭神的恩典》，第 1 节），更选立我作主的工人，赐我能力，又看我忠心，将职事托付于我（提摩太前书 1:12）？这若非神的莫大恩典，还能是什么呢？如今，当我们凭着这恩典度日时，绝不可忘记这样一个事实：主必管教祂所爱的人——即那些被祂视为亲生儿女的人——

而祂之所以如此行，正是为了我们最终的益处（希伯来书 12:6, 7, 10）。神怀着爱心管教我们，其明确的目的乃是为了使我们能有份于祂的圣洁（第 10 节）。因此，正是为了这个缘故，这一切事才临到了我们（士师记 6:13）。

所提出的倒数第二个问题是这样的："我们的祖先曾告诉我们，耶和华曾借着奇妙的神迹将他们领出埃及；可是，如今这样的神迹又在哪里呢？"（第 13 节中段，《现代人圣经》译本）。

在听闻上帝通过祂所差遣的一位先知传达的信息——

"我是耶和华，是以色列的上帝，曾把你们从埃及领上来，把你们从为奴之地领出来。我救你们脱离埃及人的手，又脱离所有欺压你们之人的手；我把他们从你们面前赶出，把他们的地赐给你们"（第 8-9 节）——

之后，基甸向耶和华的使者发问："我们的祖宗向我们述说上帝所行的'一切奇迹'，说'耶和华岂不是把我们从埃及领上来吗？'如今这些奇迹都在哪里呢？"（第 13 节）。在此，"一切奇迹"指的是上帝当年差遣摩西前往埃及，为要将以色列人从奴役中解救出来并赐予他们应许之地——迦南——

时所显现的每一个神迹。在基甸看来，如果上帝真的依然与以色列的后裔同在，他便质疑：为何那些上帝过去曾显现出来、旨在将他们的祖先从埃及解救并引导进入迦南地的奇迹，如今却踪影全无，而以色列人却在米甸人的高压统治下饱受煎熬？若用一句话概括，基甸是在质问：为何上帝如今不再行神迹，将以色列民从米甸人的魔掌中解救出来？他认定

，正是因为上帝不再与以色列人同在，他们才遭受了米甸人长达七年的统治（第 1 节，《现代人圣经》），并因此陷入了极度贫困的境地（第 6 节）。此外，他进一步推断：上帝之所以不再与以色列人同在，其原因仅仅在于上帝已经离弃了他们（第 13 节）。

我认为，基甸所持的这一推理逻辑具有一定的合理性。如果我们运用人类有限的智力进行逻辑思考——正如基甸当年所做的那样——

我们很可能会向上帝发出同样的质问："如果您在过去确实曾通过行使那些令人惊叹的神迹，将以色列民从埃及解救出来并一路引领至迦南地，那么为何您如今却不再行神迹了呢？为何我们因此必须在如此极度的贫困之中饱受煎熬与挣扎？"我们甚至可能进一步推断出：上帝已经离弃了祂的子民。的确，正如基甸一样，我们也完全有理由发出这样的疑问："如果上帝真的与我们同在，为何祂不施行神迹，将我们从苦难与极度的贫困中解救出来呢？唯一的合理解释，恐怕只能是：上帝已经离弃了我们。"换言之，我们按常理推断：如果上帝真的与我们同在，祂理应在今日我们的生命中重演那些曾在圣经时代施行的惊人神迹——

将我们从痛苦与极度艰难的处境中解救出来，并指引我们的前行之路。这正是我们向上帝苦苦祈求的；这也是我们满怀期待的。然而，当上帝并未完全按照我们所祈求和预期的具体方式施行神迹般的拯救时，我们便往往倾向于断定：祂并不与我们同在——

事实上，祂已经离弃了我们。然而，有一个至关重要的事实是我们常常忽略的。这个事实便是：所有神迹中最为伟大的神迹——堪称"神迹之冠"——

乃是这样一个现实：我们已借着上帝的恩典获得了救赎（即永生）；而这份救赎的代价，正是上帝允许祂的独生爱子——耶稣——

被钉在那象征咒诅的十字架上，并为我们舍命受死。然而，尽管我们已领受了这份救赎的恩典——这份终极的神迹——

我们却往往未能充分领悟，这究竟是一份何等惊人且深邃的神迹。因此，我们依然在祈求并期待着另一种截然不同的神迹：即一种针对我们当下所处之痛苦境遇的解救——

一种脱离现实困境的援救。尽管我们已领受了救赎——

这上帝借着耶稣基督赐予我们的最伟大的神迹——

我们却依然在祈求并期待着那些相对次要、附带性的神迹。举例而言，尽管我们已在耶稣基督里亲历了那惊天动地的救赎神迹——借此，我们罪的问题已然得到了彻底解决——

我们却依然在寻求并期待着另一种神迹，一种能够解决我们现实苦难的神迹。然而，当我们所祈求并苦候的那份脱离苦难的神迹般的拯救迟迟未能显现时，我们便会感到灰心与失望；甚至有人会因此对上帝心生怨怼，并——基于"上帝已离弃了我们"这一错误的信念——

反过来犯下离弃上帝的罪。归根结底，我们未能意识到这样一个事实：在我们祈求并期待上帝将我们从苦难中——即那些因我们未曾悔改的罪而招致的苦难——

解救出来之前，我们首先必须怀着谦卑的心，为着那些罪向上帝彻底悔改；与此同时，我们要以坚定的信心仰望耶稣——

那位曾为我们流血舍命、死在十字架上的救主。的确，当我们仍承受着未曾悔改之罪的后

果时，又怎能指望上帝施行奇妙的拯救呢？我们必须首先承认并悔改自己的罪。换言之，我们必须先在圣洁的上帝面前谦卑地认罪悔改——

凭信心倚靠耶稣十字架的功劳，并坚守祂已赐予赦免的确据。当我们如此行时，便将经历上帝奇妙的拯救作为——

这拯救将依照祂的旨意，在祂完美的时间里，并借由祂所亲自命定的方式临到。

当我们感到被挚爱之人离弃时，该如何克服内心的极度痛苦？特别是，当我们深信自己已被那位我们所深爱的上帝离弃时，又该如何去忍受并战胜那种锥心刺骨的剧痛？如果我们的上帝果真是"以马内利"——即"上帝与我们同在"——

那么我们为何仍必须承受如此剧烈的痛苦与匮乏？祂为何不施行神迹来拯救我们脱离苦海？当脑海中浮现出"上帝或许已不再爱我，并将我弃置一旁"这样的念头时，我们究竟该何去何从？正如《诗篇》的作者那样，我们也可能会向上帝发出呼求："我的上帝，我的上帝，祢为何离弃我？祢为何不施援手，也不垂听我痛苦的呻吟？我的上帝啊，我虽昼夜呼求，祢却不给我任何回应"（《诗篇》22:1–2）。在这样的时刻，我们必须铭记耶稣在十字架上向上帝父神发出的那声呼喊："以利！以利！拉马撒巴各大尼？"（意即：我的上帝，我的上帝，祢为何离弃我？）——（《马太福音》27:46；《马可福音》15:34）。我们必须怀着谦卑与信心，定睛仰望耶稣——

正是祂独自背负了我们罪孽的重担，被钉在那象征咒诅的木头上受死，承受了上帝全然的

烈怒，并被上帝父神所离弃。作为那些因着耶稣（即那位曾被上帝父神离弃者）而蒙受赦免的人，当我们因着尚未悔改的罪孽而承受上帝的管教时，我们不应妄想自己已被上帝父神（即我们的"以马内利"）所离弃；相反，我们应当坦诚认罪并悔改，全心倚靠耶稣——那位真正曾被上帝父神离弃者——

在十字架上所流出的宝贵之血。当我们如此行时，上帝便会先解决我们罪的问题——

继而解决我们苦难的问题——

从而在基督耶稣里，彻底化解我们所承受的一切苦难。上帝必将拯救我们。因为真理就在于此：救恩属于耶和华（《约拿书》2:9）。

“这一切为何临到我们？”

“耶和华的使者向基甸显现，对他说：‘大能的勇士啊，耶和华与你同在！’基甸回答说：‘主啊，耶和华若与我们同在，这一切为何临到我们呢？我们的列祖曾告诉我们，耶和华用奇妙的神迹带领他们出了埃及；但如今那些神迹在哪里呢？耶和华已经离弃了我们，把我们交在米甸人的手中。’”

（《士师记》6:12–13，《当代圣经》）

生活本已不易，然而有些事却会让我们的处境变得更加艰难。这“有些事”，往往只是挚爱之人随口说出的一句话。试想这样一位女性：她正经历一段极其艰难的时期；此时，若她的丈夫——因未能体察她内心挣扎得有多深——

本意是想上前安慰她，却脱口而出道：“不过是一点小事，你何必大惊小怪？一切都会好起来的。”你觉得她会有何感受？她无疑会感到更加痛苦、更加无助。如果丈夫不愿努力去体谅她那沉重的心情，反而只站在自己的角度——只顾及自己的感受——

然后漫不经心地随口抛出一句轻率的话语，那么她那本已负重的内心只会变得更加沉重。

对于这样一位无法从挚爱的丈夫那里得到丝毫安慰与力量的女性而言，让她感到尤为难以承受的痛苦，莫过于她无法理解：为何她所深爱的上帝，竟允许这般的苦难临到她的身上？无论她如何苦苦思索，当她始终无法参透上帝为何允许这些痛苦而艰辛的试炼出现在她生命中时，她所背负的重担便会变得真正地令人窒息——

这简直是苦上加苦，难上加难。为何这些艰难而痛苦的事会临到我们？为何这一切的苦难会降临在我们身上？在今天的经文——《士师记》6 章 13 节——中，我们看到基甸在回应耶和华的使者（12 节）时，发出了这样的疑问。那位使者曾向他宣告："大能的勇士啊，耶和华与你同在！"而基甸却反问道："主啊，耶和华若与我们同在，这一切为何临到我们呢？"若我们设身处地为基甸着想，便能开始理解他为何会以那样的方式回应上帝的天使。在基甸看来，如果上帝真的与他和以色列民同在，那么以色列人被迫逃亡、藏身于山洞和坚固营寨之中，以躲避米甸人的残暴迫害（第 2 节），这简直毫无道理可言。如果上帝确实与他和他的同胞以色列人同在，他便无法理解：为何每当到了播种的季节，他们就会遭受彻底的洗劫——

所有的庄稼、牛羊、驴子，尽数被入侵的米甸人、亚玛力人及东方诸族夺去（第 4 节）。从基甸的立场来看，如果上帝真的与他和以色列民同在，他便无法理解以色列为何必须在米甸人的压迫下忍受如此极度的贫困（第 6 节）。在这苦难深重之际，以色列民向上帝发出哀求（第 6 节）。正是因为米甸人的缘故，他们才向上帝呼救（第 7 节）。于是，上帝差遣一位先知来到以色列人中间，借着这位先知，上帝向以色列民传话说道："耶和华——

以色列的上帝如此说：'我曾把你们从埃及领上来，把你们从为奴之家领出来。我救你们

脱离埃及人的手，又脱离所有欺压你们之人的手；我把他们从你们面前赶出，把他们的地赐给你们。我又对你们说：我是耶和华——

你们的上帝；你们住在亚摩利人的地，不可敬畏他们的神。你们却没有听从我的话。'"（第 8 至 10 节）上帝为何要借着那位先知，以这样的方式对以色列人说话——要知道，当时的以色列人正因米甸人所造成的极度困境而向祂发出哀求？难道上帝是在向以色列人揭示：这一切灾祸之所以降临在他们身上，其根本原因究竟何在吗（第 13 节）？正如以色列人——

他们曾蒙受上帝的引导，脱离埃及的奴役，并领受了上帝所赐的应许之地迦南——却未能听从上帝的命令："不可事奉你们所住之地的亚摩利人的神"（第 10 节）；难道上帝不是在向士师时代的以色列人表明：他们同样违背了祂，而"这一切事临到你们，正是因为这个缘故"吗？（第 13 节）。基甸当时并不明白，耶和华之所以将以色列人交在米甸人手中长达七年，是因为以色列人再次行了耶和华眼中看为恶的事（第 1 节）。正因如此，他向那位上帝的使者——即耶和华的天使——

提出了这样一个问题："主啊，耶和华若与我们同在，这一切事为何临到我们呢？"（第 13 节）。接着，他又问上帝的天使："我们的列祖向我们述说上帝曾行过的一切奇事，说：'耶和华岂不是领我们从埃及上来吗？'如今那些奇事在哪里呢？"（第 13 节）。这个问题显明，基甸当时仍未意识到：耶和华之所以将以色列人交在米甸人手中长达七年，正是因为他们在祂眼中再次行了恶（第 1 节）。他没有去探究以色列究竟对上帝犯下了何种罪过——并在意识到后加以悔改——

反而质问上帝的天使：为何上帝不将他们从米甸人所造成的极度贫困中拯救出来（第 6

节）——

而这种贫困恰恰正是他们犯罪所招致的后果。他问道："那些奇事如今在哪里呢？"——

或者正如《现代人圣经》（*The Bible for Modern Man*）所译："如今这样的奇事在哪里呢？"——

即上帝当初领以色列人出埃及时所行的那些奇事（第 13 节）。此外，基甸还对上帝的天使说："现在耶和华丢弃了我们，将我们交在米甸人手中"（第 13 节）。他深信以色列已被上帝离弃了。他之所以持有这种信念，是因为他觉得上帝已不再与以色列同在，且不再行任何奇事了。因此，他将以色列当时所遭受的一切苦难、逆境和极度贫困，全都归咎于米甸人（第 2 至 6 节）。基甸的这种视角，实际上是否就是上帝的视角呢？

当我默想这段经文时，我被一个领悟深深触动：仅仅是上帝依然与我们同在这一事实——尽管我们像以色列民一样，屡次得罪祂——

其本身就是祂恩典的彰显。对于我而言，这依然是一个奥秘：一位圣洁的上帝，怎会选择与我们这样屡次得罪祂的人同住？这除了归功于上帝的独生子——

耶稣基督那十字架上充满功德的作为之外，别无他因。上帝依然与我们同在，这确实是祂恩典令人惊叹的展示；尽管事实是——

我们非但没有像一位圣洁上帝的圣洁子民那样生活，反而选择与这罪恶的世界为伍，屡次违背祂的话语，并犯下种种不义之行。在默想这段经文时，我心中又生出另一个念头：当我们屡次得罪上帝时，祂将我们交在世上那些不敬虔之人的手中——

从而让我们经历极度的困苦——

这一举动，实际上正是祂之爱的表达。换言之，正因为上帝爱我们，祂才允许我们经历匮乏与剥夺。如果我们即便在屡次得罪上帝的同时，依然安享丰裕的生活，我们就永远不会感到迫切需要去恳切寻求祂。而如果我们不恳切寻求上帝，我们就无法认清自己屡次犯下的罪行究竟是何等严重的过犯；如此一来，我们将继续一次又一次地得罪祂。因此，因我们的罪而降临在我们身上的困苦，其实是一个契机——

一个向上帝呼求的契机，也是一个借着祂话语的光照来认清我们罪之本质的宝贵契机。简而言之，当一位公义的上帝因我们的罪而允许我们遭受困苦时，这乃是祂之爱的作为——

其目的在于使我们醒悟自己的过犯，并引导我们走向悔改。最后，当我默想这段经文时，心中又浮现出一个念头：尽管我们可能会误以为上帝已经离弃了我们，但事实却是，祂从未舍弃过我们——

而且，祂也绝不可能舍弃我们。我们之所以正在忍受极度的困苦，正是因为我们自身的罪；然而，我们往往对这一事实视而不见，反而抱怨上帝并未与我们同在，抱怨祂的神迹踪影全无——

甚至最终断言上帝已经离弃了我们。与其在身处苦难之中时一味寻求上帝的神迹介入——并以此作为祂确实与我们同在的凭据——

我们倒不如转而正视自身的罪性，并寻求上帝的宽恕。此外，当我们被交由这世界摆布、遭受极度痛苦折磨之时，我们不应误以为上帝已经离弃了我们；相反，我们应当将目光定睛在耶稣身上——

那位曾被钉死在十字架上、并被天父上帝所离弃的那一位。我们必须坚守这一确信：借着

祂的受苦与受死，我们所有的罪过皆已蒙赦；借着祂的复活，我们在上帝面前得以被称为义（罗
4:25）；以至于如今，没有任何事物能够将我们与那在我们的主基督耶稣里的上帝之爱隔绝（罗 8:39）。无论在何种境遇之下，上帝都绝不会离弃我们（申 31:6；书 1:5；诗 94:14；来 13:5）。

我们常在心中困惑：既然上帝明明与我们同在，为何这些苦难仍会降临在我们身上？面对这些凭着人类有限的理智根本无法参透的试炼，我们向上帝发出呼求，恳求祂将我们从这一切苦难中拯救出来。对此，上帝借着圣经揭露我们的罪孽，并将我们的目光引向耶稣。上帝引导我们去倚靠耶稣——那位曾被钉死并舍命的主——
所成就的功劳，从而使我们能够正视并坦承自身的罪过。最终，上帝使我们幡然醒悟：所有这些降临在我们身上的苦难，其实正是我们那些尚未悔改之罪所带来的后果。然而，即便我们此刻正身陷苦难之中，上帝依然赐予我们内心的平安；祂正是借着这些试炼来熬炼并坚固我们的生命。不仅如此，上帝必在祂所定的时刻，以祂特有的方式，将我们从重重困境之中拯救出来。我们当怀着信心与感恩之心，来颂赞这位施行拯救的上帝。

“无人安慰”

[传道书 4:1-3]

不久前，正当我们迈入新的一年之际，在我于新年第一个主日与教会领袖们举行了最后一次祷告会之后，接连发生了两起事件。其中一件事涉及我们教会的一位执事；他试图自杀——至少表面看来如此——

吞服了大量的药丸，很可能是安眠药。那个主日下午，我的妻子、教会的一位长老、一位助理牧师以及一位女会友一同前往这位执事家中，希望能提供帮助。次日——

或许是再过一天——

当我的妻子前往这位执事的公寓探望他时，却发现他已被救护车送往附近的一家医院。最终，在接受了脑部手术之后，这位执事被转送至一家养老院；尽管他年纪尚轻，如今却只能栖身于此。另一件事则是我收到的一则消息，来自我曾在韩国服侍过的那间教会：该教会的一位大学生会友在宣教工场服侍期间不幸溺亡。我依稀记得，当这位年轻的弟兄还在读初中时，我曾在教会的英语崇拜聚会中见过他，因为当时我正与他的母亲一同在教会的英语事工中服侍；而今，他竟在一次宣教旅途中悲惨地溺亡了。面对这一噩耗，我深感震

惊；在思索该如何去安慰他的父母时，我给他的母亲写了一封信，在祷告与盼望中倾诉着我内心的真情。我也向上帝献上了祷告。我恳切地祈求上帝——我们的天父——能够亲自去安慰这位年轻人的父母、他的姐姐、他的朋友们，以及他在教会里的属灵家人。

诚然，这个世界无疑是一个忧愁、苦难、罪恶与死亡层层堆积之地。就在我们开启这新的一年之际，我们目睹了身边的挚爱弟兄姐妹们正承受着各种形式的痛苦与磨难。那么，我们究竟该如何才能真正地去安慰那些正深陷于痛苦与患难之中的挚爱弟兄姐妹呢？就我个人而言，每当我默想"安慰"一词时，我的思绪便会自然而然地转向《约伯记》16 章 2 节中所描写的约伯的那些朋友们，以及《使徒行传》4 章 16 节中所提到的巴拿巴。在《约伯记》16 章 2 节中，约伯将那些前来安慰他的朋友称为"苦恼的安慰者"。相比之下，关于《使徒行传》4 章 16 节中提到的巴拿巴，《使徒行传》的作者路加将他描述为"劝慰之子"。约伯的朋友们是"苦恼的安慰者"，他们在约伯受苦时非但没有给予抚慰，反而加重了他的痛苦；而早期教会中的巴拿巴，则是一位真正的安慰者。因此，每当我为自己祷告时，我常会发出这样一个特别的祈求："愿我能成为一位心中充满爱火的安慰者和传福音者。"然而，我却常常感到困惑，不知该如何切实地去安慰周围那些正经历艰难与痛苦的挚爱弟兄姐妹。因为我怀着主的爱去爱他们每一个人，所以我渴望能给予他们抚慰；然而，无数次我发现自己根本不知该从何入手。

在罗伯特·斯特兰德牧师（Rev. Robert Strand）所著的《安慰的灵性》（*The Spirituality of Comfort*）一书中，收录了 101 个旨在安慰受伤心灵的故事。该书的序言由亨利·努文神父（Father Henri Nouwen）执笔，他在序言中指出，"安慰"一词的含义其实非常简单，即仅仅是"陪伴"在孤独之人的身边。此外，他进一步解释道：给予安慰并非要替他人消除痛苦，而仅仅是去"与他们同在"。努文将这种陪伴他人同在的行为称为"关怀"（具体而言，即"对灵魂的关怀"）。这意味着要与他们一同哭泣，与他们一同承受艰难，并与他们感同身受；归根结底，真正的关怀乃是一种深切慈悲的体现。循着这一思路，亨利·诺云神父（Father Henri Nouwen）曾言道："往往，正是我们的忧伤驱使我们起舞；而我们的舞姿，反过来又为那份忧伤腾出了空间。当我们为失去挚友而洒下泪水时，或许会从中发现一种我们从未察觉过的喜悦。即便身处庆祝成功的盛大宴会之中，我们也可能感到一种深沉的悲伤。正如小丑那张既引人哭泣又令人发笑的面孔，可以同时流露着悲伤与喜悦一样——忧伤与起舞、悲痛与欢笑、哀叹与喜乐，这一切其实都归属于同一个境地。生命之美，恰恰绽放于忧伤与起舞交汇的那一刻。"对此，你有何感想？你我是否正以这样一种方式度过此生：让我们得以在那忧伤与起舞相触的交汇点上，真切地感知到生命之美？

在今天的经文段落中，所罗门王——即那位"传道者"——描述了他所目睹的一切。他在《传道书》4 章 1 节中写道："我又转念，见日光之下所行的一切欺压：看哪，受欺压的流泪，且无人安慰；欺压他们的有势力，且无人安慰！"所罗

门王在这个世界上所目睹的，正是那些当权者欺压他人的景象。换言之，他看见了那些受欺压的受害者。此外，所罗门王还看见了这些受欺压者所流下的眼泪。然而，问题究竟出在哪里呢？问题就在于：竟然没有任何人愿意向这些受欺压的受害者伸出援手，给予安慰。也就是说，所罗门王观察到，这些受欺压者竟是孤立无援、无人安慰的。目睹这一残酷现实后，所罗门王在今天的经文——《传道书》4 章 2 至 3 节——中发出了这样的感叹："因此，我称赞那早已死的死人，胜过那还活着的活人。并且我以为那未曾生的，就是未见过日光之下一切恶事的，比这两等人更好。"这究竟意味着什么呢？这段经文绝非在暗示：死亡要比在欺压中苟活更好。所罗门王绝非在提倡自杀，也绝非在暗示：与其忍受欺压，不如了结自己的生命。然而，在我们今天所处的这个世界里，在某种意义上，似乎正弥漫着一种鼓励自杀的氛围。我们可以在当今互联网上随处可见的各类"自杀网站"中，找到这一现象的有力佐证。据我从韩国过往的新闻报道中所了解到的情况，真正令人震惊的是：人们有时竟会利用这些自杀网站，与素不相识的陌生人取得联系，并相约一同自杀。即便是在我个人的交际圈中，我也曾听说过好几位朋友或熟人最终选择了结自己的生命。随着世界面临日益严峻的经济困境，许多人因不堪忍受日常生活的重压与苦难，在绝望的自杀冲动驱使下，试图亲手终结自己那宝贵的生命。因此，种种迹象表明，自杀成功的案例似乎正呈逐年上升的趋势。对于这些深陷绝望的人而言，今天的经文——《传道书》4 章 2 节——或许会被他们从"自杀"的视角加以曲解；他们可能会误以为："啊，就连智慧的所罗门王也认为，与其忍受遭受虐待的一生，不如死去。"然而，人绝不可在心中发出"与其这样活

着，不如死了好”这般绝望的念头时，便真的结束自己的生命。在今天的经文中，所罗门王绝非在提倡自杀。相反，当他目睹那些在世上遭受权贵欺凌、压迫之人的眼泪时，所罗门王仅仅是在指出这样一个现实：对于这些受害者而言，他们的生存境遇已变得比死亡本身还要凄惨。换言之，所罗门王并非在暗示上帝赐予我们的生命本质上劣于死亡；他仅仅是在陈述这样一个事实：在不公义的压迫下度过那种充满极度痛苦与折磨的一生，确实比死亡更为悲惨（朴允善语）。那么，究竟什么样的生活才真正配得上“生不如死”这句形容呢？当我深思这一问题时，我的思绪转向了那些脱北者。我偶然读到一篇刊登在《华尔街日报》上的网络文章（日期为 2006 年 5 月 1 日），该文通过采访几位近期刚获准进入美国的朝鲜女性——她们是依据《朝鲜人权法案》首批获准入境的脱北者——揭露了脱北者在中国所遭受的悲惨生存境遇。文章中介绍了一位化名为“汉娜”（Hanna，36 岁）的女性，她曾是平壤的一名教师。为了维持家境贫困的家庭生计，她毅然投身于布料贸易；然而，在前往边境城镇采购货源的一次行程中，她在用餐时突然昏迷不醒。当她苏醒过来时，惊愕地发现自己已被拐卖，身处异国——中国的土地上。她被转卖给了一名中国男子，并遭受了其“丈夫”惨无人道的毒打——伤势之重甚至导致骨折；此外，她还遭受了诸如“杀掉像你这样的朝鲜人，比杀只鸡还要容易”之类的恶毒辱骂。据她自述，在那段暗无天日的日子里，她甚至曾萌生过自杀的念头；她将当时的生活形容为“活在地狱之中”（来源：互联网）。难道这些来自脱北者的泣血控诉，仅仅是孤立的个案吗？我无法断言，但我从未忘记一位牧师曾对我说过的一句话：“在与脱北者接触的过程中，《出埃及记》对我而言真正变得鲜活起来。”

对于这样的人而言，今日经文——《传道书》4 章 3 节——中的话语，该会引起何等深刻且发自肺腑的共鸣啊！经文宣告：与生者和死者相比，"那未曾生的，就是未见过日光之下所行的恶事的，比这二者更好。"对于那些脱北者而言，若他们从未降生于世，该是何等美妙的事啊——

若他们从未目睹这世间所行的恶事，也从未不得不忍受那种令他们宁愿一死了之的苦难？各位朋友，你们又如何呢？当你回首自己迄今为止的人生，是否曾有过这样的时刻：你感觉自己之所以还活着，仅仅是因为你下不了决心去死？是否曾有过那样极度痛苦的瞬间，让你觉得连呼吸和存在本身，都比死亡更加难以忍受？你是否曾发现自己无休止地沉溺于一片泪海之中？然而，当我们在这世上遭受极度的痛苦以至于渴望死亡时，我相信，比痛苦本身更难以承受的——正如所罗门王在今日经文第 1 节中所指出的那样——乃是这样一个事实："无人安慰我们。"当我们处于人生的最低谷——

最困顿、最煎熬、内心最深处隐隐作痛之时——

那使我们的痛苦雪上加霜的，莫过于意识到周遭竟无一人能真正理解、体恤并安慰我们所经历的挣扎、折磨与伤痛。真正令人倍感煎熬的，其实是这样一个事实：即便身边有人爱我们，并竭力想要给予安慰，却似乎无一人能真正给予我们切实的慰藉。当不义之人的恶行似乎永无止境，当虐待与压迫的行径毫无止息之兆时，我们便丧失了做梦的能力。我们不再心怀盼望。我们放开了那被称为"希望"的最后一根救命稻草。这便将我们推入了绝望的深渊。一个缺乏希望的生命，注定是一个充满绝望的生命。那么，当我们发现自己深陷绝望之中时，我们究竟该如何是好？我们可以从《圣经》中汲取三个关键的教训：

首先，当我们身处绝望的深渊时，我们必须向自己的灵魂说话。有一本书我至今难以忘怀，那就是马丁·劳埃德-琼斯博士（Dr. Martyn Lloyd-Jones）所著的《属灵的忧郁》（*Spiritual Depression*）。我在阅读此书时所受到的挑战是：每当我们感到灰心或绝望时，我们必须向自己的灵魂说话，正如《诗篇》的作者所做的那样。那么，我们该如何说话呢？作为例证，劳埃德-琼斯博士引用了《诗篇》第 42 篇的第 5 节和第 11 节，以及第 43 篇的第 5 节："我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神；因我还要称赞他，他是我的救恩，是我的神。"因此，每当我感到灰心时，我常会回想起《诗篇》中的这些经文，向自己宣告它们，并以此激励自己前行："詹姆斯，你为何忧闷？为何烦躁？詹姆斯，当仰望神。"在这样做的时候，我会刻意努力将目光定睛在主——我的帮助者——身上，并向祂祷告。在这一过程中，我常常真切地经历到神的帮助。我也鼓励你去尝试这样做。每当你的内心感到灰心，或被绝望所淹没时，试着通过向自己宣告神的话语来继续前行。即使所宣告的并非《诗篇》中的经文——例如，当你因服侍教会而陷入挣扎时——你也可以试着宣告主在《马太福音》16 章 18 节中的应许来继续前行："……我要建立我的教会。"神必会来帮助你。

其次，在绝望的时刻，我们必须渴慕耶稣。

当我们身处绝望的深渊时，我们必须切慕耶稣。我们必须以极大的恳切之心来渴慕祂。特别是当我们的绝望源于苦难时，我们必须将目光定睛在耶稣在十字架上所承受的苦难之上。为什么当我们身处苦难与绝望之中时，应当去仰望耶稣在十字架上的苦难呢？原因在于：唯有当我们静默地凝视并默想祂的苦难，使我们自身的苦难与祂的苦难交织融合在一起时，真正的安慰与医治才会发生。就我个人而言，每当我感到灰心丧气时，脑海中总会浮现《约拿书》2 章 4 节的经文："我说：'我从你眼前被驱逐；然而，我仍要仰望你的圣殿。'"我之所以反复默想《约拿书》中的这一段话，是因为——

即便我像主的仆人约拿那样，因悖逆而遭遇管教的风暴、被抛入深海的绝境之中——

我也立志要"再次仰望你的圣殿"，全心全意地渴慕主。我衷心希望，无论何时，只要你感到灰心或陷入绝望，也能倚靠《约拿书》中的这段经文，将目光重新投向主。诚然，我盼望你能将那些灰心绝望的时刻，转化为更加深切地渴慕主的契机。

第三，在绝望之中，我们必须将盼望寄托在耶稣身上。

归根结底，我相信绝望的功用在于引导我们去盼望耶稣。当我们在这世上行走，遭遇种种使我们陷入绝望的境遇时，这种绝望不仅成为我们渴慕主的大好时机，更——

从更深层的意义上说——

成为一个神所赐予的机会，让我们将世界和自我都置之度外，从而将目光单单定睛在主身上，将盼望唯独寄托在祂那里。因此，我们有必要对这世界彻底幻灭——

甚至达到绝望的地步。此外，我们也必须对自己彻底幻灭——

甚至对自己感到绝望。原因在于，若没有这种绝望感，我们便很少会真正地渴慕神，也很少会将盼望寄托在祂身上。正因如此，我个人特别珍爱《诗歌》第 539 首《这身体的盼望是什么？》第三节的歌词："纵然有一日，我在这世上所信靠的一切尽被割断，但我信靠救主的盟约，我的盼望必将愈发坚定。"我之所以喜爱这些歌词，是因为唯有当我们在这世上所信靠的一切尽被剥夺之时，我们才终于能更加全心地信靠并倚赖主；在此过程中，我们会经历一种生命更新的作为：心中原有的绝望烟消云散，取而代之的是对主那满溢的盼望。届时，我们将能以这样的方式向神献上赞美："（第一节）哦主，我的喜乐、我的盼望，也是我生命的本身——

纵然我日夜呼求祢、歌颂祢，我的心却仍感到一种未得满足的渴慕。（第五节）哦耶稣，我魂所真切渴慕的那一位——

甚至祢声音的响动都能带给我喜乐；诚然，我的生命与我真正的盼望，唯独安息在祢里面，主耶稣啊！"[《诗歌》第 82 首《我的喜乐，我的盼望》，第一节与第五节]。

我祈愿主——那位作我们盼望的主——

能带给你们安慰。我祈愿当没有任何人的灵魂能给予你们慰藉之时，愿我们的主亲自成为那安慰你们的一位。即便在那些痛苦如此深重、令你甚至想要拒绝一切人为安慰的时刻，我仍祈愿主能充满你的心，使你对祂充满深切的渴慕，并对祂怀有坚定不移的盼望。我祈愿，在那悲喜交融、彼此相触的神圣境地中，你能得以窥见生命的真谛——

那便是基督徒精神所蕴含的极致之美。在结束这段关于祂话语的默想之际，我想与你分享

一篇我为纪念一位"劝士"（即女执事）而写的感悟——

正是借着这位姊妹，上帝让我得以亲眼见证了基督徒生命的真正之美：

"劝士啊，你是美丽的。

即便心中泪水涌动，你的脸上依然挂着微笑——

劝士啊，你是美丽的。

即便挚爱的儿子已在死寂中安眠，你依然向神献上感恩——

劝士啊，你是美丽的。

你对挚爱教会家人的挂念，甚至胜过对自家亲人的关切——

劝士啊，你是美丽的。

你不求受人安慰，却立志去安慰他人——劝士啊，你是美丽的。

你在给予中寻得的喜乐，远胜过在接受中所得——劝士啊，你是美丽的。"

劝士啊，你怀揣着天父上帝的心肠，为灵魂的得救而竭力奔走——

你是美丽的。

劝士啊，你将荣耀归与上帝——你是美丽的。

我在你身上，看见了基督.....

“主啊，你何时才安慰我？”

[诗篇 119:81-88]

你是否曾感到自己的忍耐已达极限？因此，你是否也曾向上帝祷告，问道：“上帝啊，我还要忍受这苦难多久？”当临到我们的痛苦与逆境拖延不绝时，有时我们会感到自己的忍耐已到了尽头。在这样的时刻，我们有时会向上帝发出呼求，问道：“还要多久？”今日经文——《诗篇》第 119 篇——中的诗人，正是这样做的。他一面仰望上帝的话语，一面切慕上帝的救恩；然而，由于苦苦等候之后，上帝对他祷告的回应依然迟迟未至，他便向上帝如此祷告：“我因盼望你的话语，眼睛都失了神，心里想着：‘你何时才安慰我呢？’” （第 82 节）[(现代英文译本) “我的眼睛因苦候你应许的实现而变得疲惫，不住地问：‘你何时才安慰我呢？’”]。今天，以此信息为中心，我愿借着反思“忍耐的极限”与“忍耐的挑战”，来领受在这一主题——“主啊，你何时才安慰我？”——之下赐予我们的教导。

首先，让我们来思考“忍耐的极限”。

请看今日的经文——《诗篇》119:81-

82："我切慕你的救恩，甚至心力交瘁；但我仍把盼望寄托在你的话语上。我因盼望你的应许，眼睛都失了神；我问道：'你何时才安慰我呢？'" [(当代英文译本)

"我因切慕你的救恩而精疲力竭，但我依然信靠你的话语。我的眼睛因苦候你应许的实现而变得疲惫，不住地问：'你何时才安慰我呢？'"]。这位诗人感到疲惫不堪。他已是筋疲力尽，身心俱乏。造成这一切的原因是什么呢？原因在于，这位诗人正遭受仇敌的逼迫（第 84 节）。那么，这些逼迫诗人的仇敌究竟是谁呢？他们就是"那些狂傲自大的人——那些不遵行你律法的人"（第 85 节）。此外，他们无缘无故地逼迫这位诗篇作者（第 86 节），甚至挖掘陷阱（坑）企图加害于他（第 85 节）。换言之，他们密谋要对他不利。事实上，他们几乎将他置于死地（第 87 节）。也就是说，他们将他逼到了死亡的边缘（第 87 节；参《当代英语译本》）。在这极度危急的境况下，诗篇作者切切盼望主的拯救（第 81 节），并将他的希望寄托在主的话语上（第 82 节）；然而，看来他当时尚未亲历上帝施行拯救的真实，也未见祂所应许的话语得以应验。因此，他感到疲惫（精疲力竭）（第 81 节）且身心俱乏（第 82 节）。

正如这位诗篇作者一样，我们有时也会感到精疲力竭、身心俱疲。无论我们多么热切地向上帝呼求，祈求祂将我们从痛苦的境遇中解救出来，有时却似乎得不到祂对我们祷告的任何回应——在那些时刻，我们的处境似乎非但没有好转，反而愈发恶化——

于是我们发现自己身心俱疲，筋疲力尽。在这样的时刻，真正危险的仇敌乃是"绝望"。当我们的处境变得如此艰难且令人煎熬——

当我们反复向上帝呼求却感受不到任何回应，且局势似乎只是一味恶化之时——

我们可能会达到崩溃的临界点；在忍受了所能承受的一切、直至再也无法承受之后，我们可能会屈服于灰心丧气，甚至陷入彻底的绝望之中。当那些傲慢的仇敌无休止地讥讽我们，质问"你的上帝在哪里？"（《诗篇》42:10）时，这种绝望感尤为强烈。当我们像那位诗篇作者一样，感到上帝的审判迟迟未至——

甚至到了让我们不禁自问："上帝啊，你何时才会惩罚那些傲慢的仇敌？"（第 84 节）——

此时，我们便特别容易陷入绝望的深渊。那么，在这样的时刻，我们究竟该怎么做呢？当我们尽管坚持祷告、满怀期盼地等候上帝的拯救，却似乎始终得不到任何回应，以致灵魂焦躁不安、灰心丧气之时，我们究竟该采取怎样的行动方针呢？当我们苦苦等候，却依然无法感知上帝的安慰，以至于像《诗篇》作者那样呼喊："主啊，祢究竟何时才会安慰我？"此时，我们该当如何？这确实正是耐心的真正考验。

其次，让我们来思考"忍耐"这一挑战。

当我们因切慕主的救恩而感到疲惫困乏时（第 81 节），我们该怎么办？当主的安慰似乎迟迟未至，当我们的双眼因苦候祂的应许得偿而变得昏花（第 82 节），当我们甚至觉得自己已变得毫无用处（第 83 节）时，我们该怎么办？当那些藐视主律法的狂傲之徒无故逼迫我们，并设下罗网企图陷害我们，而上帝对他们的审判却似乎迟迟未降（第 84–

86 节）时，我们又该怎么办？甚至当他们已将我们逼至死亡的边缘（第 87 节）时，我们又该如何是好？面对这一关于"忍耐"的挑战，我们究竟该如何回应？即便我们因切慕主的救恩而感到疲惫，我们也绝不可动摇，仍须继续信靠祂的话语（第 81 节）。其原因在于：主的诫命是完全值得信赖的（第 86 节）。此外，即便我们因苦候主的应许得偿而感到疲惫（第 82 节），我们也必须坚定不移，绝不忘记祂的律法（第 83 节）。哪怕那些狂傲的仇敌无故逼迫我们——甚至将我们逼至死亡的边缘——

我们也绝不可背弃主的训词（第 87 节）。当我们如此行时，必将依据主那永不枯竭的慈爱而得以复苏——

重获生命（第 88 节）。而在那一刻，我们将继续忠心不二地遵行主的律法（第 88 节）。

上帝之所以表现出忍耐，并未立即出面为我们伸冤，绝非出于任何轻率之举。上帝等待的每一个片刻绝非虚度；相反，每一个瞬间都被以最为珍贵的方式加以善用（朴允善）。尽管从我们有限的视角来看，上帝的救赎、安慰与扶助似乎有所迟延——

以至于我们别无选择，只能发出这样的呼求："主啊，祢何时才来安慰我？""主啊，祢何时才来扶助我？"或"主啊，祢何时才来拯救（搭救）我？"——

但在这样的境遇中，我们绝不可忘记主那信实的诫命，而当将我们的信靠全然寄托于祂的话语之上。无论身处何种境况，我们都绝不可将祂的话语弃置一旁。一旦主所预定的时刻临到，祂必将成就我们的救赎。这位信实的主，无疑将兑现祂向我们所作的一切应许。既怀揣着这份得救的确据，我们便当凭着信心与盼望，坚忍着度过一切试炼与逼迫。即便当

我们感到自己的忍耐已达极限之时，也绝不可灰心丧志；相反，我们要将目光定睛于主——即我们真正的盼望所在——

并切切渴慕祂，从而对祂的话语生发出愈发深切的渴求。圣灵——即我们的保惠师——必将借着上帝的话语带给我们莫大的安慰；因为这话语是活泼且充满功效的。

拒绝安慰的悲伤

“雅各便撕裂衣服，腰间束上麻布，为他儿子悲哀了许多日子。他的儿女都起来安慰他，他却不肯受安慰，说：‘我必悲哀着下阴间，直到见我儿子那面。’于是他父亲为他哀哭。”（《创世记》37:34–35）

在我们教会里，有一位老奶奶——如今已年过八旬——

她不得不眼睁睁看着自己六个儿女中的三个，先她一步离世，前往了另一个世界。这位老奶奶早年丧夫，随后又接连失去了三个儿女——

而且这三个儿女离世时，都已是年届中年的长成之人。她失去的最后一个孩子是一个儿子，几年前，他在睡梦中安详离世，享年 56 岁。直到今日，我依然无法忘却那一刻的情景。我清晰地记得那位老奶奶的身影：她痛哭流涕，泪眼模糊地向我呼喊道：“牧师！噢，牧师啊！”我也无法忘记她抽泣着对我说的那句话：“牧师，我对上帝感到满心的怨愤。”

当我凝视着这位母亲在丧子之后那无法抑制的泪水时，我试图去想象她内心悲痛的深度，却发现自己根本无法真正去体会和丈量那种痛苦。没有任何人能够真正衡量一位失去挚爱儿女的父母，其内心究竟蕴藏着何等深沉的悲伤。我相信，对于一位母亲而言，这种痛苦

与煎熬是她独有的经历；而对于一位父亲而言，这种痛苦则是他独有的经历——

每一位父母都背负着一份独特而沉重的悲伤重担。现实往往是：在这样的境遇中，人们常会感到似乎没有任何人能够真正抚慰一颗丧子父母的心灵。当然，充满爱意的家人、亲戚、朋友、教会的弟兄姐妹以及其他关怀者，无疑都会竭尽全力去给予安慰；然而，对于一位痛失爱子的父母而言，内心的极度悲痛往往是如此排山倒海、令人窒息，以至于他们可能会发现自己根本无法接受来自任何人的安慰。正如今天所读的经文——

《创世记》37:34–35——

中所描绘的那样，雅各正是这样一位深陷悲痛、拒绝安慰的父亲。雅各深信他那晚年得子的爱子约瑟（创　37:3）已经离世，因此被巨大的悲痛彻底吞噬。尽管他的其他儿女试图安慰他，雅各却拒绝接受他们的宽慰。换言之，当雅各为爱子约瑟的死讯哀恸不已时，他拒绝了其他儿女所给予的安慰——

正如经上所记："他拒绝受安慰"（NASB　版）。雅各的内心究竟承受着何等深沉的痛苦，竟至于连自己亲生儿女的安慰也拒之门外？这种极度的苦难，唯有上帝——即圣灵——方能给予真正的安慰。换句话说，世上存在着一种特殊的悲伤——

一种人类无力抚慰的悲伤——

唯有上帝才能将其治愈。这种悲伤，便是失去挚爱儿女之痛。那种因尘世离别而产生的煎熬——那种深知今生今世再也无法与挚爱亲人相见的痛苦——

是一种唯有上帝方能给予安慰的重担。因此，我们别无选择，唯有转向神，向祂祷告。我们必须恳切祈求上帝亲自去安慰我们中间那些亲爱的弟兄姐妹——

那些已将儿女先一步送往天家，如今正深陷悲伤与哀恸之中的弟兄姐妹。当我们如此祈求时，上帝必凭其无限的慈悲，垂听并应允我们的祷告；借着这神圣的回应，祂将把安慰带给那些弟兄姐妹——

祂对他们的爱，甚至比我们对他们的爱更为深切。此外，上帝还将赐予他们力量，扶持他们，使他们能够忍受并战胜那巨大的悲伤与苦难。不仅如此，在这一整个过程中，上帝还将使祂自身的荣耀得以彰显。因此，借着这些弟兄姐妹的生命，我们将得以见证基督徒精神那真正而美好的光彩。

看来，在我们周围确实有许多人正亟需安慰。放眼四周，似乎有无数亲爱的弟兄姐妹正饱受痛苦、悲伤与煎熬的折磨。上帝渴望使用我们作为传递安慰的器皿。因此，与其仅仅寻求自己被安慰，我们更应当祈求上帝使用我们，使我们成为祂手中的器皿，去将安慰带给他人。尤为重要的是，我们必须承认，有些弟兄姐妹正承受着极其深沉的悲痛，其程度之深，非我们所能化解；对于他们，我们必须向神祷告——

既要默默无声，又要满怀热忱。当我们如此行时，圣灵必亲自去安慰他们，使他们——即便身处如此痛苦的境遇之中——依然能够转过身来，去安慰那些前来宽慰他们的人。

心中忧伤的神

“于是以色列人除掉他们中间的外邦神，事奉耶和华；耶和华因以色列人受的苦难，就心中忧伤”（士师记 10:16）。

神天父对我们怀着怎样的心意呢？特别是当你我身处困境之中时，神天父注视着我们，祂的心又是怎样的呢？

纵观今天的经文——《士师记》10 章 16 节——我们看到以色列正经历一段苦难的时期。事实上，他们的苦难极其深重（第 9 节）。以色列之所以遭受如此深重的苦难，是因为神因对以色列发怒，便将他们交在非利士人和亚扪人的手中；结果，从那一年起，这些外邦列国便开始欺压以色列的后裔（第 7 至 8 节）。而他们确实进行了残酷的欺压——

他们苦待以色列的后裔，长达十八年之久（第 8 节）。此外，当亚扪人渡过约旦河，向犹大、便雅悯和以法莲支派发动战争时，以色列的苦难更是雪上加霜（第 9 节）。那么，神为何要向以色列发怒呢？原因在于，以色列的后裔再次行了耶和华眼中看为恶的事；

他们去事奉巴力、亚斯他录，以及亚兰、西顿、摩押、亚扪和非利士人的诸神——他们离弃了耶和华，拒绝再事奉祂（第 6 节）。因此，在极度的苦难之中，以色列的后裔向神发出了呼求（第 10 节）。他们向神呼求道："我们得罪了你，因为我们离弃了我们的神，去事奉巴力"（第 10 节）。就在那时，神在提醒以色列人祂曾赐予他们的拯救之恩（第 11 至 12 节）的同时，却向那些遗忘了这恩典——并再次离弃祂去事奉别神——的人宣告说："我必不再拯救你们"（第 13 节）。相反，上帝指示以色列人说："去吧，去向你们所选择的神明呼求；让它们在你们遭难的时候来拯救你们吧"（第 14 节）。然而，当听到上帝的这些话时，以色列人定然发现自己根本无法向那些他们所选择的异教神明呼求。原因在于，在他们离弃上帝转而事奉的那些异教神明中，非利士人和亚扪人的神明正是那些其信徒压迫了以色列人长达十八年之久的神明；既然如此，以色列人又怎可能向非利士人和亚扪人的神明呼求拯救呢？因此，以色列人别无选择，只能再次向上帝呼求："我们犯罪了。求你照着你眼中看为好的待我们吧，但求你今日拯救我们"（第 15 节）。在这样向上帝呼求之后，他们便除去了他们中间的外邦神明，转而事奉耶和华（第 16 节）。在因异教徒的压迫而造成的深重苦难之中，以色列人悔改了，回转归向上帝，并怀着迫切的渴望呼求祂的拯救。就在那一刻，经文记载上帝"再也无法忍受[以色列人]的苦难了"（第 16 节）。在此，被译为"再也无法忍受"的希伯来词语，意指无法再继续忍受那种痛苦（朴允善）。换言之，上帝看着以色列民的苦难，再也无法坐视不理了。

当我默想这段经文时，我不禁开始反思天父上帝对祂儿女的那份心意。我意识到，正如以色列民一样，即使我们一再背弃上帝——转而去爱慕、膜拜并事奉这世上的事物——

祂依然是一位以无限耐心等候我们的上帝；祂一次又一次地忍耐，期盼着我们能够悔改并归回祂的怀抱。我们的上帝是一位极具耐心的上帝，祂等候着我们悔改归回；然而，我开始自问：尽管上帝如此忍耐，我们是否实际上正在轻视祂那丰盛的恩慈、宽容与忍耐呢（罗马书 2:4）？当我们执意如此行径时，我们的上帝——因再也无法抑制心中的义怒——便会将祂的烈怒倾倒在我们身上，并举起那根充满慈爱的管教之杖。我领悟到，上帝正是借着那些我们曾经深爱、珍视并膜拜的世俗事物来管教我们，从而确保我们不再去爱慕或膜拜它们。此外，我意识到上帝精心安排这些境遇，其目的正是为了让我们能够转回悔改，并单单向天父上帝——那位拥有丰盛怜悯的上帝——

发出呼求。特别是，我开始深深渴慕并定睛仰望上帝所赐的救恩——

那位上帝，当祂目睹我们的困境时，便再也无法忍受保持沉默，也无法再坐视我们受苦。我终于明白，在那样艰难的时刻，上帝——尽管祂内心深处正承受着巨大的忧伤——

再也无法容忍眼见我们深陷苦难之中；于是，祂差遣了一位救主来搭救我们，并成就我们的救恩。圣经告诉我们：天父上帝——

尽管曾亲耳听见祂那无罪的独生爱子耶稣发出撕心裂肺的呼喊：“我的神，我的神！为什么离弃我？”（马可福音 15:34）——

却依然忍受并承担了那份痛苦，任凭耶稣被钉在十字架上，独自背负我们众人的罪孽；而正是这位上帝，当祂如今看见我们因着自己的罪而深陷苦难与愁苦之中时，祂发现自己再也无法忍受，不忍再坐视我们受苦。这该是何等浩瀚的恩典与慈爱啊！我们的天父——

祂怀着一颗不忍见我们受苦的心，垂听并回应我们的呼求，将我们从困境中解救出来——

今日，我们必须再次怀着悔改之心来到祂面前向祂呼求；因着天父那无限的恩典与慈爱——祂正为我们的困境而忧伤——我们深受感动。

那位连带着眼泪与怨恨的祷告也垂听的神

“这众民岂是我怀的胎？岂是我生的呢？你竟对我说：‘要把他们抱在怀里，如养育之父抱着吃奶的孩子，直抱到你向他们列祖起誓应许之地去’？你们要吃，直吃到厌恶，从鼻孔里喷出来；因为你们厌弃住在你们中间的耶和华，并在他面前哭号说：‘我们为何出了埃及呢？’”（《民数记》11:12, 20）

吃奶的婴儿为何哭泣？在与妻子一同抚养三个孩子的过程中，我领悟到，婴儿在幼年时期哭泣，其实主要只有一两个原因。这两个原因便是：第一，当尿布被大小便弄脏时，婴儿会哭泣以求更换；第二，当感到饥饿时，婴儿会哭泣以求喂食。当然，除了这些具体原因之外，当感到疲倦时，婴儿也可能会哭泣以求入睡；简而言之，似乎只要感到有所不满，婴儿就会哭泣。然而，这种行为似乎并非仅限于婴儿。我相信，我们成年人也是如此，一旦感到不满，往往就会发发牢骚；而当这种不满情绪升级，超越了单纯的抱怨——

甚至到了开始对他人心怀怨恨或横加指责的地步——

我们最终不也往往会流下眼泪吗？例如，如果我们极度饥饿，可能会因极度的痛苦而流泪

；同样，如果我们身陷严重的经济困境，感到生活的重担已沉重得难以承受，也可能会因极度的悲伤而哭泣。

在今天的经文——《民数记》11 章 12 节和 20 节——中，我们看到摩西在与神对话，他将以色列民比作"吃奶的婴儿"（或婴孩）（12 节），并指出他们正是在神面前哭泣（20 节）。以色列民并非只哭过一次。这一点从第 4 节便可看出，经上记着说："以色列人又哭号说……"他们各自站在自己帐棚的门口哭泣（10 节）。此外，他们在摩西面前哭泣（第 13 节）。这究竟是何缘故？以色列民为何哭泣？原因在于他们贪恋肉食（第 4、13、18 节）。换言之，以色列人并不满足于上帝每夜从天而降的吗哪；相反，他们发出了怨言（第 6 节），并在摩西面前哭泣，大声抱怨道："谁给我们肉吃呢？"（第 13 节）。以色列人为何无法从上帝从天所赐的吗哪中获得满足，以至于发出这般怨言？确切地说，原因就在于他们心中滋生了贪婪。请看第 4 节："他们中间的闲杂人起了贪欲，以色列人又哭泣说：'谁给我们肉吃呢？'"以色列人受到了寄居在他们中间的"闲杂人"的负面影响；受此感染，他们也像那些人一样，心中开始滋生贪婪。结果，他们无法对吗哪感到知足；取而代之的是抱怨与发牢骚——甚至到了哭泣的地步——

强求摩西为他们提供肉食。在这一过程中，他们追忆起自己在埃及为奴时的旧日生活（第 5 节），宣称："我们在埃及的时候，光景比现在好多了"（第 18 节）。这种行径无异于

对上帝的轻蔑（第 20 节）。因此，上帝对以色列民勃然大怒，怒火中烧（第 10 节）。自然，摩西对此也深感不悦（第 10 节）。

试想一下父母抚养婴儿的情景：婴儿因饥饿而哭闹不止，直到母亲将乳头放入其口中，哭声方才停歇。然而，今天的经文告诉我们，以色列民——就像那嗷嗷待哺的婴儿一样——向摩西哭诉哀号，吵着要吃肉。而且，这并非个别之人的举动；而是整个以色列民族——仅能上阵的壮丁就有六十万之众（第 21 节）——齐声向摩西呼喊："给我们肉吃吧！"从摩西的角度来看，这无疑是一场极其痛苦的煎熬（第 11 节）。于是，摩西对上帝说："祢为何苦待祢的仆人？我在祢眼前难道没有蒙恩吗？祢竟将这众民的重担都加在我身上？"（第 11 节）。摩西告诉上帝，这责任的重担实在太沉了；他觉得自己凭一己之力，根本无法带领这群满腹怨言、哭哭啼啼的以色列民一路抵达应许之地迦南（第 14 节）。在这极度困苦的深渊中，他甚至向上帝祈求，宁愿一死了之（第 15 节）。对此，上帝指示摩西说："你要从民中召集七十位受人敬重的领袖到会幕前，让他们与你一同站在那里"（第 16 节）。随后，上帝赐予这些人能力，让他们能与摩西一同分担治理百姓的重担，从而确保摩西不再需要独自承受这沉重的负荷（第 17 节）。此外，上帝听见了以色列民那充满怨愤、吵着要吃肉的哭喊声，并应许满足他们的要求——

赐给他们肉吃（第 18 节）。而且，祂应许提供的肉食并非仅仅供他们吃上一两天，甚至不是五天、十天或二十天（第 19 节），而是整整一个月——

直到他们吃得彻底厌烦为止（第 19–20 节）。上帝为何会垂听——并回应——以色列民在祂面前所流的眼泪，甚至那些充满抱怨的呼声呢？（参阅《出埃及记》16:7–9, 12）。其原因记载在《出埃及记》16 章 12 节的后半部分："……你们就知道我是耶和华你们的神。"换言之，神之所以垂听并回应以色列人含泪的抱怨，是因为祂渴望他们能借此确知：祂确实就是神。那么，祂究竟想要向世人显明自己是怎样的一位神呢？我在《民数记》11 章 23 节中找到了答案："'难道耶和华的膀臂缩短了吗？现在你要看我的话向你应验不应验。'"（《现代人的圣经》译本）神意图向摩西，同时也向以色列全族，显明祂的全能——

以及祂在信守应许上的信实。若从人类的算计与常理来看，当时的情境简直是绝无可能实现的：如何在旷野之中，为六十万名跋涉的旅人提供整整一个月的肉食呢？即便将所有的羊群和牛群尽数宰杀供他们食用，也依然杯水车薪；即便将海中所有的鱼类尽数捕捞汇聚，也仍是远远不足（22 节；参阅 21 节）。然而，神却对摩西说："'难道耶和华的膀臂缩短了吗？现在你要看我的话向你应验不应验。'"（23 节）最终，神刮起一阵风，将鹌鹑从海面吹来，使其降落在营地及周遭的区域。祂使这些鹌鹑在离地约一米的高度低空飞行，其覆盖范围以营地为中心，向四面八方延伸至约一天的路程之远；这使得以色列人得以在那整整一个昼夜，直至次日傍晚，持续不断地捕获这些鹌鹑（31–32 节）。然而，就在肉食尚在他们齿间——甚至还未及嚼碎——之时，耶和华便向这群百姓发烈怒，用极其严重的瘟疫击杀了他们（33 节）。结果，那些因贪婪而对肉食怀有强烈渴求的人，便被埋葬在了那里（34 节）。因此，那地方便被命名为"基博罗·哈他瓦"（Kibroth Hattaavah）——意即"贪欲之墓"（34 节）。

我们必须认清上帝的真正本质。我们的上帝是全能的上帝。祂是那位无所不能者，完全有能力为那六十万以色列男丁——以及他们的家眷——

供应肉食，供他们收取并食用整整一个月。此外，上帝也是那位向我们彰显其大能者。问题在于，我们无法对这位全能的上帝寄予完全的信赖；相反，我们心中充满了怀疑与不信。我们也像世人一样，落入了心存贪婪与私欲的陷阱。因此，若因心怀不满而在上帝面前流泪哭诉、发出苦毒的怨言，便是对祂的轻蔑；事实上，这乃是对上帝所犯的罪。尽管如此，我们那位充满恩慈的上帝依然垂听我们那饱含泪水与怨气的祷告，并予以回应。然而，我们那位公义的上帝也会因我们的贪婪而施行管教。借着上帝的管教——若确有必要——

我们必须明白：像世人那样贪求，绝无法带来真正的满足；相反，这种贪婪只会为自己掘墓自掘。此外，借着上帝充满慈爱的管教，我们必须学会唯独在主耶稣身上寻求满足；无论身处富足还是匮乏之境，都要培养一颗知足的心（腓立比书 4:11–12）。我们切不可对主所赐的福分心存贪婪；相反，我们当认清并珍视我们在基督里*已经*领受的一切属灵福分（以弗所书 1:3），并怀着一颗充满感恩的心，谦卑地享受这些福分，度过我们的一生。

深知我惧、赐我勇气的耶和华

“你若惧怕下到那里去，可以带你的仆人普拉同下到那营里去。你要听他们说什么，然后你的手就必坚固，可以下到那营里去……” [(《现代人圣经》) “然而，如果你惧怕去进攻，就带上你的仆人普拉，下到他们的营地去，听听他们在说什么。那时，你就会找到进攻的勇气……”] (士师记 7:10–11a)。

这是一个充满诸多可惧之事的世间。这是一个风暴四起、动荡不安的世界。在这个世界里——它宛如一片黑暗汹涌的汪洋，巨浪拍击着船只——

我们基督徒正是那群划桨驶向天城的人；我们与主并肩航行，而主正是我们这艘船的领航员（《新圣诗》第 432 首，“巨浪汹涌的黑海”）。然而，我们时常遭遇那些始料未及的巨大风暴。尽管我们所祈求、所期盼的明明是一片风平浪静、安详宁和的海面，但这样的风暴依然不期而至。在这样的时刻，面对这些突如其来的巨大风暴，我们往往被恐惧紧紧攫住。我们凝视着那狂暴肆虐的风浪，心中充满了惊恐。而在恐惧之中，我们往往竭尽全力、绷紧每一寸肌肉去拼命划桨，试图凭一己之力去抗争并战胜这场风暴（约拿书

1:13）。然而，我们越是挣扎，就越是发现海面变得愈发狂暴，对我们愈发充满敌意（13节）。唯有在那一刻，我们才深刻地意识到自身的彻底无能与无助；于是，在恐惧之中，我们向耶和华发出呼求（14 节）。当我们发出呼求时，我们不再试图强行推行自己的意愿，而是诚恳地祈求耶和华，愿祂照着自己那神圣的旨意行事（14 节）。就在那时，耶和华垂听了我们的祈求，平息了我们在生命旅途中所遭遇的巨大风暴（15 节）；最终，祂引领我们不再惧怕风暴本身，转而怀着一种圣洁的敬畏之心——即"圣洁的惧怕"——去敬畏那位平息了风暴并拯救了我们的耶和华（16 节）。纵观今天的经文——《士师记》7 章 10 至 11 节上——我们看到，上帝既已立基甸为士师，便吩咐他下到米甸人的营地去；当时，米甸人正安营在以色列那支仅有 300 人的军队驻扎地（第 8 节）下方的山谷之中。在宣告"我已将他们交在你手中"（第 9 节）之后，上帝又补充道："如果你害怕下到那里去，就带着你的仆人普拉一同下到营地，去听听他们在说什么。"从这些话语中，显而易见的是，上帝完全知晓基甸内心的恐惧。的确，基甸当时正面临着一场极其严峻的危机，因此他的恐惧是完全可以理解的——

甚至可以说是不可避免的。这场危机的本质是如此触目惊心：基甸及其军队仅有区区 300 人，而敌对势力——包括米甸人、亚玛力人以及所有东方之民——

却如蝗虫般密密麻麻，其骆驼之多更如海边的沙粒般数不胜数（第 12 节）。据推测，这支敌军联军的总兵力约为 13 万 5 千人（8 章 10 节）。你甚至能想象出一场由 300 名以色列士兵对阵约 13 万 5 千名敌军的战役会是何等景象吗？这似乎是一场即便勉强开战，

也注定毫无胜算的战役。区区 300 人，怎可能抵挡并击败 13 万 5 千人？人们只能得出一个结论：这是一场以色列军队毫无获胜希望的战役——

不，确切地说，这是一场败局已定、绝对无法避免的战役。特别是，如果我们从那 300 名以色列士兵的视角来审视这场当前的危机，我们会回想起：最初集结起来准备迎战敌军的队伍，总人数曾高达 3 万 2 千人。然而，上帝却下令道："凡心里惧怕战兢的，可以离开基列山回去。"于是，那 2 万 2 千名因惧怕而战兢的人便转身离去了（7 章 3 节）。就在那一刻——当最初的 32,000 名士兵中已有 22,000 人离去，仅剩 10,000 人的残部时——

基甸手下那 300 名士兵的心中究竟会涌起怎样的念头？面对人数约为 135,000 的敌军，他们是否会觉得，从一支 32,000 人的队伍中遣返多达 22,000 人，这种做法简直毫无道理可言？然而，上帝再次向基甸说话，说道："人数还是太多了。你带他们下到水边去，我要在那里为你把他们筛选出来；我要指示你，谁可以随你出征，谁不可以"（第 4 节，《现代人民圣经》）。面对大约 135,000 人的敌军，上帝怎会说这 10,000 名以色列士兵"人数还是太多"呢？毕竟，这支队伍的人数本就显得极其匮乏，简直到了完全不足以应战的地步。最终，上帝将那 300 名将随基甸出征杀敌的士兵，与那 9,700 名不参与战斗的士兵区分开来，并将这一区分启示给了基甸。随后，上帝对基甸说："我要借着那 300 名像狗一样舔水喝的人来拯救你，把米甸人交在你的手中。其余的人都可以回家去"（第 7 节，《现代人民圣经》）。这……这怎么可能呢？祂怎会再次下令让他们遣散人员？在最初的 32,000 人中已经遣返了 22,000 人之后，祂怎会接着指示他们，从剩下的 10,000 人中再

遣返 9,700 人？区区 300 人，又怎可能去对抗——并击败——一支拥有 135,000 人的敌军？这绝非人力所能及，唯有将其视为上帝的作为——一种完全超越人类理性与理解范畴的神迹。当我默想这段经文，并思考它对教会的适用性时，心中浮现了一个问题："难道不是这样吗？会众规模越大——成员越多——主的工作就能开展得越宏大、越广泛？"然而，或许主——即教会的元首——实际上正对我们说："你们的成员人数太多了"（第 2 节）；"把他们遣散吧"（第 3 节）；"把他们遣散吧"（第 7 节）。之所以如此，是因为如果我们试图仅仅依靠庞大的人数优势去开展主的工作，我们就会变得傲慢，误以为是凭着自己的力量成就了这一切（第 2 节，《现代人圣经》）。因此，神吩咐基甸说："跟随你的人太多了（共 32,000 人），我不能把米甸人交在你们手中"（第 2 节，《现代人圣经》）；"所以，你要向众人宣告：'凡是胆怯战兢的（共 22,000 人），都可以离开基列山，回家去吧'"（第 3 节，《现代人圣经》）；最后又说："把所有剩下的人（共 9,700 人）都遣送回家"（第 7 节）。结果，以色列军队的人数锐减至仅剩 300 人（第 7 节）。正是凭着这区区 300 人，神应许要拯救以色列，并将米甸人交在他们手中（第 7 节）。然而，那位赐下这应许之言的神，就在当晚对基甸说话，说道："起来，下到[米甸人的]营地去吧，因为我已经把他们交在你手中了"（第 9 节）。神为何要这样说？神为何要吩咐基甸下到敌人的营地去？显然，神绝非打算让基甸独自一人去攻打米甸大军。在我看来，上帝之所以吩咐基甸下到米甸人的营地，是为了给基甸——这位当时心怀惧意的人（第 10 节）——注入勇气，好使他拥有攻打米甸军队的胆量（第 11 节；引自《现代人圣经》）。上帝深知

基甸心中惧怕。当然，从基甸的角度来看，面对当时的情势，产生恐惧是完全不可避免的。敌军兵力高达十三万五千人，而以色列军队仅有区区三百人，基甸怎能不感到惊恐万分呢？因此，上帝对基甸说："如果你害怕下到[敌营]去，就带着你的仆人普拉一同下到营地去吧"（第 10 节）。此外，上帝还告诉基甸："要留心听他们[敌军士兵]在说什么；这样，你就会获得攻打敌军的勇气"（第 11 节；引自《现代人圣经》）。于是，基甸带着普拉一同下到敌营附近（第 11 节）；在那里，他无意中听到一名士兵正在向同伴讲述自己所做的一个梦，并解释了梦的含义（第 13–15 节）。随后，基甸敬拜了上帝，便回到以色列营地，大声呼喊道："起来吧！因为耶和华已经将米甸人和他们的全营都交在你们手中了"（第 15 节）。至此，他已具备了攻打米甸敌军的勇气（第 11 节）。

当我默想这段经文时，脑海中浮现的第一个念头是：主深知我心中的恐惧。鉴于眼前的处境本质上就令人恐惧——事实上，事态的发展正变得愈发骇人——

作为身处其中的旁观者，我难免感到恐惧万分、不知所措；然而，主完全洞悉我内心深处潜藏的每一丝恐惧。借着神所赐予我的信心，当我领悟到这一真理——

哪怕只是领悟了一部分——

我的内心便涌起一股深深的安慰。浮现在我脑海中的第二个念头是：主之所以刻意安排这一令人恐惧的局面，正是为了我的缘故；祂任由事态升级，直至达到一个我凭一己之力或能力已无法应对的地步。我最初遭遇的那场艰难而恐怖的处境，感觉就像是我仅率领着三万两千人的军队，却要面对十三万五千人的敌军大军；到了下一阶段，我方的兵力锐减至

一万人，却仍要对抗那十三万五千人的敌军；而如今，现实的状况是敌军兵力依然如故，维持在十三万五千人，而我方的兵力却仅剩区区三百人。面对这样的局面，我又怎能不感到恐惧？又怎能摆脱那种对自己无能与无助的强烈感受呢？主为何要一而再、再而三地削减我身边那些我所倚赖的人呢？主为何要让我如此真切地感受到自身的不足与无力呢？我相信其原因在于：主不愿让我凭着自己的能力与力量成就某事，继而转过身去以此自夸——

祂是为了防止我变得狂傲自大。这正是当我默想这段经文时所产生的第三个念头：主并不希望我变得狂傲，而是要防范这种狂傲；反之，祂渴望将我塑造成一个谦卑的人——一个完全倚靠神而活的人。第四个浮现在我脑海中的念头是：神究竟是如何赐予那生性胆怯的基甸以勇气，使他敢于发起进攻的呢？我开始反思：主究竟是如何将我内心的恐惧转化为勇气的？在这一反思过程中，我脑海中浮现的一个词是："确信"。神在生性胆怯的基甸心中，注入了一种对胜利的确信。具体而言，上帝赐予他这一确据的方式是：指示他带着副手普拉潜入敌营，去偷听那里的谈话——

那是一段关于梦境的讲述与解析。上帝赐予基甸的这份必胜信念，激发了他极大的勇气；于是，他和麾下那 300 名士兵——手无寸铁，左手仅持号角，右手仅持空瓶（瓶内藏有火把）（第 16 节）——毅然向米甸及其整个营寨发起了进攻。若从人的角度来看，这该是何等鲁莽之举！这完全是一次悖逆人类理性与逻辑的行动。区区 300 人，且手无寸铁，怎可能去攻打一支拥有 13 万 5 千人的大军？正是凭着这份必胜的信念，基甸将这 300 名士兵分成了三队。他和自己率领的那支百人小队抵达米甸营寨的外围（当时正值午夜时分，敌人刚刚完成换岗）

，随即猛然吹响号角，并同时将手中所持的空瓶尽数击碎（第 19 节）。就在那一刻，其余两队人马也紧随其后，步调一致地击碎左手的空瓶，高举火把，吹响右手的号角，并齐声高呼：“耶和华和基甸的刀！”（第 20 节）。当每一位士兵各就各位、将敌营团团围住之时，敌军顿时陷入极度的恐慌；他们惊呼乱叫，继而溃不成军，四散奔逃（第 21 节）。正当基甸麾下的 300 名勇士吹响号角之际，上帝使敌军陷入混乱，致使他们自相残杀、刀剑相向（第 22 节）；最终，基甸这 300 名士兵击败了那支约有 13 万 5 千人的敌军，赢得了一场辉煌的胜利。正是借由使敌军陷入混乱——令其自相残杀——
上帝使基甸及其 300 名勇士得以凯旋而归。

身处这动荡不安的世界，面对巨大的困难与严峻的逆境，我们极易被恐惧所吞噬。在这恐惧之中，我们也会深切地感受到自己在这些排山倒海般的挑战面前是何等的渺小与无助。正是在这样的时刻，主向我们伸出恩典之手，引领我们向神发出呼求，并渴慕祂的话语。借着这神圣的话语，主赐予我们宝贵的应许；这些应许不仅在我们心中播下了对那位“信实成全应许之神”的信心，更赋予了我们坚定的确信——
即这些应许终将一一实现。神必将赐予我们最终的胜利。当神将这份胜利的确信注入我们心田时，祂不仅赐予我们内心的平安，更将我们心中的恐惧转化为无畏的勇气。拥有了这份勇气，我们不再对所遭遇的巨大逆境与困难选择逃避，而是选择直面挑战，迎难而上。在此过程中，主赐予我们力量去忍耐，并最终战胜那些看似不可逾越的艰难险阻。而最终，主必将施行拯救，确保我们获得彻底且完全的胜利。

“将你的重担卸给耶和华”

[选自《诗篇》55 篇]

这个世界总是逐渐将沉重的重担加诸在我们的心上。世界所能给予我们的，唯有焦虑、忧虑、悲伤与苦难。然而，作为信徒，当我们在这世上行走时，我们是一群借着一次又一次将沉重的重担卸在主面前、并享受祂所赐的平安而活着的人。可是，不知为何，我们似乎并不擅长“放手”。你认为造成这种现象的原因是什么呢？我在李永圭牧师所著的《放手》（*Letting Go* / *Naeryeonoeum*）一书中找到了答案：“撒旦作为这世界的主宰，不断地诱惑我们要‘紧抓不放’——

即紧紧地抓住各种事物不放。”我全心全意地赞同这一观点。撒旦的工作就是无休止地诱惑我们要“紧抓不放”。而在他极力怂恿我们紧抓不放的事物中，就包括了“过去的重担”——那些沉重地压在我们心头的创伤、痛苦、煎熬、焦虑与忧虑。

然而，圣经——具体而言是《彼得前书》5 章 7 节——却这样对我们说："你们要将一切的忧虑卸给神，因为祂顾念你们。"朋友们，我们的神是一位顾念我们的神。根据《诗篇》139 篇 17 至 18 节所言，正因为我们的神爱我们，祂对我们所怀的宝贵意念，其数目比沙粒还要多。因此，我们必须将一切的忧虑都交托给这位爱我们、顾念我们的神。此外，我们也不必为明天忧虑。因为明天自有明天的忧虑，每一天都有它自己的难处（《马太福音》7 章 34 节）。在今天的经文——《诗篇》55 篇 22 节——

中，诗人大卫宣告说："你要将你的重担卸给耶和华，祂必抚养你；祂永不叫义人动摇。"今天，让我们以这节经文为中心，并以"将你的重担卸给耶和华"为题，一同领受神乐意赐予我们的恩典。

首先，大卫的重担究竟是什么呢？我们可以从两个角度来思考这个问题：

(1) 大卫的重担是"焦虑"。

请看今日经文——《诗篇》第 55 篇——第 2 节的后半部分："……我在愁苦中不安，并且唉哼。"在此，那个被译为"焦虑"的希伯来词语，同时也包含着"密林"或"丛林"的含义（朴允善语）。朴允善博士指出，选用这个特定的词语，很可能是因为焦虑源自一种心境——

这种心境正如密林或荆棘丛一般，既缠绕不清又杂乱无章。那么，大卫焦虑的起因究竟是

什么呢？请看第 3 节："因仇敌的声音，因恶人的欺压；因为他们将祸患加在我身上，又在怒气中逼迫我。"正是由于仇敌所施加的欺压与逼迫，大卫内心深处感到极度的困扰。

恐怕世上没有谁未曾经历过焦虑。英国文坛巨匠莎士比亚曾言："焦虑乃生命之敌。"只要焦虑挥之不去，人便无法获得幸福，也无法寻得真正的喜乐。焦虑不仅损害健康，甚至可能缩短人的寿命；它还阻碍人们全心全意地投身于那些充满创意与新意的各项事业之中。衡量幸福的真正尺度，不在于拥有多少财富，而在于一个人是否具备战胜焦虑的内在力量。一种虽清贫却无忧无虑的生活，其价值远胜过那种虽锦衣玉食却终日背负忧患重担的富足生活。即便是一向以寓言故事享誉天下的伊索，也曾有过这样的洞见："安宁地吃下一口面包，胜过在焦虑中享用一席盛宴。"（引自网络）

(2) 大卫所背负的重担，乃是"极度的情感煎熬"。

请看今天的经文——

《诗篇》55 篇 4 节："我心在我里面甚是疼痛，死的惊恐临到我身。"由于仇敌所施加的压迫与逼迫，大卫不仅承受着深沉的情感创痛，更感到自己的性命正处于危急之中。因此，在第 5 节中，他坦陈道："恐惧战兢临到我身，惊恐将我吞没。"大卫甚至渴望自己能生出一双如鸽子般的翅膀，好让他能远远飞往旷野，寻得安歇（第 6 节）。简而言之，大卫所背负的重担是如此沉重，以至于他一心只想逃离当前的处境。大卫目睹了城墙之内充斥着暴力与纷争；此外，那随处可见的邪恶、毁灭、恶意、压迫与诡诈，更令他承受着极度

的精神煎熬（第 10 至 11 节）。除了上述种种因素之外，导致大卫深陷苦恼的另一个原因，乃是挚友的背叛。请看今天的经文——

《诗篇》55 篇 12 至 13 节："原来不是仇敌辱骂我，若是仇敌，我还可忍受；也不是恨我的人向我狂傲，若是恨我的人，我就躲避他。却是你——

一个与我同等的人，我的同伴，我亲密的挚友。"大卫内心那道深深的创伤，正是源于一位挚友的背叛——

那是一位曾与他一同步入神的殿堂，彼此分享甜美劝勉与属灵团契的密友（第 14 节）。这位挚友竟向大卫——那个本与他和平相处的人——

发起攻击，并撕毁了他们之间所立的盟约（第 20 节）。尽管这位挚友口中的言语比黄油更为柔滑，其内心却一心好战；尽管他的话语听似比膏油更为温和，实则却是一把出鞘的利剑（第 21 节）。其次，我们当如何将自己的重担卸交给神呢？

大卫正是借着祷告，将他心中的重担卸交给了神。请看今天的经文，诗篇 55:1–2："神啊，求你留心听我的祷告，不要隐藏不听我的恳求！求你侧耳而听，应允我……"大卫借着祷告，将他一切沉重的重担都交托给了神。通过祷告，他将自己所有的忧虑，以及因身处邪恶罪恶的环境中所引发的内心深切的痛苦，全然交给了主。特别是，他借着祷告，将自己因亲密挚友的背叛而遭受的痛苦，都卸在了主的身上。大卫为何要借着祷告，将一切沉重的重担都卸在主的身上呢？原因在于他深信：唯有神才能拯救他。请看今天的经文，诗篇 55:16–17："至于我，我必求告神；耶和华必拯救我。我早、中、晚都要祷告，发出哀声；祂也

必听我的声音。”大卫特意设定了固定的时间——一日三次：早晨、中午和晚上——用来向神倾诉哀情并发出呼求。他借着恳切的祈求，将心中所有的忧虑、极度的愁苦和痛苦，都向主倾心吐意。他之所以这样做，是基于他那坚定的信念：唯有主才是他的救主。

祷告，是人对神产生倚靠的一种表达。换言之，凡倚靠神的人，都会借着祷告来表达这种倚靠。诗人大卫——正是因着对神的倚靠——借着祷告将他一切沉重的重担、忧虑以及极度的情感愁苦，都交托给了神（见第 23 节的后半部分）。既然我们倚靠神，我们就应当借着祷告，将我们一切沉重的重担毫无保留地完全交托给祂。

（第 1 节）凡心中怀有忧虑的人哪，将这一切都卸在主耶稣面前吧；即便愁苦充满了你的心灵，也要将这一切都向主耶稣倾诉。

（副歌）将这一切都卸在主耶稣面前吧，因为祂是我们的朋友；不要为任何事忧虑，只管将这一切都向主耶稣倾诉。

（《新编赞美诗》第 365 首，《凡心中怀有忧虑的人哪》）

第三点，也是最后一点：当我们把重担交托给神时，会发生什么呢？

当我们借着祷告将一切重担都交托给神时，祂会赐给我们两项祝福：

(1) 神必扶持我们。请看今天经文的前半部分——

《诗篇》55 篇 22 节："你要把你的重担卸给耶和华，他必扶持你....."诗人大卫在《诗篇》54 篇 4 节中也曾坦言："看哪，神是我的帮助；主是扶持我命的。"从这两处经文中，我们可以看出：面对当前的威胁与危机，大卫通过回想神曾将他从患难中拯救出来的过往经历，从而在神的帮助中找到了确据。因着铭记神过往的救赎恩典，大卫深信：只要他将一切沉重的重担都交托给神，神就必会扶持他（55:22）。结果如何呢？请看今天的经文——

《诗篇》55 篇 18 节："他救赎我的灵魂脱离那与我争战的事，使我得享平安；因为与我作对的人甚多。"最终，大卫享受到了神所赐予的平安。愿我们也效法大卫，借着祷告将我们一切沉重的重担都交托给神。当我们这样做时，神必会扶持我们，使我们的内心得享平安。

(2) 神不容许我们动摇。

请看今天经文的后半部分，即《诗篇》55 篇 22 节：".....祂永不叫义人动摇。"当我们借着祷告将一切重担卸给神时，祂便垂听我们的祷告，扶持我们，不容许我们动摇。然而，至于恶人——那些不敬畏神、不肯离弃恶行的人——

神必报应他们（19 节），使他们坠入灭亡的深坑（23 节）。凡信靠神的人，必不动摇。请看《诗篇》21 篇 7 节："王倚靠耶和华，因至高者的慈爱，必不动摇。"

我相信，在我们所喜爱的圣诗中，有一首便是第 363 首《我卸下重担》："当我将一切试炼与沉重重担卸在主耶稣面前时 / 祂垂顾那被忧虑缠绕的我，并将我一切的挂虑都亲自担当

……”这首圣诗是由伊莱沙·霍夫曼牧师（Rev. Elisha Hoffman）创作的。有一天，一位正面临严峻试炼的信徒前来拜访霍夫曼牧师，他哭诉道：“我该怎么办？我该如何是好？我整个人都被这极度的忧虑紧紧缠住了！”霍夫曼牧师耐心地倾听了这位信徒长久以来的悲苦倾诉；随后，他怀着一颗火热的心，祷告祈求那位赐安慰的主在这位信徒的生命中动工。祷告结束后，信徒的脸上露出了光彩，并作出了这样的宣告：“是的，没错！我不该试图独自一人背负这沉重的重担；我必须将它完全交托给耶稣。”待这位信徒离开后，霍夫曼牧师心中忽然涌现出灵感；他随即拿起笔，开始创作这首圣诗：“……当我独自背负沉重重担，因无法承受而跌倒仆倒时——

／那位施怜悯、赐救恩的，正是恩典之主：唯有耶稣。”就这样，第 363 首圣诗诞生了（来源：互联网）。

我曾听见父亲在宣教工场服事期间，满怀激情地高唱着这首圣诗。就在那一天——

一个宣教事工遭遇重重困境的日子——

我的父亲在清晨的祷告聚会中，满怀坚定的信念唱起了这首圣诗。那一天，上帝为我的父亲开辟了一条出路；我也得以安然抵达韩国，随后又平安地回到了美国。诚然，我们的上帝正是那位替我们背负一切重担的主。当我们因焦虑、忧愁和极度的心灵重压而苦苦挣扎时，我们必须将信靠投向上帝，并通过祷告，将我们所有的重担都卸交给祂。当我们这样做时，我们的上帝必会拯救我们。此外，上帝还将扶持我们，赐予我们平安，并使我们站立稳固，坚不可摧。因此，让我们将一切沉重的负担都交托给这位上帝吧。

切勿灰心！

“弟兄们，你们行善不可丧志”（帖撒罗尼迦后书 3:13）。

既然我们单单借着信心——即上帝恩典的礼物（以弗所书 2:8）——便已得着救恩，并已成为上帝的杰作，那么我们在基督耶稣里被造，正是为了去行各样的善事（第 10 节）。因此，我们必须行善（诗篇 34:14；罗马书 13:3；彼得前书 3:11）。然而，当我们行善之时，必须远离恶事，并倚靠上帝来指引我们的行动（诗篇 37:3, 27）。凡行善的人，都是属乎上帝的（约翰三书 1:11）。不过，有时我们在行善的过程中也会感到灰心丧气。我们为何会灰心呢？我归纳出了四个原因：

第一，我们在行善时之所以感到灰心，是因为我们善意的接受者未能向我们表达感激之情。

即使我们怀着基督之爱去服侍、给予并广行善事——口头上也宣称自己是出于爱而行——

但若对方既不表达感激，也不流露谢意，我们往往会感到受伤或受到轻视。这种伤害的根

源在于：我们在行善之时，心里其实对接受者怀有某种期待。这种心态源于我们那带有“条件性”的善意之举。因此，我们会对他人的反应变得过分敏感。一旦对方未能按照我们预期的那样做出回应，我们便会感到受伤，进而陷入灰心。

第二，我们在行善时之所以感到灰心，是因为我们善意的接受者非但没有表达感激，反而对我们进行批评和指责。

当然，对方未必会直接当面把批评或指责的话说给我们听。然而，如果他们把这些批评或指责的话说给了第三者听——而这些话最终又经由第三者传到了我们的耳中——我们便很容易感到极度的灰心。此外，此时心中自然会产生这样的疑问：“既然要忍受如此多的批评，我为何还要继续行善呢？”我相信，若仅凭一己之力，我们根本无法持续地向那些以恶报善的人施以善意。第三，我们在行善时感到灰心的原因，在于我们未能看到受助者身上有任何改变。

尽管我们怀着基督之爱，竭尽全力去行善，但一旦发现受助者的生命中毫无可见的转变，我们便很容易感到沮丧。这种绝望感，就像一位农夫：他播下种子，辛勤地施肥浇水，满怀期待地等待收成，结果却发现颗粒无收。不仅如此，作为属灵的农夫，即使我们已播下良善的种子，并竭力用祷告的泪水和神话语的肥料去滋养它们，但若发现受助者非但没有结出善果，反而结出了罪恶之果，我们便会感到极度的灰心。

第四，我们在行善时感到灰心的原因，归根结底在于“我们自己”。

依我个人的看法，“我自己”正是我们在行善时感到灰心的首要原因。无论对方是否表达感激——

无论他们是批评还是定罪于我们，也无论他们的生命看起来是毫无果效还是结出了罪恶之果——

我们唯一的本分，就是顺服神的命令，无条件地去行善；因为我们自己已亲尝过主的恩典（诗篇　34:8）。然而，我们之所以常常无法做到这一点，是因为我们自己没有持续地——且充分地——

去亲尝神的恩典。因此，我们会因这样或那样的缘由而感到灰心。特别是当我们未能亲身经历神的工作——即祂使万事互相效力，叫爱神的人得益处，就是按祂旨意被召的人——

时，我们不仅无法向他人行善，甚至会发现自己根本无力去行善。一旦陷入这种境地，当我们回望自身时，不仅会感到灰心，甚至可能陷入绝望的深渊。

我们必须坚持行善。而在行善的过程中，我们绝不可灰心丧志。因为我们在主里的劳苦，绝不是徒然的（哥林多前书

15:58）。我祈愿，无论今日还是明日，你我都能单单倚靠神，竭力去行各样的善事。

不要惧怕；让我们铭记。

“你心里或许会说：‘这些国民比我多，我怎能赶出他们呢？’不要惧怕他们，要记念耶和华你神向法老和埃及全地所行的事。要记念耶和华你神用大试炼、神迹、奇事、大能的手和伸出来的膀臂将你从埃及地领出来。耶和华你神必照样向你现在所惧怕的列国施行这些事。”（申命记 7:17-19）

人生中，我们有时会遭遇巨大的困难和逆境——

有时我们会灰心丧气，在忧虑、焦虑和恐惧中哭泣。的确，这些难以承受的困难和逆境会让我们感到彻底的无助，不知所措。正是在这样的时刻，神会向我们说话。当我们身处重大危机之中时，神会通过圣经的话语向我们说话。那么，祂的信息是什么呢？经文很简单：“不要惧怕，要记住。”

如果我们来看今天的经文——申命记 7:17——

就会发现，当上帝通过摩西向以色列人说话时，祂完全知道他们心中的担忧。他们忧虑的是：迦南诸国比以色列人多得多，他们怎么可能把他们赶出去呢？他们之所以会有这样的忧虑，是因为过去的经历：十个探子带回了坏消息（民数记 13:32；14:36），以色列人

整夜哭泣，埋怨摩西和亚伦（14:1）。他们埋怨的原因是，迦南地的居民是强大的民族——比以色列人多得多，也强盛得多（申命记 7:1）——他们的城邑高大，城墙高耸入云，人口众多（9:1-2）。因此，以色列人忧心忡忡，绝望不已，不知该如何才能赶出迦南列国（申命记 7:17）。上帝深知他们的处境，便指示他们不要惧怕迦南人，而要牢记祂的作为。那么，上帝究竟吩咐他们要牢记什么呢？

首先，上帝命令以色列人牢记祂在埃及所行的奇事。

请再次阅读今天的经文，申命记 7:18-19："不要惧怕他们，要记念耶和华你们的上帝向法老和埃及全地所行的事。要记念耶和华你们的上帝用大试炼、神迹、奇事、大能的手和伸出来的膀臂将你们领出来。耶和华你们的上帝也必照样向你们现在所惧怕的列国施行这些事。"上帝告诉以色列人要牢记祂向法老和埃及全地所行的事（第 18 节）。祂指示他们"要记念祂为他们所行的奇事、神迹、大能的手和伸出来的膀臂"（19 节）。本质上，神是在告诉以色列人，祂过去曾将他们从埃及拯救出来，带领他们出埃及，那时祂所展现的惊人而强大的力量。这背后的原因是什么呢？因为神打算对以色列人如今所惧怕的迦南人行同样的事（19 节）。因此，神告诉以色列人不要惧怕迦南人（18、21 节）。原因在于，伟大而可畏的神与他们同在（21 节）。

伟大而可畏的神与我们同在。因此，我们不应惧怕所遭遇的巨大困难和逆境，而应敬畏神。此外，我们必须牢记神的话语。我们必须记住神是如何拯救我们，引导我们度过过去人生中的巨大困难和逆境的。我们必须坚信，过去拯救和引导我们的上帝，也必将拯救和引导我们度过现在所面临的巨大困难和逆境。

其次，上帝吩咐以色列民要铭记：祂曾带领他们穿越旷野，历经了四十年的旅程。

请参阅《申命记》8 章 2 至 4 节："你也要记念耶和华你的上帝这四十年在旷野引导你的一切路程，是要苦炼你，试验你，要知道你心内如何，肯守祂的诫命不肯。祂苦炼你，任你饥饿，将你和你列祖所未曾晓得的吗哪赐给你吃，使你知道人活着不是单靠食物，乃是靠耶和华口里所出的一切话。这四十年，你的衣服没有穿破，你的脚也没有肿。"对于那些因不知该如何赶逐迦南诸国而充满焦虑与绝望的以色列民（7:17）——

上帝首先命令他们要清楚铭记祂在埃及为他们所行的作为；随后，祂又吩咐他们要回想：在这四十年的旷野岁月中，祂是如何引导、保护、供养并赐给他们衣裳的。上帝确保了以色列民在旷野生活的这四十年里，衣服没有穿破，双脚也没有肿胀（第 4 节）。尤为值得一提的是，在这四十年的漫长岁月中，上帝苦炼以色列民，任凭他们经历饥饿，继而赐给他们吗哪——

那来自天上的食物。此举究竟有何深意？其确切原因，正是为了教导他们明白：人活着并非单单依靠食物，乃是依靠上帝口里所出的一切话语（第 3 节）。

我们既是上帝的子民，便当依靠上帝口里所出的一切话语而活。我们是上帝的儿女，每一天的生命皆是借着耶稣而存活——

祂正是天父上帝从天上赐予我们的"真粮"（《约翰福音》6:32），亦即那"生命的粮"（第 35 节）。因此，我们务须铭记。我们要铭记那位"以便以谢"的上帝。我们要铭记：上帝已一路扶持我们直到如今（《撒母耳记上》7:12），且即便在当下，祂依然在持续地帮助着我们（《诗篇》121 篇）。此外，我们必须坚信，上帝——即"以马内利"（意为"上帝与我们同在"；太 1:23）——正与我们同行（出 34:9）。

第三，上帝教导以色列民：不要忘记，而要铭记他们在旷野中惹祂发怒的种种事例。

请看《申命记》9 章 7 节："你要记念，不可忘记，你在旷野怎样惹耶和华你上帝发怒。自从你出了埃及地的那日，直到你们来到这地方，你们时常悖逆耶和华。"从离开埃及地的那一天起，以色列民就不断地悖逆上帝（第 7 节）。甚至在何烈山，他们也惹上帝发怒（第 8 节）。他们败坏自己，迅速偏离了上帝所吩咐的道，并为自己铸造了一尊偶像，从而惹祂发怒（第 12 节）。他们在上帝眼中行恶，惹祂发怒，犯下了极大的罪（第 18 节）。以色列民使上帝勃然大怒（第 19 节）。此外，当上帝从加低斯巴尼亚差遣他们出去，命令他们上去得取祂所赐之地时，他们却违背了祂的命令；他们不信祂，也不听从祂的声音（第 23 节）。摩西对以色列民说："自从我认识你们以来，你们就常悖逆耶和华"（第 24 节）。对于这群不断悖逆祂的百姓，上帝命令他们不要忘记，而要切切铭记那些惹祂发怒的行径（第 7 节）。那么，上帝为何要教导以色列民——

当时他们正因不知如何驱逐迦南诸国而深陷焦虑与绝望之中——

去回想他们在旷野中惹祂发怒的种种往事呢？其原因在于：上帝不希望以色列民再次对祂犯下严重的罪。恰恰相反，上帝期望以色列人不再激怒祂，而是借着信靠并倚赖祂的话语，上去夺取祂应许赐给他们的迦南地。

我们绝不可再惹神发怒。我们绝不可因缺乏对神的信靠，而在抱怨和不满之中违背神的话语。我们的神是一位信实的神（7:9）。祂是一位信实的神，总是毫无例外地兑现祂向我们所作的应许。因此，我们必须将信靠寄托在这位信实的神身上。我们必须相信神赐给我们的应许。此外，我们必须忠心地跟随主。我们必须顺服神的话语。从而，我们必须竭力讨神的喜悦。

最后——即第四点——神吩咐以色列民不要忘记祂，而要记念祂。

请看《申命记》8:11："你要谨慎，免得忘记耶和华你的神，不守祂的诫命、典章、律例，就是我今日所吩咐你的。"神担忧的是：当以色列人进入应许之地——迦南——

吃得饱足，建造美屋居住（12 节），又看见他们的牛羊增多，金银财宝加添，一切所有的都极其丰富时（13 节），他们的心可能会变得骄傲，从而忘记神（14 节）。神担忧的是，一旦他们酒足饭饱、心生骄傲，便会对自己说："这财物是我自己的能力、我自己的手所得的"（17 节）。因此，神对以色列民这样说："你要记念耶和华你的神，因为得货财的力量是祂给你的，为要坚定祂向你列祖所起的誓，正如今日一样"（18 节）。以色列

民当记念神，绝不可忘记是神赐予了他们获取财富的能力。此外，借着记念神，他们当立志遵行神所颁布的诫命、律例和典章（11 节）。之所以如此，是因为如果他们忘记神——去随从别神，事奉它们，并向它们下拜——以色列民就必灭亡（19 节）。

我们绝不可忘记神；相反，我们必须记念祂。我们的神从普天下的万民中拣选了我们，使我们作祂自己的特有产业（7:6）。神对我们的喜悦与拣选（第 7 节），完全源于祂对我们的爱，以及祂渴望信守向我们列祖所起的誓言（第 8 节）。我们的神正是那位爱我们、赐福我们并使我们生养众多之主（第 13 节）。因为我们的神是信实的神（第 9 节），祂必始终如一地成就祂向我们所应许的一切。在成就祂的应许之时，神——
即便在今日——
依然信实地引领着我们，向着那应许之地迈进。因此，我们必须聆听主的声音——
祂是引领我们的牧者——顺服祂，并紧随祂的脚踪而行。

我们绝不可忘记神；相反，我们必须时刻记念祂。我们要回想神在过往岁月中赐予我们生命的恩典。在记念这份恩典的同时，我们也绝不可忘记——而当铭记——
我们曾向神所犯下的罪过。此外，我们绝不可忘记：那位曾在过往将我们从恐惧与患难中拯救出来的神，如今依然是那位大有能力的救主，完全有能力在此时此刻再次施行拯救，将我们从困境中解救出来。因此，让我们抛开一切恐惧；借着记念神，让我们凭着信心勇往直前，向着那应许之地——天国——奋力奔跑。

让我们不再为明天忧虑

[马太福音 6:25-34]

你知道明天会发生什么事吗？我们可以在《雅各书》4:13-15
中找到这个问题的答案："嗐！你们有话说：'今天或明天我们要往某城去，在那里住一年，做买卖得利。'其实明天如何，你们并不知道。你们的生命是什么呢？你们原来是一片云雾，出现少时就不见了。你们倒当说：'主若愿意，我们就能活着，做这事或做那事。'"
显然，圣经告诉我们，我们并不知道明天会发生什么。因此，《箴言》27:1
说道："不要为明日自夸，因为一日要生何事，你尚且不能知道。"朋友们，我们并不知道会发生什么事——
不仅是明天，甚至就在这今天之内，我们也无法预知。因此，圣经教导我们不要为明天自夸。此外，在我们今天的经文——《马太福音》6:34——
中，耶稣告诉我们："不要为明天忧虑。"然而，尽管如此，我们难道不经常发现自己仍在为明天忧虑吗？在今天的整段经文——《马太福音》6:25-34——
中，耶稣反复强调这一命令："不要忧虑。"具体而言，在第 34 节中，耶稣说："所以，不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。"今天，让我们将思想聚焦于这段经文，并以"让我们不再为明天忧虑"为主题，默想三个要点，从而领受上帝赐予我们的教导。首先，我们究竟不该为哪件事忧虑呢？

纵观今天的经文——《马太福音》6:34——

圣经告诉我们，不应为明天忧虑。当耶稣告诉我们"不要为明天忧虑"时，祂在这里究竟是什么意思呢？请看今天经文中的第 25 节和第 31 节："所以我告诉你们，不要为你们的生命忧虑——吃什么、喝什么——也不要为你们的身体忧虑——

穿什么。难道生命不比食物重要吗？身体不比衣服重要吗？.....所以不要忧虑，说：'我们要吃什么？''我们要喝什么？''我们要穿什么？'"当耶稣说"不要为明天忧虑"时，祂是在告诉我们，不要为未来日子里的衣食住行感到焦虑或困扰（路加福音

12:29）。换句话说，耶稣是在教导我们，不要为日常生活的必需品而忧虑。耶稣指出，这种忧虑正是"外邦人所切慕的"（第 32 节）。也就是说，耶稣是在点明：世上的人——那些没有信仰的人——

总是为维持日常生存所需的衣食住行而忧虑，因此他们穷其一生都在追逐这些东西。我不禁自问：你和我——这些自称拥有信仰的人——

是否也像那些缺乏信仰的世人一样，正过着同样的生活，终日为着这些东西而忧虑和奔波呢？

我们所处的这个世界，确实充满了许多令人焦虑和忧虑的事物。正如使徒保罗在《哥林多前书》7 章 32 至 33 节中所指出的那样，我们不得不认同他的观察：未婚的人为属主的事忧虑——想着如何能讨主的喜悦；而已婚的人则为属世的事忧虑——

想着如何能讨妻子的喜悦。看来，即使我们自称正在从事主的工作，却往往发现自己依然像《路加福音》10 章 41 节中的马大那样，为许多事情而忧虑不安。这不禁让我联想到《新

编赞美诗》第 486 首第一节的歌词："世上忧虑何其多，我曾不知真平安；但因主耶稣呼召我，我必安然得享息。"既然如此，生活在这个充满焦虑的世界里，你和我——

我们究竟该如何行呢？

《路加福音》21 章 34 节告诫我们要时刻警醒。具体而言，它警告我们要提防什么呢？它告诉我们要留心自己，免得我们的心被放荡、醉酒和日常生活的忧虑所重压。当我们被生活的琐事重担压身时，我们的心就会变得迟钝。而当我们的心变得迟钝时，我们便不可避免地丧失属灵的敏锐度。其结果是——由于无法辨识圣灵上帝的引导——

我们便被迫依照肉体的意念行事，而非顺从圣灵的带领。《马太福音》13 章 22 节记载了耶稣所讲的"撒种的比喻"，他在其中解释道：上帝的话语会被"今世的思虑和钱财的迷惑"所挤住，从而无法结出果实。这难道不是事实吗？当我们被生活的忧虑所困扰——

尤其是面临经济压力时——

我们便更容易受到财富诱惑的侵袭。如果我们始终纠缠于生活的忧虑和钱财的诱惑之中，那么无论我们多么勤勉地研读圣经，也无论我们多么频繁地聆听上帝的话语，这些话语终究只会充耳不闻、毫无果效。如此一来，我们注定会过着一种毫无属灵果实的信仰生活。

因此，正如耶稣所教导的那样，我们切不可为明天忧虑。

其次，我们为何不应为明天忧虑？

在今天的经文——《马太福音》6 章 24 至 34 节——中，耶稣给了我们三个理由：

(1) 第一个理由是：生命本身比饮食或衣裳更为重要。

请看今天的经文，《马太福音》6 章 25 节："所以我告诉你们，不要为生命忧虑吃什么、喝什么，也不要为身体忧虑穿什么。生命不胜于饮食吗？身体不胜于衣裳吗？"一般来说，我们往往觉得，为了维持生命而忧虑吃什么、喝什么或穿什么，是再正常不过的事。究其原因，乃在于人类内心深处拥有一种强烈而真挚的求生本能。然而，作为有信仰的人，我们必须以合乎圣经的视角去思考，而不能仅仅局限于世俗的常理。所谓"以合乎圣经的视角思考"，即是认识到：我们无需为维持生命所需的饮食或衣裳而忧虑；因为我们的天父不仅深知我们对这一切的需求，而且——

既然祂已在基督耶稣里赐予了我们新生命（即永生）——

难道祂这位天上的父，还会不为我们提供日常生活的必需品吗？我相信，这正是耶稣所言"生命比饮食或衣裳更为重要"这一论断背后所蕴含的深意。为了你我的救恩——

即我们的永生——

上帝甚至不惜将祂的独生爱子耶稣舍弃在十字架上。既然上帝爱我们至深，甚至不惜舍弃祂唯一的爱子，将其为我们献上，难道祂还会不"把万物和祂一同白白地赐给我们"吗？（《罗马书》8 章 32 节）。难道我们的天父会不赐给我们"日用的饮食"吗？难道那位因爱我们至深而甚至舍弃了自己独生爱子的父上帝，会不赐给我们衣裳吗？父上帝既已赐予我们永生，祂便是一位深知我们确切所需的神；对祂而言，供应这些生活必需品根本是轻而易举、毫无难度的。

(2) 第二个理由是：我们的天父深知我们对这一切都有需求。

请看今天的经文，马太福音

6:32："因为这一切都是外邦人所切慕的；你们的天父原知道你们需要这一切。"在《诗篇》139 篇中，圣经告诉我们：我们的神——作为创造我们的那一位（第 14 节）——是一位深知我们的神（第 1 节）。祂确实深知我们：创造我们的神知道我们何时坐下，何时起来；祂从远处就晓得我们的意念（第 2 节）。此外，圣经还指出，神对我们的一切行径了如指掌，我们舌头上的每一句话，祂无不晓得（第 3–4 节）。令人惊叹的事实是：这位比任何人都更了解我们的神，祂对我们的意念竟是如此宝贵、如此繁多，其数目甚至超过了沙粒（第 17–18 节）。神为何对我们怀有如此众多的意念呢？原因就在于：这位最了解我们的神，同时也是最爱我们的神。难道这位如此完全地了解我们、如此深切地爱着我们的天父，会不知道我们在日常生活中究竟需要些什么吗？难道天父真的会不知道你我所必需的饮食与衣裳吗？

(3) 第三个理由是：一天的难处，一天当就够了。

请看今天的经文，马太福音

6:34："所以，不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。"当我默想这节经文时，我想起了一首福音圣诗，名为《我不知明天将如何》（I Do Not

Know What Tomorrow Holds）。这首歌第一节的歌词是这样的："我不知明天将如何，我只活在每一天。祸与福都不在我掌握，前途茫茫似无边，令我心生疲倦。主耶稣啊，请伸出祢的双臂，紧握住我的手。我不知明天将如何，我不知未来将如何。天父啊，求祢扶持我，赐我一条平坦的道路。"就我个人而言，我记得曾读过一本书，名为《我若丧命，就丧命吧》（原书名：*Jug-eumyeon Jug-eorira*），作者是已故的安以淑（Ahn Yi-sook）女士——正是她写下了这首圣诗的歌词。然而，这一次当我默想这段经文时，我得知了一个关于她的故事，是我以前从未听过的。那个故事揭示出：她的死刑执行日期原定于 1945 年 8 月 18 日的清晨。导致这一局面的始末如下：当时，朴宽俊长老（Elder Park Kwan-jun）和他的儿子站在日本国会大厦内——高呼着"这是耶和华上帝的伟大旨意！"——并掷下一份书面警告，宣告日本必将被"硫磺与火"所毁灭；随即，三名警卫冲入现场，当场逮捕了这位长老及其儿子，并将他们押解了出去。事后，一名警卫走到安以淑女士面前——当时她正因这突如其来的骚乱而在人群中奔走——问道："你是他们一伙的吗？"她没有片刻的犹豫，立刻回答道："是的，我是。"因此，她随即遭到逮捕，并被押去接受审讯；这导致她被转押至平壤监狱，在那里她度过了长达六年的监禁生涯，最终被定于 1945 年 8 月 18 日上午执行死刑。然而，就在 1945 年 8 月 15 日，日本在美国原子弹的猛烈攻势下宣布投降；随之而来的是——就在她预定受刑的前一天，即 8 月 17 日——安以淑女士获释出狱，这一刻恰逢国家重获解放（据网络资料记载）。这难道不令人惊叹吗？上帝以如此戏剧性的方式施行拯救——

将那位心中早已立志"我若丧命，就丧命吧"的安女士，从死刑执行的前一天奇迹般地救出——

这难道不真是非凡之举吗？亲历了上帝这般戏剧性的拯救之后，安女士深情吟唱道："我不知明日将如何；我只活在每一个当下。祸与福皆非我所能掌控。虽行在这崎岖坎坷之路上，路途似无尽头，令我倍感疲惫。主耶稣啊，请伸出您的臂膀，紧紧握住我的手。"我们如今所行的，也正是主耶稣当年曾踏足的那条崎岖之路。有时，这条路似乎漫漫无尽；有时，我们也会感到疲惫不堪、筋疲力尽。然而，正如耶稣所教导的那样："一天的难处一天当就够了"；因此，我们不必为明日忧虑。的确，即便明日我们便要面临死刑，我们也应当像已故的安以淑女士那样，将一切关于未来的事全然交托给主；在心中立定志向："我若丧命，就丧命吧"，不再为明日可能发生的一切而徒增忧虑。一天的难处，一天当就够了。

第三点，也是最后一点：我们要怎么做，才能避免为明天忧虑呢？

在劝勉我们不要忧虑时，耶稣举了两个例子：第一个是空中的飞鸟（第 26 至 27 节），第二个是野地的百合花（第 28 至 30 节）。让我们先来思考第一个例子。请看我们今天的经文——

《马太福音》6 章 26 至 27 节："你们看那天上的飞鸟，也不撒种，也不收割，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重得多吗？你们哪一个能用思虑使寿数多

加一刻呢？"当我们默想这第一个例子——空中的飞鸟——

时，脑海中会浮现这样一个问题：鸟儿能做我们人类所做的事吗——

也就是撒种、收割，并把谷物积蓄在仓里？鸟儿能像我们一样耕种土地吗？显然，答案是一个响亮的"不"，不是吗？既然我们的天父连鸟儿——那些无法耕种的受造物——

尚且养活，那么祂肯定也会养活并看顾我们；因为我们比鸟儿贵重得多，且是照着上帝自己的形象被造的。此外，我们必须思考的另一点，是耶稣在第 27 节提出的问题："你们哪一个能用思虑使寿数多加一刻呢？"虽然我们通常将此处的"身量"（或译作"身高"）一词理解为指身体的高度，但考查希腊语原文可知，它也可以被解释为"生命的长度"（Swanson）。我此前主要将这个词理解为指身体的高度，但我现在认为，将其解释为"生命的长度"也是一种有效且合理的解读。之所以这样认为——

当我们结合耶稣在今天经文第 15 节后半句所说的话（祂在那里问道："生命不胜于饮食吗……？"）来思考时——

是因为祂似乎在告诉我们：忧虑不仅无法使我们的身体身高增加哪怕一肘尺，也无法使我们生命的长度延长哪怕一小时或一天。因此，NIV 版《圣经》将这段经文翻译如下："你们中间谁能借着忧虑，使自己的寿数增加一刻呢？"（你们中间谁能借着忧虑，使自己的寿数增加哪怕一小时呢？）我们真的能通过忧虑，使自己的生命延长哪怕仅仅一小时吗？恰恰相反，忧虑难道不是实际上有损我们的健康吗？请思考耶稣所举的第二个例子：野地里的百合花是如何生长的。正如耶稣在今天这段经文的第 28 节中所指出的那样，野地里的百合花在生长的过程中，是去劳苦耕作，还是去纺纱织布（即从事抽丝、织布之类的劳作

）呢？然而，尽管如此，耶稣却宣告说，野地里的百合花所披戴的荣美，甚至胜过所罗门王在他极盛的荣耀中所穿戴的一切。既然上帝尚且如此妆扮这些百合花——

它们今天尚存，明天却可能被投入炉中——

那么，祂岂不更要妆扮并眷顾我们吗？也就是你和我——

那些因着耶稣在十字架上那宝贵的牺牲之死而领受了新生命的人？对于那些为"吃什么"或"穿什么"而忧虑的人，耶稣在第 30 节的后半部分说了这样一句话："你们这小信的人哪！"我们必须仰望空中的飞鸟，正如耶稣所教导的那样（第 26 节）。我们必须思想野地里的百合花是如何生长的（第 28 节）。我们是远比它们更为宝贵的生命。我们是那些被重价买赎回来的人——

这重价就是耶稣自己的宝血。因此，《圣经》告诉我们，上帝视我们为至宝（以赛亚书 43:4）。既然上帝尚且喂养空中的飞鸟，妆扮野地里的百合花，难道祂就不会同样地喂养并妆扮我们吗？所以，正如耶稣所教导的，每当我们发现自己正在为明天的事情而忧虑时，我们就应当仰望空中的飞鸟，思想野地里的百合花，并从中汲取启示。唯有如此，我们才能从对明天之事的忧虑中彻底得释放。

此外，若我们要免去对明天的忧虑，就必须首先寻求神的国和神的义。换言之，我们不应像那些缺乏信心的人那样，终日为"吃什么、喝什么、穿什么"而忧虑并汲汲营营地追逐；相反，我们必须将寻求神的国和神的义置于首位。如果——无论是你还是我——

我们将"衣食住行"这些基本生活所需视为唯一的优先事项，那么我们将穷尽一生，直至离

世之日，都活在焦虑之中。然而，若我们将神的国和神的义视为首要目标，我们便会亲身经历神亲自供应我们一切日常所需。诚然，在今天的经文——《马太福音》6 章 33 节——中，耶稣清楚地宣告："你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。"我祈愿你我都能将耶稣的这些话铭记于心，并立志将寻求神的国和神的义作为我们人生的首要任务。当我们凭信心祷告——正如耶稣在《主祷文》中所教导我们的那样——说："我们日用的饮食，今日赐给我们"（11 节）时，让我们都先去寻求神的国，并竭力按着祂的旨意去生活（朴允善）。当我们这样做时，神必会供应我们的一切日常所需——包括我们的饮食与衣着。我祈愿你我都能蒙福，亲身经历这份恩典。

在《彼得前书》5 章 7 节中，神在今日向我们说话，祂说："你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。"此外，在《腓立比书》4 章 6 至 7 节中，神也教导我们说："应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。"那么，这里的核心信息究竟是什么呢？神告诉我们：不要忧虑。因此，我们绝不可为明天而忧虑。我们不应为明天"吃什么、喝什么、穿什么"而感到焦虑不安。因为我们的天父深知，我们确实需要这一切东西。上帝——祂甚至没有顾惜自己的独生子耶稣，而是将祂舍弃在十字架上，从而赐予我们救恩与永生（这正是我们最迫切的需要）——必也同样将这一切赐给我们。因此，我祈愿我们都能成为那些"先寻求上帝的国"的人，并按着祂的旨意度过每一个日子。

神必帮助我们。

“他（指犹大王）是血肉之躯，但我们有耶和华我们的神与我们同在，他必帮助我们，为我们争战。”犹大王希西家的话激励了百姓（历代志下32:8）。

我们是否真心相信神的帮助？如果是，我们就必须断绝一切与神以外的事物的联系。如果我们无法断绝这些联系，就表明我们没有完全信靠神的帮助。我们不可自欺。

犹大王希西家行耶和华眼中看为正的事，效法他祖先大卫一切所行的（历代志下29:2）。他吩咐祭司和利未人洁净自己，洁净耶和华的殿，从而除去圣所的一切污秽（5、15-17 节）。在清除全国一切污秽可憎的偶像和罪恶之后（31:1），他任命祭司和利未人在耶和华的院宇中供职，献上感谢和赞美（第 2 节），并殷勤地遵守神的律法（第 4 节）。简而言之，希西家王进行了一场宗教改革。他行耶和华眼中看为善、为公、为信实的事（第 20 节）。无论他做什么事——

无论是在神的殿里服事，还是在遵守律法或诫命方面——

他都全心寻求他的神，并且凡事亨通（第 21 节）。然而，在希西家王做了所有这些忠信的事之后（32:1），一场危机降临到他身上。这场危机就是亚述王西拿基立入侵犹大，意图征服并占领这片土地（第 1 节）。这难道不令人感到有些奇怪吗？如果希西家王背信弃义，敬拜偶像犯罪，我们或许能够理解他为何遭遇如此危机。我们或许会将其解读为上帝出于慈爱的管教，是他悖逆耶和华的后果。然而，圣经清楚地表明，希西家王即便在上帝眼中行事正直，忠实地推行宗教改革，仍然面临这场危机。那么，他为何会遭遇如此危机呢？这难道不令你们感到疑惑吗？其中一个原因是，上帝希望借此危机，使希西家王

——他已经在上帝眼中行事正直忠实——

能够完全信靠上帝的帮助，从而见证上帝的荣耀。事实上，希西家王完全信赖上帝的帮助。因此，他鼓起勇气，修缮了城中所有破败的部分，建造了外墙，加固了大卫城的米罗，并制造了大量的武器和盾牌（第 5 节）。此外，他还任命了军事将领来统领百姓；然后，他召集众人，鼓励他们说："你们要刚强壮胆！不要因亚述王和他麾下的大军而恐惧惊惶，因为我们的力量比他更大。他不过是血肉之躯，但我们有耶和华我们的神与我们同在，他必帮助我们，为我们争战。"犹大王希西家的话使百姓信心大增（第 7-8 节）。然而，希西家并非仅仅用言语来表达他对神帮助的信心。一个令人震惊的事实是，当希西家王看到亚述王西拿基立前来攻打耶路撒冷时，他与官员和战士商议，切断了城外所有的水源（第 3 节）。从常理来看，这无异于自杀。因为切断所有外部水源不仅意味着聚集在城外准备攻打犹大人的亚述王和士兵无法获得足够的水（第 4 节），希西家

和犹大百姓自己也会面临断水的困境。希西家王为何采取这样的措施？是什么驱使他置身于可能渴死的危机之中（第 11 节）？答案在于希西家王对上帝的帮助有着坚定不移的信心。他坚信上帝必会帮助他，拯救犹大百姓（第 8 节）。你我是否真的都抱有同样的信念——上帝一定会帮助我们？

在今天早晨的祷告聚会中，宣读完神的话语之后，我花了一段时间进行祷告，将自己置于那段经文的光照之下进行省察。就在此时，神曾赐予我的两个应许浮现在我脑海中（约翰福音 6:1–15 和 马太福音 16:18）。随后，我定睛凝视十字架，恳切地渴慕着神的帮助。我向神祈求，求祂亲自介入，亲自建立"胜利长老教会"（Victory Presbyterian Church）——这正是主的身躯，是祂自己的教会，也是祂应许要建立的教会（马太福音 16:18）。祷告之时，一个念头涌上心头：正如希西家、犹大的众首领以及那些英勇的战士曾一同商议，决定截断（或堵塞）城外所有的水源一样，难道"胜利长老教会"的领袖们不也应当与我一同商议，做出同样果断的决定吗？我心中生出一种强烈的确信：如果我们所倚靠的事物胜过对神本身的倚靠，那么神必定渴望我们能效法希西家、犹大首领及众战士所展现的那种决心。我们必须斩断与神以外一切倚靠之物的联系。若我们未能将这些事物截断，便意味着我们尚未将完全的信靠寄托于神的帮助之上。然而，如果我们——像希西家那样——

怀有坚定不移的信心与确信，深信神必会前来施以援手，那么我们就必须着手截断（或堵

塞）那些其他的“水源”，即便这意味着我们要为此忍受暂时的干渴。唯有当我们斩断了这些联系，方能从创造天地万物的神那里，领受真正而切实的帮助。

“我要向山举目；我的帮助从何而来？我的帮助从造天地的耶和华而来。”（诗篇 121:1）

那位在我们灰心时安慰我们的神

“但那安慰灰心之人的神，借着提多来，安慰了我们”（哥林多后书 7:6）。

我们生活在一个充满各种令人灰心之事的世界里。当我们审视自己所居住的国家时，固然会发现许多令人沮丧的事；同样，当我们思及我们所深爱并珍视的主的教会时，也会发现许多足以令人灰心的理由。特别是，我们可能会因着自己所敬爱的牧者而感到灰心，也可能轻易地因着教会的长老们而感到灰心。如果我们目睹教会因着他们而陷入分裂，我们内心的灰心沮丧可能会变得更加沉重。这种灰心沮丧对我们的属灵生命而言，可能是致命的打击。这是因为，那种巨大、深沉且持续不退的灰心，可能会导致我们陷入属灵的停滞状态。一旦我们陷入属灵的停滞，那么无论何人的安慰，对我们而言都将显得苍白无力、毫无果效。相反，我们的灵魂不仅会拒绝我们所深爱的亲密弟兄姐妹所给予的安慰，甚至会拒绝我们挚爱的家人们所给予的安慰。因此，我们必须对这种属灵的停滞状态保持高度的警惕。为了避免陷入这种境地，当我们感到灰心沮丧时，我们必须更加定睛仰望主——唯独仰望主。我们必须更加亲近父神，谦卑地跪下，呼求“阿爸，父”。因为唯有主——那位我们盼望之所在——

才能真正安慰我们那颗灰心沮丧的心。因此，当我们感到灰心时，我们必须怀着谦卑与信心，定睛仰望那位安慰我们的神。

纵观今天的经文——哥林多后书

7:6，使徒保罗在向哥林多教会的信徒提及神时，将祂描述为"那安慰灰心之人的神"。保罗在此所说的"灰心之人"究竟是指谁呢？依我之见，这里似乎是指两类人群。(1)

第一类人群便是第 6 节经文后半部分所提到的"我们"（第 6 节）；这似乎是指保罗本人及其同工们。他们为何会感到灰心呢？或许是因为他们当时正忍受着各样的患难与困苦（第 4 节）。特别是当他们抵达马其顿地区时，不仅身体状况欠佳，而且无论走到哪里，都面临着重重的困难与挑战；他们之所以感到灰心，可能是因为外面有冲突，里面有惧怕（第 5 节，《现代英语译本》）。然而，我相信，令保罗及其同工感到灰心的，甚至比这些外在困境更甚的，乃是他们所深爱的哥林多教会的信徒们，竟然正在得罪神。我之所以这样认为，是因为使徒保罗在第 1 节中曾对哥林多教会的信徒们这样说："亲爱的弟兄啊，我们既有这应许，就当洁净自己，除去身体、灵魂一切的污秽，敬畏神，得以成圣。"试想一下：当保罗这位主的仆人及其同工意识到——

那些他们远隔千里仍为之祷告、且深爱的哥林多教会信徒们，并没有过着完全圣洁的生活，反而因着种种玷污身体与灵魂的事物而得罪了神——

难道他们不会感到极度的灰心吗？(2)

第二个群体是哥林多教会的信徒们。他们之所以被视为"灰心"（第 6 节）——正如保罗及其同工一样——

是因为他们不仅得罪了神，还因收到保罗的信而感到忧愁（第 8 节）。试问，当他们看到自己正在得罪神时，难道不会感到灰心吗？此外，既然保罗

在致哥林多教会的信中，是以爱心来责备他们的罪，那么，身处焦虑之中的哥林多教会信徒们，难道不会因此而感到极度的灰心吗？当然，今日经文——《哥林多后书》7 章 6 节——

中所提到的"灰心者"，主要指的或许是保罗及其同工；但若结合上下文来看，我相信神所安慰的那些"灰心者"，不仅包括保罗及其同工，同时也包括了哥林多教会的信徒们。

那么，上帝是如何安慰那些如此灰心丧气的人呢？(1)

首先，上帝是如何安慰保罗及其同工的？上帝借着提多安慰了他们（第 6 节）。在赐下这份安慰时，上帝借着提多服事了保罗及其同工，使他们能够通过提多获悉三条具体的消息：(a)

借着提多，保罗及其同工收到了一条令人欣慰的消息（第 9 节）：哥林多教会的信徒们——受保罗的书信《哥林多前书》的触动——

经历了一种"照着上帝旨意"的忧愁。此外，他们还得知，这种忧愁（第 10 节）已引导他们走向了悔改。是谁促成了这种悔改呢？难道不正是上帝自己吗？既然上帝借着保罗（及其书信）使哥林多信徒悔改——从而使他们得以显明自身的清白（第 11 节）——

那么，当保罗及其同工通过提多获悉这一消息时，便感到极大的安慰。(b)

借着提多，保罗及其同工收到了一条令人欣慰的消息（第 13 节）：哥林多教会的信徒们对他们怀有深切的渴慕之情——

这充分表明了信徒们对他们是何等的切慕（第 12 节）。(c)

保罗及其同工感到欢喜，因为提多在与哥林多信徒的交往中得到了舒畅——

获得了"新的力量"（第 13 节）；目睹这一情景，他们不仅得到了安慰，内心也充满了极大的喜乐（第 13 节）。特别是保罗感到欢喜（第 16 节），因为他意识到哥林多信徒是以"又惧又恐"的态度接待了提多，并且顺服了他；正因如此，提多对他们的情谊愈发深厚（第 15 节），这也使得保罗在各方面都对哥林多信徒寄予了充分的信任。(2)

那么，上帝又是如何安慰哥林多教会的信徒们的呢？(a)

我相信，上帝借着保罗的《哥林多前书》使哥林多信徒生发出一种"照着上帝旨意的忧愁"，从而安慰了他们；而这种忧愁最终引导他们走向了悔改（第 9 节）。换言之，上帝安慰他们，是借着使他们经历那引向救恩的悔改（第 10 节），并使他们显出与悔改相称的果子——即纯全（第 11 节）。(b)

此外，我相信上帝安慰哥林多的信徒，是借着引导他们以敬畏和尊重的态度去迎接提多——主的仆人——

并顺服他；而这反过来也加深了提多对他们的深厚情谊（爱）（第 15 节；引自《现代人圣经》）。(c)

最后，我相信上帝安慰他们，是借着使保罗能在各方面——或者正如《现代人圣经》所言，"完全地"——对哥林多信徒寄予充分的信任（第 16 节）。

当我们在这个世上度过日常生活时，可能会遭遇许多令人灰心的人和事；然而就我个人而言，那个最令我灰心的人，恰恰就是我自己。比起任何人来，我往往更常因着"我是谁"——即我自身的本相——

而感到失望和沮丧。究其原因，在于我违背了上帝的话语，并因此得罪了祂。当教会大家庭的成员目睹我性格中的这一面时，他们也可能会感到灰心。同样地，那些爱我并支持我的弟兄姐妹，也可能因着我的缘故而感到灰心。就在此刻，我祈求上帝——

那位安慰灰心之人的主——将祂的安慰赐予我们所有人。愿上帝——

一切安慰的源头（1:3）——

在你们忍受各种试炼与艰难之际，将安慰带给你们每一位（第 4 节；引自《现代人圣经》）。愿上帝赐予你们安慰——

并愿祂借着使你们听到佳音来成就此事。我祈求上帝借着以下消息来安慰你们：你们所爱并正为其代祷的弟兄或姐妹，正结出悔改的果子；他们对你们怀有火热的爱；并且，因着你们的影响，他们重新得力，你们之间信任的纽带也因此更加深化。

一位充满同情的安慰者

“因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱；他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。”（希伯来书 4:15）

在我们中间，有些人正饱受创伤，却无法将内心的痛苦倾诉出来。而在我们周围，也有许多人正经历挣扎，却始终无法鼓起勇气开口言说。如今，许多人过着日复一日的生活，内心深处却埋藏着恐惧、痛苦与煎熬。然而问题在于，这些人中有许多无法向任何人敞开心扉，倾诉内心的烦忧；相反，他们终日活在持续的焦虑与愁苦之中。或许，造成这种局面的原因在于他们缺少一位朋友——

一位能够真正与他们推心置腹、分享心灵的朋友。他们为何无法敞开心扉呢？也许是因为我们预设了这样一个念头：即便我们鼓起勇气敞开自己、倾诉苦楚，对方也未必能理解我们，更无法对我们感同身受。因此，我们似乎倾向于将那些痛苦深深地埋藏在内心最隐秘的角落里。于是，我们便日复一日地以这种方式继续着我们的生活。

在受难周期间，当我默想耶稣——那位被经文描述为“多受痛苦的人”（以赛亚书 53:3）——

时，我再次被这样一个真理所提醒：耶稣正是那位能够真正体恤我一切软弱的大祭司。在反复思量这一真理之后，我向上帝祷告，祈求祂将我塑造成一位安慰者——

一位像耶稣那样，能够体恤并关怀我所挚爱的邻舍之软弱的安慰者。祷告完毕后，我开始深思：我该如何将这一祷告付诸实践？我该如何真正成为主所期望兴起的那种充满同情的安慰者？

首先，若要成为一位充满同情的安慰者，我必须在主——那位体恤我一切软弱的主——面前，彻底地认清并承认我自身的软弱。

从本能上讲，我们总是偏爱城市，而非旷野。究其原因，乃是因为旷野是一个充满孤独的地方。由于旷野在感官上显得如此空虚荒凉，我们便更倾向于迁往城市——

那个看似拥有丰富"物质"与"事物"的地方——

并在那里安家落户。然而，我们却需要主动地、甘愿地走进那片孤独的旷野之中。在那荒凉的旷野中——一个我们一无所有的境地——

我们必须亲近主，即我们的至高大祭司；祂能完全体恤我们的软弱。具体而言，我们必须怀着谦卑的心来到主面前，承认那些在旷野经历中向我们赤露敞开的种种脆弱。我们必须谦卑地向主坦承那些使我们极易受撒旦诱惑的软弱之处。究其原因，乃在于除非我们承认自身的脆弱，否则便永远无法真正经历那位体恤我们软弱的主。既然如此，我们为何还要甘愿主动步入这孤寂的旷野呢？这不正是为了去遇见——去亲身经历——

那位完全理解并分担我们软弱的主吗？我们必须怀着一颗甘愿的心踏入旷野，立志将那孤

寂之地转化为一座圣洁独处的园林。而在那里，我们必须在主面前谦卑地承认自身所显露出的每一个软弱。

其次，若要成为一位能体恤他人并给予安慰的坚固者，我们首先必须亲身经历那内住之圣灵所赐予的安慰。

就本性而言——尤其是生活在城市之中的我们——

往往更倾向于从周围的人那里寻求安慰，而非主动去安慰他人。究其原因，乃在于当我们身处城市的喧嚣人群之中时，往往容易向撒旦的诱惑屈服，并逐渐变得日益以自我为中心。此外，这种日益滋长的自私心态，其根源在于我们生活的重心主要在于迎合人的眼光，而非活在神的注视之下。这显然正是撒旦的作为。当我们向这种撒旦的诱惑屈服——

即受其驱使，不再为神而活，转而为博取人的认可而活——

时，我们的目光便不可避免地从神身上移开，转而投向了周围的人群。正如大卫当年身处旷野时曾定睛仰望神，后来却在王宫之中将目光转向拔示巴，从而得罪了神；同样地，身处繁华城市丰裕环境中的我们，也往往因将目光从神身上移开、转而投向周遭的人群，从而得罪了神。那么，我们究竟犯下了何种得罪神的具体罪行呢？当我们怀着一颗自私之心活在众人面前时，我们所犯下的罪便会给许多人带来伤害、痛苦与折磨。在此过程中，我们自己也遭受着伤害、痛苦与煎熬。究其原因，在于我们未能以神的爱彼此相爱。而我们之所以无法以神的爱彼此相爱，正是因为我们自己尚未真正经历过神的爱。因此，我们必须甘愿进入旷野。若想活在神的同在中——并以祂的爱去爱我们的邻舍——

我们就必须乐意踏入旷野。在那旷野之中，我们要向主坦承祂所显明在我们内心深处的自私之心，并为此悔改。当我们这样做时，主必赦免我们的罪。此外，内住于我们心中的圣灵——即神自己——

将带给我们的心灵以安慰。而当我们经历到圣灵的安慰时，我们便能活出一种无私的生命——一种彼此相爱的生命。

第三，若要成为一位充满怜悯的安慰者，我们必须怀着天父上帝的心肠，去履行安慰的事工。

我们的本能总是倾向于随己意而活——

绝非遵照天父上帝的旨意而活。换言之，我们的本能驱使我们凭着"自己"所见、所闻、所感去生活——

绝非凭着天父上帝所见、所闻、所感去生活。然而，若有人身处繁华闹市之中，却能定睛注视那些饱受苦难、且极度渴慕上帝之爱的脆弱灵魂——

为他们的困境而深感痛心，与他们一同受苦，并竭力去爱他们——

这样的人，正是那位甘愿步入"旷野"的人。而那位甘愿步入旷野、并将旷野化作一座"独处之园"的人，终将亲历上帝的同在；借着这份经历，他将逐渐学会体察上帝的眼光、上帝的倾听，以及上帝的心肠。这正是我们必须甘愿步入旷野的确切缘由。唯有在旷野之中，我们方能真正领受天父上帝的心意。此外，我们要怀着天父上帝的心肠，去凝视祂所眷顾的灵魂；我们要敞开心扉，去倾听祂所垂听的那些受苦之人的哀哭。随后，我们要前往

天父上帝所差遣我们去服侍的那些受苦的灵魂身边。当我们怀着天父上帝那颗充满怜悯的心去亲近他们时，我们要能——借着主的耳——

听见他们哪怕是最微弱的呻吟。我们要能真切地体察到他们内心深处的痛苦与煎熬。正是那内住于我们心中的圣灵，赋予了我们"看见"与"听见"的能力。而圣灵——

那位伟大的"安慰者"——

正渴望将我们当作器皿来使用，借我们之手将安慰带给那些受苦之人。因此，我们必须立定心志，甘愿被圣灵上帝所使用，成为祂手中传递安慰的器皿。我们要怀着天父上帝的心肠，忠心不二地履行这安慰的事工。

我渴望成为一位充满怜悯的安慰者。我渴望被圣灵——那位伟大的安慰者——

当作器皿来使用。因此，就在今天，我再次独自步入那片旷野；在那里，我将自己置于上帝话语的光照之下，在天父上帝面前坦承并正视自己显露出的种种软弱，继而借着祷告，全心全意地亲近祂。当我这样做时，主——那位完全体恤我软弱的主——

便以天父那颗至深的心来安慰我。而当我真切感受到天父那颗心时，我便顺服地交托自己，听从圣灵的引导，从而得力去履行那安慰的职事。尽管按着我本性的直觉，我往往只会令他人失望而非给予安慰，但那内住的圣灵却渴望——即便是在今日——

仍要使用我作为传递安慰的器皿。因此，我向天父祷告说："主啊，求祢建立我，使我成为一个真正能体恤他人、带去安慰的人！"

用言语传递安慰！

“……他招聚众民在城门的宽阔处，用话勉励他们说：‘你们当刚强壮胆，不要因亚述王和跟随他的大军惊恐、丧胆；因为与我们同在的，比与他们同在的更大。与他们同在的是肉臂，与我们同在的是耶和华我们的神；他必帮助我们，为我们争战。’百姓因犹大王希西家的话，就都壮胆了”（历代志下32:6–8）。

前段时间，我在阅读《约伯记》第 1 章和第 2 章时，从中获得了极大的安慰。第一段真正让我停下脚步、深思反省的经文是《约伯记》1:5。读到约伯清早起来向神献燔祭——为他的每一个儿女各献一祭——唯恐他们“心里犯罪，咒骂神”时，我禁不住感到惊叹。为人父母者，怎能知晓自己儿女内心的隐秘思绪呢？尤其是，又怎能确知儿女是否曾在心里得罪了神呢？然而，与约伯不同的是，作为一名父亲，我却从未在清晨的祷告时光里，因担心儿女可能在心里得罪了神，而代他们向神献上悔改的祷告。第二个引起我注意的细节，是《约伯记》1:20 中的那句话

：在听闻自己遭遇了种种灾祸之后，他竟"伏在地上敬拜"。在失去了一切——

甚至包括所有的儿女——

之后，约伯怎能依然伏在地上敬拜神呢？此外，当我读到《约伯记》1:22 和 2:10 时，我禁不住对经文中明确记载的这一事实感到惊叹："在这一切事上，约伯并不以口犯罪。"鉴于人类在遭遇逆境时往往倾向于埋怨神，人们或许会预料约伯也会那样做；然而，他却并没有以口犯罪。当我思索该如何去安慰像约伯那样——正承受着极度苦难——

的人时，《约伯记》2 章 13 节的话语在我心中引起了最深切的共鸣：他的朋友们"与他一同坐在地上七天七夜，没有人向他说一句话，因为他们见他的苦情甚重。"我反复思量着这样一个事实：尽管他们整整一周都守在他的身旁，却未曾吐露只言片语。我不禁纳闷：难道正是因为亲眼目睹了约伯那难以言表的巨大痛苦，他的朋友们才选择了沉默，仅仅是以陪伴的方式守在他身边吗？

我回想起有一次，我在宣讲神的话语时，曾用到过"拒绝被安慰"这一短语。有时，我们的心会碎裂得如此彻底，深陷于那种令人痛不欲生的煎熬之中，以至于我们根本无法接受任何形式的安慰。我们每个人都会经历这样的时刻：感觉自己的心已超出了人类安慰所能触及的范围——

在那样的时刻，无论言辞多么充满善意，似乎都无法给予我们丝毫的慰藉。今天，当我研读我们所选的经文——《历代志下》32 章 6 至 8 节——时，第 6 节的后半部分吸引了我的目光：希西家王"招聚众民，用话勉励他们"。以此为主题——"用言语给予安慰！"——我默想了两个具体的要点：

第一：究竟在何时，我们才应当通过言语去给予安慰？

希西家王选择用言语去勉励百姓的那个时刻，恰恰是在"这事以后"（《历代志下》32 章 1 节）。换言之，希西家王是在一场危机之中——

即在《历代志下》30 章和 31 章所详述的宗教改革已稳固确立*之后*才降临的一场试炼之中——

向他的百姓发出了言语上的勉励；具体而言，那正是亚述王西拿基立入侵犹大之时。在所有的时刻中，他为何偏偏选择了*那*一个特定的时刻呢？为了神的荣耀，希西家王——这位主的忠仆——

坚定地推行并确立了一场宗教改革。既然如此，为何偏偏是在这场改革完成*之后*，如此艰难的试炼却接踵而至了呢？从某种意义上说，上帝兴起一个外邦国家，或许是为了考验这场宗教改革是否真正建立在坚固的根基之上。一个不可否认的事实是：在我们自己的生活中，也常有极度渴求安慰之言的时候。尽管这些时刻的形式各异，但当我们默想今天的经文时，便会清楚地意识到：我们所需要的安慰，往往正是出现在某种事物即将稳固确立之际，却突遭危机与试炼侵袭之时。也许，我们所面临的危机与试炼，恰恰证明了某种具有重大意义的事物确实正在被坚固地确立起来。

其次——也是最后——既然如此，我们究竟该如何通过言语去给予他人安慰呢？

希西家王将百姓召聚起来，用言语安慰他们说："你们当刚强壮胆……不要惧怕，也不要惊惶"（第 7 节）。面对如此严重的危机，希西家王何以能用这番话去安慰以色列的百姓呢？我相信，这是因为希西家王自己曾从那位与他同在的伟大上帝那里，领受了极大的安慰——

即便是在他自身经历严峻试炼的时刻。此外，面对重大的危机或难题，希西家王并未表现出那种充满绝望、焦虑与忧虑的、缺乏信心的态度；相反，作为一位拥有真正信仰的人，他向百姓展示了"真信心"的模样：即便是身处最深重的危机之中，依然将目光定睛在那位伟大的上帝身上。作为一位拥有真正信仰的人，希西家王怀有一种坚定不移的确信。这种确信正是："与我们同在的主上帝，必将帮助我们，并为我们争战。"当我默想希西家王究竟是如何拥有这般信心与确信时，我的思绪便转向了《历代志下》32 章 1 节中所提到的那个词——

"忠心"（或译作"诚实"）。换言之，希西家王之所以拥有真信心与确信，是因为他是一位对上帝忠心的人——

即一位在上帝面前存心诚实的人。然而，这种属于人类的忠心（或诚实），却不应成为我们最终关注的焦点。原因在于：我们人类的诚实，根本无法与我们主的诚实相提并论。因此，我们必须在主自身的"信实"之中，去寻求那真正的答案。归根结底，希西家王那真挚信仰与坚定信念的基石，在于主的信实。正是祂的应许——

即祂必信实地成就祂的话语，与我们同在；祂必挺身相助；且必亲自代我们打那属灵的争战——坚固了我们的内心，并使我们充满勇气。

危机即是转机！

“因我所属所事之神的使者，昨夜站在我旁边，说：‘保罗，不要害怕，你必定站在凯撒面前；并且神已把和你同船的人都赐给你了。’所以众位可以放心，我信神，他怎样对我说，事情也要怎样成就”（《使徒行传》27:23–25）。

对于在我们人生旅途中出现的种种危机，我们应当如何看待呢？

当我们遭遇危机时，往往会情不自禁地发问：“为什么这场危机偏偏降临在*我*身上？”在这样的思维定势下，我们可能会断定这场危机是由他人造成的，从而对那个人心生怨恨。在这些思绪与怨愤的纠缠中，我们可能会被眼前的危机彻底吞噬。结果往往是，我们变得如此专注于自己在危机中的困境，以至于完全无视周围其他人的存在。不仅如此，我们甚至可能越陷越深，沉沦于危机的泥潭之中——

丧失一切获救的希望，向绝望彻底屈服，最终在无助与沮丧的苦海中挣扎浮沉。面对危机——而神正是掌管一切危机的主宰——这难道真是神所期望你我做出的反应吗？

当我们审视今日经文——《使徒行传》27:23–25——

的上下文背景时，我们会看到使徒保罗正与船上另外 275 名同伴一同面临一场危机。这场危机的直接起因在于尤流（Julius）——那位负责押解保罗前往

意大利的百夫长（第 1 节）；他选择了信赖船长和船主的判断，而非采纳保罗的忠告（第 11 节）。保罗当时的忠告，是基于这样一个事实：在"费了许多周折"（第 7–8 节）才勉强抵达一个名为"佳澳"（Fair Havens）的地方（第 8 节）之后，继续航行已变得极其凶险（第 9 节）。他曾发出警告："这次航行不但货物和船只将遭受损坏和重大损失，甚至连我们的性命也将不保"（第 10 节）。然而，百夫长犹流不听保罗的话；相反，他听从了船主和船长，继续航行（第 12 节）。当他们这样做时，百夫长、船主和船长起初以为自己做出了正确的选择，因为一阵和煦的南风开始吹起（第 13 节）。换句话说，百夫长、船主和船长深信他们的决定是正确的。然而，没过多久，一场被称为"东北风"（Euroclydon）的猛烈风暴便从岛上席卷而下（第 14 节）。船被卷入狂风之中，无法迎风而行；因此，他们面临着一场危机——只能任凭风吹，随波逐流（第 15 节）。由于这场危机，船上的人们充满了恐惧（第 17 节）；最终，所有的获救希望都彻底破灭了（第 20 节）。在这动荡不安的时刻，保罗鼓励船上的同伴说："大家要振作起来！因为你们中间没有一人会丧命；只有这艘船会沉没"（第 22 节）。保罗何以能发出这样的鼓励呢？正是因为他通过上帝的天使领受了一条信息："保罗，不要害怕。你必须站在凯撒面前受审；而且，上帝已恩慈地将所有与你同船

航行之人的性命都赐给了你”（第 24 节）。简而言之，保罗在危机之中听到了上帝的声音。这正是今天这段经文带给我们的首要教训：危机，正是聆听上帝声音的绝佳契机。

你怎么看？你是否真心相信，危机是聆听上帝声音的一个良机？抑或——

你是否曾在身处危机之中时，真正听到过上帝的声音？就我而言，在我人生的种种危机时刻，我往往发现自己更多地是在倾听内心的声音——或是周遭环境的声音——

而非上帝的声音。当我们第一个孩子因病躺在重症监护室里时，我并没有去侧耳聆听上帝的声音；相反，我凝视着那受苦的孩子，任由他周遭的一切境况向我的内心倾诉。随后，在主治医生询问我们是希望让孩子在痛苦中缓慢离世，还是让他迅速解脱之后，我们回到了家中。次日清晨——那是一个星期一——

上帝借着《诗篇》63 篇 3 节的经文对我说话：”因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你。”借着这节经文，上帝教导我们：祂那永恒的慈爱，远胜过赐予我们长子 Jooyoung（柱英）那仅仅 55 天的短暂生命；因此，我和妻子都应当用嘴唇来颂赞主。正是基于这一缘由，那天清晨，我和妻子前往医院，签署了同意书，让我们的孩子得以迅速从痛苦中解脱。随后——在与我的父母、兄嫂以及妹妹一同敬拜上帝之后——

我们撤除了连接在孩子身上所有的医疗仪器；片刻之后，他在我的怀中安然睡去。后来，在为孩子举行了火化仪式并将骨灰撒入湖中之后，我们回到了岸上，口中高唱着一首充满激情的颂赞诗歌献给上帝——

《救主之爱》。这一切恩典的经历，完全是因为在危机之中，上帝向我们说了那充满力量的话语。

今天这段经文带给我们的第二个教训是：危机，正是向邻舍彰显爱心的绝佳契机。

当我们遭遇危机时，往往容易变得以自我为中心。面对逆境，我们常会完全沉浸在自己的世界里，只顾着自己。我和妻子也不例外。在我们的长子 Jooyoung 住进重症监护室的那 55 天里，我们的全部心思都被他一人所占据，再无暇顾及其他。我甚至没有察觉到这一点，直到有一天，妻子指出我们似乎变得过于"自我封闭"了。当时——

尽管我明知由我的第四位叔叔和最小的叔叔共同经营的那家缝纫厂正面临极其艰难的处境——

我的心思却依然完全系在我的长子身上。我们为自己找的借口是：一条鲜活的生命，远比一家濒临破产的公司更为重要。然而，说实话，这其实是我个人的失败——

是我尚未成熟的表现，因为我未能将危机转化为机遇。相比之下，一位真正成熟的基督徒懂得如何将自己所遭遇的危机，转化为爱邻舍的契机。这正是使徒保罗所践行的。

当面临危机时，使徒保罗遵照耶稣的诫命去爱他的邻舍。即使他所搭乘的船只遭遇海难——致使同行的 275 人（第 37 节）生命处于极度危险之中——他反而向这些同路人提供了安慰与鼓励。保罗劝勉他们说："现在你们可以放心"（第 22 节），又说："众位可以放心"（第 25 节）。他之所以能做到这一点，是因为他已借着神的使者听到了神的声音；更因为他深信，神的话语必将完全照着所应许的成就（第 25 节）。换言之，正因保罗对他从神使者那里领受的信息怀有绝对的信心——

"保罗，不要害怕，你必定站在凯撒面前；并且神已把所有与你同船的人都赐给了你"（第

24 节）——

他才得以安抚船上那些与他同行的众人。因此，那些拥有救恩确据的人，能够带给那些因对自身救恩充满不确定而战兢不安的人以心灵的平安。那些已领受神救赎之爱的基督徒，会向那些缺乏救恩盼望的人伸出援手，与他们分享基督的爱。那些享受着神救赎之爱的基督徒，会遵行耶稣"爱邻舍"的诫命，去安慰、鼓励并扶持那些尚未经历这份爱的人。换句话说，那些已亲历神救赎之爱并拥有救恩确据的基督徒，会将危机时刻视为向邻舍彰显爱心的绝佳机会。

最后——也是第三点——

今天这段经文所教导我们的功课是：危机正是亲历神救恩荣耀的绝佳契机。

正因为使徒保罗拥有救恩的确据，他才得以向那些缺乏这种盼望的人提供安慰与鼓励。此外，保罗基于那份对救恩的确信与盼望，劝勉同船的旅客进食——

并向他们保证："你们连一根头发也不会失丧"——

好使他们也能得救（第 34 节）。接着，当他"拿起饼来，在众人面前感谢神，擘开，开始吃的时候"（第 35 节），其余的人也都得了安慰，同样拿起饼来吃了（第 36 节）。这真是一幅何等令人惊叹的景象！身处生死存亡的紧要关头，竟还能向神献上感谢，这究竟是如何做到的呢？

我们这些信奉耶稣的基督徒，即便在那些看似毫无感恩余地的境况中，依然能够献上感谢。其原因在于：我们亲身经历过神那拯救之爱；不仅如此，除了拥有救恩的确据，我们更

怀抱着对救恩的盼望。再者——

由于我们将目光投向神救恩的荣耀，并深知有祂的同在使这份盼望成为现实——

因此，即便在那些看似毫无感恩空间的处境中，我们依然能够向神献上感谢。而当我们亲历神救恩的荣耀时，便会情不自禁地向祂献上感谢、赞美与敬拜。归根结底，生命中涌现的种种危机，恰是极佳的契机，旨在将我们塑造成为蒙神喜悦的敬拜者。换言之，神正是借着这些危机时刻，将我们雕琢成真正的敬拜者——即那些向祂献上"感恩祭"的人。

至此，我愿结束对这段经文的默想。我们必须将危机转化为机遇。我们必须将生命旅途中遭遇的种种危机，视为聆听神声音的良机。在危机临头之际，我们要敏锐地侧耳倾听神的声音。此外，我们还必须将这些危机视为实践爱邻舍的契机。即便身处危机之中——

只要我们紧紧持守那份信心，确信神向我们所说的话必将应验——

我们就当向那些身陷困境的邻舍伸出援手，为他们带去安慰、鼓励与重获新生的勇气。特别是，即便我们自身正面临危机，身为拥有救赎的确据与盼望之人，我们也必须将这份同样的确据与盼望，传递给那些正深陷绝望泥潭、苦苦挣扎的挚爱邻舍。最后，我们必须将横亘在眼前的种种危机，视为宝贵契机，借此去亲历并见证上帝救赎的荣耀。我们的上帝是良善的。祂就是上帝。我们的上帝甚至会善用我们所遭遇的危机，使万事互相效力，最终都归于美善。我们的上帝是一位信实的上帝，祂对自己所赐予我们的应许，从未失信，必将一一兑现。此外，这位信实的上帝更是一位施行救赎的上帝，祂必将把我们从危机之

中拯救出来。当我们众人一同为此救赎恩典而祈祷、期盼并等候之时，愿我们都能亲身经历上帝救赎的荣耀。

危机时刻尤显璀璨的智慧

“你们去，再仔细查访，确知他藏身何处，并有谁在那里见过他。”(《撒母耳记上》23:22)

我童年时期最喜爱的电视动画片之一就是《猫和老鼠》（Tom and Jerry）。如今，我的三个孩子——尤其是那个正在上小学的幼子——也同样深爱着这部动画片。我之所以如此喜爱它，是因为我觉得看着杰瑞（Jerry）——那只体型微小的老鼠——凭借智慧战胜并击败汤姆（Tom）——那只体型远比自己庞大的猫——是一件极其有趣的事。我特别喜欢看这样的情节：每当汤姆使出浑身解数想要抓住杰瑞时，这只机灵的老鼠不仅总能成功化险为夷，甚至往往还能扭转局势，反倒让汤姆自己陷入窘境。每当我回想起这部动画片，脑海中便会浮现出《圣经》中关于大卫（David）与歌利亚（Goliath）之战的记载。或许是因为我总是倾向于把大卫看作是杰瑞那样的角色，而把歌利亚看作是汤姆那样的角色。众所周知，大卫——一位出身卑微的牧羊人——曾挺身对抗非利士巨人歌利亚，并最终取得了胜利。此外，无论扫罗王（King Saul）将大卫派遣至何处，大卫总是行事充满智慧且审慎周全；正因如此，当扫罗任命他

担任军队统帅时，无论是普通百姓，甚至连扫罗王身边的臣仆，都一致认为这一任命既恰当又合宜（《撒母耳记上》18:5）。然而，当大卫击杀歌利亚凯旋归来之后，一个棘手的问题随之产生：以色列各城的妇女纷纷走出城门，载歌载舞，击鼓鸣钹，以此来迎接扫罗王。在欢庆的人群中，她们齐声吟唱道："扫罗击杀千千，大卫击杀万万！"从那一天起，扫罗王便开始对大卫心怀杀机，充满了嫉妒与猜忌（第 6–9 节）。不仅如此，扫罗王还对大卫心存惧意，因为他亲眼目睹了大卫在处理一切事务时都显得智慧非凡——确实是展现出了超乎寻常的智慧（第 14–15 节）。究其原因，正是因为大卫凡事都行得极其有智慧，以至于不仅扫罗王麾下的众臣仆都对他爱戴有加，就连扫罗王的亲生女儿米甲（Michal）也对他倾心不已（第 22、28 节）；更值得一提的是，大卫的名声也因此变得备受尊崇（第 30 节）。大卫何以能如此智慧地处理他的一切事务？原因就在于上帝与他同在（第 14 节）。由于扫罗亲眼看见并确信上帝与大卫同在，他便越发惧怕大卫，最终在余生中视大卫为死敌（第 28–29 节）。因此，扫罗一心想要杀害大卫（19:1, 10）。就这样，从那一刻起，大卫沦为逃犯，而扫罗王则成了追捕者。

今日经文——《撒母耳记上》23 章 22 节——紧承大卫在基伊拉停留的经历（第 1–12 节）；随后，他逃往一处能躲避扫罗的地方（第 13 节）；最终，当我们读到今日经文时，他已身处西弗旷野的丛林之中（第 15 节）。就在此时，西弗人来到基比亚面见扫罗，禀报说大卫正藏匿在他们那里的旷野中，具体位置在旷野以南、哈基拉山的坚固丛林里（第 19 节）。他们之所以这样做，是因为他们认定将大卫交到扫罗王手中乃是他们的本

分（第 20 节）。扫罗王闻言，便对西弗人表示嘉许（第 21 节）；接着，正如今日经文所载——鉴于此前曾有密报称大卫行事极其狡诈——

扫罗王便吩咐西弗人回去进行更详尽的侦察，务必查明大卫确切的藏身之处，以及究竟何人曾见过他在那里出没（第 22 节）。随后，扫罗王进一步指示西弗人，要将大卫可能藏身的每一处地点都仔细搜查一遍，并将确切的细节如实向他禀报（第 23 节）。在此，我默想了大卫所展现出的三种具体的、深邃的智慧。我将大卫的这种智慧概括为："在危机时刻尤显光芒的智慧。"我衷心盼望，当我们默想大卫这三种"危机之光"般的智慧——

并将其践行于我们自身的生活之中——

时，我们也能立志去培养一种智慧，使之在我们所面临的种种危机中，同样能绽放出璀璨的光芒。

首先，这种在危机时刻尤显光芒的智慧，便是寻求上帝指引的智慧。请翻阅《撒母耳记上》23 章 2 节和 4 节："于是大卫求问耶和华说：'我去攻打那些非利士人可以不可以？'耶和华对大卫说：'你可以去攻打非利士人，拯救基伊拉。'.....大卫又求问耶和华。耶和华回答他说：'你起来，下基伊拉去吧！我必将非利士人交在你手里。'"这段经文记载了大卫向神发出的求问祷告；此事发生在他寄居于犹大的一座名叫基伊拉的城邑之时——

当时他正为躲避扫罗王的追杀而逃难至此——

此前他刚接到消息，得知"非利士人攻打基伊拉，抢夺禾场"（第 1 节）。然而，正如你所见，大卫向神的求问并非仅止一次，而是进行了两次。第一次，大卫问神："我去攻打那些非利士人可以不可以？"神随即吩咐他："你可以去攻打非利士人，拯救基伊拉"（第 2

节）。那么，大卫之所以第二次向神求问（第 4 节），是因为他手下的随从曾对他说："看哪，我们在犹大这地尚且惧怕，何况往基伊拉去攻打非利士人的军兵呢？"（第 3 节）。换言之，大卫之所以再次求问神是否应当前往基伊拉攻打非利士人，是因为他听取了身边随从的话语。此外，若从人的理性和逻辑角度来看，前往基伊拉与非利士大军交战——正如大卫的随从所描述的那样——

无疑是一件令人胆战心惊的事。其原因在于：如果他们在基伊拉与非利士人交战，扫罗王定会闻讯而至；一旦获悉消息，扫罗王无疑会挥师直下基伊拉，企图将大卫及其所有的随从一网打尽。正是在这种充满恐惧与危机的处境之中，大卫向神发出了求问——

而且并非仅止一次，而是整整两次。然而，出于对神话语的顺服，大卫起身前往基伊拉，与非利士人交战，大败敌军，并拯救了基伊拉的居民（第 5 节）。然而，当有人向扫罗通报大卫已抵达基伊拉时，扫罗不仅确信神已将大卫交在他手中，更断定大卫如今已困在一座城门紧闭、闩锁坚固的坚城之中（第 7 节）。于是，扫罗调集军队，挥师基伊拉，企图包围大卫及其部下（第 8 节）。当我默想这段经文时，我不禁联想到《出埃及记》中的埃及王法老。之所以有此联想，是因为法老也曾认定以色列民已被"困在旷野"——即他们已陷入绝境（《出埃及记》14:3）。因此，法老立即调动埃及所有的战车，集结军队，对以色列人展开追击（第 6 至 9 节）。这正是所谓"人的智慧"的体现。扫罗王的智慧恰恰凸显了人类智慧所固有的局限性。若仅凭人的智慧来看，既然大卫已困于基伊拉城中，扫罗只需围城便可将其擒获——

这在常人眼中似乎是完全合情合理、甚至板上钉钉之事。诚然，若事态果真如扫罗所预想

的那样发展，大卫极有可能已落入其手。然而，扫罗却忽略了一个至关重要的因素：即神正亲自介入，不容大卫落入扫罗的掌握之中（《撒母耳记上》23:14）。此外，那位曾借大卫之手拯救基伊拉居民的神（第 5 节），如今正致力于将大卫从扫罗的魔掌中解救出来；正因如此，扫罗根本无力擒获——进而更无法杀害——

大卫。因此，若仅凭一己之智，扫罗绝无可能战胜大卫。究其原因，乃在于大卫凡事皆凭智慧而行——

确切地说，是凭"神的智慧"而行。而这种神圣智慧的精髓，便在于凡事"求问神"。

我们同样应当养成凡事"求问神"的习惯。为何这样做对我们而言至关重要呢？这是因为，作为信靠上帝的子民，我们理当顺服祂的旨意而活。因此，当我们向上帝寻求指引时，必须怀着一颗全然预备好顺服祂回应的心。这正是我们应当追求的那种智慧——

一种在危机之中尤显光芒的智慧。此外，我们应当竭力追求的智慧，在于聆听并顺服上帝的话语，而非人的言论（参《使徒行传》5:29）。即便人的建议在我们的理智看来显得完全合乎逻辑且合情合理，即便上帝的话语似乎蕴含着巨大的风险或险境，我们依然必须怀着顺服上帝话语的心来到祂面前——将祂的话语置于人的建议之上——

并凭信心采取行动。这便是身处危机之时，以智慧行事的真正含义。

其次，在危机时刻最为闪耀的智慧，莫过于克制自己，不去做上帝所禁止之事。

请翻开《圣经》，参阅《撒母耳记上》24 章 6 至 7 节上："大卫对跟随他的人说：'我断不敢向我的主，就是耶和华的受膏者伸手，耶和华禁止我做这事！因为他是耶和华的受膏者。

‘大卫用这话拦住跟随他的人，不许他们害扫罗……”这段经文记述了大卫身处隐基底旷野时所发生的事（第 1 节）。扫罗从全以色列选拔了三千精兵，前往“野羊石”附近搜寻大卫及其部下（第 2 节）；途中，他走进一个靠近羊圈的洞穴去解手（第 3 节）。然而，扫罗全然不知，大卫和他的部下正潜藏在这洞穴的深处（第 3 节）。就在那一刻，大卫的部下对他说：“看哪！耶和华曾应许你说：‘我必将你的仇敌交在你手里，你可以随意待他’；如今正是耶和华所说的那日子”（第 4 节）。听闻此言，大卫便起身，悄悄割下了扫罗外袍的一角。事后——因割下扫罗外袍的一角而良心自责——

大卫对跟随他的人说：“我断不敢向我的主，就是耶和华的受膏者伸手，耶和华禁止我做这事！因为他是耶和华的受膏者”（第 6 节）。随后，他制止了跟随他的人，不许他们加害扫罗（第 7 节）。然而，或许有人会问：这怎能算是在危机之中闪耀的智慧呢？为了摆脱眼前的险境，大卫难道不应当抓住良机，将扫罗王——

那个正穷追不舍、意图取他性命的人——

一举击杀吗？不仅大卫的部下，就连扫罗王本人也深知，上帝确已将他交在了大卫的手中（第 4 节、第 18 节）。尽管如此，虽然大卫有机会杀死扫罗王，但他选择了不这样做。他仅仅割下了扫罗王外袍的一角。然而，即便只是做了这一举动，大卫心中仍因割了扫罗的衣裳而感到一阵内疚（第 4-5 节）。其原因在于，大卫是一个敬畏神的人。正因他敬畏神，大卫才克制自己，没有动手攻击扫罗王——即神所膏立的那一位——

因为这种行为是神明令禁止的。尽管这似乎是一个绝佳的机会（？），能让他轻易摆脱当

时所面临的危机，大卫却选择了顺服神的话语。这是因为他是一位智慧人，心中对神怀有敬畏。因此，他拒绝仅仅为了从人为制造的危机中寻求片刻的解脱，而去违背神的话语。

我们同样必须克制自己，不做神所禁止的事。即使身处危机之中，周围的人极力劝说："这是神赐给你的机会"，我们也必须聆听神的声音，而非他们的声音。如果圣灵借着圣经向我们说话——并告诫说："我禁止你做这事"——

那么，即使那看似是一个难得的机会，我们也必须将其舍弃，并顺服神的命令。这正是敬畏神的智慧人所应有的行事准则。

第三，在危机时刻最为光彩夺目的智慧，便是以仁慈之心对待那些曾伤害过自己的人。

请看《撒母耳记上》24 章 17 节："他对大卫说：'你比我公义；因为你以善待我，我却以恶待你。'"这些话是扫罗王对大卫说的；当他意识到神已将他交在大卫手中——

而大卫却未曾动手杀他（第 18 节）——

扫罗便放声大哭，对大卫说出了这番话（第 16 节）。尽管扫罗显然一心想要夺取大卫的性命并加害于他（第 11 节），大卫却饶恕了扫罗的性命，并拒绝对他动手（第 10 节）；意识到这一点后，扫罗王对大卫说："你比我公义；因为你以善待我，我却以恶待你"（第 17 节）。此外，扫罗王又对大卫说："愿耶和华因你今日向我所行的，以善报你"（第 19 节）。大卫怎能对扫罗王——那个正处心积虑想要取他性命的人——表现出如此的仁慈呢？尽管大卫并未对扫罗王犯下任何过错（第 11 节），但他却面临着

这样一种处境：扫罗受了周围人的谗言——那些人声称"大卫想要加害于王"（第 9 节）——

的煽动，正对他展开无情的追捕，企图置他于死地（第 11 节）；既然如此，大卫又怎能对这样一个人物以善相待呢？我在《创世记》50 章 20 节中找到了这个问题的答案："从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，为要成就今日的光景，使许多人的性命得以保全。"这些话是约瑟对他那些曾企图加害于他的兄弟们说的。正因为约瑟亲身尝到了神的良善——他亲眼见证了神如何将他兄弟们的恶意转化为美善之事（《诗篇》34:8）——他才能够用充满深切安慰的话语去宽慰他们（《创世记》50:21）。大卫怎能对扫罗王——那个企图取他性命的人——

表现出如此的仁慈呢？正是因为他也同样尝到了神的良善（《诗篇》34:8）。甚至当他击败非利士巨人歌利亚时，大卫便已体验到了神的良善；而即便当扫罗王因嫉妒蒙蔽心智、企图杀害他时，大卫依然持续地体验着那份同样的良善。正是出于这一缘由，尽管遭受了扫罗王的种种不公对待，大卫依然能够对他以善相待。这正是智慧之人的显著特质——即那些以神为生命中心而活的人。正如《创世记》中的约瑟一样（《创世记》39:9），大卫——也就是今日经文《撒母耳记上》23 章中所聚焦的人物——同样过着一种以神为中心的生活。大卫渴望由上帝——那位终极的审判者——来裁决他与扫罗王之间的争端（第 12、15 节）。此外，他祈求上帝察看他的困境，为他伸冤，并将他从扫罗王的魔掌中解救出来（第 15 节）。他还祈求上帝代他向扫罗王施行报应（第 12 节）。这难道不令人惊叹吗？尽管有机会杀死扫罗王——

一个本可以结束他那充满逃亡与苦难的疲惫人生的机会——

大卫却选择了不僭越上帝作为审判者的角色。他克制自己，没有亲自动手去向那个企图夺取他性命的人实施私仇；相反，他将自己与扫罗王之间冲突的裁决权交托给了上帝——

那位公义且真实的审判者。这正是一位智者的行径——

一种在危机时刻尤为闪耀光芒的行径。

我们也必须以智慧行事。当我们遭遇困难——面对艰辛，甚至身陷危机之中时——

这一点尤为重要。那么，以智慧行事究竟意味着什么呢？它意味着效法约瑟和大卫的榜样：以一种以上帝为中心的方式来为人处世。从消极的角度来看，以上帝为中心的行事方式意味着将那些亏待我们的人交托给上帝——那位终极的审判者——

去裁决；然而，从积极的角度来看，它意味着我们要以仁慈之心去对待那些正是亏待我们的人。之所以如此，是因为我们的上帝是良善的。此外——

作为那些"尝过便知耶和华是美善的"（《诗篇》34:8）人，并且因为我们深信那位良善的上帝能使"万事都互相效力，叫爱上帝的人得益处"（《罗马书》8:28）——

我们受呼召，要去善待甚至那些亏待我们的人。这正是身处危机之中时，以智慧行事的真谛所在。

我想在此结束对这段经文的默想。我们今日所处的这个世界，很像那巨人歌利亚；而我们，则很像大卫。众所周知，大卫与歌利亚之间的那场争战——

若仅从纯粹的人类视角来看——是一场大卫绝无可能获胜的战役。既然如此，扫罗——

这位统领一国的君王——

竟一心想要加害大卫，对他展开穷追猛打，这番争斗岂不显得更为荒谬可笑？他们的冲突，活脱脱就是卡通片里"汤姆与杰瑞"那对冤家的翻版。正如那只猫汤姆一样，扫罗王对大卫展开了无休止的追捕，誓要将其擒获并置于死地；而大卫——恰似那只老鼠杰瑞——则被迫在扫罗王的追杀下四处奔逃。然而，即便身陷如此险境，大卫依然坚持凡事必先寻求上帝的指引，并始终坚定不移地克制自己，绝不触犯上帝所明令禁止的任何事。不仅如此，他更是在上帝良善之力的托举下，对扫罗王——那位对他百般加害的仇敌——展现出了宽厚与仁慈。这便是大卫所拥有的智慧——一种在危机四伏之际依然熠熠生辉的智慧。我诚挚地祈愿：愿我们也能追随大卫的足迹，在面临危机之时，在上帝所赐智慧的指引下，做出明智的抉择；从而使我们既能亲身领受上帝的良善，又能化身为传递上帝良善的器皿，将这份良善彰显于世人面前。

患难即是良机！

“那些因司提反的事遭患难散到各处的门徒，直走到腓尼基、塞浦路斯、安提阿；他们不向别人讲道，只向犹太人讲”（使徒行传 11:19）。

“身处患难与逼迫之中，圣徒依然持守信仰；每当我默想这份信仰，心中便充满喜乐……效法圣徒的信心，我也要爱我的仇敌；借着仁慈的言语与行为，我要宣扬这份信仰……”（《赞美诗》第 383 首《身处患难与逼迫之中》，第 1 节与第 3 节）。

我们的信徒同伴在面对患难时之所以能持守信仰——

鉴于这并非凭我们自身的力量或能力所能成就——

这便迫使我们不得不承认：这确实是上帝的恩典与慈爱。因此，当我们默想上帝在我们心中所保守的这份信仰时，便不禁欢欣喜乐。此外，我们的信徒即使身处患难之中，依然能爱他们的仇敌，并借着仁慈的言语与行为来宣扬这份信仰，这无疑是上帝圣灵所成就的一项奇妙作为。若说在患难中持守信仰已非我们凭自身力量或能力所能企及，那么主动去宣扬这份信仰，更是一项看似绝无可能完成的任务——

一项完全超越我们自身能力范围的重任。然而，当我们亲眼见证全能的上帝使我们能欢欣

喜乐地去宣扬这份信仰时，我们便不得不承认：这毫无疑问，正是上帝圣灵的作为。圣灵所成就的这项奇妙作为——即这传扬福音的圣工——

其广度究竟能延展至何处？它赋予我们的信徒——哪怕是身处患难之中的信徒——

以力量，使他们能忠心至死；它甚至借着信徒的殉道，来传扬耶稣基督的福音，从而扩展上帝的国度——从耶路撒冷，直到犹太全地和撒玛利亚，甚至直到地极！（使徒行传 1:8）。《使徒行传》11 章 19 节——这一段有时被称为"圣灵行传"的经文——所记述的，正是司提反殉道所引发的患难之后所展开的一系列事件。在这些事件中，首当其冲的是那些因受逼迫而四散的信徒，他们走遍了各处，传扬福音的信息（8:4）。在这些四散的信徒中，有一位名叫腓利，他下到撒玛利亚城，向那里的人传讲基督。随之而来的是一场非凡的属灵运动：众人侧耳倾听腓利的话语，并且亲眼目睹了他所行的神迹奇事，于是同心合意地归向并信服他的信息。此外，由于许多被鬼附的和患瘫痪病的人得了医治，极大的喜乐便充满了那座城（5–8 节）。耶路撒冷的使徒们听到这消息——具体而言，是得知撒玛利亚也领受了神的道——

便差派彼得和约翰前往撒玛利亚。彼得和约翰抵达后，为那里的信徒祷告，愿他们能领受圣灵（14–

15 节）；在为主的道作了见证之后，他们启程返回耶路撒冷，沿途在许多撒玛利亚人的村庄传扬福音（25 节）。随后，主的一位天使指示腓利说："起来，向南走，往那从耶路撒冷下迦萨的路上去"（26 节）。腓利顺命而去，在那里遇见了一位身居高位的太监——他是埃塞俄比亚女王甘大基手下掌管全国财库的官员（27 节）。腓利从先知以赛亚的一段预言入手，向这位太监讲解耶稣的事，并向他传扬福音（35 节），最终引导这位太监

归信真道并接受了洗礼（38 节）。此后，在圣灵的作工与引导之下，腓利离开了那地；他出现在亚锁都，并继续巡行各城，在那一带全境传扬福音（40 节）。接下来，当我们翻开《使徒行传》第 9 章时，便迎来了第二件重大事件——这件事件正是因司提反殉道所引发的逼迫而产生的后果——

那便是：扫罗在大马士革的路上经历的生命转变与得救经历；正是在那里，他领受了神圣的使命，并蒙特别呼召，要作那向外邦人传福音的使徒（徒 9 章）。当我们回顾这一事件时，我相信圣灵上帝在扫罗的生命中，曾借着四次截然不同的际遇施行其主权的作为：(1) 他与复活之耶稣的相遇（1–9 节）；(2) 他在大马士革与一位名叫亚拿尼亚的门徒相遇（10–19a 节）；(3) 他与巴拿巴相遇（26–27 节）；以及 (4) 他在耶路撒冷与众使徒相遇（28 节）。正是借着这些际遇，圣灵上帝逐步确立了扫罗作为"外邦人的使徒"的身份。随后，因司提反殉道所引发的那场逼迫而产生的第三个重大事件，记载于《使徒行传》第 10 章：即圣灵降临在所有聆听彼得讲道的人身上那一刻（36–43 节）——

具体而言，是指那位属于"意大利营"的外邦百夫长哥尼流（2 节），以及聚集在他家中（24 节）一同聆听神话语（44 节）的亲属与密友。最后，第四个事件——也就是展现在我们今日经文《使徒行传》第 11 章（始于 19 节，止于 26 节）中的内容——便是安提阿教会的建立，这是一个主要由外邦信徒组成的群体。归根结底，正是借着因司提反事件而兴起的这场逼迫，圣灵上帝将早期教会的信徒分散开来；当这些分散的信徒四处奔走、广传福音之时，祂兴起了扫罗作为外邦人的使徒，使外邦人哥尼流及其家人、密

友得以听闻这大喜的信息，并且进一步促成了安提阿教会的建立，使其成为照耀外邦世界的明灯。鉴于此，我们可以说：患难乃是一种契机——

是分散开来、广传福音并借此拓展福音疆域的契机；是兴起领袖的契机；是扩展上帝国度的契机；也是建立教会的契机。特别是当我在默想《使徒行传》11 章 19 至 26 节的经文时，我深蒙引导，开始反思患难的本质及其所蕴含的种种契机。我归纳出了四个关键方面：

首先，患难是一个分散开来并传扬主耶稣的契机，也是一个拓展我们福音事工广度的机会。

请看《使徒行传》11 章 19 至 20 节："那些因司提反的事遭患难四散的门徒，直走到腓尼基、塞浦路斯、安提阿；他们只向犹太人讲道。但内中有塞浦路斯和古利奈人，他们到了安提阿，也向希腊人传讲主耶稣的福音。"由于司提反事件之后兴起的逼迫，早期教会的信徒被迫四散。当他们分散到各个地区时，起初只向犹太人传扬耶稣基督的信息；然而，其中一些人最终抵达了安提阿，并开始也向希腊人——即外邦人——

传扬主耶稣。我们不应仅仅聚在教会内部，彼此争吵、斗殴甚至陷入罪中；相反，我们需要顺服圣灵的引导而分散开来——哪怕这需要以患难作为催化剂——

好使我们能走向四方，广传耶稣基督的福音。在我们的传福音事工中，绝不可将自己局限于仅向同胞（韩国人）分享福音；我们同时也必须向其他国家的人分享福音。即使我们不懂他们的母语，也当借着上帝之爱的这一普世语言，向他们传扬耶稣基督的福音。我们需

要拓展福音事工的视野。我恳切祷告，愿圣灵上帝甚至借着患难的试炼来使用我们，使我们能够不断拓展福音传扬的广度与深度。

其次，患难是一个真正绝佳的机会，让我们得以经历主的同在。

请看《圣经》中的《使徒行传》11 章 21 节："主的手与他们同在，信而归主的人就很多了。"由于司提反殉道事件之后所兴起的患难，早期教会的信徒们被迫分散各地。当他们广传耶稣基督的福音——甚至将福音的触角延伸至安提阿，向外邦人分享这大喜的信息时——

一件奇妙的事发生了：正因主的手与这些传福音的人同在，一大群人因此信了耶稣，并归向了主。就我个人而言，我将生命中的危机视为一种机遇。此类危机所带来的机遇之一，恰恰就是让我们有机会去经历神的同在。特别是当身处艰难困苦、逆境重重之时——当我感到绝望无力、想要垂手放弃之际——

我反而真切地经历到：主那大能的右手正紧紧握住我的手，将我托举而起，并再次引导我回归祂为我所预定的生命使命。在这样的时刻，我才真正领悟到：生命中的危机，正是经历主同在的最佳良机之一。当早期教会的信徒遭遇患难时，他们所采取的回应方式是：积极传扬福音，并以此来经历神的同在；正因如此，他们亲眼见证了神那奇妙的大能与荣耀——一大群人因此信了主，并归向了祂。我祈愿我们也能如此——

即便身陷突如其来的逆境与危机之中——

依然能够经历神的同在，进而亲眼见证祂的大能与荣耀。

第三，患难为团队事奉提供了一个绝佳的契机。请看《使徒行传》11 章 22 节，以及 25 至 26 节的上半部分："这风声传到耶路撒冷教会的耳中，他们就打发巴拿巴去安提阿……他又往大数去找扫罗，既找到了，就带他到安提阿去。他们足有一年的工夫，与教会一同聚集，教训了许多人。"在信徒因司提反事件引发的逼迫而四散之后——

这一离散促成了福音的传扬、其影响范围的扩展，以及信徒对主同在的亲身经历——

耶路撒冷教会接到了消息，得知安提阿正发生着伟大的救赎工作。因此，他们差派了巴拿巴前往安提阿；经文形容巴拿巴是一位"好人，被圣灵和信心充满"（24 节）。透过这一举动，我们得以瞥见圣灵奇妙的作为：祂精心安排，使安提阿的传道人、耶路撒冷教会以及巴拿巴彼此协作，将他们凝聚成一个团队，共同在安提阿开展传福音和门徒造就的事工。此外，我们还观察到，圣灵引导巴拿巴从大数请来了扫罗，使两人得以携手同工，共同开展团队事工长达整整一年（25–

26 节）。其结果是，"有许多人归服了主"（24 节）；正是在安提阿，门徒们首次被称为"基督徒"（26 节）。或许，我们之所以难以有效地开展团队事工，是因为我们过得太过安逸——

或者用比喻来说，我们变得太过"饱足"了。无论是在教会内部，还是在宣教禾场上，我们这些传扬耶稣基督福音的人，往往无法做到一心一意地服侍主和我们的邻舍；因此，我们

的传福音和门徒造就事工，也就无法像保罗和亚波罗那样兴盛（哥林多前书 3:5–9）。问题究竟出在哪里？为何我们无法妥善地开展团队事工？难道不是因为骄傲吗？而我们为何会产生骄傲？难道是因为我们缺乏患难与逼迫吗？正如在早期教会中，圣灵借着司提反事件所引发的患难，使信徒四散各地——

从而使福音得以广传，并促成了一个涵盖耶路撒冷与安提阿两地教会、巴拿巴、当地传道人以及扫罗的协作事工——

我祈求，在这个世代，圣灵也能照样借着患难，将众教会和事奉者锤炼成为一个合一的团队。愿祂使我们能怀着主那颗挚爱的心去亲近那些蒙主所爱的灵魂，好使我们能传扬主耶稣的福音，教导祂的话语，从而牧养并照管好祂的群羊。

第四点，也是最后一点：患难正是建立教会的绝佳契机。

请思想《使徒行传》11 章 26 节的后半句："……门徒称为'基督徒'是从安提阿起首的。"正是借着因司提反殉道一事所引发的患难，信徒们被分散开来，从而极大地扩展了他们传扬福音的广度和深度。当他们在真切经历主同在的同时开展团队事奉时，主便在安提阿建立了教会——

那是祂亲自建立的教会。我们再次见证到：主是按照祂自己的方式来建立祂的教会的（太 16:18）。既然我们目睹了主的这一作为——即祂甚至借着患难的熔炉来建立祂的教会——

那么，我们又当如何回应呢？难道仅仅因为遭遇了患难，我们就应当退出、不再参与主建

立教会的事工吗？难道我们要像先知哈该时代的以色列民那样，停下手中的工，匆忙退缩回去，只顾打理自己的家室吗？（该 1:4, 9）。或许，在此时此刻，我们真正需要的，正是要培养一种深切的紧迫感——一种甚至在患难之中也能孕育而生的紧迫感。因此，在圣灵的引导下，我们必须积极投身于建立教会的事奉之中——这教会正是主亲自建立的——我们要殷勤、忠心地事奉，且要定睛于祂的话语，持守信心。我们恳切祈求：愿主亲自建立祂的教会。

信心的试炼

“我的弟兄们，你们落在百般的试炼中，都要以为大喜乐；因为知道你们的信心经过试验，就生忍耐”（雅各书 1:2–3）。

当试炼临到我们时，我们会作何反应？特别是当这些试炼并非仅仅一两桩，而是接踵而至、种类繁多时，我们通常会如何应对？我们岂不往往因那巨大的艰难与痛苦而感到不知所措，以至于陷入灰心丧气——甚至产生绝望之感吗？然而，圣经——具体而言是《雅各书》1 章 2 节——却教导我们要“以为大喜乐”。这怎么可能呢？当我们正面临各种各样的试炼时，又怎能将其视为一种纯粹的喜乐呢？

之所以当我们面临各种试炼时应当“以为大喜乐”，是因为信心的试炼能生出忍耐（雅各书 1:3）。而当我们容忍耐做成其完全的工时，我们便会变得成熟且完备，毫无缺乏（第 4 节）。然而在现实中，有时面临各种试炼反而会让我们敏锐地意识到自身的不足。例如——正如圣诗《当试炼临到》(《新编赞美诗》第 543 首）第一节歌词所描绘的那样——

当我们遭遇困境时，往往会猛然发觉自己的信心是何等微小与匮乏。此外，正如《雅各书》1 章 5 节所指出的，面临各种试炼也能向我们显明，我们在智慧上是何等的缺乏。我们如何才能判断自己是否缺乏智慧呢？举例而言：如果我们果真充满智慧——既然"敬畏耶和华是智慧的开端"（箴言 1:7；9:10）——那么无论面临何种试炼，我们都会憎恶邪恶（箴言 8:13）。因此，当我们面临试炼时，便不会口出妄言，声称自己是受了"引诱"或正受"上帝的试验"（第 13 节）。我们也不会被自己的私欲所牵引、诱惑而偏离正道（雅各书 1:14）。我们更不会像旧约时代的约伯那样，用嘴唇犯罪，发怨言埋怨上帝（约伯记 1:22；2:10）。相反，我们要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒（雅各书 1:19）。我们要亲近神——那位厚赐与众人、并不斥责人的神（第 5 节）——并要敏捷地聆听祂的声音。当我们这样做时，我们会将自己的祈求呈到神面前（第 5 节）。然而，在我们的祈求中，我们不可心怀二意（第 8 节）。我们要毫无疑惑地向神祷告（第 6 节），满怀期盼地等候与守望。与其祷告并寄望于神将我们从试炼中"解救出来"，不如祷告并寄望于祂能单纯地"与我们同在"。其原因在于，神亲自与我们同在（出埃及记 33:15），远比我们从试炼本身中被解救出来要重要得多。此外，借着在静默中信靠神（以赛亚书 30:15），我们将等候祂的拯救。最终，我们将得以见证神的荣耀（约伯记 42:4）。

每当我们面临各样的试炼时，都应当看作是极大的喜乐（雅各书 1:2）。这是因为，我们信心所受的试验能生出忍耐。而为了让这忍耐得以成全其工，我们需要有人作为受苦与恒久忍耐的榜样（第 10 节）。旧约圣经中的约伯，便是这样一位典范（第 11 节）。尽管他为人完全且正直——是一个敬畏神并远离恶事的人（约伯记 1:1）——

但他却承受了巨大的试炼，其惨烈程度几乎超乎我们的想象。事实上，他经历了一场极其严峻的考验：他丧失了所有的家产，并眼睁睁看着自己所有的十个儿女尽皆离世（第 11–19 节）。然而，约伯依然向神献上赞美，在这一切事上都没有犯罪（第 21–22 节）。他也未曾对神心存丝毫怨怼（第 22 节；2:10）。那么，主最终赐予他的结局又是怎样的呢（雅各书 5:11）？神将他从前所拥有的一切，加倍地赐还给了他（约伯记 42:10）。在约伯晚年，上帝赐给他的福分甚至比起初更为丰盛（第 12 节）。上帝还赐给他七个儿子和三个女儿；经上记着说："在全地之中，再没有像约伯的女儿那样美貌的女子了"（第 13–15 节）。当我们看到主赐给约伯的这一结局时（雅各书 5:11），我们也当在面对各种试炼时，存心忍耐（1:12）。我们认为那些坚忍不拔的人是有福的（5:11）。那存心忍耐试炼的人是有福的（1:12）。主必将生命的冠冕赐给他，这冠冕正是祂应许赐给那些爱祂之人的（第 12 节）。

灾难之后的恩典

“耶和华如此说：‘脱离刀剑的民，就是在旷野蒙恩的——

以色列，我去使他得安息。’”（耶利米书 31:2）

神向我们所怀的意念是赐平安的意念（耶

29:11）。神向我们所怀的意念，是要赐给我们末后的指望（第 11 节）。然而，我们的意念与神的意念截然不同（赛 55:8）。我们心中怀着恶念（太 9:4）。从我们心里发出来的，正是各样的恶念——

具体而言包括淫乱、偷盗、凶杀、奸淫、贪婪、邪恶、诡诈、淫荡、嫉妒、毁谤、骄傲和狂妄（可 7:21–22）。因此，我们的意念本身就是有罪的（箴 24:9）。鉴于我们心中一切所谋所想的，总是只有恶（创

6:5），神便依据祂的律法对我们施行管教（耶

30:11）。在这管教的过程中，神降下灾难临到我们，旨在引导我们认清自己的罪，并为之悔改。即便借着灾难，神依然纠正我们的行径与作为，敦促我们顺服祂的声音（26:13）。唯有在经历这一切之后，神才将祂的恩典赐予我们（31:2）。那么，这恩典究竟是什么呢？

首先，神在灾难之后赐予我们的恩典，便是救赎。

请看耶利米书

31:11："因耶和华救赎了雅各，救他脱离比他更强之人的手。"借着先知耶利米，神向犹大百姓如此宣告："你们当为雅各欢呼快乐，在列邦中扬声颂赞，说：'耶和华啊，求你拯救你的百姓，就是以色列所剩下的人！'"（第 7 节）。这究竟意味着什么？它表明神期望犹大百姓——那些因祂的管教而被掳至巴比伦的人——

能够恳切地向祂祈求救赎。其原因在于：神——那位救主——

渴望在犹大百姓历经灾难的时期结束后，将他们从巴比伦的魔掌中拯救出来。朋友们，我们的上帝渴望拯救像你我这样的罪人——

那些自身毫无得救功德可言的人。在将我们从一切苦难中解救出来之前，上帝首先渴望将我们从罪恶中拯救出来——

而罪恶，正是降临在我们身上的一切苦难的根源。事实上，上帝确实将我们从罪恶与一切苦难中一并解救了出来。这正是上帝在灾难过后赐予我们的恩典。

其次，上帝在灾难时期过后赐予我们的恩典，体现为祂将我们带回"家"的行动。

请看《耶利米书》31 章 8 节："看哪，我必将他们从北方之地领来，从地极招聚他们。在他们中间有瞎眼的、瘸腿的、怀孕的和生产的；他们必作为一大群人一同回到这地方。"通过先知耶利米，上帝向犹大百姓应许：祂必将他们领出北方之地——即巴比伦——

并从地极将他们招聚起来，组成一支浩大的队伍，再次回到"这地方"——

也就是耶路撒冷。届时，犹大百姓将流着泪回到耶路撒冷（第 9 节）。在归回的途中，他们将领受上帝的引导（第 9 节）。正如往昔的日子一样，因为上帝以永远的爱爱着犹大百姓，祂必以慈爱引导他们（第 3 节），并将他们带回耶路撒冷。上帝应许：祂必将那些已离弃罪恶、归向祂的犹大百姓带回耶路撒冷。此外，上帝还应许：当在巴比伦寄居的七十年期满之后，祂必眷顾犹大百姓，成就祂向他们所作的一切美善应许，并将他们带回耶路撒冷（29 章 10 节）。于是，上帝赐予了犹大百姓安息（31 章 2 节）。朋友们，我们的上帝是一位等候我们归向祂的上帝（《路加福音》15 章 11 节及后续经文）。我们的上帝，正是那位将我们带回祂家中——即我们的归宿——

的那一位。这种将我们再次带回家的行动，正是上帝在灾难时期过后赐予我们的恩典。第三，神在灾难过后赐予我们的恩典，在于祂引领我们走上正直的道路，并看顾保守我们。

请看《耶利米书》31 章 9 至 10 节："他们要哭泣而来；他们因应我的引导和他们的祈求而来，我要领他们走上正直的道路，使他们不致跌倒——

这是一条沿溪流而行的道路。因为我是以色列的父，以法莲是我的长子。列国啊，要听耶和华的话，并在遥远的众海岛传扬说：'那分散以色列的，必招聚他们，且看顾他们，如同牧人看顾自己的羊群一样。'"犹大百姓都像迷失的羊一样（《以赛亚书》53:6）。他们曾行走在弯曲的道路上。然而最终，他们遭遇了灾祸，并被掳往巴比伦。尽管如此，神应许要将他们从巴比伦手中拯救出来，并带他们重返耶路撒冷（《耶利米书》31:8）。因此，祂应许说，当他们流泪归回之时，必蒙祂亲手引导（第 9 节）。此外，神应许要修直他们的道路，引领他们走上正直的途径（第 9 节）。神还应许要看顾犹大百姓，正如牧人

看顾自己的羊群一样（第 10 节）。朋友们，我们的主——我们的牧者——正是那位引导我们的神。在祂的引导之下，主正带领我们迈向那座天上的城——即那真正的耶路撒冷。不仅如此，主还保护我们，使我们得以行走在正直的道路上。这正是神在灾难过后所赐予我们的恩典。

第四，神在灾难过后赐予我们的恩典，在于祂要再次重建我们。

请看《耶利米书》31 章 4 节："以色列的处女啊，我要再次建立你，你必被重建。你必再次拿起手鼓，与欢乐的人群一同起舞。"神借着先知耶利米向犹大百姓应许：祂必将他们从巴比伦拯救出来，带他们重返耶路撒冷，并再次重建他们。在重建他们之时，上帝宣告：当犹大百姓从巴比伦回归耶路撒冷后，他们将安居乐业，专心耕作（第 5 节；朴允善语）。此外，上帝应许要将北国以色列与南国犹大重新联合，使他们能一同上到耶路撒冷的圣殿，向祂献上真实的敬拜（第 6 节；朴允善语）。归根结底，上帝应许要在经济、政治及属灵层面全面复兴犹大百姓。朋友们，我们的上帝是一位施行复兴的上帝。唯有当上帝亲自重建我们时，我们才能获得真正的复兴（第 4 节）。既然主已应许要重建祂的教会（马太福音 16:18），祂就必会信守诺言。这正是上帝在灾难过后赐予我们的恩典。

第五，上帝在灾难之后赐予我们的恩典，乃是一份极大的喜乐之礼。

请看《耶利米书》31 章 12 节："他们要来到锡安的高处歌唱，因耶和华的恩惠——就是五谷、新酒和新油，并羊羔牛犊——

面带光彩；他们的心必像浇灌的园子，他们也不再愁烦。“我们的上帝是一位能将忧愁转变为喜乐的上帝（第 13 节）。我们的上帝是一位赐予安慰的上帝，使我们在焦虑之中仍能寻得喜乐（第 13 节）。祂不仅赐予我们喜乐，更使我们能欢欣起舞（第 13 节）。当祂引领我们载歌载舞、欢庆之时，上帝便以赦免之乐、救赎之乐以及复兴之乐充满我们，使我们喜乐满溢。如此，上帝便将我们的灵魂化作了一座“浇灌的园子”。从此，我们将不再有任何忧愁。这正是上帝在灾难过后赐予我们的恩典。

至此，我愿结束对这段经文的默想。上帝在患难之后赐予我们恩典。这份恩典包含着上帝对我们的拯救，将我们带回祂的身边，引领我们走在正直的道路上，并时刻看顾保守我们。此外，上帝还要复兴我们，并使我们充满极大的喜乐。因此，上帝赐予我们一种深沉的满足感（耶利米书 31:14）。我祈愿，在这灾难过后，这份恩典能临到你我身上。

上帝，我的帮助

[诗篇 121]

你是否意识到自己是一个需要帮助的生命？如果是这样，当你发现自己身处困境、需要帮助时，你会怎么做？你会向谁寻求援助？就我个人而言，每当我需要帮助时，我都喜欢唱《新圣诗》中的第 214 首，题为《我求主助》。"我求主助，我向耶稣基督恳求；赐我救恩，求

主收留"（第一节）。我特别喜爱第三节的歌词："我力微弱，志向易折；求凭主名救我，求主收留。"正因为我自身的力气和决心都极其软弱——

导致我在信仰的旅途中屡屡跌倒——

所以我常常感到自己迫切地需要上帝的帮助。在那些时刻，我会怀着祷告的心来到上帝面前，唱起这首《我求主助》。而上帝每次都会在我脑海中浮现的一段经文，便是《诗篇》121 篇 1 至 2 节："我要向山举目；我的帮助从何而来？我的帮助从造天地的耶和华而来。"今天，我将以此段经文为中心，以"上帝，我的帮助"为题，与大家一同默想《诗篇》121 篇的全篇内容，并领受上帝赐予你我双方的教导。

当我们查考今天的经文——《诗篇》121 篇 1 至 2 节——时，我们看到诗人举目望向群山，并深思着这样一个问题："我的帮助究竟从何而来？"他得出的结论是："我的帮助从造天地的耶和华而来。"的确，当你我身处急需援助的境地时，我们会把目光投向谁？我们会向谁寻求帮助？是否有可能，就像这位诗人一样，我们也曾自问："我的帮助从何而来？"——

然而，我们却并未转向上帝，而是将目光投向了其他人或事物，试图从那里寻得我们所渴求的帮助？除非我们已充分意识到自身的彻底无助，否则我们的本能不会驱使我们完全倚靠上帝并寻求祂的帮助。因此，我们往往不是转向天地万物的创造主——上帝——去寻求援助，而是转而寄望于祂所创造的那些巨大的世俗力量——在此处被象征为"群山"。然而，最终当我们未能从这些世俗的"群山"中获得任何实质性的帮助时，我们便会陷入灰心与绝望之中；正是在那一刻，圣灵上帝最终引导我们将目光定睛在那位全能的创造主身上——

正是祂使那些群山得以存在。于是，在领受了上帝的帮助之后，我们便与诗篇作者一同宣告："我的帮助从耶和华而来，祂造天造地。"基于这一认识，让我们现在结合今天的经文，来思考上帝——那位被诗篇作者确认为其"帮助者"的上帝——正以哪三种具体的方式积极地向你我提供援助：

首先，作为我们帮助者的上帝，确保我们不致跌倒。

请看今天经文（诗篇 121 篇）第 3 节的前半句："祂必不叫你的脚摇动……"这节经文表明，上帝——我们的帮助者——

保守我们（包括你和我）不偏离真理的道路（朴允善语）。这是何等宝贵的祝福与恩典，竟出自上帝之手！我们本是软弱的生灵，正如《以赛亚书》53 章 6 节所描述的那样，我们常像"迷失的羊"一般，"各人偏行己路"。然而，那作为"道路、真理、生命"的耶稣，竟积极地做工保守我们不偏离真理的道路，这该是何等浩大的祝福与恩典啊！出于对韩国青少年犯罪成因的好奇，我在网上进行了一次快速搜索；在此，我想与大家分享我所发现的调查结果。由三星医疗中心（Samsung Medical Center）儿童青少年精神科的洪成道（Hong Seong-do）教授与金智惠（Kim Ji-hye）教授所率领的一个研究团队，针对首尔地区 431 名初、高中学生（其中男生 224 名，女生 207 名）的偏差行为进行了一项调查。他们的研究结果显示，对于男生而言，"焦虑与负面情绪"是导致其产生越轨行为的首要原因；而对于女生来说，"扭曲的自我认知"则被认定为主要的罪魁祸首。洪教授（Professor Hong）的团队解释道："越轨行为的成因之所以因性别而异，是因为男生往往将暂时的越轨行为作为一种手段，以此来缓解焦虑等负面情绪；相反，对于女生而言，负面的自我评价及消极的思维模式，被发现是引发其越轨行为的主要诱因。"当我读到这项研究的结果——

并反思青少年越轨行为的成因，即（男生）源于"负面情绪"而（女生）源于"负面自我评

价”——时，我不禁开始深思：既然如此，究竟是什么原因会导致我们基督徒——

作为信奉并跟随“真理”本身即耶稣的门徒——偏离那真理呢？

我认为，其中一个原因便是对义人所遭受之苦难持消极态度。我之所以持此观点，是基于《诗篇》第 73 篇；在该篇中，诗人亚萨（Asaph）因目睹“义人的受苦”与“恶人的亨通”之间那鲜明的反差，而险些失足跌倒。

对此，你有何看法？你是否也认为，对义人所受之苦难持消极态度，确实是我们基督徒偏离真理的原因之一？如果你的回答是肯定的，那么你认为我们应当如何行，才能培养出一种对待苦难的积极态度呢？我在《腓立比书》1 章 29 节中找到了答案：“因为你们蒙恩，不但得以信服基督，并且要为他受苦。”如果我们能认清这一真理——

即为耶稣基督的缘故而受苦，实际上正是上帝所赐的恩典——

并且学会怀着感恩之心去领受并拥抱这份恩典，那么我们就绝不会偏离真理。让我们今天就为此事祷告。让我们向上帝祈求，求祂将恩典赐予我们，使我们能够真切地领悟到：苦难确实是祂恩典与祝福的一种形式；唯愿我们因此得以坚守信仰，永不偏离真理。当我们献上这祷告时，让我们怀着信心去祷告——

正如诗篇作者在《诗篇》121 篇第 3 节所宣告的那样，我们要坚信：“上帝绝不会任凭你我跌倒。”

其次，上帝——即我们的帮助者——时刻看顾着我们。

的确，上帝究竟是如何看顾你我的呢？圣经告诉我们，上帝看顾我们，既不打盹，也不睡觉。请看今天的经文——

即《诗篇》121 篇第 3 节的后半部分直至第 4 节："保护你的必不打盹。看哪，保护以色列的，既不打盹，也不睡觉。"几年前，我的儿子迪伦（Dylan）晚上不敢睡觉，因为他饱受噩梦的困扰。于是，我鼓励迪伦在睡前阅读圣经并祷告。上周日和周一晚上，迪伦提到自己在梦中看见了一只大猩猩；看到他那惊恐的样子，我的妻子便与他交谈，并建议他想象自己手里正握着一个小气球，里面装有一种特殊的药水——

这种药水能杀死那只大猩猩，却不会对迪伦造成任何伤害。显然，这个建议奏效了，因为周日晚上他似乎睡得非常安稳。无论我和妻子对迪伦的爱有多深，我们都不可能整夜守在他的床边——把手按在他的头上——

不停地为他祷告。作为凡人的父母，我们又怎能做到毫无倦意、时刻不离地看顾自己的孩子呢？然而，圣经清楚地宣告：我们的天父看顾着你我——

祂既不打盹，也不睡觉。可是，问题出在哪里呢？当上帝的援手似乎迟迟未至，或者我们的祷告仿佛石沉大海、未获应允时，我们有时不禁会怀疑：上帝是不是真的睡着了？然而在现实中，上帝并没有睡觉。我们的上帝总是在祂所预定的时刻，向那些身陷困境的信徒伸出援手。因此，信徒必须学会操练忍耐。此外，上帝也是我们的"荫庇"，保护我们免受各种伤害。请看今天的经文——

《诗篇》121 篇第 5 至 6 节："耶和华是你的保护者；耶和华在你右边作你的荫庇。白日，太阳必不伤你；夜间，月亮必不害你。"

当我默想"神站在我右边作我的荫蔽"这节经文时，心中涌起了一个念头。我试想：若沙漠中那烈日炎炎、永不停歇地炙烤着我，我又将落得何种境地？正是这种反思，让我深切体会到这句神的话语——即"神成为我的荫蔽"——

所蕴含的真理，并从中获得了极大的心灵慰藉。正如人在酷热难耐的盛夏时节，会迫切渴望并四处寻觅大树底下的清凉荫蔽一样；有时，当我们被这世间的种种试炼折磨得疲惫不堪、伤痕累累时，我们也会同样地渴慕天父——那位我们真正的"荫蔽"——

并渴望能亲近祂。当我们在这世间——这片本质上如同旷野般的荒漠——

跋涉前行，面对着诸如白日的烈日炙烤与黑夜的寒月侵袭等种种有害势力的威胁时，神所赐下的这一应许——即"神站在我们右边作我们的荫蔽"——

便成为了我们内心深处最深沉的安慰与力量之源。这位成为我们"荫蔽"的神，正是那位将我们从这世间企图将我们吞没的种种有害势力中庇护出来的神。神——我们的"盾牌"——在我们向着那"至高的呼召"奋勇奔跑之际，始终守护并看顾着我们——

无论是你，还是我；祂保守我们安然无恙，使我们免受这如旷野般的世间所潜藏的一切危难的侵害。因此，我们可以像大卫在《诗篇》23 篇 4 节中所作的那样，发出同样的信仰告白："我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。"

最后，即第三点，神——那位作我们"帮助者"的神——必将我们从一切患难中拯救出来。

请看今天的经文：《诗篇》121 篇 7 节："耶和华要保护你，免受一切的灾害；祂要保护你的性命。"那位帮助我们的神，乃是一位施行拯救的神——

祂确保我们不致跌倒，在一切危险面前守护并看顾着我们，并将我们从一切患难中拯救出来。这难道不令人深思吗？我所指的深思之处在于：尽管神始终守护并看顾着你我，但我们却依然注定要经历"一切的患难"。通常，当我们想到那位创造了天地的上帝正在保护并看顾我们时，我们可能会想当然地认为，自己理应免受任何患难之苦。然而，上帝告诉我们：虽然祂确实看顾着我们，但祂也允许我们经历各种各样的患难，其目的乃是为了随后将我们从这些患难中拯救出来。我相信，上帝在此的旨意是这样的：虽然祂绝不会任凭我们偏离真理，但祂允许患难临到，是为了熬炼我们，并引导我们更加靠近祂赐福之地。

这让我想起一段我曾默想过的经文：《何西阿书》2 章 14 节。当上帝管教以色列民时，祂将他们领进旷野，并向他们的心说温柔的话。这启示我们：那些看似是上帝管教的事，实际上却是上帝的赐福——

即"受苦本身就是上帝的赐福"这一真理。朋友们，降临在我们生命中的种种困难、逆境以及各样患难，其实都是上帝的赐福。尽管在经历的当下，它们可能让人感到艰辛、痛苦甚至心碎，但它们依然是赐福——

是上帝借以确保我们不偏离真理，反而能加深信仰与属灵委身的赐福。此外，这些经历还提供了一个极其宝贵的机会：它们促使我们去祷告；而当上帝回应这些祷告时，我们便能亲身经历祂救赎的恩典。因此，我们可以借着《新编赞美诗》第 336 首——

题为《虽遇患难与逼迫》——

来向上帝献上赞美："虽遇患难与逼迫，圣徒依然持守信；每当我思念此信心，我心便充满欢欣。愿跟随圣徒信心的脚踪，立志忠心至死不更移。"

我想以此作为本次默想上帝话语的结束。在《新编赞美诗》中，第 214 首《寻求主助》是一首歌词由一位名叫伊莱扎·H·汉密尔顿（Eliza H. Hamilton）的苏格兰姊妹所作、曲调由著名牧师 D.桑基（D. Sankey）所谱写的赞美诗。据传，这首赞美诗的作曲家艾拉·D·桑基（Ira D. Sankey）曾在其著作《桑基的福音赞美诗故事》（*Sankey's Gospel Hymn Stories*）中讲述过这样一个故事——

该书是在他失明后以盲文形式出版的，其内容被广泛引用如下："许多年前，我正在苏格兰的一座大城市主持复兴布道会。一位参加了这些聚会的年轻女孩怀着对救恩的炽热渴慕回到了她的本堂教会，并请求她的主任牧师详细解释通往救恩的道路。'我亲爱的孩子，别担心。这其实很简单。只要读圣经，并献上你的祷告，你就能得救了，'那位牧师漫不经心地回答道。听到这话，那可怜的女孩顿时泪如泉涌，哭喊着说：'牧师啊，我根本不识字！我也不会祷告啊！'牧师便为她作了祷告，随后教导了她如何祷告。于是，女孩献上了这样一个祷告：'主耶稣啊，请接纳我，就照我本来的样子！'（主耶稣，接纳我，照我本来的样子！）。就这样，这位女孩成为了基督的门徒。一位听闻了这女孩故事的妇人深受感动，随后便创作了这首赞美诗。"后来，一位英国牧师在一封信中向我转述了后续的消息：那位年轻女子最终嫁给了一位鞋匠——一个非信徒——

他此前一直寄宿在她家中。她曾劝丈夫去教会，但他却充耳不闻。更糟糕的是，她曾把圣

经放在地上，希望能借此吸引丈夫捡起来阅读，但他非但不读，甚至还将那本圣经撕得粉碎。然而，那位善良的女子——心中毫无怒意——

却细心地将圣经的碎片重新拼凑完整，将其放回原处，并再次温柔地劝勉丈夫道："求求你，难道你就不能读一读它吗？"然而，她的丈夫依然只顾着读小说和报纸，从未再多看那本圣经一眼。时光流逝。在一个春日里，这位年迈的丈夫患上了严重的支气管炎，被送进了医院。那位善良的妻子怀着无比虔诚的心意，悉心照料着这位孤苦无依的老人。每逢有机会，她便向他讲述灵魂得救的道理，为他诵读圣经经文，并给予亲切的解释。有一天，她为他朗读了那首赞美诗——《我独自来到园中》（I Come to the Garden Alone）。当她读到那段副歌时，老人大声喊道："书里根本没有这些字句！""您怎么这么说呢？"她答道，同时把那本赞美诗集递到他面前让他看。老人试图亲自去读，却发现自己已无法辨认。他要来了眼镜，当读到那节经文时，顿时惊愕不已。（*那位为我舍命的主……*！）他一遍又一遍地吟诵着这首赞美诗："那位为我舍命的主……现在就接纳我吧。噢！现在就接纳我吧……"几周后的一天清晨，老人开口说道："亲爱的，我想出院了。我现在真的很快乐。真的……"回家不到两个小时，他便安详离世——

临终前，口中依然喃喃低语着："那位为我舍命的主……现在就接纳我吧。"

那加给我力量的神

[诗篇 89:19-52]

我想你也一定听说了这则新闻——

来自韩国的一则报道，讲述了一位前棒球运动员在杀害了一位母亲及其三个女儿之后，随即自尽身亡的惨剧。我不禁自问：一个人怎能如此残忍？这也让我深思人类的败坏与罪恶究竟达到了何种地步。据新闻报道，这位前运动员在自杀之前，据称曾从他所杀害的那三姐妹的母亲那里索取钱财，并用这笔钱偿还了他欠下的各种债务。归根结底，我不禁在想：这场悲剧是否正是由经济压力所致？近来，无论是通过新闻媒体还是周围的人，我都听到这样的消息：当前的经济形势——不仅在美国，甚至在整个欧洲和亚洲——都已陷入了极其严峻的境地。因此，我推测，种种源于这种经济困境的罪恶行径正开始浮出水面。我想，许多人正深陷于沮丧与绝望之中，感到灰心、挫败且无助——甚至到了彻底放弃生命的程度。

的确，这个世界充满了焦虑与艰辛。这是一个充斥着罪恶与死亡的世界（参《赞美诗》第 474 首）。当我们在这个世界上艰难前行时，难免会有感到极度挫败、灰心丧气，甚至陷入绝望的时刻。那么，在这样的时刻，我们究竟该如何是好呢？此时，我想起了《诗篇》1

8:1 中的那句话："耶和华啊，我的力量啊，我爱你。"虽然韩文版《圣经》的译序是这样排列的，但若查阅希伯来文原文或英文译本，其措辞实为："耶和华啊，我爱你——

你就是我的力量。"当我默想这节经文时，我清楚地意识到：我们爱主的一个主要原因，恰恰是因为神就是那加给我们力量的源泉。

在今天的经文——《诗篇》80:21——

中，经文宣告：神正是那位赐予力量、加固你我生命的神。今天，在题为《那加给我力量的神》的分享中，我邀请你一同默想神向我们施恩的两个具体途径，好使我们能领受祂所赐予的祝福。

首先，那加给我力量的神，赐予我助人的能力。请看今天的经文，诗篇

89:19："你曾在异象中晓谕你的圣民说：'我已把力量加给那大能者；我已高举那从民中选出的少年人。'"为了拯救祂所拣选的民——以色列——

上帝与祂所拣选的仆人大卫立了约。上帝信守这约，赐予大卫（即那位"大能者"）以施予援助的力量。上帝用圣膏油膏抹了祂的仆人大卫（第 20 节），立他为以色列的君王；祂常与大卫同在，使他坚立不移，并借着祂大能的右手赐给他力量（第 21 节）。因此，大卫既领受了这力量，便向上帝呼喊说："他要称呼我说：'你是我的父，是我的上帝，是拯救我的磐石。'"（第 26 节）。正因大卫向上帝——即他救恩的磐石——发出了呼求，上帝便拦阻了大卫的仇敌向他勒索，也不容恶人欺压他（第 22 节）。上帝在大卫眼前击碎了他的仇敌（第 23 节）。此外，上帝将大卫高举（第 24 节），并扩展了他统治的疆域（第 25 节）。

我们的上帝，正是一位总能在我们最需要的时刻赐下援手与恩典的上帝。请看《圣经》中的希伯来书

4:16："所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。"我们的上帝深知你我各自的需要。祂是全能的上帝，最清楚我们究竟何时、需要何种帮助。此外，我们的上帝是一位能体恤我们软弱的上帝（4:15）。正因祂体恤我们的软弱与不足，当我们需要帮助时，祂便与我们同在，从而加添我们的力量。上帝正用祂大能的右手扶持着我们。特别是当我们身处挣扎、感到疲惫、心灰意冷，或者跌倒在地、无力重新站起之时，上帝便悄然临近我们，牵起我们的手，并向我们说话（正如那首福音圣诗《你是我的儿子》中所唱的那样）。上帝究竟对我们说了什么？正如那首福音圣诗的歌词所言，祂岂不正是这样说的吗："你是我的儿子；我今日生了你。你是我的儿子——我所爱的儿子"？我衷心盼望并祈求：当我们今日听到上帝的这一声音时，你我都能从中获得更新的力量。上帝渴望将那能够帮助并扶持我们的力量赐予我们。愿上帝——那位在我们急需之时赐下恩典来帮助我们的主——常与我们同在，并赐予力量给所有听到这"话语"且凭信心向祂献上祈求的人。

其次，那位赐我力量的上帝，祂的慈爱必存到永远。

请看今天的经文选段——

《诗篇》89 篇 28 节："我必向他存留我的慈爱，直到永远；我与他所立的约也必坚定不移

。"在《诗篇》89 篇的第 2 节和第 3 节（即 1 至 18 节的经文范围）中，我们看到上帝与祂所拣选的人——大卫——

立下盟约，并向他起誓说："我必使你的后裔存到永远，使你的王位延续万代。"上帝是如何表明祂将坚守这一誓言的呢？祂应许要借着祂的"慈爱"使这约永远坚立，并借着祂的"信实"使这约坚定不移（第 2 节）。在向大卫作出这一应许时，上帝郑重承诺：祂必借着祂的爱（即"慈爱"）永远与大卫同在。在此背景下，今天的经文选段——

特别是第 27 节——

向我们启示：上帝不仅应许要立大卫为"长子"，使他成为世上君王中至高的一位；更应许要永远保守他（第 28 节），并使他的后裔世世代代存留（第 29 节）。然而，上帝同时也应许：倘若大卫的后裔犯罪得罪了祂，祂必施行惩罚（第 30 至 32 节）。请看第 32 节："我必用杖责罚他们的过犯，用鞭责罚他们的罪孽。"然而，上帝永恒之爱的奇妙本质，正体现在今日经文的第 33 和 34 节中："但我必不将我的慈爱从他收回，也不容我的信实废弃。我必不背弃我的约，也不更改我口中所出的言语。"上帝应许说，如果大卫的后裔犯罪，祂确实会惩罚他们，但祂绝不会彻底弃绝他们。上帝之所以不能永远离弃大卫的后裔，是因为祂曾凭自己的圣洁起誓，便不能向大卫食言（第 35 节）。因此，诗人大声恳求上帝记念祂与大卫所立的约，并将以色列民从他们当前所遭受的困苦与羞辱中拯救（搭救）出来（第 38–51 节；朴允善语）。他深知，那降临在以色列民身上的困苦与羞辱，正是上帝烈怒的彰显（第 38、46 节）；于是他向神呼求，质问主在这烈怒之中还要掩面不顾多久（第 46 节）。在这烈怒之下，主高举了他们仇敌的右手（第 42 节），从而任凭仇敌向以色列民

极尽讥讽与羞辱（第 50 节）。因此，诗人在祈求上帝施怜悯的同时（第 47–48 节），乃是倚靠着"主啊，你从前凭诚实向大卫起誓要施的慈爱"（第 49 节），来寻求上帝的拯救。

上帝对我们的爱是永恒的。正是凭着这份永恒之爱，上帝爱着我们——

无论是在过去、现在，还是直到永永远远。然而，我们绝不可忘记的是，上帝的爱同时也是一种圣洁的爱。当我们得罪上帝时，祂之所以管教我们，恰恰是因为祂爱我们。然而，上帝恩典的奇妙之处在于：即便在祂管教我们之时，祂也绝不会彻底收回祂对我们那永恒的爱。即使在祂的烈怒之中，上帝也绝不会完全收回祂对我们的爱。祂是上帝。因此，正如那位诗篇作者一样，即便我们已犯下罪过，正身处神的震怒之下、经历着祂的管教，我们也必须倚靠祂那永恒且信实的爱——即祂那坚定的怜悯——

并恳切地向祂祈求救赎的恩典。

至此，我愿结束对这段经文的默想。因着那位赐予我们力量的神，即便身处困境之中，我们——正如那位诗篇作者一样——

又能做些什么呢？我们可以立志赞美神，并将这一决心付诸行动（第 52 节）。当我们身陷苦难、向祂发出呼求之时，我们的神便会赐予我们加倍的力量来扶助我们。因此，祂正是那位向我们彰显其永恒之爱——即祂那坚定的怜悯——

的神。正因如此，凡亲身经历过神这份永恒之爱的灵魂，便无法抑制地要向祂献上赞美。

“耶和华啊，我的力量啊，我爱你！”

[诗篇 18 篇]

我们为何会灰心丧气？为何会感到沮丧，甚至陷入绝望？在我们的人生旅途中，往往会有那么一些时刻，我们会感到力不从心、筋疲力尽。在这样的时刻，我们面临着一个非常现实的风险——彻底放弃。我们可能会产生一种强烈的冲动，想要把一切都放下——只想一走了之，抛弃所有的一切。当我反思为何会发生这种情况时，脑海中浮现出三个词：“现实”、“思想”和“情感”。简而言之，当困难和逆境如暴风骤雨般闯入我们的生活时，最关键的在于我们如何回应这一现实——尽管这往往是我们极力想要否认的现实。

这三种回应中的第一种，关乎我们的“思想”（或心智）。当突如其来的艰难困苦或逆境袭来时，我们的心智往往会提出大约四个截然不同的问题。第一个问题是：“为什么？”我们会自问：“为什么这种事会发生在我身上？”或者：“为什么偏偏是‘我’？”提出这样的问题，似乎是我们的本能——抑或许仅仅是一种习惯。归根结底，这种对“为什么”的执着追问，暴露出我们实际上正在否认当前摆在我们面前的现实。这种否认最终会表现为不满和抱怨，从而宣泄出我们内心深处的受害者情结。除了“为什么”之外，我们常问的另一个问题是：“怎么会？”我们可能

会试图寻找解决之道，追问："这种事怎么可能发生在我身上？"然而，面对生活中那些艰难的现实，我们往往发现自己根本找不到答案——

找不到答案的时候远比找到答案的时候多得多。接下来，作为基督徒，我们往往会努力去探究这样一个问题："是什么？"我们会无数次地追问："在这件事上，上帝的旨意究竟是什么？"试图在艰难的处境中去洞察祂的旨意。然而，我们不得不承认，在这一点上也是如此——

我们往往依然找不到答案，最终只能陷入一种"不知晓"的状态。我们又怎能完全测透上帝的旨意呢？面对我们所遭遇的现实——以及我们内心深处的种种思绪——

我们必须提出的那个问题，其实只有一个："是谁？"我们必须追问："上帝究竟是谁？"当我们这样做——即凭信心相信并承认上帝的主权时——

我们便能以信心的眼光去接纳当下的现实。这种理性的认知回应使我们能够以一种健康的方式表达情感；它不仅能防止我们的情绪剧烈波动，还能让我们展现出一种基于稳固思维的、始终如一的情感状态。

诗篇作者大卫——即今日经文《诗篇》第 18 篇的执笔者——所面对的现实，在第 4 节和第 5 节中被生动地描绘了出来："死亡的绳索缠绕我；毁灭的急流淹没我。阴间的绳索紧绕我；死亡的网罗迎面而来。"当他回首往事——

特别是"耶和华救他脱离一切仇敌和扫罗之手的那日"（正如篇题所注）——

大卫便从灵魂深处向神发出了一句衷心的告白："耶和华啊，我的力量啊，我爱你！"（第 1 节）。大卫在此处所用的"爱"一词，对应于希伯来语中的 *racham*（拉哈姆）——

一位牧师曾这样诠释这个词："这是上帝倾注于人类身上的怜悯、慈爱与深情——

这爱是如此深邃，以至于上帝的心会因我们而隐隐作痛；那痛感是如此强烈，仿佛祂的五脏六腑都要因此而融化消解一般"（引自网络资料）。这是一种深深扎根于人类心灵深处的爱——

一种名副其实的、"融化人心的爱"（朴允善语）。大卫之所以情不自禁地发出这般爱的告白，是因为上帝已然成为了他的力量。换言之，正因为大卫亲身经历并见证了上帝的大能与慈爱——正是这份力量与慈爱将他从无数次的危机中拯救出来——

他才得以满怀信心地宣告："耶和华啊，我爱你！"在追忆过往蒙拯救的经历之时，大卫凭着信心坦然接纳了当下的现实处境，并借此向神献上了赞美（第 3 节）。

上帝为何要将大卫从一切仇敌和扫罗王的手中拯救出来呢？在今日的经文《诗篇》第 18 篇中，我们可以归纳出两个主要的原因。

首要的原因，在于上帝的本质——即祂那神圣的性情与品格。

正因为"成为拯救者"乃是上帝性情中固有且不可分割的一部分，祂才将大卫从危难中拯救了出来（朴允善语）。在今日经文——

《诗篇》第 18 篇第 2 节中，上帝的神性通过各种头衔得以彰显："我的磐石"（意指被崎岖悬崖环绕的地形）、"我的山寨"（指高耸的山丘或山峰）、"我的拯救者"（指在极度危难时刻施救的援手）、"我的上帝"、"我所投靠的磐石"（指向崎岖山脉的险峻峰峦）、"我的盾牌"（指能抵挡敌人箭矢的屏障）、"我救恩的角"（象征胜利之力量的隐喻），以及"我

的高台”（指建立在崎岖高耸山峰之上的避难所）。简而言之，上帝拯救大卫，是因为祂是大卫的保护者。因此，大卫在祷告中宣告：上帝正是那位保护他的救主。

第二个理由是：上帝之所以将大卫从所有仇敌手中、并从扫罗手中拯救出来，是因为祂是那位垂听我们祷告的上帝。

请看今日经文——

《诗篇》第 18 篇第 6 节：“我在急难中求告耶和华，向我的上帝呼求。祂从殿中听了我的声音；我在祂面前的呼求入了祂的耳中。”上帝既是我们的力量，也是那位垂听我们祷告之声的主。特别是当我们在极度凶险的患难之中（第 4 至 5 节所提及的“死亡”、“洪流”、“阴间”）发出呼求时，我们的上帝——这位主——

便会垂听并回应我们的祷告；的确，当这些患难如潮水般向我们涌来之际，只要我们向祂恳求，祂便会予以回应。

当我们研读今日经文——《诗篇》第 18 篇第 7 至 15 节——时，不禁会对上帝拯救大卫的具体方式感到惊叹不已。之所以感到惊叹，是因为第 7 至 15 节所描绘的拯救方式，充分彰显了上帝那无比威严的荣耀。大卫描述道：“那时，因祂发怒，地就摇撼战抖，山的根基也翻腾震动”（第 7 节）；“有烟从祂鼻孔冒出，有吞灭的火从祂口中吐出”（第 8 节）；祂“又使天下垂，亲自降临”（第 9 节）；祂如何“驾着基路伯飞行”（第 10 节）；祂如何“以黑暗为藏身之处”（第 11 节）；如何“因祂面前的光辉，密云飞过，降下冰雹和闪电”（第 12 节）；以及祂如何发出“雷声”与“闪电”（第 13–

14 节）。大卫在结尾处宣告：正是由于这种神圣的介入，“海的深渊显露，地的根基也裸露出来”（第 15 节）。所有这些表述旨在传达这样一个事实：当上帝降临以拯救大卫时，祂所展现的威严与大能是如此浩瀚，以至于仿佛要震动整个天地（朴允善语）。这就是上帝的威严——一种震动宇宙的威严——

而正是在这种威严之中，上帝降临并拯救了大卫。“这令人感到惊叹。上帝所展现的威严是如此巨大，然而祂所意欲拯救的对象却仅仅是一个个体——

一个相比之下显得微不足道的人。”“难道祂真的为了拯救这一个人而震动了整个天地吗？”（朴允善语）。这足以让人深思：一个人的祷告，其力量真的如此宏大吗？人们不禁感到惊奇：在天地震动的巨大背景下，仅仅是一份孤寂的祷告，竟然能够促成如此宏伟的救赎大工。

就此而言，我深入思考了个人祷告的本质，并归纳出四个关键要点：

首先，祷告开启天国之门。

在今天的经文——《诗篇》18 篇 16 节——中，大卫宣告道：“祂把我从大水中拉上来。”这句话暗示着：当大卫身陷绝境——四面八方（东、西、南、北）的所有逃生之路皆被无法逾越的灾难与苦难所阻断，令生存变得毫无可能——之时，他转而向上帝祷告。随之，一扇门开启了——一扇任何人力都无法关闭的门——

而那扇门，正是天国之门。正是通过这扇开启的门，上帝的救赎大工得以成就。与以色列民不同——

当他们四面受困时，往往低头注视大地，发出抱怨与哀叹，质问着"为什么？"——

摩西却抬头仰望苍天，向神祷告。最终，神垂听了他的祷告，开启了天上的门，并赐予他们救赎的恩典。我们的祷告，正是开启天门之匙。

其次，祷告充满力量。

正是祷告，使我们得以亲历神——即我们的救主——

那拯救的大能；祂远比任何"强敌"或"可憎的仇敌"（第 17 节）都要强大得多。尽管那些仇敌在体力上胜过大卫，但祷告却使他得以亲历神那全能的拯救之力。

第三，祷告是一种将信靠全然交付于神的行动。

当我们研读今日的经文——《诗篇》18 篇 18 节——

便会看到大卫.....他宣告道："耶和华是我的倚靠。"尽管"遭难的日子"（第 18 节）降临在大卫身上，但当他转而向神祷告时，那原本的"遭难之日"便奇妙地转化为神施行"救赎之日"。

第四，祷告使我们真切地领悟到，神是何等地喜悦我们。

请看今日的经文——

《诗篇》18 篇 19 节："……祂救拔我，因祂喜悦我。"借着祷告，当大卫亲历神的救赎时，他也同时领受了神的引导。然而，更令他惊叹不已的领悟是：他终于明白了神对他怀着何等深切的喜悦之情。因此，那真正能从我们内心深处涌流而出的赞美之歌便是："愿我成为主的喜悦……"

归根结底，无论我们遭遇何等艰难的现实处境，只要我们将意念定睛于神——

即那位"耶和华，我的力量"——

并以信心接纳这些现实，同时借着祷告寻求解决之道，那么，神——

我们的救主与保护者——

必将以威严浩大的力量介入其中，仿佛震动天地一般，彰显出祂那大能的救赎之力。在那一刻，当我们亲身经历了神对我们那深沉的喜悦之情后，我们必将情不自禁地向祂发出由衷的赞美。

“发生在我身上的事，其实.....”

“弟兄们，我愿你们知道，发生在我身上的事，其实是为着福音的广传。”（腓立比书 1:12）

我该如何看待自己目前所处的境遇？这种境遇真的是我曾经渴望并预期的吗？十有八九，我此刻所面对的环境既非我所愿，亦非我所料。因此，我对目前的处境感到不满。不仅如此，正是因为这种令人不满的现状，我正经历着深切的挣扎。这种感觉除了令人痛苦和煎熬之外，别无其他。我感到彻底的迷失，不禁自问：我还要在这般艰难、痛苦的境地中煎熬多久？于是，我越是纠结于自己的处境，就越发感到灰心丧气——
甚至陷入绝望。似乎已毫无盼望可言。既然如此，我究竟该怎么做呢？

今天，我恰巧读到了《圣经》中的腓立比书
1:12。在诵读之时，使徒保罗的一句话深深触动了我：他声称发生在他身上的”这些事”，实际上结果却是”另有乾坤”——
也就是说，其结果完全出乎人们的意料。首先，我开始反思：保罗究竟忍受了怎样的苦难

？换言之，我试图揣摩他当时所处的具体环境。在紧接着的下一节经文中，保罗将这种处境描述为"我的锁链"（13 节）。此外，他提及"全营的御林军"，这暗示着发生在他身上的"这些事"实际上是指他身陷囹圄、遭受监禁。如果我身处保罗的境地——

也就是被关进监狱——

我会作何反应？无论是在共产主义国家，还是在穆斯林国家，如果我作为一名宣教士前去传扬耶稣基督的福音，结果却落得个身陷囹圄的下场，我又会做出怎样的真实回应呢？此时，使徒行传 16:25

的经文浮现在我脑海中："约在半夜，保罗和西拉祷告，唱诗赞美神，众囚犯也侧耳而听。"尽管被囚禁在监狱深处，双脚也被牢牢锁在木狗之中（24 节），保罗却依然与西拉一同祷告，并唱诗赞美神。我不禁自问：如果我也像保罗那样，在宣教工场传扬福音时身陷囹圄，我是否也能像他一样，向神祷告并赞美祂呢？我猜想，我大概只会苦苦恳求神将我从狱中解救出来吧。至于是否能做到像保罗那样高声歌唱赞美，甚至让其他囚犯都能听见，我实在没有把握。十有八九，若仅凭我一己之力，我恐怕是唱不出赞美之歌的。然而，我深信，若神将祂的恩典赐予我，那内住于我心中的圣灵必能加给我力量，使我即便身处那样的境遇，依然能够献上赞美。我之所以有此信念，是因为在我那长子离世之后，当我去撒播他的骨灰时，正是圣灵加给了我力量，使我能开口歌唱，赞美神那充满救赎之爱的恩典。既然神已赐予我这份信心，那么即便我遭遇了某种我既不曾渴望、也不曾预料的境况，我也不会去否认这一现实；相反，我会承认神的主权，并凭着信心去接纳这一境遇。此外，即便我尚无法完全参透神那至高无上的旨意，我依然会坚信：祂的旨意确实是"良善、纯全、可喜悦的"（罗马书 12:1）；而这确信——

即我始终处于神旨意的护佑与掌管之中——

将成为我心灵的莫大安慰。身处这般境遇之中，在神所赐之忍耐力量的托举下，我将耐心等候——一面祷告，一面满怀期盼地守望——

看神如何使万事互相效力，最终成就美善（罗马书 8:28）。我这份盼望的根基，正是建立在《腓立比书》1 章 12 节——也就是我们今日所读的那段经文——

之上；在那段经文中，使徒保罗宣告说，他所遭受的种种苦难，非但没有阻碍福音的广传，反而"更"促进了福音的兴旺与拓展。当我默想这些话语时，我领悟到了两个至关重要的真理。其一便是：尽管保罗本人的肉身或许被锁链捆锁，但耶稣基督的福音却是永远无法被捆锁的。因此，无论我身陷何等艰难困厄的境地，无论我被何种锁链所捆绑，我都立志坚信：耶稣基督的福音是绝不可能被捆锁的；不仅如此，我也立志恒切祷告，祈愿福音的广传与兴旺，甚至能借着我自身的受困与捆锁，而得以继续向前推进。另一值得留意之处在于：上帝凭其至高主权，即便在缺乏像保罗那样特定的布道家在场的情况下，依然能借着他人成就祂的旨意。因此，我重新深刻领悟到，我必须摒弃那种认为"我的存在绝对不可或缺"的观念。当保罗身陷囹圄之时，上帝却借着两类截然不同的人群，推动了福音的广传。第一类人如第 14 节所描述："大多数弟兄因我在主里的锁链而信心倍增，便越发放胆、毫无惧怕地传讲上帝的道。"这些人是出于善意来传扬基督的（第 15 节）。此外，他们深知保罗受命正是为了辩护福音，故而怀着爱心传讲基督的福音（第 16 节）。他们传讲基督是"出于真心"（第 18 节）。然而，第二类人传讲基督却是出于嫉妒与纷争（第 15 节）。他们以为借此能加增保罗在狱中的苦楚，便怀着不纯的动机与争竞之心来传讲基督

（第 17 节）。他们传讲基督仅仅是借着一个名义（第 18 节）。然而，无论他们采取何种手段——无论是出于真心还是假意——

归根结底，被传扬的依然是基督；正因如此，使徒保罗感到欢喜，并且他确实将继续欢喜下去（第 18 节）。归根结底，保罗之所以欢喜，是因为他所忍受的种种苦难，实际上恰恰成了推动福音广传的助力。

我祈求，愿我们当前所经历的种种境遇，也能同样成为推动福音广传的助力。我祈求，借着我们目前所处的环境，基督的名能被传扬开来。并且，随着福音恰恰借着我们所经历的试炼而得以广传，我祈求我们也能在信仰上经历相应的长进，并在喜乐中得以加增（第 25 节）。

那些按神旨意受苦的人

“所以，那照神旨意受苦的人要一心为善，将自己灵魂交与那信实的造化之主。” [(《现代人的圣经》译本)

“因此，那些按着神的旨意受苦的人，应当继续行善，并将自己的灵魂交托给神——那位信实的造物主。”] (彼得前书 4:19)。

我们基督徒为何会经历苦难？其原因究竟为何？我认为大致有三个原因：(1) 是因为我们的罪；(2) 是为了让神赐福于我们；(3) 是因为我们正过着与福音相称的生活。当然，并非我们所有的苦难都是由罪所致。然而，不知为何，我们往往很难摆脱这样一种念头：即我们所经历的许多苦难，实际上可能正是我们自身罪孽的后果。我认为先知约拿就是一个极佳的例证。约拿为何受苦？他所搭乘的那艘船为何险些沉没？(约拿书 1:4)。原因就在于他违背了神的命令(第 2 节；第 3 节)。同样，当我们违背神的命令时，我们也确实会经历苦难。然而，我认为若断定我们*所有*的苦难皆因罪而起，那将是相当危险的。原因在于，圣经并未教导说每一桩苦难都是由罪所引起的。约伯便是这样一个典型的例子。与约拿不同，他并未违背

神的任何命令，却承受了巨大的苦难。尽管他是一个"完全正直、敬畏神、远离恶事"的人(约伯记 1:1；2:3)，但他不仅失去了所有的十个儿女 (第 18 节)，更丧失了所有的家产(第 12、15–17 节)。此外，他全身从脚掌到头顶都长满了毒疮，痛苦不堪，甚至不得不坐在炉灰中，用瓦片刮自己的身体 (2:7–8)。约伯遭受苦难的原因并非源于他自身的罪过，而是出于上帝主权的安排；上帝允许撒旦攻击约伯——这位敬畏祂的人——

正是其神圣计划的一部分（1:12；2:6）。正因如此，上帝熬炼了约伯，使他如精金般纯净地显现出来（23:10）；这使他得以经历上帝同在那非凡的祝福——

从起初仅凭耳闻听闻主的事迹，进深至亲眼得见祂的真容（42:5）。因此，我们在圣经中观察到：虽然有些人——例如约拿——因违背上帝的话语而遭受苦难；但另有些人——例如约伯——

尽管身为义人，敬畏上帝并远离恶事，却依然遭受苦难。此外，圣经向我们启示：即使是那些活出与基督耶稣福音相称生命的人——例如使徒保罗（腓 1:27）——也曾饱受无数的艰辛与磨难（林后 11:21–31）。既然如此，若我们此刻正因某种缘由而身陷苦难之中，我们究竟当如何行呢？我相信——正如作家亨利·努文（Henri Nouwen）曾在我读过的一本书中所建议的那样——我们必须将自身的苦难与耶稣所受的苦难紧密相连。换言之，当我们身处苦难的深渊时，我们应当默想耶稣在十字架上所承受的苦难；借此，我们便能让祂的苦难来显明我们自身所经历之试炼的真正目的与深层意义。这赋予了我们忍耐与坚韧的力量，使我们得以穿越

重重磨难；从而使我们能亲眼见证上帝主权旨意的成全——

那正是祂借着这些苦难，旨在我们生命中要成就的终极目的。

在今天的经文——《彼得前书》4 章 19 节——

中，圣经特别向那些"照着上帝的旨意受苦"的人发出教导。当我默想这段经文时——

包括此刻，在我于今晨的晨祷聚会中宣讲完这段经文之后——

我将反思的焦点集中在这一真理之上：作为基督徒，我们蒙召成为那些"照着上帝的旨意受苦"的人。那么，究竟谁才是那些"照着上帝的旨意受苦"的人呢？我归纳出了大约五个特征：

首先，那些按着上帝旨意受苦的人，会以耶稣基督同样的心志来装备自己——

因为基督自己也曾在肉身受过苦。

请翻开《圣经》中的《彼得前书》4 章 1 至 2 节："既然基督在肉身受了苦，你们也当以同样的心志装备自己；因为凡在肉身受过苦的，就已经与罪断绝了。因此，在你们余下的世上光阴里，就不再是为满足人的私欲而活，而是为遵行上帝的旨意而活。"

[(《当代英语译本》)

"既然基督受过肉身的痛苦，你们也必须以同样的心态来装备自己。凡受过肉身痛苦的人，就已经与罪断绝了。从今以后，不要把余生的光阴用来满足人的私欲，而要用来遵行上帝的旨意。"] 那些按着上帝旨意受苦之人的心志，其根基在于"凭信心而活"——

具体而言，就是确信这一事实：基督已在肉身受苦并死在十字架上，从而一次性地、彻底地赦免了我们所有的罪过与过犯。在凭信心而活的过程中，他们坚信：借着耶稣在十字架上那一次性的受死，他们不仅罪得赦免，更彻底斩断了与"罪"本身的关系；因此，他们不再去追逐人的私欲，而是按着上帝的旨意度过余下的世上光阴。换言之，那些按着上帝旨意受苦的人，其余生不再是为了满足人的私欲而活，而是为了遵行上帝的旨意而活。他们不再按着人的私欲行事（第 2 节）——即不再沉溺于淫乱、邪情、醉酒、荒宴、狂饮以及非法的拜偶像之事（第 3 节）。他们不再与那些不信耶稣的人一同奔向那种极度的放荡生活（第 4 节）。他们深知，那段按着外邦人的私欲而活的过去——即在信耶稣之前所虚度的光阴——已经足够了（第 3 节）；如今，他们要按着上帝的旨意度过余下的生命（第 2 节）。

其次，那些按着上帝旨意受苦的人，会因着自己能有份于基督的受苦而欢欣喜乐。请看《彼得前书》4 章 13 节："倒要欢喜；因为你们是与基督一同受苦，使你们在他荣耀显现的时候，也可以欢喜快乐。"那些按着上帝旨意受苦的人，并不把临到他们身上旨在熬炼他们的"火炼的试验"看作是什么稀奇或反常的事（12 节）。换句话说，当他们面对旨在考验他们的严峻磨难时，他们并不感到惊愕，仿佛遭遇了什么怪诞离奇之事（13 节；引自《现代人圣经》）。恰恰相反，当他们忍受这类火炼的试验时，他们将其视为在"有份于基督的受苦"，并为此感到欢喜。即使遭遇各样的试炼，他们也将其视为喜乐的源泉（《雅各书》1 章 2 节；引自《现代人圣经》）。此外，那些按着上帝旨意受苦的人，若因基督的名受

辱，便视自己为有福之人（14 节）。他们之所以能持有这种思想与信念，是因为"荣耀的灵——就是上帝的灵"安歇在他们身上（14 节；引自《现代人圣经》）。

第三，那些按着上帝旨意受苦的人，在受苦时并不感到羞愧；相反，他们正是借着"基督徒"这一名号，将荣耀归给上帝。请看《彼得前书》4 章 16 节："你们若为作基督徒受苦，不要羞耻，倒要因这名归荣耀给上帝"

[（引自《现代人圣经》）"然而，若仅仅因为身为基督徒而受苦，便不要感到羞愧；倒要为自己得着'基督徒'这一名号而将荣耀归给上帝"]。那些按着上帝旨意受苦的人，当他们以基督徒的身份忍受苦难时，并不感到羞愧（16 节）。其原因在于：他们受苦并非因为顺从自己那罪恶的私欲——正如他们在信耶稣之前所行的那样——

也并非因为犯了诸如杀人、偷窃、作恶或好管闲事之类的罪行（15 节）；相反，他们既已借着对耶稣的信心得蒙罪赦并与罪断绝了关系（1 节），如今便按着上帝的旨意而生活（2 节）。因此，当他们因身为基督徒而受苦时，他们并不以此为耻；相反，他们因着"基督徒"这一名分而荣耀神（第 16 节）。换言之，那些按着神的旨意受苦的人，正是通过以基督徒的身份顺服神所传的福音，从而荣耀了神（第 16 节）。

第四，那些按着神的旨意受苦的人，在将自己的灵魂交托给神——那位信实的造物主——的同时，依然坚持行善。

请看《彼得前书》4 章 19 节："所以，那照神旨意受苦的人，要一心为善，将自己灵魂交与那信实的造物主。"

[（《现代人的圣经》译本）"因此，那些按着神的旨意受苦的人，应当继续行善，并将自己的灵魂交托给神——那位信实的造物主。"]

那些按着神的旨意受苦的人，将自己灵魂的救恩（第 18 节）交托给了神——那位信实的造物主（第 19 节）。此外，他们还坚持不懈地行善（第 19 节，《现代人的圣经》）。的确，即使在作为基督徒忍受苦难之时，他们也从未停止为了神的荣耀而行善。其原因在于，他们深知自己在基督耶稣里已蒙更新，正是为了要行各样的善事（《以弗所书》2 章 10 节）。因此，即使在行善的过程中遭遇苦难，他们也不灰心（《帖撒罗尼迦后书》3 章 13 节），更不会放弃去行那些善事（《加拉太书》6 章 9 节）。

第五，也是最后一点，那些按着神的旨意受苦的人坚信：在经历短暂的苦难之后，神亲自要恢复他们，使他们坚固，加给他们力量，并使他们稳固不移。请参阅《彼得前书》5 章 10 节："那赐诸般恩典的神，曾在基督里召你们，得享他永远的荣耀，你们既受了苦难，不过是暂时的，他必要亲自成全你们，坚固你们，赐力量给你们，并建立你们"

[(《现代人圣经》译文) "在你们忍受了一段时日的苦难之后，那赐诸般恩典的神——就是在基督里呼召你们去分享他永远荣耀的那一位——

必亲自恢复你们，使你们坚固，赐力量给你们，并稳固地建立你们"]。那些按着神的旨意受苦的人，深知这样一个真理：苦难，实际上正是神恩典的一种作为。他们之所以在作为

基督徒受苦时仍心怀感恩——因为他们明白，这种苦难即是参与了耶稣基督的受苦——其原因就在于，耶稣基督.....

“将我的眼泪装在你的瓶子里”

“你数点了我流离的次数；求你把我的眼泪装在你的皮袋里……”（《诗篇》56:8a）

在我心灵的器皿中，珍藏着一些眼泪——

只要我一息尚存，便永生难忘。我至今仍清晰地记得那些眼泪流下的那一刻。对我而言，它们具有着无法估量的深远意义。在我心中刻骨铭心的眼泪中，首当其冲的是我长女 Jooyoung 流下的一滴泪珠。那是我唯一一次将 Jooyoung 抱在怀中——当她终于在我温暖的怀抱里安详入睡时，一滴泪珠正凝结在她右眼的眼角。每当我领受圣餐时，我总会有意地回想起那个婴儿——

那个我在重症监护室（ICU）里日夜守护了 55 天、那幼小的身躯上布满无数针孔的孩子。而每当此时，她流下的那一滴泪珠，总能深深触动我心灵最深处的弦。在我心中刻骨铭心的第二组眼泪，属于我挚爱的妻子。我脑海中浮现出妻子站在医院重症监护室外不远处的身影；当她凝视着我们的 Jooyoung——

那个因心脏并发症和血液循环障碍而全身发紫、命悬一线的孩子——

妻子再也无法抑制内心的悲痛，泪水如泉涌般夺眶而出，顺着脸颊滚滚而下。在那一刻，妻子在我眼中呈现出一种前所未有的美丽。妻子流下的另一滴令我永生难忘的泪水，是在 Jooyoung 火化之后流下的。当我们乘着一艘小船出海撒骨灰时——

妻子怀抱着盛放孩子遗骨的小盒，而我则在船尾掌舵——

她突然转过身凝视着我，任凭泪水肆意流淌，口中只轻轻吐出了两个字："泰坦尼克号。"

我永远、永远无法忘记我的妻子——

即便身陷如此深沉的悲痛之中，她竟还能（带着一丝苦涩？）开着玩笑。珍藏在我"心灵之瓶"中的另一滴眼泪，是我祖父流下的。那是一个星期天的早晨——

就在他在医院离世的前一天——

正当我结束祷告、睁开双眼的那一刻，一滴泪珠从他右眼的眼角悄然滑落。由于当时他正佩戴着氧气面罩，已无法开口说出只言片语；然而，他在那一刻流下的那滴眼泪，却永远铭刻在了我的心底。我也无法忘怀祖母的眼泪。我记得曾与妻子一同去医院探望她；当她突然开始哭泣时，我问她："祖母，你哭是因为害怕死亡吗？"她回答说，她哭是因为对上帝怀着满溢的感恩之情。当我追问："究竟是什么让你如此感恩呢？"我记得她回答说，她深深感谢上帝，因为祂从我们家族成员中兴起了如此众多的主的仆人。而那些因感恩而流下的泪水，至今仍珍藏在我心灵的瓶中。

在我迄今为止的信仰生涯中，我往往只专注于那些积聚在我自己心灵之瓶里的泪水。然而，昨晚——当我阅读今日清晨祷告会所指定的经文时——

我的目光停驻在了《诗篇》56 篇 8 节上。原因在于，我看到诗人大卫正向上帝发出这样的

恳求："你知道我的愁苦。求你把我的眼泪装在你的瓶子里"（引自《现代人圣经》）。尽管我此前肯定已读过这节经文许多次，但似乎直到昨晚，我才真正留意到它，而在此之前，我不过是匆匆掠过罢了。随后，在今日的清晨祷告会上——

当我在宣讲一篇以《诗篇》56 篇 4 节为核心信息的讲章时——

我的心再次被第 8 节经文深深吸引，并产生了全新的兴趣；于是，在再次默想这节经文之际，我写下了这些感悟。从今往后，我打算将我的关注点从那些滞留在我自己心灵之器皿中的泪水上移开，转而投向我挚爱的亲人们的泪水——

那些被珍藏在主自己的器皿中的泪水。或者更确切地说，基于这一确信——

即我挚爱亲人的泪水（尽管也存留在我心灵的器皿中）实际上早已被收聚在主的器皿之中——

我渴望将所有这些泪水都呈献给祂：呈献给那位比我爱他们更深、且比任何人都更透彻地理解他们泪水之真谛的主。我又怎能完全参透我的长子 Jooyoung、我的妻子、抑或是我的祖父母所流之泪的深层含义呢？然而，鉴于上帝——这位全知全能者——

完全知晓并彻底明了他们所流每一滴眼泪背后的深意，我祈求主能将此刻盛放在我心之器皿中的所有眼泪悉数收聚，并将其置入祂自己的器皿之中。本着这一心志，我也祈求主能将我在 1987 年 5 月——即参加我们"胜利长老教会"大学生事工团契退修会期间——所流下的那三种眼泪，同样收聚到祂的器皿之中：即悔改之泪、奉献之泪与感恩之泪。无论是在当下，还是在未来的日子里，我都祈愿自己能继续流下这三种眼泪。因此，我立志要用这三种眼泪，来填满主的器皿。

“我必常存盼望”

[诗篇 71:1-14]

曾担任尼克松总统助理的查克·科尔森（Chuck Colson），根据他在狱中的经历写了一本书，名为《重生》（*Born Again*）。他观察到，在囚犯中存在着三种截然不同的人：第一种是绝望透顶的囚犯——他们会把头撞向墙壁，对自己造成身体伤害。第二种也是前途无望的囚犯——他们只是蜷缩在牢房的角落里，一动不动。然而，第三种人却是那些等待获释之日的人；每当有机会，他们就会走到院子里去锻炼身体。即使被禁锢在牢房之中，他们的举止也仿佛第二天就要获释一样。虽然他们的身体被囚禁着，但他们的心灵却翱翔于广阔的世界，享受着自由。一个活在盼望中的人，其生命便是自由的生命。一个心怀盼望的人，必充满乐观精神。积极主动的人，即使身处黑暗之中，依然会去寻找光明。而悲观主义者，即使置身于光明之中，眼中却只看得见黑暗。现在我要问你：即使身处黑暗之中，你是否依然去寻找光明？抑或即使被光明环绕，你眼中却只看得见黑暗？

上帝对我们怀着怎样的心意呢？根据《圣经》中的《耶利米书》29 章 11 节，祂的心意正是如此："赐平安的意念，不是降灾祸的意念，要叫你们末后有指望。"上帝渴望赐予我们一个充满盼望的未来，祂也希望借着今天经文——《诗篇》71 篇 1 至 14 节——所传达的信息，将这份盼望赐予我们。祂期望我们立下这样一个坚定的志向："我必常存盼望。"因此，在"我必常存盼望"这一主题之下，我愿通过探讨三个主要论点来默想这段经文：首先，诗人的处境究竟如何——

那是一个看似彻底绝望的处境？其次，为何.....我想首先探讨诗人立下"我必常存盼望"这一志向时的具体处境；其次，探讨他之所以立下这一志向的理由；第三，我们要探讨诗篇作者所度过的那种生活本质——他立志说："我要怀抱希望。"

我首先想要探讨的一点，是诗篇作者当时所处的绝境——

那是一种看似彻底绝望、毫无希望的处境。

诗篇作者身陷险境，生命正遭受着威胁；这些威胁来自"恶人——

具体而言，就是那些不义和残忍之徒"（第 4 节），或者说是他的"仇敌"（第 10 节）。他们埋伏窥伺他的性命，企图夺取他的生命（第 10 节）。在此，原文希伯来语中被译作"残忍之徒"的词汇，蕴含着"像面酵一样自高自大、膨胀狂妄之人"的深层含义（朴允善语）。所谓"残忍之人"，是指那些极其败坏、不义或邪恶的个体；他们已堕落至极，根本无法停止作恶或悔改，反而会主动助长邪恶的蔓延（朴允善语）。正因这些人将矛头直指他的性命，诗篇作者便置身于生死存亡的十字路口——

从人的眼光来看，那是一个似乎完全没有任何希望的境地。正是在这一刻，我们在今日经文的第 14 节中看到，诗篇作者立下了这样的志向："我要常常怀抱希望，并且要更加赞美祢。"

其次，我想探讨一下诗篇作者立志"我要常常怀抱希望"的理由——

即便他当时正身处如此绝望的境地。

(1) 第一个理由是：主耶和华本身就是他的希望。

请看今日经文（诗篇 71 篇）第 5 节的前半句："主耶和华啊，祢是我的盼望……"这个世界永远无法赐予我们真正的希望。这个世界唯一能带给我们的，只有绝望。撒旦无时无刻不在试图将我们推向绝望的深渊。然而，即便身处这样一个企图将我们吞没于绝望之中的世界，我们依然能够怀着盼望喜乐地生活。其原因就在于：我们的主，就是我们的希望。在《赞美诗》第 539 首的第三节歌词中，有这样一段话："纵然有一日，我在这世上所信靠的一切尽皆断绝，我仍要信靠救主的盟约，而我的盼望必将愈发坚定、愈发宏大。"作为基督徒，我们在这世上所倚靠的事物越是被剥夺，我们就越是坚定地立足于主的应许之上；因此，我们在祂里面所寻得的盼望，也必会日益坚固。

(2) 第二个理由是：主乃是我们所安居的磐石。

请看今天的经文——

《诗篇》71 篇 3 节："求祢作我避难的磐石，我随时都可以投靠；因为祢已经命定要拯救我——因祢是我的磐石，我的山寨。"每当诗人的仇敌企图追捕并杀害他时，他总是——在任何时刻——

都投靠在主里面，因主就是他的磐石，也是他的山寨。在今天经文的第 3 节中，诗人进一步将这位充当他磐石与山寨的主，描述为一座"峻岭"（Crag）。在此，"峻岭"一词指的是一种信心的对象，因其拥有不可动摇的坚固性，故而值得信赖（朴允善语）。特别是通过默想《诗篇》，我们观察到：正当诗人因仇敌的加害而感到精力枯竭、力量流失之时，他却恰恰将自己的倚靠与信赖全然倾注于耶和华神——

而神也因此成为了他真正的力量。诗人之所以能在仇敌所施加的逼迫与苦难中依然心志坚定、毫不动摇，其原因恰恰在于他已投靠了主——

那位既是他的峻岭、又是他的磐石与山寨的主。正如我们的信心先祖亚伯拉罕那样——他在毫无盼望的境地中依然怀抱盼望——

当我们在这充满绝望的世上度过人生旅程时，我们之所以能在周遭环境毫无盼望可言之际依然在主里面寻得盼望，正是源于祂赐予我们的"应许之言"。当我们坚定地立足于这应许之言上时，我们便能岿然不动。此外，我们也因此得以向主祷告、期盼并等候祂，深知祂必会信实地成就那应许之言。诗人——这位已投靠了主（即他的峻岭）的人——

所紧紧抓住的那句具体的应许之言，便是这一句："因为祢已经命定要拯救我"（第 3 节）

。因此，大卫怀揣着得救的盼望，并对那份拯救拥有坚定不移的确信，便投靠了主——他那坚固的磐石——安稳地居住在祂里面。

(3) 第三个理由是：自他年幼之时起，主便一直是他的倚靠。

请看今日经文（《诗篇》71 篇）第 5 节的后半部分："……从我年幼时，祢就是我所倚靠的。" 诗人之所以能在主面前立志——即便身处看似绝望的境地——宣告说："我必常常盼望"，是因为他从极幼小的童年时期起，直到他执笔写下这首诗篇的这一刻，都亲身经历着上帝的保护、引导与拯救。因此，他满怀确信：即便面对当前所遭受的苦难与危机，上帝仍将继续保护并拯救他。诚然，我祈愿我们不仅要将诗人这种坚定的确信深植于我们自身，更要——尤其是——

将其深植于我们的年幼子女心中。若他们能自幼便学会倚靠上帝，那么，当他们在这一严酷且动荡的世界中继续前行、度过一生之时，这必将成为他们何等巨大的力量与盼望的源泉！

最后——即第三点——

让我们来省察那位立志"我必常常盼望"的诗人，他所度过的究竟是怎样一种生命。

(1) 他投靠他的上帝。

请看今日的经文（《诗篇》71 篇）第 1 节："耶和华啊，我投靠祢……"在同一段经文的第 7 节中，诗人坦承主乃是他"坚固的避难所"。因此，他逃奔至主——即那坚固的避难所——

那里，以躲避那些企图将他逼入绝境的仇敌。不仅如此，他并非仅仅是寻求庇护；他乃是"时常"（即恒久不断地）逃奔至主——他那坚固的避难所——那里（第 3 节）。

(2) 其次，他向他的上帝祷告。

他主要的祷告祈求，便是愿上帝赐予他拯救。正如我们在今日经文（《诗篇》71 篇）第 2 节中所读到的，诗人向上帝作了如下祷告："求祢凭公义搭救我，使我逃脱；侧耳听我，拯救我。"当诗人向神献上祷告——祈求脱离仇敌、恶人、不义之徒及强暴之人的手时——

他特别恳求神赐予他庇护，使他免受这些人的侵害（第 4 节）。其次，诗人祈求神不要离弃他。请留意第 9 节："我年老的时候，求你不要丢弃我；我力气衰弱的时候，求你不要离弃我。"诗人祈求神不要离弃他，即便他已步入暮年，体力也开始衰退。诗人的第三个祷告祈求，是恳切地祈求神使他的仇敌遭受挫败。在今日经文的第 10 至 13 节中，诗人针对他的对头——

那些埋伏要害他性命、并妄称神已离弃他、甚至夸口说无人能将他从其魔掌中救出的人——

献上了这样的祷告："愿那些与我性命为敌的，蒙羞灭亡；愿那些图谋害我的，满受羞辱和凌辱"（第 13 节）。

(3) 第三，诗人不住地赞美主。

请思考今日经文——《诗篇》第 71 篇——中的第 6 节和第 14 节："我从出母胎就被你扶持；使我出母腹的是你，我必常常赞美你"（第 6 节）；"我却要常常盼望，并要越发赞美你"（第 14 节）。诗人立志要更加热切地赞美主，即便他的仇敌正试图肆意散布他们的邪恶。由于他始终如一地投靠主——主是他坚固的磐石和避难所（第 3 节）——因此，他在主的庇护之下安然栖息，并向主献上不住的赞美。于是，诗人宣告说："我的口要终日述说你的赞美和你的荣耀"（第 8 节）。那些始终信靠神的人，即便面对看似毫无指望的境遇，仍会继续赞美主。其原因在于，他们深知并确信：唯有主才是他们唯一的盼望。作为那些将信仰活出来的人——因着主，即我们真正的盼望，正内住在我们的心中——我们也必须在任何境遇下都向主献上赞美。

我想借着这句经文，为这段省思的时光画上句号。无论处境看起来多么绝望，让我们下定决心——正如那位诗篇作者所做的那样——宣告说："我必常存盼望。"因为有主同在：祂是我们的盼望，是我们避难的磐石，也是我

们自幼便所倚靠的那一位。此外，让我们在一切时刻都向主献上赞美。愿我们都能成为那些恒久将盼望寄托于主的人，愿我们永不停止向祂献上赞美。我祈愿，无论身处何等绝望之中，你我都能成为那持续向主献上赞美的人。

结语

上帝——那位亲近伤心之人、医治其受伤心灵的主——

是我们真正的盼望。正是因为主——我们那真正的盼望——

我们才得以在无数的痛苦、忧伤与泪水中坚忍不拔、持守到底；并且，在祂所赐的安慰、盼望与勇气扶持之下，我们如那坚韧不倒的玩偶般重新振作，度过每一个流逝的日子。尽管我们无法预知明日将发生何事，但我们依然一步一个脚印地迈向那天上的家园，每日都从主——我们那盼望之源——

所赐予的安慰与内心力量中汲取动力。虽然我们身处一个宛若旷野的世界——

常因患难、艰辛与罪恶而挣扎于焦虑、忧虑、恐惧与绝望之中——

但若非主的安慰、力量与扶助，我们绝无法安然度过直至今日。主允许我们在这如旷野般的世界中经历苦难，旨在借着信心的试炼来熬炼我们；即便当我们因焦虑与迷茫而不知所措、不知该如何前行之时，祂依然以那微小而宁静的声音向我们低语；祂引导我们将盼望唯独定睛于祂，从而使我们有力量去忍受并战胜那些逆境。主借着苦难显明我们的软弱，好使我们唯独仰望并倚靠祂——

那位在我们软弱之时赐予力量的主；祂垂听我们的祈求，将我们从困境中拯救出来，并引领我们向着上帝——我们的救主——献上赞美。正是这位主激励我们去赞美上帝——

我们的救主；祂在痛苦中赐予我们安慰，在忧虑中赐予我们平安，在焦虑中赐予我们确据

，从而使我们能够忍受并抵挡迎面而来的任何苦难与逆境。此外，主还赐予我们一种世人无法给予的平安，使我们即便身处人生的惊涛骇浪之中，依然能够无所畏惧，安然地将信靠之心全然交托给上帝。而那些安然信靠上帝的人，会将他们肩上所有的沉重重担毫无保留地全数交托给祂。之所以如此，是因为我们深信：主会替我们背负那些我们凭一己之力绝无可能承担的沉重重担。主——

那位独自背负了我们全部罪孽的重担、借着在十字架上的受死赦免了我们的罪、并赐予我们永生之恩的主——

已将那永恒的盼望赐予了我们。当我们在这常感荒凉如旷野的世界中前行时，我们要紧紧持守这份永恒的盼望；每当内心感到愁苦、疲惫、灰心，或被焦虑与忧虑所淹没之际，我们必须凭着信心，将目光定睛在那"盼望之主"身上。主必前来施以援手，也必无疑地带给我们医治。在祂那完美无瑕的时机与方式中，主将温柔地抚慰我们破碎的心灵，医治我们受伤的灵。主必释放我们的心，使之得享自由。我们的心将不再需要在愁苦、忧虑、焦虑、恐惧、灰心与抑郁的重压之下苦苦挣扎；我们也无需再在罪疚感的深渊中无助地浮沉。我们将体验到真正的自由，并愈发丰盛地享受主所赐予的这份自由。愿你我——

倚靠着那位医治破碎之心的主——继续怀揣盼望，度过生命中的每一个日子。