

JOYCE MEYER

THE TWO-MILLION-COPY BESTSELLER

心思的战场

——魂里的得胜



心思的战场

——魂里的得胜

谨将此书送给我的长子大卫：

我非常了解你内心深处的挣扎。

我看着你不断地成长，

我知道你正经历心思的更新所带来的得胜。

我爱你，大卫，我为你自豪。

继续坚守下去吧！

目 录

第一部：心思的重要性	1
引言	3
1 心思就是战场	5
2 攸关生死需要	14
3 千万别放弃!.....	17
4 循序渐进	21
5 积极正面	25
6 捆绑心思的灵	33
7 留意你的心思	36
 第二部：心思的状态	 43
引言	45
8 何谓正常的心思?	47
9 游荡、疑惑的心	52
10 困惑的心	56
11 质疑不信的心	63
12 忧虑不安的心	73
13 论断、批判、怀疑的心	84
14 被动的心	95
15 基督的心	102

第三部：旷野性格	121
引言	123
16 旷野性格之一	125
“我的未来由我的过去和现在决定。”	
17 旷野性格之二	130
“别人替我做吧，我不想负责。”	
18 旷野性格之三	137
“事情太难，我做不到！”	
19 旷野性格之四	142
“我没办法，我就是会抱怨、发牢骚。”	
20 旷野性格之五	149
“不要让我等，我马上就要。”	
21 旷野性格之六	156
“也许我做得不对，但那不是我的错！”	
22 旷野性格之七	164
“我的生活太不幸了！”	
23 旷野性格之八	168
“我不应得到上帝的祝福，因为我不配。”	
24 旷野性格之九	174
“我难道不该嫉妒吗？”	
25 旷野性格之十	180
“我要按我的方式做！”	
关于作者	185

第一部

心思的重要性

引言

我们争战的兵器，本不是属血气的，
乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒，
将各样的计谋，
各样拦阻人认识神的那些自高之事，
一概攻破了；
又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。
(哥林多后书十章 4—5 节)

应该如何描述，才能充分表达出我们心中意念的重要性，以阐明箴言二十三章 7 节所说：“因为他心怎样思量，他为人就是怎样……”的真谛？

我服事神以及研究祂话语的时间愈长，愈能领会意念和话语对人产生的重大影响。在圣灵清楚的带领下，祂一步步引导我在这个范畴里做深入的研究。

我曾说过、也深信这是事实：只要我们活在这世上，就需要在意念和话语的领域里做研究。无论我们在任一领域有何深入的了解，在学习中永远有新的疆界等待开发，旧有知识中也仍有更新的空间。

箴言二十三章 7 节的真义究竟为何？圣经上说：“因为他心如何思量，他为人亦是如何……”另有一个译本是这么陈述：“一个人心中怎样想，他就成为怎样的人。”

心思是所有行动的领导与先驱。罗马书第八章 5 节说得很清楚：“因为随从肉体的人体贴肉体的事，随从圣灵的人体贴圣灵的事。”

我们的行动是心思意念的直接产物，倘若我们有消极的意念，就会有消极的生命。相反地，我们若根据神的话语而心意更新，就

能如罗马书十二章2节所应许的，从经历中验证神在我们生命中“善良、纯全、可喜悦的旨意”。

我将本书分为三大部分。第一部分谈到心思的重要性。我要在你心里深植一个永久性的观念，那就是：你需要开始思考心中的意念为何。

许多人的问题根源，在于他们引发了使生命困境丛生的思考模式。撒但对每个人都发出错误的讯息，但我们不一定要接受。我们要学习分辨：哪些形式的思考为圣灵所接受，哪些则不为圣灵所接受。

哥林多后书十章4—5节清楚地指出，我们必须对神的话语有足够的认知，才能辨别出我们的意念和神的意念；我们要除掉任何企图高举自我在神话语之上的想法，顺服在耶稣基督里。

我祷告、祈求神，使这本书能帮助你如此行。

心思就是战场。不可或缺的是，我们必须提升自己的意念对准神的意念。这是一个需要时间和研究功夫的过程。

千万别放弃，因为你正一点一滴地改变。你的意念愈是往好的方向改变，你的生命也会发生愈多好的改变。当你开始在思维中看见神对你的美好计划，你就会迈开步伐行在其中。

1 心思就是战场

因我们并不是与属血气的争战，
乃是与那些执政的、掌权的、管辖这幽暗世界的，
以及天空属灵气的恶魔争战。
(以弗所书六章 12 节)

从以上的经文看来，我们正处于一场战争中。经文中提到，我们争战的对象并非人，而是魔鬼及其爪牙邪灵。我们的仇敌撒但企图透过周详的计划和巧妙的计谋，以策略和欺骗的手法击败我们。

魔鬼是说谎者。耶稣称它为“说谎之人的父”(约翰福音八章 44 节)。它欺骗你、我。它会透露关于我们自己、其他人以及周围环境的讯息，但这却非事实。然而，它也不会一次就把整个谎言的内容告诉我们。

它刚开始是以经过巧妙包装、看似微不足道的想法、猜疑、恐惧、疑惑、理性以及理论学说，持续炮轰我们的意念。它所采取的行动是缓步攻坚(毕竟，周详的计划是需要时间的)。切记，它对于争战是有一套策略的，它对我们也有相当长时间的研究。

它了解我们的善恶，它了解我们的不安全感、弱点以及恐惧的所在；它知道最能造成我们困扰的事物；它不惜投资任何时间的代价来击败我们；耐心是魔鬼所占的优势之一。

拆毁坚固的营垒

“我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒，将各样的计谋，各样拦阻人

认识神的那些自高之事，一概攻破了；又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。”（哥林多后书十章 4—5 节）

撒但透过精密的策略和巧妙的欺骗手法，企图在我们的心思里面筑起“坚固的营垒”。坚固的营垒，意指我们心里经由某种特定的思考方式而产生的捆绑所在（禁锢之处）。

使徒保罗在这段经文里说到，我们握有攻破撒但营垒所需的兵器。稍后我们对于这些兵器会有更多的学习，但现在请再确认一次，以充分了解我们已进入的争战——灵的层面的争战。其中，第 5 节更清楚地指出引发这场战事的战场所在。

根据扩大版圣经（Amplified Bible）的翻译，这段经文指出我们要拿起这些兵器来驳斥争论。与我们争论的就是魔鬼；它提供我们各样的理论学说和理性，而这一切的活动都在心思里面进行。心思就是一个战场。

情势总论

至此，我们将已知的归纳如下：

- 一、我们涉及一场战争。
- 二、我们的仇敌是撒但。
- 三、心思就是一个战场。
- 四、魔鬼持续不断地在我们的心思里面筑起坚固的营垒。
- 五、它一贯的手法是策略和欺骗（透过周详的计划和巧妙的计谋）。
- 六、它一点也不赶时间；从容不迫地进行它的计划。

让我们透过一个故事，更清楚地检视它的计划。

玛丽这一方

玛丽和约翰的婚姻并不幸福，他们之间永远存在着一种敌对关系。两人都充满愤怒、苦毒和不满的情绪。他们的两个孩子深受家庭问题之害，在学校课业和行为举止上都呈现出负面的影响。其中一个孩子更因精神紧张而得了胃病。

玛丽的的问题是，她不知该如何做，才能让约翰成为家中作主的人。她要掌控大权、抓住每件事的决定权、掌握家中的经济权和孩子的管教权。她要外出工作以保有“自己的”经济能力。她独立、颐指气使、说话高分贝而且喋喋不休。

看到这里，你也许正在想：“我知道解决的办法。她需要认识耶稣。”

她已经认识耶稣了！早在五年前，玛丽就已接受耶稣成为她个人的救主——就在她婚后的第三年。

“你是说，在接受耶稣成为她的救主后，玛丽的生命没有改变？”

有的，是有改变。即使她的恶行恶状致使她持续活在罪恶感中，她仍然相信自己可以进天国。她现在有了盼望。在遇见耶稣以前，她陷入悲哀与绝望中；如今她的处境仅止于可悲。

玛丽知道她的态度是错的，她希望能够有所改变。她已经接受过两个人的辅导，也几乎在每一次的祷告中祈求从愤怒、悖逆、不饶恕、不满和苦毒中得胜。为什么却不见改善？

答案就在罗马书十二章2节：

“不要效法这个世界，只要心意更新而变化。叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。”

玛丽心中有着盘据多年的坚固营垒，她甚至不明白那是从何

而来的。她知道她不应该悖逆、颐指气使、喋喋不休等等，却不知道该如何对付自己的天性。如此看来，她似乎只是在某些状况下才会有不恰当的反应，因为她控制不了自己的行为。

导致玛丽行为失控的因素，是因为她不去控制好她的思想。而她无法控制思想的原因，在于她心中的坚固营垒是魔鬼在其早年的生命中就已一砖一瓦砌好的。

撒但在我们仍年幼时就开始进行它周详的计划，并且布下骗局。就玛丽的案例而言，她的问题根源可追溯至童年。

玛丽有一位极度强势的父亲，她在小时候常遭到打屁股的处罚，却只是因为他心情不好。她若是做错一件事，他更是怒不可遏。父亲长期用错误方式对待她和她的母亲，使她陷入绝望。他一意孤行，对妻子和女儿没有丝毫的尊重。然而玛丽的弟弟却是永远不犯错的，这显然是父亲重男轻女的观念使然。

当玛丽十六岁时，已遭撒但经年累月的洗脑，它的谎言大致如下：“男人大多自以为是。他们全是一丘之貉，不值得信任。他们只会伤害你，占你的便宜。身为男人有天赋的权利，可以为所欲为。他可以大摇大摆地发号施令，大权在握，随他的心情任意待人，任谁（尤其是妻子与女儿）都无可奈何。”

结果是，玛丽下定决心：“一旦我脱离这里，决不再容许任何人来指使我！”撒但已在她心思的战场里挑起了战火。

它在你的脑海里，反复千百遍地翻腾这些想法，或者是让其潜伏十年之久。它要等着看你一旦步入婚姻，是否能成为甜美顺服的贤内助。即使在某些奇妙的化学作用下，你应该会想成为那样的妻子，但却无从做起。这正是今日玛丽在自己身上所发现的混乱。她该怎么做？在这种情况下，我们该怎么办？

神话语的兵器

“你们若常常遵守我的道，就真是我的门徒，你们必晓得真理，真理必叫你们得以自由。”（约翰福音八章 31—32 节）

耶稣在这里告诉我们如何胜过撒但的谎言。在我们里面一定要对神的真理有所认知，用祂的话更新我们的心思意念，拿出哥林多后书十章 4—5 节的兵器来拆毁仇敌的坚固营垒，以及一切拦阻人认识神的自高之事。

这些兵器就是神的话，透过讲道、教导、属灵书籍、录音带、特会以及个人灵修时所领受而来的。但我们必须（持续地）“住在”神的话里，直到话语因圣灵在我们心里工作而成为我们的启示。持守是很重要的。耶稣在马可福音四章 24 节里说：“你们用什么量器量给人，也必用什么量器量给你们，并且要多给你们。”我再重复一次，我们一定要持续使用神的话语作为兵器。

另有两样对我们大有功效的属灵兵器，就是赞美和祷告。赞美击退魔鬼的速度远胜过任何战术，但必须是发自内心真诚的赞美，绝不能仅是言不由衷的辞令，或试验它是否有效的手段而已。同样地，赞美与祷告也离不开话语的范围。我们根据神的话语而以祂的美善来赞美神。

祷告是与神建立关系。是到祂面前祈求帮助，或者是把困扰我们的事告诉祂。

如果你想拥有大有功效的祷告生活，就要与天父建立良好的个人关系。因着知道祂爱你，并且满有怜悯，祂必定帮助你。要认识耶稣，祂是你的朋友，为你舍命。要认识圣灵，祂一直以帮助者的姿态与你同在，让祂来帮助你。

学习在你的祷告中充满神的话语。神的话语和我们的需要是

促使我们来到祂面前的原动力。

所以,我们的兵器就是多方运用神的话语。在哥林多后书,保罗说,我们的兵器不是属肉体(血气)的;是属灵的。我们需要属灵的兵器,因为我们是与掌权的灵交战。是的,连魔鬼本身也是如此。耶稣在旷野里受试探时,也是用神的话作为兵器胜过魔鬼的(参考路加福音四章 1—13 节)。每一次魔鬼欺骗祂时,耶稣都回答:“经上记着说。”然后向它引用一段神的话。

当玛丽学会使用她的兵器后,就能开始攻破已在她心中筑起的坚固营垒,她会认识使她得自由的真理。她会明白,不是所有的男人都与她地上的父亲一样。有些男人的确是一样,但绝大部分的人并非如此。她的丈夫约翰就不是这一类型的人。约翰是深爱着玛丽的。

约翰这一方

故事的另一个主角是约翰。他也有他的问题,这与他 and 玛丽在婚姻和家庭上所面临的处境不无关系。

约翰应该是一家之主。神的计划是,要让他成为家中的祭司。约翰已经重生得救,他也知道家庭生活应有的合理次序。他知道他不应该放任妻子把持家务和经济大权,也不该让她掌控孩子和他自己。这些他都懂,但他却不做任何处置,只是任由挫败感掳掠他,转而退缩到电视和运动上。

约翰只是在逃避责任,因为他痛恨对立。他情愿采取被动的姿态:“如果我撒手不管,情况也许会自行好转。”或者,他会为了未能采取实际行动而自我开脱地说:“我会为这事祷告的。”祷告固然是好,但若单单是为了逃避责任就另当别论了。

约翰在家中应该站在神所预定的位置上。让我说得更清楚一点,我的意思并不是说他该像个大男子主义者,不可一世地大张权威旗帜。以弗所书五章 25 节教导丈夫要爱妻子,如同基督爱教会

一样。约翰需要负起责任来，而权柄来自于责任。他对妻子应该要有所坚持——爱她却不失坚持。他应该向玛丽提出保证，她虽在孩提时代受到伤害，但当她相信神，完全把自己交托给祂时，她会得到信心，相信并非所有男人都像她的父亲一样。

约翰该做的事有许多，但就像玛丽一样，他也有心结。如同向着魔鬼敞开大门，迎接它长驱直入来掳掠他。在约翰的心思里面也有一场硬仗要打。与玛丽相仿，他在童年时曾遭受许多言语上的伤害。他的母亲盛气凌人且言词尖锐，经常以言语向他施暴，诸如：“约翰，你真是一团糟；你永远一事无成。”

约翰努力取悦他的母亲，因为他渴望得到她的肯定（就和所有的孩子一样）；但他愈是努力，愈是错误连连。他的手脚原本就有些笨拙，再加上母亲总是说他笨手笨脚的。他愈是千方百计讨好母亲，便愈是神经紧张。当然，一紧张手上的工作就常常失误，所以他要做的事总是功败垂成。

他在交朋友的过程中也曾惨遭滑铁卢，有过一些不幸的经历。这样的事偶尔也会发生在我们的生命中，但对约翰而言却是沉重的打击，因为他已经承受了从母亲而来的拒绝。

他在高中早期时，曾邂逅一个令他十分心仪的女孩，而她也拒绝他，投向另一个男孩的怀抱。这些过往的点滴在约翰的生命中堆积到一个地步，魔鬼就开始进行工作，年复一年地在他的意识里筑起坚固的营垒。约翰就是缺乏成就任何事的勇气，只是沉默、害羞而退缩。

约翰是低调型的人物，他的选择向来只有一个，就是不动声色。多年来，他所抱持的想法一直是这样：“告诉别人你的想法是没有意义的；他们不会愿意听的。你想要得到人的认可，只需照他们的要求去做就好了。”

有几次他试图在某个议题上站稳立场，但似乎是以挫败收场。最后，他便得到一个结论：为这样的对立付出努力的代价是不值得的。

“反正到头来我还是会失败，”他自我推论：“所以何必开始呢？”

答案是什么？

“主的灵在我身上，因为祂用膏膏我，叫我传福音给贫穷的人；差遣我报告：被掳的得释放，瞎眼的得看见，叫那受压制的得自由，报告神悦纳人的禧年。”（路加福音四章 18—19 节）

在约翰和玛丽彼此的冲突对立中，不难想象他们的家庭生活。还记得我说过他们之间的强烈敌意吗？敌意不见得总是公开的战争。许多时候，敌意是潜伏在家庭中的愤怒，每个人都知道它的存在，却没有人出面处理过。这样的家庭气氛糟透了，但魔鬼却爱死了。

约翰、玛丽和他们的孩子将来的遭遇如何？他们能胜过吗？他们是基督徒——眼睁睁地看着他们的婚姻失败、家庭破碎，岂不蒙羞？虽然如此，事实上，决定权仍在他们手中。约翰福音八章 31—32 节是他们抉择时的关键经文。他们如果继续读神的话语，就会明白真理，而将真理付诸行动能使他们得着自由。但当神向他们揭示真理时，个人就必须面对自己的过去和真实的自我。

真理总是透过神的话语而启示；但可悲的是，人不见得能接受。面对错误并且对付错误的过程是极为痛苦。一般而言，人们会把失当的行为合理化。他们允许过去以及成长的过程在生命中造成负面的影响。

我们的过去也许解释了我们痛苦的原因，却不能成为我们停留在捆绑中的借口。

任何人都没有借口，因为耶稣总是在等候完成应许的机会，使被掳的得释放。我们若愿意一路与祂同行，祂会带领我们在任何一个领域中穿越胜利的终点线。

出路

“你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。”（哥林多前书十章 13 节）

我希望你透过这个寓言式的案例能看到，撒但如何利用我们的环境，在我们的生命中筑起坚固的营垒，它又如何在我们的意念里挑起战端。但感谢神，我们有攻破坚固营垒的兵器。神总不离弃我们，而使我们陷入无助中。哥林多前书十章 13 节应许我们，神不会使过于我们所能负荷的试探临到我们，而且在每一次的试探中，祂都会指示我们离开和逃脱的路。

任何一个人都有可能是玛丽或约翰。我确信，大多数的人或多或少都与他们有些雷同之处。他们的问题来自内在的想法和心态，而外显的行事为人，不过是内在生命所结出的果子。撒但知道，若它能控制我们的心思意念，就能控制我们的行动。

你的生命中，也许有些主要的坚固营垒需要被攻破。让我用一句话鼓励你：“神与你站在同一阵线上。”争战已经开始了，你的心思就是战场。但好消息是，神站在你这一方为你而战。

2 攸天生死的需要

因为他心怎样思量，他为人就是怎样……。

(箴言二十三章 7 节)

单是这一节经文，就足以让我们知道正确的思考有多么重要。思想是有权势的，根据箴言作者的看法，思想是有创造力的。我们的思想若能影响我们的为人，那么正确的想法当然是正确为人的先决条件。

我要你铭记在心：让你的想法符合神的话语，是绝对必要的。

你绝不可能在积极正面的生命中怀有消极负面的心志。

肉体意念与属灵意念的对决

“因为随从肉体的人体贴肉体的事，随从圣灵的人体贴圣灵的事。”(罗马书八章 5 节)

罗马书第八章教导我们，我们若体贴肉体的事，就会随着肉体行事；但我们若体贴圣灵的事，就会随从圣灵行事。

让我换一个方式说：倘若我们满脑子充斥着肉体的想法、错误的想法和负面的想法，就无法在圣灵中行事。如此看来，已经更新的、与神一样的思考方式，是活出成功基督徒生命不可或缺的先决条件。

有些时候，我们浑然不知要留意某些事的重要性，因此就会怠惰。但当我们明白置之不理会酿成大祸时，就会因着了解其严重性而严阵以待。

举例而言，倘若银行致电告诉你，你的户头透支了八万五千元，你一定会马上找出问题。也许经过一番查证后你发现，原来是漏了一笔该存进去的钱。你会马上到银行存钱，免得衍生出其它的问题。

希望你能考虑以同样的态度，来面对心思意念的更新。

你的生命可能因为多年的错误思想而处于混乱的状态。果真如此，你要抓住一个事实：扭转你的生命之前要先扭转你的思想，这对你非常重要，你应该视之为攸关生死之需之一。因此，要郑重其事地拆毁撒但建立在你心思意念中的坚固营垒，并善用神的话语、赞美和祷告成为你的兵器。

靠着圣灵

“万军之耶和華說：‘不是倚靠勢力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的靈方能成事。’”（撒迦利亞書四章 6 節）

得自由的最佳助力，就是祈求神大力的幫助以及不住地祈求。

你的兵器之一是祷告（祈求）。你无法光靠决心就可以胜过。你的确需要决心，是在圣灵中的决心，而非靠肉体努力的决心。圣灵是你的帮助者，要寻求祂的帮助并倚靠祂。你无法独自完成的。

攸关生死之需

对信徒而言，正确的想法是攸关生死之需。所谓攸关生死之需，是指一个人赖以存活不可或缺的重要因素，像是心跳、血压。有些东西是少不了的，没有它就没有生命。

多年前，神要我透过祷告和祂的话语，与祂建立一对一的关系，祂将这个真理铭刻在我生命中。为了这么做，我经历了一段自我约束的痛苦期，直到祂向我显明这是攸关生死之需。正如我肉体

的生命需要仰赖维生的系统，我的属灵生命也需要倚靠与神有固定美好的交通时间来维持。我一得知与祂交通是攸关生死之事，就即刻将这事提升到我生命中的第一优先位置。

同样地，一旦我明白正确的思考是得胜生活中攸关生死的关键时，我对自己的思考内容便更加详细察验，并且谨慎筛选自己的想法。

你的思量如何，为人亦如何

“你们或以为树好，果子也好；树坏，果子也坏，因为看果子就可以知道树。”（马太福音十二章 33 节）

圣经说，看果子就可以知道树的状况。

我们的生命亦然。保持好的想法，生命就会结出好的果子；保持坏的想法，生命就会结出坏的果子来。

事实上，可以从一个人的态度上看出他生命中的想法。一个亲切体贴的人不会有残忍报复的想法。反之亦然，一个全然邪恶的人不会有良善仁爱的想法。

谨记箴言二十三章 7 节，让它不断激励你的生命：因为你的心怎样思量，为人就是怎样。

3 千万别放弃！

我们行善，不可丧志；

若不灰心，到了时候就要收成。

(加拉太书六章 9 节)

无论你的生命光景和心理状态有多么糟糕，都别轻言放弃！要收复魔鬼在你生命中所窃取的领土。如果有必要，仍要一分一寸地取回；不是靠你的能力，乃是倚靠神的恩典，才能得到你要的结果。

在加拉太书六章 9 节，使徒保罗激励我们要继续坚持下去！不要成为弃权者！不要抱着旧有生命中“轻易放弃”的灵，神所寻找的是一路仰望祂的人。

穿越艰难

“你从水中经过，我必与你同在；你趟过江河，水必不浸过你；你从火中行过，必不被烧，火焰也不着在你身上。”(以赛亚书四十三章 2 节)

在你生命中无论正面对或经历什么，我要鼓励你，穿越一切艰难，千万别轻言放弃！

哈巴谷书三章 19 节说，要练就母鹿的蹄（它们能以轻盈的步伐攀上高山），其方法就是行走（不是在恐惧中裹足不前，而是行走），并且要在不胜寒的高处（艰难、困苦或是责任）还能有所（属灵）长进！

神帮助我们在属灵上长进的方式，是与我们同在，坚固并激励我们在艰难的时刻“继续坚持下去”。

放弃是很简单的事，穿越艰难则需要信心。

决定权在你

“我今日呼天唤地向你作见证：我将生死祸福陈明在你面前，所以你要拣选生命，使你和你的后裔都得存活。”

（申命记三十章 19 节）

我们在日常生活中，每天都会接触千千万万个想法。我们的心思意念必需更新，才能随从圣灵而不随从肉体。属世的（世俗化的、肉体化的）心思意念一向惯于自由运作，因此能轻易地自动接收错误的想法。

反之，我们必须刻意选择正确的想法。在我们终于决定对准神的心意之后，就必须做出选择，不断地选择正确的想法。

当我们开始觉得这种心思的争战太艰难、不可能得胜时，一定要将这样的念头赶走，选择必定得胜的想法！我们不仅要选择必定得胜的想法，还要下决心绝不放弃。在怀疑和恐惧双重的疲劳轰炸之下，我们要站稳脚步宣告：“我永不放弃！神与我站在同一阵线，祂爱我，祂正在帮助我！”

你我的一生中会有许多选择的机会。在申命记三十章 19 节，神告诉他的百姓，祂已将生死陈明在他们面前，并且催促他们选择生命。箴言十八章 21 节告诉我们：“生死在舌头的权下，喜爱它的，必吃它所结的果子。”

我们的想法会成为口中的言语。因此，选择建造生命的想法是相当重要。当我们如此做，口中自然吐出正确的言语。

不要放弃

当争战似乎永无止尽，而你认为再也撑不下去时，记住，你所

做的，是正在改写一个十分属世、十分属肉体的世俗想法，使它可以与神的意念步调一致。

不可能吗？可能！

困难吗？是的！

但你想想看，神若是你的同工，我相信祂是世上最杰出的“程序设计师”（你的心就像是电脑一样，堆积了一生的垃圾程序在里面）。你若曾经邀请神来掌管你的想法，祂如今正在你身上动工。祂正在改写你心思意念的程序。继续与祂同工，别轻言放弃！

这绝对需要付上时间的代价，也绝非易事，但如果你选择以神的方式来思考，你的方向就对了。你得花些时间在一些事上，但前进的步伐可让你剩余的生命不再停留在同样的混乱中。

转而得地为业

“耶和华我们的神在何烈山晓谕我们说：‘你们在这山上住的日子够了；要起行，转到亚摩利人的山地，和靠近这山地的各处，就是亚拉巴、山地、高原、南地、沿海一带迦南人的地，并黎巴嫩山，又到伯拉大河。如今我将这地摆在你们面前，你们要进去得这地，就是耶和华向你们列祖亚伯拉罕、以撒、雅各起誓，应许赐给他们和他们后裔为业之地。’”（申命记一章 6—8 节）

在申命记一章 2 节里，摩西向以色列人指出，离迦南地（应许之地）的边界仅有十一天的路程，但他们却花了四十年才到达那地。然后在第 6 节，摩西告诉他们：“耶和华我们的神晓谕我们说：你们在这山上住的日子够了。”

你曾经在同一座山上住的日子够久了吗？你曾经花四十年的时间走十一天的路程吗？

我个人的生命历程,则是走到最后不得不清醒。我领悟到自己根本是一直在原地打转,是一个不能获胜的基督徒。就像玛丽和约翰一样,我有太多经年累月建立起来的错误心态及坚固营垒。魔鬼欺骗了我,而我也相信它。因此,我一直活在谎言中。

我在同一座山上的日子够久了。若能早点明白神话语中的真理,我费了四十年的时间所完成的旅程将会缩短许多。

神向我显明,以色列人停留在旷野里,是因为他们的“旷野心态”中某些错误的想法导致他们的捆绑。在后面的章节里,我们会针对这个主题对付它,但现在容我督促你做一个认真的决定:你要开始更新心意,学习谨慎筛选你的想法。下定决心绝不放弃,绝不罢手,直到争战完全得胜,使你取得当得的属灵产业。

4 循序渐进

耶和華你神必將這些國的民從你面前漸漸趕出；

你不可把他們遠遠滅盡，

恐怕野地的兽多起來害你。

(申命記七章 22 節)

你的心思意念是漸漸改變的。所以，當進度似乎很緩慢時，不要喪志。

以色列人即將進入應許之地前，主告訴他們，祂會將仇敵從他們面前漸漸地趕出去，免得“野地的兽”在他們中間繁衍增加。

我相信，若在太短的時間內得到太多的釋放，驕傲會成為那只吃掉我們的“野兽”。事實上，一次單在一個領域里得釋放是比較好的。如此，我們對於得釋放會有更多的感恩；我們會領悟到這真是從神而來的恩賜，並非凭一己之力就可以達成的。

釋放前的苦楚

“那賜諸般恩典的神，曾在基督里召你們，得享祂永遠的榮耀；等你們暫受苦難之後，必要親自成全你們，堅固你們，賜力量給你們。”(彼得前書五章 10 節)

我們為什麼要“暫受”苦難？在蒙耶穌拯救之前，我們即是大有问题的人，並且承受了某種苦楚。然而當釋放來臨時，我們的歡喜快樂將遠勝於前，當我們試圖自己努力時，挫敗會使我們明白必須等候祂。當神興起而成就我們靠自己無法完成的事時，我們的心會充滿對祂的感謝與讚美。

不定罪

“如今，那些在基督耶稣里的就不定罪了。”（罗马书八章1节）

当你遇到阻碍或不顺利时不需要接受控告，只要稍稍退后，拍落身上的灰尘再重新出发。一个婴孩在学走路时，总是在享有行走的自信之前摔跤过无数次。然而婴孩的优势之一就是，他会在跌倒后大哭一番，但总是很快地站起来再试一次。

魔鬼会竭尽所能地阻止你更新心意，它知道一旦你学会如何选择正确想法并且拒绝错误的思想时，它对你的控制权就宣告结束。它会试图以打击和定罪的方式来阻止你。

当控告来临时，拿出你“话语的兵器”来抵挡。引用罗马书八章4节，提醒撒但也提醒你自己，你已是一个行事不随从肉体，只随从圣灵的人了。行事随从肉体取决于你；随从圣灵则取决于神。

当你失败时（你会经历的），并不代表你就是一个失败者，只表示你并非样样都对。我们都得接受一个事实，就是即使在满有力量中，我们仍有软弱。就让基督的能力在你的软弱上显得刚强；让祂在你软弱的日子里成为你的力量。

我再重复一次：不要接受定罪。完全的胜利必要到来，但需要时间，因为你的得胜是“循序渐进”的。

别灰心

“我的心哪。你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因祂笑脸帮助我；我还要称赞祂。”（诗篇四十二篇5节）

灰心摧毁盼望，所以很自然地，魔鬼总是企图使我们心灰意冷。我们在失去盼望后就会放弃，这正中魔鬼的下怀。圣经不断告诉我们不要灰心，不要气馁，神知道我们一旦灰心，就不可能得胜，所以祂总是在我们进行一项计划时告诉我们：“别灰心。”神希望我们拥有的是信心，而不是灰心。

当沮丧和控告试图要突破你的心灵防线时，检视你的思维。你心里在想些什么？是否诸如：“我做不到的，这太难了。我总是失败，每次都是这样，不会有任何改变的。我确信其他人在心意更新时一定不像我这么麻烦。不如放弃吧！我已经厌倦尝试了。神似乎没听到我的祷告。祂大概不想回答我的祷告，因为祂对我实在大失所望。”

如果你的想法与这些描述吻合，难怪你会心灰意冷并且活在控告中。记住，你是怎么想的，就会成为怎样的人。沮丧的念头使你心灰意冷，控告的念头使你被定罪。改变你的思想，得释放吧！

与其保持负面的想法，不如这样想吧：

“好吧，速度是有点慢，但感谢神，我仍在进步中。我很庆幸自己正走在引导我得真自由的正路上。我昨天过得很糟，我一整天都选择了错误的想法。

天父，请赦免我，帮助我“继续坚持”。我犯了一个错误，但至少我不会再犯同样的错误。主，你爱我。你的怜悯每天早晨都是新的。

我拒绝灰心，拒绝被定罪。天父，圣经说你不定我的罪，你已差派耶稣来为我舍命。

我会康复的，今天将是美好的一天，你会帮助我在今天选择正确的思想。”

我确信你在这种喜乐、积极、与神的想法一致里，已经可以感受到胜利的滋味了。

我们喜欢所有一蹴可就的事。我们里面有忍耐的果子,但需要显明出来才有果效。神有时会从容不迫地为我们带来全备的救恩,祂使用最难熬的等候来扩张我们的信心,让忍耐自行成就其完美的工作(参考雅各书一章4节)。神的时候是完全的,祂从不会太迟。

下面还有一个很好的思想:“我相信神。我相信无论我的感受或是情况如何,祂都在我身上动工。主在我身上已发动了善工,祂一定会成全这工。”(参考腓立比书二章13节,一章6节)

这正是你可以有效地使用话语的兵器,来拆毁坚固营垒的正确态度。我劝你不只是刻意让自己抱持正确的思想,更要多走一里路,在你认罪时大声宣告出来。

记住,神正在拯救你——循序渐进地。所以,当你犯错时别灰心,别自我控告。

对自己要有耐心。

5 积极正面

照你的信心，给你成全了。

（马太福音八章 13 节）

积极正面的想法带来积极正面的生命；消极负面的想法带来消极负面的生命。积极正面的想法永远充满信心和盼望；消极负面的想法则是充满惧怕和怀疑。

有些人害怕怀有希望，因为他们曾经在生命中受到太多的伤害。太多失望的经验，使他们不认为自己可以再面对又一次的失望。因此，他们认为只要拒绝盼望就不至于失望了。

逃避盼望是一种自我保护免受伤害的典型。失望令人受伤。所以。与其再受一次伤害，许多人选择拒绝盼望，或是拒绝相信他们生命中会有任何好的遭遇。这种行为模式建立了消极的生命形态。消极的想法导致一切都变得消极。正如箴言二十三章 7 节所说的：“因为他心怎样思量，他为人就是怎样。”

多年前，我曾经落入极度的消极中。我经常说，若我同时保持着两个积极的想法，它们就会像钳子般一左一右夹住我的心。我自有一套哲学：“倘若你不保持任何幸福的希望，那么一旦它没有发生，就不致失望。”

我的生命曾遭遇许多的失望，许多沉重的打击——临到我，使我害怕去相信任何美好之事发生的可能，我对每件事的看法都是无可救药的悲观。因着我所有的想法都是消极的，口中所说的亦然；当然，我的人生也不例外。

当我真的开始读神的话语，并且相信神要恢复我生命中应有的样式时，第一个觉悟就是所有消极悲观的想法必须被驱除出境。

耶稣在马太福音八章 13 节告诉我们，只要相信，事情就能成

就。圣经上说：“照你的信心，给你成全了。”我若相信每件事都是负面的，自然就会有许多负面的事发生在我身上。

这并不是说，你我可以单单用想就能得到任何想要的东西。神对每个人都有一份完美的计划，我们不可能用思想或是言语来左右祂。但我们所想、所说的，必须符合祂对我们的旨意和计划。

如果现阶段你对神的旨意一无所知，至少可以用这样的想法作为开始：“我虽不知神的计划，但我知道祂爱我，祂所做的都是为我好，我一定会得到祝福。”

开始用积极乐观的想法来看待你的生命。

自我操练以积极的态度面对每一个状况。即使处在生命的谷底，无论发生什么事，都能期待神可以扭转乾坤，如同祂在其话语里所应许的。

万事都互相效力

“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按祂旨意被召的人。”（罗马书八章 28 节）

这段经文并没有说万事都是好的，但祂确实说万事互相效力，能使人得益处。

比如说你计划去购物，上了车却发现车子发不动。面对这种情况你有两个选择，你可以说：“我就知道！平常都好好的，每次只要我想做点什么，它就会出状况。这趟路十之八九是去不成了；我总是这么倒霉。”或者你也可以说：“我想出门购物，但看来现在是去不成了。我可以等车修好后晚一点再去。而且，我相信这一点点的改变是对我有益的，或许有什么原因使我今天必须要留在家里，我就高高兴兴地留在家里吧。”

使徒保罗在罗马书十二章 16 节告诉我们，要随时自我调适，预备自己在各样的事中得以应变。这个观念是要我们学习，成为预

先计划的人,但计划未能实行也毋须气馁。

最近,我得到一个绝佳的机会实践这项原则。外子戴夫(Dave)和我在佛罗里达州的沃斯湖(Lake Worth)有整整三天的服事,结束后我们就收拾行李准备往机场搭机打道回府。我计划穿衬衫配宽松的长裤,脚上再搭一双便鞋,就可在回程中一路轻松愉快。

我开始换衣服,却找不到我的长裤。我们找遍了各个角落,最后在衣柜底层找到它。原来它从衣架上滑落。已经皱得像梅干菜一样了,我们随身带了一个小型的蒸气熨斗,我试着想把裤子熨平,但穿上后怎么看都不对劲。最后我只有一个选择,就是穿洋装配高跟鞋。

我可以感觉到,我的情绪正随着突如其来的状况而沮丧起来。你瞧,只要一不如意,我们的感觉就会侵袭上来,企图让我们陷入自怜自艾的消极态度里。我立即意识到我是可以有选择的。我可以因为事情不如我意就恼怒,或者,也可以在突发状况中自我调整,就顺其自然高高兴兴地出发。

即使一个真正想法积极的人,也不尽然永远都顺顺利利的。但积极的人可以继续往前行,并且决定在任何状况中都能自得其乐;而消极的人对任何事都提不起劲来。

与消极的人相处简直是毫无乐趣可言,这样的人因着每一个计划而蒙上愁云惨雾,身上散发着沉重的气息,而且总是抱怨,不满,找错误。无论有多少美好的事发生,这样的人似乎永远定睛在可能隐藏着潜伏性问题的某件事上。

在过去消极的日子里,若我走进一户全新装潢的房子,置身在一屋子怡人的环境中,我却可以对之视而不见,但墙角一点松脱的壁纸或是窗户上的一点污渍却逃不过我的视线。我现在真庆幸耶稣释放了我,使我可以享受到生命中的美好。我完全相信,只要拥有在祂里而的信心并存着盼望,再大的不幸也能扭转成为美事。

如果你是一个消极的人,不要觉得被定罪!定罪是负面的。我分享这些事的用意,是要让你看见问题的症结在于消极,并要开始相信神会拯救你,而不是让你因消极而沮丧。

当我们不再为问题找借口而直接面对它时，自由之路就在我们眼前展开。倘若你是一个消极的人，我确信一定有什么原因使你如此。但身为基督徒，要记住圣经上说，如今你已是新造的人了。

新的日子！

“若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。”（哥林多后书五章 17 节）

身为一个“新造的人”，你毋须容许过去的遭遇继续影响在基督里的新生命。你是一个在基督里有新生命的新人。可以让你的心意更新在神的话语里。美好事将发生在你身上。

要欢喜快乐！这是新的日子！

圣灵的工作

“然而我将真情告诉你们，我去是与你们有益的；我若不去，保惠师就不到你们这里来，我若去，就差他来。祂既来了，就要叫世人为罪，为义，为审判，自己责备自己。”（约翰福音十六章 7—8 节）

从消极中得释放最难的部分，是面对事实并且说：“我是一个消极的人，我要改变。我不能改变自己，但我相信当我信靠神时，祂就可以改变我。我知道这需要时间，我绝不会对自己灰心。神已经开始在我心里动了善工，祂必要成全这工。”（参考腓立比书一章 6 节）

祈求圣灵每当你开始消极时就责备你，那是祂工作的一部分。约翰福音十六章 7—8 节教导我们，圣灵会为罪、为义让我们自己责备自己。当责备来临时。求神帮助你。不要以为可以自行处理，要倚靠祂。

虽然我曾经十分消极，神却让我知道，若我相信祂，祂就会让我成为非常积极的人。我曾为了维持积极造就的心态而陷入苦战。现在的我，则是无法忍受消极的人。就像一个抽烟的人，通常在戒烟之后就无法再接受香烟一样。我的情况就是这样。我有很多年的烟龄，但在戒掉烟瘾之后，我连闻到烟味都觉得无法忍受。

在消极这件事上亦然。我曾经是一个十分消极的人，现在的我却丝毫不能容忍消极，几乎可以说到恼怒的程度。我想是因为自从得释放后，我看到生命中那么多美好的改变，所以如今的我反对任何消极的事。

我面对现实，所以我要鼓励你跟我一样。如果你生病了，别说：“我没病。”因为那并非事实；但你可以说：“我相信神正在医治我。”你不必说：“我的病情可能会恶化，最后一定是住院。”相反地，你可以说：“神医治的能力现在就运行在我身上；我相信我会好起来。”

每件都必须平衡。意思并不是说用一点点的积极来调和你的消极，而是指要有“预备的心”迎接任何发生在你身上的事，无论它是正面或是负面的。

预备的心

“这地方的人贤于帖撒罗尼迦的人，甘心领受这道，天天考查圣经，要晓得这道是与不是。”（使徒行传十七章 11 节）

圣经说，我们要有预备的心。这意思是，我们对神向我们所怀的旨意要有敞开的心，无论这旨意为何。

举个例子，我所认识的一名年轻女士最近经历了解除婚约的痛苦。她和那位年轻人虽然已决定不结婚，但仍祷告询问主是否允许他们继续交往。这位年轻女士希望能再续情缘，她思念着、盼望着，也相信她的前未婚夫会打电话来，并且与她有相同的感受。

我建议她抱着一颗“预备的心”，以免事情的发展并非如其所望。她说：“这样不是太消极了吗？”

不，并非如此。

消极的人会想：“我的一生都完了：再也不会有人要我了。我失败了，从今以后我必定……”

积极的想法是这样：“发生这样的事真的令我很难过，但我要相信神。我希望我的男朋友可以继续和我交往。我要寻求神，并且相信我们的关系可以恢复；但我要神完全的旨意，远胜过一切。事情如果不能照我的意思发展，我仍能存活，因为耶稣住在我里面。也许会有段痛苦的时间，但我相信主。我相信至终将有最美好的结局。”

这就是面对事实，有预备的心却仍然积极。

这就是平衡。

盼望的威力

“他在无可指望的时候，因信仍有指望，就得以作多国的父，正如先前所说：‘你的后裔将要如此。’他将近百岁的时候，虽然想到自己的身体如同已死，撒拉的生育已经断绝，他的信心还是不软弱；并且仰望神的应许，总没有因不信心里起疑惑，反倒因信，心里得坚固，将荣耀归给神。”（罗马书四章 18—20 节）

我丈夫戴夫和我都相信，我们在基督肢体里的事奉每年都会成长。我们总是希望能帮助更多的人，但我们也明白：如果神有不同的计划，或者到年终时我们毫无成长（每年的开始都是一样的），我们不能让这种情况辖制我们的喜乐。

有许多事是我们所相信的，但在这些事之上，我们相信的是某一位。这一位就是耶稣。我们并不尽然知道未来将要发生的事，我

们只知道万物的结果都于我们有益。

越是积极，越能跟得上神的带领。神绝对是积极的，若要跟得上祂，就必须积极。

你的处境也许真的相当不利。你也许正想着：“如果你知道我的处境，别说欢喜快乐了，你对我连积极的指望都不会有的。”

我鼓励你再读罗马书四章 18—20 节，里面提到亚伯拉罕在评估过他的处境后（他并未忽略事实），想到（短暂的思考）自己的身体如同已死，撒拉的生育已经断绝。尽管所有人的理性盼望都已断绝，他仍在信心中存有指望。

亚伯拉罕在十分消极的处境中十分积极。

希伯来书六章 19 节告诉我们，这样的指望如同灵魂的锚。盼望是我们在试炼中保持稳固的力量。别停止盼望。失去了盼望，你将会继续悲惨的命运。假如你因为失去盼望而有悲惨的命运，开始怀抱盼望吧！不要害怕。我不能保证事情一定会如你所愿。也不能保证你再也不会失望，但即使在失望的时刻（若果真如此），你仍然可以盼望且怀抱积极的态度。把你自已放在神创造神迹的国度里。

期待你生命中的神迹。

期待美好的事！

期待得着！得着期待！

“耶和华必然等候，要施恩给你们；必然兴起，好怜悯你们。因为耶和华是公平的神，凡等候祂的都是有福的！”

（以赛亚书三十章 18 节）

这段话成为我最喜爱的经节之一。倘若你默想这些话，祂就会为你带来极大的盼望，神说祂在寻找可施恩（好处）的人，但这个人不可能是一个有着尖酸态度和消极思想的人。他（或她）必定是一个充满期待的人（满心期盼、寻求从神而来的好处）。

邪恶的不祥预感

什么是“邪恶的不祥预感”？

就在我开始研读神的话语不久之后，一天早上，我正在浴室里梳头发，却突然意识到环绕着我的气氛是一种暧昧又威胁性十足，仿佛有什么不幸的事要发生的不祥感。我愈来愈肯定，其实这样的感觉大多时候都一直与我形影不离。

我问主：“我经常有的这种感觉是什么？”

“邪恶的不祥预感。”祂回答。

我不知道那是什么意思，也没听过这种说法。但这事过后不久，我发现箴言十五章 15 节有段经文：“困苦人的日子都是愁苦；心中欢畅的，常享丰筵。”

那时我才了解，我生命中大部分的悲情，都是来自邪恶的思想和不祥的预感。没错，我曾经经历十分艰难的处境，但即使当我不在那样的处境中时，我仍然觉得可悲，因为我的想法会毒化我对事情的展望，剥夺我热爱生命、享受美福的本能。

禁止舌头不出恶言！

“因为经上说：‘人若爱生命，愿享美福，须要禁止舌头，不出恶言，嘴唇不说诡诈的话。’”（彼得前书三章 10 节）

这段经文平铺直叙地告诉我们，热爱生命、享受美福与积极造就的心、积极造就的言语是息息相关的。

无论你有没有多么消极，或已消极了多长的一段时间，我知道你能改变，因为我做到了。我付上时间的代价，并且累积无数次圣灵的帮助，但这一切是值得的。

对你而言也绝对值得。

无论发生任何事，相信主并且要积极！

6 捆绑心思的灵

应当一无挂虑，只要凡事借着祷告，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。

(腓立比书四章 6—7 节)

在与神同行的途中，我曾经来到一个挣扎点，我的信心在原先所相信的真理上动摇了。当时我并不明白自己是怎么回事，但结果是，我疑惑了。这段困境的时间拖得越长，我越迷惑。不信的心似乎以破竹之势，在我的心思里急速地扩张版图。我开始质疑自己的呼召；我以为自己失去了神所给我的事奉异象。我再度陷入惨境（不信总是带来不幸）。

两天的混乱中，我听到从我灵里出来的一句话：“捆绑心思的灵。”第一天，我没有多加思考。然而第二天，当我开始进入代祷时，我又听到一次“捆绑心思的灵”，这已经是第四或第五次的声音了。

我从自己服事过的人身上得知，为数相当多的信徒有心思方面的困扰。我以为圣灵正带领我为基督的肢体祷告，以对抗被称为“捆绑心思”的灵。所以我开始作争战祷告，奉耶稣的名迎击捆绑心思的灵。才几分钟的祷告，我就感觉到心思里极大的释放。我只能说这实在是太戏剧化了。

从捆绑心思的灵中得释放

最近，神所带给我的每一个释放都是渐进式的，关乎对于神话语的相信及宣告。约翰福音八章 31—32 节和诗篇 107 篇 20 节是我的见证。耶稣在约翰福音八章 31—32 节里说：“你们若常常遵守

我的道，就真是我的门徒；你们必晓得真理，真理必叫你们得以自由。”在诗篇 107 篇 20 节，主说：“祂发命令医治他们，救他们脱离死亡。”

但这一次，我是立刻感受到改变，我知道在我的心思里产生了一些变化。短短几分钟的祷告之后，我对于得释放之前所挣扎的疑点，已经不再感到困惑了。

我举个例子，在我遭受捆绑心思的邪灵攻击之前，我相信根据神的话语，我只是一个莫莫无名、来自密苏里州芬顿镇(Fenton)的平凡女子，这样的事实对我的生命和事奉并不具任何影响力(参考加拉太书三章 28 节)。然而一旦神预备好，祂便敞开无人能关的门(参考启示录三章 8 节)，我会到世界各处去传递祂所赐给我的，关乎释放且实际可行的信息。

我相信我有权柄(不是因为个人的因素，而是即使像我这样的人)，可以透过收音机向全国分享福音。我知道，根据圣经，神拣选了软弱愚拙的，使有智慧的羞愧(参考哥林多前书一章 27 节)，我相信神要使用我医治生病的人，我相信我们的孩子会走上事奉的路。我也相信神放在我心中一切奇妙的事。

然而，捆绑心思的灵攻击我，我似乎再也无法有那么多相信。我当时是这么想的：“这些事大概都是我自己捏造出来的。我会相信，是因为我想那么做，但那样的事也许永远也不会发生。”然而，所有的邪灵一离开，相信的力量随即涌回。

决定(选择)相信

“况且，我们的软弱有圣灵帮助。我们本不晓得当怎样祷告，只是圣灵亲自用说不出的叹息替我们祷告。”

(罗马书八章 26 节)

身为基督徒，我们需要学会选择相信。神经常赏赐信心(圣灵

的产物)，来对抗一些在我们的脑子里似乎是无法永远认同的事，我们的理智要求了解所有的事——一切事的为何、何时以及如何。当这些了解不是从神而来时，我们的思路通常会拒绝相信超乎理解的事。

信主的人经常是在理性上(他的内在)知道，而在理智里却掀起一场大战。

我在许久以前就已决定要相信神的话语，还有神所给我的‘瑞玛’(Rhema, 神所默示的话，亦即当下神对我所说的事或祂对我个人的应许)，即使我无法理解祂会何时、如何以及为何发生在我的生命中。

但这次我所争战之事则有所不同：祂超乎抉择。我被这些捆绑心思的灵所辖制，就是无法回到原本的相信中。

感谢神透过圣灵向我显明如何祷告，即使在我祷告开始时并不知道是在为自己祷告，祂的权能仍大力地运行。

我相信，你现在正阅读这本书是出于神的带领。或许，你在这个领域里也遭遇到相同的问题。若果如此，我要鼓励你奉耶稣基督的名祷告。藉着宝血的大能来对抗“捆绑心思的灵”。这样的祷告方式不仅用在这一次，也适用于任何在此领域经历到困难的时候。

魔鬼向我们所发射的猛烈火箭从未在我们试图往前进的时候弹尽援绝。举起你信德(信心)的藤牌(盾牌)，记住雅各书一章2—8节教导我们的：我们可以在试炼中向神祈求智慧，祂就会赏赐给我们，并且指示我们当如何行。

我的问题在于我从未对抗过那些猛烈的火箭，但神教导我如何作争战的祷告，我因此得着了释放。

你也能得释放。

7 留意你的心思

我要默想你的训词，看重你的道路。

(诗篇一一九篇 15 节)

神的话语教导我们应当思考的事为何。

诗篇的作者说，他所思考或默想的是神的训词。意即他花费许多时间思索、考量神的道，包括祂的指示和教导。诗篇一篇 3 节说：这样行的人“要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干，凡他所作的尽都顺利”。

思想神的话令人受惠极深。越是默想神的话语，在话语上的收成就越丰盛。

谨慎你所思！

“你们所听的要留心。你们用什么量器量给人，也必用什么量器量给你们，并且要多给你们。”(马可福音四章 24 节)

多么棒的一段经文！祂告诉我们，花愈多时间思考所读到和听到的话语，就会获得越多将相关知识行出来的权能。基本上祂是说，我们在神话语上所下的是什么功夫，所得亦然。

特别注意其中的应许：我们投注在神话语上思考和研究的程度，是我们从中获得多少美德与知识的决定因素。

根据威氏圣经字辞注解辞典 (Vine's Expository Dictionary of Biblical Words) 上的说法，英王钦定本 (King James Version) 在某些特定的经节中把希腊文的 *dunamis*，也就是“权能”(power) 的意思，

翻译成“美德”(virtue)。根据史氏最新圣经字辞检索(Strong's New Exhaustive Concordance of the Bible), dunamis 的另一个翻译是“能力”(ability)。大部分的人都不太深入钻研神的话语。结果是,他们对于自己为何不能成为活在得胜生活中的大能基督徒感到困惑。

事实是,他们多半不太留心在话语上的研究。他们也许会在外面听取一些人的教导和布道,也许会听一些讲道的录音带,偶尔看看圣经,但并没有认真地让神的话语成为生命中的绝大部分,也没有花时间来默想祂。

肉体基本上是懒散的,许多人都想不劳而获(不靠自己的努力),然而这是行不通的。我要再次大声疾呼,一个愿意在神话语上投注心力的人,他种的是什麼,收的就是什麼。

默想神的话语

“不从恶人的计谋,不站罪人的道路,不坐傲慢人的座位;惟喜爱耶和华的律法,昼夜思想,这人便为有福!”
(诗篇一篇 1—2 节)

根据韦氏大字典(Webster)的解释,“默想”(meditate)这个词的意思是:“深入思考、沉思、心里的计划或意图……深思熟虑。”威氏圣经字辞注解辞典上说,“默想”意即“……根本的,‘关心’……‘留心,反复演练’……‘专心’……反复练习是一般人对这个字的普遍认同……‘沉思,想像’……‘预先考虑’”。

箴言四章 20 节说:“我儿,要留心听我的言词,侧耳听我的话。”若是把箴言四章 20 节和这些有关“默想”的定义放在一起,就能明白,透过在心思意念里默想、思索、深思熟虑和反复演练才能留心神的话语。它的基本概念是:我们若想按神所说的去行,就必须付上时间的代价去思考祂的话。

还记得俗语说“熟能生巧”吗?在现实生活中,若没有充分的练

习就不能指望成为某方面的专家,基督徒生活岂不是同理可证吗?

默想带来成功

“这律法书不可离开你的口,总要昼夜思想,好使你谨守遵行这书上所写的一切话。如此,你的道路就可以亨通,凡事顺利。”(约书亚书一章8节)

你若想在所经手的一切事上顺利亨通,圣经说你要昼夜思想神的话语。

你究竟花多少时间来思考神的话?倘若你生命中的任一领域出现了障碍,对这个问题据实回答就能揭露起因为何了。

在我过往的生命中,大部分的日子里,我对于心中的思绪都漫不经心。脑海中闪过什么念头,就想什么。然而撒但会将想法投射在我的意念里,我对此一无所知。我的脑海中若非出现撒但的谎言,就是一些荒诞无稽的念头——一些的确不值得我花时间思考的事。魔鬼控制了 my 生命,因为它先控制了我的心思。

留意你的心思

“我们从前也都在他们中间,放纵肉体的私欲,随着肉体 and 心中所喜好的去行。”(以弗所书二章3节)

保罗在这里警告我们,不能受制于败坏和以感官为导向的天性,以致放纵肉体的私欲和心思。

虽然我早已是基督徒,却因为没有学会掌控我的心思而问题重重。我所想的,尽是一些使我心思忙碌却没有任何建设性的事。

我需要改变我的思想!

当神开始教导我有关心思的战场时,祂告诉我一件事,成为我

生命里重大的转折点，祂说：“想想你所想的是什么。”当我开始照着做时，不久后我就渐渐明白自己的生命何以会如此状况不断。

过去的我，心思意念简直是一团乱麻！

我满脑子都是错误的心思。

我上教会做礼拜，并且行之多年，却从未认真思考我所听见的信息。可以说是左耳进，右耳出。我每天都读一点圣经，却从未思考我所读的经文。我根本不留心神的话语。对于我所听见的信息，既不假思索也不加以研究。所以，当然也没有美德和知识方面的得着。

默想神的工作

“神啊，我们在你的殿中想念你的慈爱。”（诗篇四十八章9节）

诗人大卫经常谈论默想主的一切奇妙工作，和神的大能作为。他说他思念主的名，神的怜悯，还有其他许多诸如此类的事。

当我们沮丧时，就读读诗篇一四三篇4—5节：“所以，我的灵在我里面发昏；我的心在我里面凄惨。我追想古时之日，思想你的一切作为，默念你手的工作。”

经由这段经文，我们看到大卫在沮丧和忧郁中的回应是，不去思索问题。相反地，他对付问题的方式，是去回想过往的好日子，思想神的一切作为和祂手中的工作。换句话说，他所想的是美好的事，如此一来能帮助他胜过沮丧。

千万别忘记：你的心思意念在你的得胜上，扮演了很重要的角色。

我们生命中的得胜，是圣灵的大能透过神话语的运行所带来的。但其中有极大的部分需要我们去完成，要校正我们的心思使其对准神和祂的话语。我们若拒绝这么做，或认为这是不重要的，就

将永远经历不到得胜。

心意更新而变化

“不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验，何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。”（罗马书十二章2节）

使徒保罗在这段经文里所说的是，我们若想看见神的善良，纯全和更新，就可以看见。更新成什么呢？更新成为用神的方式来思考。在这种更新思维的过程中，我们会被改变，或是转变为神所企盼的样式。耶稣的更新是透过祂的死和复活。经由心意更新的过程，生命的蜕变就可以成真。

为了避免疑惑，我要再加以说明，这里所说的正确心思与救恩无关。救恩单单本于耶稣的宝血，以及祂在十字架上的死和复活。许多人是进天国的，因为他们真正接受耶稣成为救主，但这些人之中，又有许多人永远无法行在得胜中，或是享受神在他们生命中的美好计划，因为他们没有根据神的话更新他们的心思意念。

多年以来，我也是其中的一份子。我已经重生，而且一定会进天国。我到教会聚会，也遵守宗教的仪式，但我的生命真的一无得胜之处。原因在于，我所思考的是错误的事。

这些事你们都要思念

“凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。”（腓立比书四章8节）

圣经上对我们应该思考的事有很详尽的指示。我确信你从这

- 40 -

些不同的经文中可以看见,我们得到的指示是要思考好的事,是能建造而非拆毁我们的事。

我们的心思绝对能影响我们的态度和心情。神所告诉我们的每一件事都是于我们有益;祂知道何事令我们快乐、何事会令我们悲伤。一个人若充满错谬的心思就会陷入惨境,我从本身的体验中得知,当一个人陷入悲惨时,通常也不会放过其他人。你应该编列一张一般性的清单,然后问问自己:“我一直以来都在想些什么?”花一点时间来检视你的心思。

思索你的心思是十分宝贵的,因为撒但经常欺骗人们,误导他们转离一切悲剧和困境的实际成因。它要他们认为,他们之所以不快乐,是由于周围所发生的事(他们的环境),但事实上,悲剧却是源于他们内在所发生的事(他们的的心思)。

多年来,我真的相信,我的不快乐导因于别人所做的事,或是没有做的事。我把我的悲剧归咎于丈夫和孩子们。我想,如果他们能有所改变,如果他们能更顾虑我的需要,如果他们能帮忙打理更多的家务,那么,我就会快乐了。多年来,我所抱怨的事就这样一件接着一件,没完没了。最后我终于面对现实,那就是,若我选择正确的态度,这些事绝不会让我不快乐。我的心思才是让我不快乐的元凶。

让我再说最后一次:想一想你在想些什么。你也许可以找出问题所在,并且很快地踏上释放之路。

第二部

心思的状态

引言

谁曾知道主的心去教导祂呢？

但我们是基督的心了。

（哥林多前书二章 16 节）

你的心思处于何种状态？你是否曾注意过心态是会改变的？也许上一刻你还平静安稳，下一刻就开始焦虑不安了。或者，你刚才做了一个很有把握的决定，不一会儿，你的心就开始对前一刻还很确信的事疑惑起来了。

我的生命和其他人一样，也曾经历过这些景况。有些时候，我似乎可以毫无困难地相信神；有些时候，怀疑和不信的心又毫不留情地紧紧纠缠住我的心思。

因着人的心态似乎千变万化，我开始寻思，究竟我的心何时才算处于正常状态？我渴望知道何谓正常，好让我学会当不正常的思考模式来袭时，能即刻予以迎头痛击。

例如，基督徒当视批判、论断和怀疑为不正常的心态。然而，这些心态在我生命中的大部分时候却属正常——尽管不该如此。这就是我过去的生命，即使我的想法十分错谬，并且已引发生命中接二连三的问题，我却仍浑然不知所想的有何不当。

我并不知道可以好好地处置内在的生命，我是一个信主多年的基督徒，却从未领受过任何关于思考、或身为基督徒所当有之合宜心态的教导。

我们的心思意念不会在新生命的经验中重生，它们需要被更新（参考罗马书十二章 2 节）。如同我多次重复的，心思意念的更新需要时间来酝酿。继续读本书的下一部，你会发现，就一个宣称基督是救主的人而言，其实你的心思绝大部分时候是与此身分不相

称的,即使如此,也别丧气。辨认出问题的所在是迈向医治的第一步。

以我为例,数年前我才开始更认真地与神建立关系,神在当时开始向我启示,使我知道许多问题都是衍生自错误的思想。我的心理状态简直是一团混乱!我怀疑自己的心是否曾经正常过,即便有,也并不持久。

当我开始看出,过去所沉迷的想法有多么离谱时,我深受到打击。我尝试赶走侵入意念中的错谬观念,但它们又会再回头进攻。但渐渐地,自由和释放终于来临。

撒但会在你的心思意念更新时向你展开猛烈的攻击,但你必须再撑下去。继续祷告,持续在这个领域里的研究工作,直到你赢得相当程度的胜利。

何谓正常心态?你的心究竟应该四处漫游,还是专注在进行中的事?对于生命当行的方向,应该沮丧困惑,还是满有理性平安的把握?应该充满怀疑不信,焦虑担忧,深受恐惧折磨?或是善用神儿女的特权,将一切的忧虑卸给神(参考彼得前书五章7节)?

带着祷告的心挺进到下一场心思的战役中。我深信你的眼目会被开启,看出对于身为耶稣的门徒、身为命定行在胜利中的人而言,什么是正常或不正常的心思。

8 何谓正常的心思？

求我们主耶稣基督的神，荣耀的父，
将那赐人智慧和启示的灵赏给你们，使你们真知道祂；
并且照明你们心中的眼睛，
使你们知道祂的恩召有何等指望，
祂在圣徒中得的基业，有何等丰盛的荣耀。
(以弗所书一章 17—18 节)

注意保罗的祷告，你我因为“心中的眼睛”被照明而得着智慧。根据我多方的研究，“心中的眼睛”指的就是心思。

身为基督徒，我们心思里的状态应该要如何？换句话说，何谓基督徒的正常心思？在回答这个问题之前，我们要先看看心思与灵的不同功能。

根据神的话，心思与灵是一起运作的：我将之称为“以心思辅助灵”的原则。

为了更明了这个原则，让我们来看看它如何在基督徒的生命中运作。

心灵的原则

“除了在人里头的灵，谁知道人的事？像这样，除了神的灵，也没有人知道神的事。”(哥林多前书二章 11 节)

当一个人接受耶稣基督成为个人的救主后，圣灵就住在他里面。圣经教导我们，圣灵知道神的心意。就如惟有在人里头的灵，知道人的想法；同样地，惟有神的灵，知道神的心意。

圣灵住在我们里面，而祂知道神的心意，所以祂的工作之一，就是向我们揭示神的智慧和启示。智慧和启示先传递到我们的灵里面，我们的灵再照亮心中的眼睛，亦即心思意念。圣灵如此动工，是让我们可以真实地理解属灵方面的领受。

正常抑或反常

基督徒虽是属灵的，但也同时受制于天性。天性不见得了解属灵的事；因此，我们的心思绝对必须被光照，以看清灵里的动静。圣灵渴望光照我们，但我们的心思通常会因过度忙碌而错过圣灵试图给我们的启示。过度忙碌的心思是反常的。正常的心思并非空白一片，而是处于安息状态。

我们的心思里面不应该充满理论、担忧、焦虑、恐惧等诸如此类的事。反之，它应该是平稳、安静而沉着。当我们继续进入本书的第二阶段，你会察觉数种反常现象，也许你会认出它们是你心思里的常客。

明白心思需要维持正常的状态十分重要。将心思里面的一般状态与正常的状态相较，就不难了解为何我们极少领受从圣灵而来的启示，为何我们总是觉得自己缺乏智慧和启示。

记住，圣灵会试图光照基督徒的。圣灵将从神来的信息传递给人的灵，这人的灵若与心思是相通相助的，他就能行在从神来的智慧与启示中。他的心思若是过于忙碌，就会错失主透过他的灵试图要给他的启示。

微小的声音

“耶和華說：‘你出來站在山上，在我面前。’那時耶和華從那裏經過，在他面前有烈風大作，崩山碎石，耶和華卻不在風中；風后地震，耶和華卻不在其中；地震后有

火，耶和華也不在火中；火后有微小的聲音。”（列王紀上十九章 11—12 節）

为了要得着启示，我已祷告多年，我祈求神透过住在里面的圣灵向我启示。我知道这样的要求是属灵的。我相信神的话，也确信我应当如此求而且必要得着。然而许多时候，我却会产生一种我自嘲为“属灵白痴”的感觉。然后我才学习到，自己所以未能领受圣灵的许多启示，单单只因我的心思太狂野、忙碌，因而漏掉祂传送来的讯息。

假设有甲乙两人在同一个房间里。甲试着用耳语向乙说一个秘密，房间里若是十分吵杂，即使甲已将讯息传递了。乙仍然会因屋里太吵、听不到甲说的话而漏掉这个秘密。除非乙极为专心，否则，他可能丝毫不觉有人在对他说话。

这就是神的灵与我们的灵沟通的方式。圣灵行事温和；大多时候祂对我们说话，就像上述经文中对先知的方式一样，是用微小的声音。所以，让自己保持在倾听的状态是很要紧的。

灵与心思

“这却怎么样呢？我要用灵祷告，也要用悟性祷告。”（哥林多前书十四章 15 节）

要了解所谓“以心思辅助灵”，较好的方式也许是以祷告为例。使徒保罗在这节经文里说，他同时用灵和悟性来祷告。

我了解保罗所说的，因为我也是如此。我经常在灵里祷告（用我不懂的语言，也就是方言）；通常这样祷告一段时间后，就会有意念出现在我心里，因我再用悟性的语言祷告出来。我相信心思用这种方式辅助灵。它们一同运作，以我能理解的方式获得从神而来的知识和智慧。

反之亦然。有些时候我想祷告，我就以祷告亲近神。若是灵里没有特别的感动，就单凭自己的意念来祷告，亦即就我所知的议题和状况来祷告。这些祷告有时似乎平淡无奇，没有从灵而来的帮助。我似乎是在硬撑，但我会继续在其他所知的事上持续祷告。

我会一直持守到我里面的圣灵在某个主题上感动我。当祂这样做时，我就知道我祷告的事与祂的心意符合，而非只是出于我个人意愿所作的祷告。我的灵与心思以这种方式同工，相辅相成地完成神的旨意。

说方言和翻方言

“所以那说方言的，就当求着能翻出来。我若用方言祷告，是我的灵祷告，但我的悟性没有果效。”（哥林多前书十四章 13—14 节）

另一个灵与心思同工的例子就是翻方言的恩赐。

当我说方言时，除非神赐给我理解的能力，否则于我的心思无益；得知所说内容为何才能使我的心思得益处。

请牢记在心，这个恩赐并不是指把方言翻译(translate)出来。翻译(translation)是指按着讯息的一字一句直接转换成另一语言，而意译(interpretation)则是在明了对方话中的涵义后，透过译者的个人风格以他自己的方式表达出来。

让我举例说明：史密斯姐妹在众会中站起来以方言传递了一个信息。这信息是从她的灵里释放出来的，包括她自己在内，没有任何人知道她说了些什么。神也许让我明白信息为何，却可能只是一个大方向的概念。倘若我当场凭信心站出来开始翻方言，就能使大家都明白信息的内容，但此时我是以自己的方式阐述出来。

在灵里(用方言)祷告并且翻(方言)出来，是明了“以心思辅助灵”这原则的绝佳方式。灵说话，而心思赋予理解力。

现在，我要你想一想：当史密斯姐妹用方言祷告时，神就开始寻找翻方言的人，当时我的心里若塞满了杂念而听不见，祂就只好跳过我。即使祂试图将翻出来的信息传递给我，我也接收不到。

当我的灵命幼小、刚开始学习属灵的恩赐时，我几乎单单只用方言祷告。经过相当长的一段时间后，我开始觉得祷告生活很乏味。当我向主谈起这事时，祂让我明白，我所以会觉得乏味，是因为我根本不晓得自己在祷告些什么。虽然我了解并不见得需要知道每一次灵里祷告的内容，但我学习到：这种模式的祷告是要平衡的，我若从中未曾有过任何悟性上的了解，它就不是最能使我获益的事。

平静儆醒的心

“坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。”（以赛亚书二十六章 3 节）

我希望你从这些例子中看出，你的心思与灵确实可以一同运作。所以第一要紧的是，你的心思一定要处在绝对正常的状态。否则，它就不能成为灵的助力。

撒但当然知道这个事实，所以它攻击你的心思，在你心思的战场上掀起战役。它要在你的心思里面塞满各样错谬的思想，使你心思的承载量和工作量都超出负荷，无法自由且有效地让圣灵透过你的灵来工作。

心思应该要保持平静。正如先知以赛亚所言，只要你的心停留在正确的事上，你的心思自然平静安稳。

然而，你的心也要儆醒。当心里满载过于它所能承受的杂念时，是不可能儆醒的。

想一想：你的心思有多少时候是正常的？

9 游荡、疑惑的心

所以要约束你们的心。

(彼得前书一章 13 节)

我们在前一章提到太忙碌的心是反常的。另一个反常的状态是漫不经心,导致无法专心辨认出从魔鬼而来的心理攻击。

许多人任由自己的心长久四处游荡,因为他们从未使用任何原则来约束它。

无法专心的人通常都认为自己是心理缺陷的人。然而无法专心的人,可能是由于他们经年累月地任凭己心为所欲为,也可能是缺乏维生素的征兆。维生素 B 能促进注意力的集中,如果你有无法专心的问题,要先想想自己的饮食是否恰当,营养是否均衡。

过度疲劳也可能影响注意力的集中。我发现当我极度疲惫时,撒但会趁机展开攻击,因为它知道在这种情况下要抵抗它是比较困难的。魔鬼要我们以为自己是有心理缺陷的人,如此一来我们就不会采取任何不利于它的行动。祂的目的就是要让我们对它的谎言不设防。

我有一个女儿在儿童时期就曾有注意力不能集中的问题,阅读对她而言很困难,因为注意力和理解力是相辅相成的。许多小孩、甚至有些大人都不能理解他们所阅读的内容。他们的眼睛虽然看着字,心里却不是真的明白读过的内容。

缺乏理解力背后的真正原因,通常是由于漫不经心所造成的注意力不集中。

四处漫游的心

“要谨慎脚步。”(传道书五章1节)

我相信“谨慎脚步”的意思是“别失去平衡或偏离正轨”，由这句话可延伸出：一个人若留意自己所做的事，就能保守自己在正轨上。

我以前也经常心不在焉，我的心必须用纪律来约束才行。这绝非易事，至今我偶尔仍会故态复萌。当我试图完成某个企划案时，会突然意识到自己的心思意念飞到其它不相干的事情上。我还未操练到可以完全专心的程度，但至少我明白管好自己的心，不放任它随时随地四处漫游的重要性。

韦氏字典对“漫游”(wander)这个字的定义是：“漫无目标地移动；徘徊；无固定方向或步伐地走动；漫步；以不规则的路线或动作前进；迂回……；思考或表达暗昧不清或支离破碎。”

如果你和我一样，有时在教会里听讲道，正当听得入神而且从中受益匪浅时，心思却突然飘走，过一会才惊醒过来，发现自己对于刚才所发生的事一无所知；即使身体仍在教会里，心思却已飘到购物中心浏览橱窗，或飞回家在厨房煮起晚餐来了。

这种心不在焉的现象在与人交谈中也会发生。有些时候当外子戴夫对我说话时，我会倾听一阵子，然后我才会猛然惊觉，他说的话我一句也没听进去。为何如此？因为我放任自己的心思飘到其他的事上。我的身体仍站在原处，看似在倾听，但我的心却一句话也没听到。

过去许多年，当这类的事发生时，我就会假装对戴夫说的话听得一清二楚。现在我会停下来，说：“你能不能倒回去再说一遍？我刚才有点心不在焉，根本没听到你说什么。”

我用这种方式，至少让自己觉得是在处理问题。面对问题的症

结是得胜的惟一途径！

我已确信，如果魔鬼使用令我心不在焉的方式攻击我，就表示对方所说的话是我需要听的。

在这个领域里击败魔鬼的方式，是就近取材，善用大部分教会都有供应的录音带。如果你还未学会自我约束，把心专注在讲台所传讲的信息上，那么你应该每周购买讲台信息的录音带，按需要尽量多听几次，以确保吸收了那些信息。

当魔鬼看见你不准备投降时就会罢手。

记住，撒但要你认为自己有心理障碍，有某方面的心理问题。但事实上，你所需要的只是约束己心而已。别让它逞欲横行。今天就开始“谨慎脚步”，把你的心专注在所做的事情上。你会需要一段时间的练习。突破积习并且养成新的习惯总是较花时间，但终究是值得的。

怀疑的心

“我实在告诉你们，无论何人对这座山说：‘你挪开此地，投在海里！’他若心里不疑惑，只信他所说的必成，就必给他成了。所以我告诉你们，凡你们祷告祈求的，无论是什么，只要信是得着的，就必得着。”（马可福音十一章 23—24 节）

面对现实后，我发现常听到自己带着怀疑的口气说：“不晓得（I wonder）。”举例来说：“不晓得明天天气如何。”“不晓得该穿什么衣服赴宴。”“不晓得小儿丹尼的报告会拿几分。”“不晓得会有多少人来参加座谈会。”

字典里对于“怀疑”（wonder）的部分定义如下，当名词用时是“迷惑或质疑的感觉”，当动词用时是“充满好奇和质疑”。

我已经学会：与其胡思乱想未知的结果，不如做些积极的事：

与其胡乱猜测丹尼的分数,不如相信他会拿到好分数;与其担心赴宴的穿著,不如决定该穿的衣服。与其质疑天气和我所主讲之聚会的参加人数,不如将之交托给神,相信祂无论如何都能使万事互相效力。

怀疑令人优柔寡断,优柔寡断会导致迷惑。怀疑、优柔寡断和迷惑,会拦阻人以信心领受神对他的祷告或需要的应允。

请注意,马可福音十一章 23—24 节中耶稣并没有说:“凡你们祷告祈求的,无论是什么,只要怀疑是得着的,就必得着。”相反地,祂说:“凡你们祷告祈求的,无论是什么,只要信是得着的,就必得着。”

身为基督徒,身为信主的人,我们要相信,不要怀疑!

10 困惑的心

你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人，

也不斥责人的神，主就必赐给他。

只要凭着信心求，一点不疑惑。

因为那疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾，

这样的人，不要想从主那里得什么。

心怀二意的人，在他一切所行的路上都没有定见。

(雅各书一章 5—8 节)

我们已经晓得怀疑和困惑是息息相关的。心中怀疑而无定见，绝对会导致怀疑和困惑。

雅各书一章 5—8 节是绝佳的经文，帮助我们明白如何胜过怀疑、质疑和困惑，并且从神得着我们所需。对我而言，“心怀二意的人”(英王钦定本称之为“双重心思的人”[a double-Minded man])浮现在我脑海中的影像，是一个周而复始前进后退、又前进后退，从来不下决定的人。他一下决定就开始怀疑、困惑，使他又回到三心二意里重新作抉择。他对任何事都不确定。

我生命中大部分的日子都是这样过的，浑然不知魔鬼已向我发动战争，而我的心思就是战场。我对每一件事都感到困惑，却不明白为何如此。

理性导致困惑

“你们这个信的人，为什么……彼此议论呢？”(马太福音十六章 8 节)

至此，我们已讨论过怀疑，在下一章还要谈谈质疑。现在，我想再来细谈困惑。

神的百姓绝大部分都承认自己是困惑的。为什么？就我们所看见的原因之一是怀疑，另一原因就是理性了。字典里对于“理性”(reason)的部分定义如下：当名词用时是“对前提或事件提供一个有逻辑之潜在性的事实或动机”，当动词用时是“运用理性的能力：用逻辑思考”。

简单地说，就是当一个人企图想理解事情背后的成因时，就会产生所谓的理性。理性会导致一个人的心绕着一个状况，议题或事件反反复复地思索，试图了解其错综复杂的来龙去脉。当我们剖析一种声明或教导以察验它是否合乎逻辑，若不合逻辑就摒弃之，这就是理性。

撒但经常运用理性从我们身上窃夺神的旨意。主可能指示我们去做某件事，倘若这件事并不合理，不合逻辑，我们就会试图不加以理会。神带领人所做的事，对当事人而言不见得都合乎逻辑。他在灵里也许是很确信的，但他的心思却排斥，尤其当这件事违反常理或令人不快，或是需要个人的牺牲奉献，甚或造成不便时尤然。

别用理性思考，单单在灵里顺服

“然而，属血气的人不领会神圣灵的事，反倒以为愚拙；并且不能知道，因为这些事惟有属灵的人才能看透。”
(哥林多前书二章 14 节)

用我个人的一个实例来详加说明，希望能在了解心思里的理性与灵里的顺服相抗衡的议题上，对你有所帮助。

一天早晨，我要在家乡附近主领一场每周一次的聚会。当我更衣时，开始想到负责推动这个事工的义工，以及她坚定的信心。我

的心中兴起一股要想法子祝福她的念头。

“天父，安路得(Ruth Ann)这些年来一直都是我们很大的祝福，”我祷告着：“我该怎么做来祝福她？”

我的眼光立即落在衣橱里一件全新的红洋装上，我打从心里知道，主正催促我把它送给安路得。这件洋装虽然是我三个月前买的，却从没穿过。事实上，我连包装都还没拆开。我很喜欢它，但每一次想到时，却不知为何总是没有穿上它的欲望。

当我的眼光落在红洋装上时，我就知道应该把它送给安路得。然而，我真的不愿意放弃它，所以我的理性立刻在我心里开始发动：神不可能要我送她那件红洋装，因为它是全新而且还没穿过，又挺贵的，我还买了一对红色镶银的耳环来搭配呢！

倘若我排除肉体上的软弱，继续保持灵里对神的敏锐，事情的进行就会十分顺利，但人类就是有自欺欺人的本领，尤其是当我们不想按照神所说的去行时。我在几分钟之内就把整件事忘得一干二净，并继续处理自己的事。我不想把洋装送人的关键在于它是新的，而且我很喜欢。我的理性告诉我，我的感动一定不是从神来的，而是魔鬼想夺我所好的伎俩。

几星期后，我又在同一个位置上更衣，准备另一场聚会，安路得的名字又再一次浮现在我心里。我开始为她祷告。前一次的景象再度重演，我说：“天父，安路得一直都是我们很大的祝福，我该怎么来做来祝福她？”我立刻又瞥见那件红洋装，当时我肉体的感觉就像自由落体一般陡然下沉，因为我忆起上回的事了（我很快就忘得一干二净的事）。

这次我倒是没什么挣扎；我得面对一个事实，神已向我显明做法，我照做就是了，或者干脆向神坦白：“主啊，我知道你已经向我显明心意，但我就是做不到。”我爱神，无法在有充分认知的情况下却不顺服祂，所以我开始跟祂讨论红洋装的事。

几分钟之内我就明白，前一次我是用理性来分析神的旨意，只因那洋装是新的，我就以为我不可能听到从神而来的话。而今我明

白,圣经里并没有提到给出去的非得是旧东西!对我而言,正因为洋装是新的,更显得牺牲愈大,但对安路得却是更大的祝福。

当我向神敞开心时,祂开始向我显示,当初买那件洋装原本就是为了安路得,所以我从来没有穿上它的机会。主自始至终都打算透过我成为祂的使者来祝福她。但我对那件洋装有自己的意见,除非我愿意放下一己的想法,否则便无法蒙圣灵的引导。

这个突发事件带给我很大的教导。我们是多么容易受头脑的影响,并且容许理性引导我们偏离神的旨意,如此的觉醒令我对理性敬而生畏。

记住,从哥林多前书二章 14 节说,属血气的人不能了解属灵人。我肉体的想法(属血气的我)不能理解为何要把全新的洋装送人,但我的灵(属灵的我)却能完全领会。

我希望此例能让你在这个领域里有更深的认识,并且帮助你更能行在神的旨意中。

(对了,你可能想知道我究竟有没有把那件红洋装送给安路得。是的,我送了,现在她成为我们办公室里的全时间同工,偶尔也会穿上那件红洋装来上班。)

成为行道的人

“只是你们要行道,不要单单听道,自己欺哄自己。”(雅各书一章 22 节)

每当我们知道神话语所说的却拒绝去行时,大多是理性在作祟,它会欺骗我们,使我们相信偏离真理的事。我们不可能投注大量的时间,去尝试理解(心理层面的)神话语中所提到的每一件事。然而,我们若在灵里同证神的话,就可以继续前行,并且行道。

我已经察觉神要我顺服祂,不论我觉得喜欢与否,渴望与否,更遑论我是否视之为好主意。

当神说话时，无论祂是透过祂的话语，或是在我们里面说话，即使认为祂所言不合逻辑，我们也不该自行推理、议论或自问自答。

当神说话时，我们的回应是付诸行动而非诉诸理性。

信任神，而非理性判断

“你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明。”（箴言三章5节）

换句话说，不要倚赖理性。理性使欺骗的大门洞开，招来许多的困惑。

我曾经问过神，为何有这么多人陷入困惑中？祂对我说：“告诉他们，什么时候停止尝试理解每一件事，他们的困惑就会消失。”我发现这是全然的事实。理性和困惑是并行的。

你我可以在心里思索事情，我们可以把它带到神的面前，再看看神是否愿意让我们明白，但当我们开始感到困惑的那一刻起，就表示我们已想太远了。

理性之所以危险是有诸多原因的，其中之一是：我们可以在理性中推演出看似合理的结论，但我们所推理出的正确性也许仍然是错误的。

人的心思喜欢逻辑、秩序和理性；它喜欢处理能够理解的事情。因此，我们倾向于把事情分门别类地存在意念里：“一定是这样，因为它放在这里刚刚好。”我们心里觉得舒坦的事，却有可能完全是错误的。

使徒保罗在罗马书九章1节说：“我在基督里说真话，并不谎言，有我良心被圣灵感动，给我作见证。”保罗知道他所做的事是对的，不是出于理性的考虑，而是因着他在灵里受感同证。

如前所述，心思有时候是可以帮助灵的，心思与灵可以一同运

作,但灵的机制在受造上更为尊荣,在层次上比心思还高。

我们在灵里若知道一件事是错的,就不应该容让理性说服我们去做。同样地,若知道某件事是对的,也不能允许理性游说我们不去做。

神在许多议题上赐给我们理解的悟性,但我们与祂同行或是顺服祂时,却不需要每件事都了解。有些时候,神在我们里面留下一个大问号,成为我们生命中扩增信心的工具,而未获解答的疑问能将肉体的生命钉死在十字架上。对人类而言,要放弃理性单单相信神是十分困难的,可是一旦完成此过程,心思就可以进入安歇之处。

理性是心思里最忙碌的活动之一,它专门拦阻洞察力和启示性知识的形成。头脑的知识和启示性知识之间有一段相当大的差距。

我不知道你的想法,但我个人希望神启示我的方式,是透过灵使我明白在我心思里所接收到的启示是正确的。我不想要理性、推演或逻辑化的智慧,更不想绕着同一个议题反复推敲至精疲力尽而困惑不已。我要经历出于相信神、而非相信自己的见解和理解力所得着的心灵平安。

你我必须成长到一个阶段,才能够明白祂知道所有的事。即使我们一无所知,也将因着有这样的认知而心满意足。

定意只知道基督

“弟兄们,从前我到你们那里去,并没有用高言大智对你们宣传神的奥秘,因为我曾定了主意,在你们中间不知道别的,只知道耶稣基督并祂钉十字架。”(哥林多前书二章1—2节)

这是保罗对付知识和理性的方式,我已经明白确认了。虽然花

费了相当长的一段时间,但我终于在许多体验中领悟到,我知道得越少就越快乐。有时候发现得太多,反而令我们郁郁寡欢。

我一直都是一个好奇心强烈,喜欢追根究底的人。我非得把每件事都弄懂才觉得满足。神开始向我显明,顽梗的理性是造成我困惑的根源,并且拦阻我领受神的赏赐。祂说:“乔伊丝,你若期望能拥有慎思明辨的能力,就必须先放下属肉体的理性。”

现在我才明白,过去的我必须把事情想通才会有安全感。我不希望生命中有任何疏漏。我要握有掌控权,对于无法理解的事,我就会觉得超出掌控之外而感到恐惧,但我仍感到缺少些什么。我的心中没有平安,理性的思考让我的肉体精疲力尽。

这种错误的心理活动会让你的肉体疲惫,身心俱疲。

神要我放弃理性,我也要对任何沉溺在理性思考中的人提出强烈的建议。没错,我说的是沉溺在理性思考中。我们会沉迷在错误的心理活动中,就如有人会沉迷在药物、酒精和烟瘾中一样。我曾经沉溺在理性中,当我放弃时,生命便出现退缩的症状。我感到失落和恐惧,因为我再也不知道发生什么事了。我甚至感到无聊。

我的心曾经不停地忙碌于理性运作,当我放弃时,我还得适应心中所出现的平静。有一段时间似乎挺无聊的,但现在我爱这种感觉。以往我的心总是忙碌地在每件事上运作,如今我却无法忍受理性思考所带来的痛苦和其中的心神操劳。

理性并不是神所要的正常心态。

你要有所认知,至少对于想得胜的基督徒——想在这场心思的战役上打胜仗的一般信徒而言,当你的心思充满理性的运作时,就不正常了。

11 质疑不信的心

耶稣赶紧伸手拉住他，说：

“你这个信的人哪，为什么疑惑呢？”

（马太福音十四章 31 节）

祂也诧异他们不信，就往周围乡村教训人去了。

（马可福音六章 6 节）

我们经常把质疑和不信相提并论，好像它们是同一回事。事实上，它们彼此间虽然有关联，却又不尽相同。

威氏圣经字辞注解辞典特别将质疑的动词形式定义为：“……脚踏两只船……意即不确定何者为是；……小信之人的说法……焦虑，归咎于意念上的错乱状态，在盼望和恐惧之间摇摆。”

在同一本字典里标示，希腊文里有两个经常被译为不信的字，其中一字在英王钦定本的修订版（the Revised Version of the King James Translation）里总是译为“不顺服”。

当我们细察仇敌这两个有力的工具时，会看到质疑导致一个人摇摆在两种看法里，而不信则导致不顺服。

我认为，认清魔鬼企图用何种伎俩展开攻击，对我们是有帮助的。我们要对付的究竟是质疑还是不信？

质疑

“……你们心持两意要到几时呢？”（列王纪上十八章 21 节）

我曾听过一个故事，可在质疑方面提供一点亮光。

有一个生病的人对着自己的身体宣告神的话，他引用医治的经文并且相信自己就要得医治，当他这么做时，却因为一股质疑的想法袭上心头而遭到中断。

一段煎熬之后，就在他开始感觉到挫折时，神开启他的眼目让他看到属灵世界的光景。他看到的情形如下：有一个邪灵正在对他说谎，告诉他不可能得医治的，即使宣告神的话也是枉然。但他同时也看到，每一次他宣告神的话，就会有光芒如利剑般从他口中射出，而邪灵就瑟缩后退。

当神将这异象显明给他看时，这人才恍然大悟，为何口里不断地说出神的话是如此重要。他看到自己的确是有信心，所以邪灵要用质疑来攻击他。

质疑并非从神而来的。圣经上说，神赐给每一个人一定程度的信心（参考罗马书十二章3节）。神已把信心摆在我们心里，但魔鬼用质疑来攻击我们，企图否定我们的信心。

质疑会以思想的形式出现，它与神的话是敌对的。这就是为何明白神的话语是如此重要。我们若认识神的话，就可以在魔鬼向我们施展谎言时明察秋毫。你要知道，它的谎言是为了窃夺耶稣基督透过祂的死和复活，为我们所买赎的一切宝贵应许。

质疑和不信

“他在无可指望的时候，因信仍有指望，就得以作多国的父，正如先前所说：‘你的后裔将要如此。’他将近百岁的时候，虽然想到自己的身体如同已死，撒拉的生育已经断绝，他的信心还是不软弱，并且仰望神的应许，总没有因不信心里起疑惑，反倒因信，心里得坚固，将荣耀归给神，且满心相信，神所应许的必能作成。”（罗马书四章18-21节）

每当我进入战场，明知神的应许却仍受到质疑和不信的攻击时，我喜欢用心地读或是默想以上的经文。

亚伯拉罕已蒙神应许，要赐给他从其本身嫡出的继承人。年复一年，亚伯拉罕和撒拉依旧膝下无子。但亚伯拉罕仍坚立在信心中，相信神所说的必定应验。当他刚强站立时，也受到质疑的想法攻击，不信的灵迫使他不服神。

在这种情况下，所谓的不顺服可能只是在神鼓励我们坚持时放弃而已。不顺服不单是指违反了十诫，凡漠视主的声音，或任何神对个人所说的话，都是不顺服。

亚伯拉罕持续坚定的立场。他持续赞美神，并且将荣耀归给神。圣经上说，当他如此做时，反倒因信而心里得坚固。

可见当神告诉或要求我们一些事时，相信和执行的信心是随着神的话一起出现的。神若期望我们去做一些事，却不量给我们信心有能力做到，岂不是很荒谬吗？撒但知道，当我们的信心充满信心时是多么具有威胁力，所以它会用质疑和不信来攻击我们。

并非我们没有信心，只是撒但企图以谎言来摧毁我们的信心。

让我举个例子，那是当我领受事奉的呼召时所发生的事。那天早晨与平日无异，惟一不同的是，我在三星期前经历了圣灵充满。当时我才刚听完第一卷教导的录音带，由雷·默思侯德(Ray Mossholder)所主讲的“跨越至对岸”(Cross Over to the Other Side)。我的心受到搅动，并且诧异有人竟可以单就一节经文教导了整整一个小时，而且整段的内容都很生动有趣。

当我在整理床铺时，心中突然兴起一股教导神话语的强烈欲望。然后主的话临到我：“你将走遍各地去教导我的话，以发行大量教导性质的录音带作为事工。”

没有任何现实的理由支持我，使我相信神真的对我说话，或相信我可以做到任何我以为我所听到的事。我自己里面也还有许多问题。我实在不像个教导型的人，但“神却拣选了世上愚拙的，叫有智慧的羞愧；又拣选了世上软弱的，叫那强壮的羞愧”(哥林多前书

一章 27 节)。“因为耶和华不像人看人,人是看外貌,耶和华是看内心。”(撒母耳记上十六章 7 节)心态如果是正确,神是可以改变肉体的。

虽然没有任何事实显示我应该相信,但这股欲望涌上心头时,我对于主要我做的事却充满了信心。当祂呼召时,祂同时也赐下完成工作的欲望、信心和能力。但我也要告诉你,在我装备和等待的几年时间里,魔鬼不时以质疑和不信来攻击我。

神在祂百姓的心中赐下异梦和异象;刚开始只是像一颗小小的种子,就像妇人怀孕时,她的子宫里有一颗受精卵,当神对我们说话或有所应许时,我们可以说好像怀了属灵的身孕一般。在“怀孕”期间,撒但会猛烈出击,企图使我们放弃梦想。祂所使用的工具之一就是质疑,另一个是不信。两者皆与意志力抗衡。

信心是来自灵里的产物,是属灵的力量。仇敌不愿我们的心思与灵和好。祂知道当神赐给我们做一件事的信心时,我们就会变得积极,开始不断地相信真的可以做到,自然就对祂的国度造成严重的损害。

继续行在水面!

“那时,船在海中,因风不顺,被浪摇撼。夜里四更天,耶稣在海面上走,往门徒那里去。门徒看见他在海面上走,就惊慌了,说:‘是个鬼怪!’”便害怕,喊叫起来。耶稣连忙对他们说:“你们放心,是我,不要怕!”彼得说:“主,如果是你,请叫我从水面上走到你那里去。”耶稣说:“你来吧。”彼得就从船上下去,在水面上走,要到耶稣那里去;只因见风甚大,就害怕,将要沉下去,便喊着说:“主啊,救我!”耶稣赶紧伸手拉住他,说:“你这个信的人哪,为什么疑惑呢?”他们上了船,风就住了。”(马太福音十四章 24-32 节)

我要特别强调最后一节，因为我要你注意仇敌在这段经文中的计谋。彼得在耶稣的命令下踏出船外，去做一件他未曾做过的事。事实上，除了耶稣以外，谁也没做过这样的事。

这需要信心！

彼得犯了一个错；他花太多时间定睛在暴风雨上，以致心生恐惧。质疑和不信如大浪压顶席卷而来，于是他开始往下沉。他向耶稣大声呼救，祂就来搭救他。但请注意，当彼得一回到船上，暴风雨就止息了。

还记得罗马书四章 18-21 节说，当亚伯拉罕想到他无能为力的处境时并没有动摇？亚伯拉罕知道真实的状况，但他与彼得不一样，我不认为他经常想这件事，或成天谈论这件事。你我对于置身的处境可能有所认知，然而我们要刻意让自己的心专注在积极造就并使信心增强的事上。

亚伯拉罕之所以忙于赞美神，归荣耀给神的原因就在此。当我们在情况明显不利时仍持续做认为对的事，就是荣耀神。以弗所书六章 14 节教导我们，在属灵争战时，我们要束紧真理的腰带。

当你生命中的风暴来袭时，要站稳脚步，仰起脸来如火石般坚硬，定意靠着圣灵而能立稳在船外！一旦你放弃而爬回安全的地带时风暴通常也就止息了。

魔鬼在你的生命中掀起风浪来威吓你。在风暴中谨记，心思就是战场。别凭着感觉和想法下决定，要先在灵里确认。当你这样做时，便会发现同一个异象自始至终都存在。

不容许任何摇摆

“你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人，也不斥责人的神，主就必赐给他。只要凭着信心求，一点不疑惑；因为那疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾，这样的人，不要想从主那里得什么。”（雅各书一

我的牧师雷克·薛尔顿(Rick Shelton)说了一个故事,当他从神学院毕业而寻求何去何从时,感到十分困惑。神曾经把一个强烈的感动摆在他心中,要他毕业后回到密苏里州的圣路易市(St. Louis),开拓一个地方教会,这也正是他原先的打算。然而就在动身的日期迫近之际,他的口袋里却只有大约美金五十元,同行的还有身怀六甲的妻子和一个孩子。他的处境显然不是很好。

在此抉择期间,他受到两个大型事奉机构的延揽邀请,并且提供他优厚的待遇。不仅事奉的机会很吸引人,有幸成为任一机构的一份子都足以使他心满意足。他考虑的时间愈长,愈觉得困惑。(看来质疑先生已经来拜访他了,不是吗?)

他曾经很确信自己要做什么,而今,他却在抉择中摇摆。既然他的处境不利于回圣路易市,接受两机构之一的聘请就显得诱人多了,但接受任何一方又都令他感到不平安。最后,他请教提供他工作机会的其中一位牧师,这位牧师很有智慧地说:“去退修吧!找一个安静的地方,先让脑筋休息休息。然后看看你的内心深处,看到什么就去做吧!”

当他照这位牧师的建议去做时,很快就发现,他在内心深处所看到的就是圣路易市的教会。他不知道就手上仅有的资源要如何去开拓一个教会,但他顺服地去做,结果极其美好。

今日的雷克·薛尔顿是密苏里州圣路易市基督徒生命中心(Life Christian Center)的创办人兼主任牧师。最近,基督徒生命中心更成为近三千人聚会的全球性教会。多年来,数千人的生命透过这个教会得到祝福,命运被翻转。我也在这间教会担任过五年的助理牧师,而我所事奉的机构“生命真道”(Life in the Word),就是在那一段期间成立的。想一想,当初薛尔顿牧师如果是被他的头脑而非心来引导,魔鬼透过质疑和不信所偷窃的价值将有多么惊人!

质疑是一种选择

“早晨回城的时候，祂饿了，看见路旁有一棵无花果树，就走到跟前；在树上找不着什么，不过有叶子，就对树说：‘从今以后，你永不结果子！’那无花果树就立刻枯干了。门徒看见了，便希奇，说：‘无花果树怎么立刻枯干了呢？’耶稣回答说：‘我实在告诉你们，你们若有信心，不疑惑，不但能行无花果树上所行的事，就是对这座山说：‘你挪开此地，投在海里！’也必成就。你们祷告，无论求什么，只要信，就必得着！’”（马太福音二十一章 18-21 节）

当耶稣的门徒觉得稀奇，问祂如何能够单凭一句话就摧毁无果树时，祂一针见血地回答他们：“你们若有信心，不疑惑，就能像我一样行无花果树上所行的事，并且要作比这更大的事。”（参考约翰福音十四章 12 节）

我们已经从圣经中了解，信心乃是神的恩赐，所以我们都有信心（参考罗马书十二章 3 节）。但质疑是一种选择，是魔鬼攻击我们心思的伎俩。

既然想法是可以作选择的，当质疑造访时你应该学会分辨，并且向祂说：“不了，谢谢。”然后继续相信神！

选择权在你！

不信即是不顺服

“耶稣和门徒到了众人那里，有一个人来见耶稣，跪下，说：‘主啊，怜悯我的儿子！他害癲癲的病很苦，屡次跌在火里，屡次跌在水里；我带他到你门徒那里，他们却

不能医治他。’耶稣说：‘喂！这又不信，又悖谬的世代啊。我在你们这里要到几时呢？我忍耐你们要到几时呢？把他带到我这里来吧！’耶稣斥责那鬼，鬼就出来；从此孩子就痊愈了。门徒暗暗地到耶稣跟前，说：‘我们为什么不能赶出那鬼呢？’耶稣说：‘是因你们的信心小。’”（马太福音十七章 14-20 节）

记住，不信导致不顺服。

耶稣也许已经教过门徒面对此类案例的特定做法，然而他们的不信导致了不顺服，因此不能成功。

重点在于任何情况下，不信就如同质疑，两者都会使我们无法完成神在我们生命中的呼召和膏抹。也使我们无法经历当灵魂平静安稳在祂里面时，祂要我们得享的安息。

安息日的安息

“所以，我们务此竭力进入那安息，免得有人学那不信从的样子跌倒了。”（希伯来书四章 11 节）

假如你把希伯来书第四章读完，便会发现里面谈到另有一“安息日”的安息为神的子民存留。在旧约，安息日被视为休息的日子。在新约，安息日的安息是指属灵的安歇处。我们可以拒绝忧虑和不安，这是每位信主之人都享有的特权。身为基督徒，你我都可以进入神所预备的安息。

经由仔细地观察，希伯来书四章 11 节指出，除非透过相信，我们无法进入安息，不信和不顺服会导致我们错失安息的权益。不信使我们停留在“旷野的生活”中，但耶稣提供了一个永久的安息之处，惟有过一个倚靠信心的生活才能居住在其中。

本于信，以至于信

“因为神的义正在这福音上显明出来，这义是本于信，以至于信，如经上所记：‘义人必因信得生。’”（罗马书一章 17 节）

我记得一个事件，可以很清楚地把这个观点阐明出来。一天傍晚，我绕着自家的房子走，想做一点家事，当时我很不快乐。我丝毫没有喜乐——心中没有一点平安。我不断地问神：“我究竟有什么不对劲的地方？”我经常有这种感觉，而我是真的想知道自己的问题出在哪里。我一直努力遵行与耶稣同行时所学到的一切，但其中显然缺少了什么。

就在那一刻，电话铃响了起来，我在接听时一面说，一面用拇指滑过一盒别人送我的经句卡。我从未认真看过这些卡片，只是在讲电话的时候随意翻翻而已。挂了电话后，我决定随便抽一张出来，看看是否能得到一些激励。

我一抽就抽出罗马书十五章 13 节：“但愿使人有盼望的神，因信将诸般的喜乐、平安，充满你们的心，使你们藉着圣灵的能力，大有盼望！”

我看到了！

所有问题的症结就在于质疑和不信。我因为相信魔鬼的谎言而造成自己不快乐。我一直都很消极，无法喜乐平静，因为我不信。活在不信中的人是不可能拥有喜乐和平安的。

定意相信神，而非魔鬼！

学习活在因信以至于信中。根据罗马书一章 17 节所说，如此神的义才会显明出来。主不得不向我显明，我若不能活在因信以至于信中，就会经常从信沦为质疑和不信。也许我会回到信心中一段时间，之后又转向质疑和不信。我会周而复始地在其中游走，所以

生命中才会有这么多的问题和不幸。

记住,根据雅各书一章 7-8 节所说,心怀二意的人,在他一切所行的路上都没有定见,这样的人,不要想从主那里得什么。下定决心不再心怀二意,不要再活在质疑中了!

神为你计划了丰富美好的生命,别让撒但透过谎言从你身上把它偷走。反之,你要“将各样的计谋,各样拦阻人认识神的那些自高之事,一概攻破了;又将人所有的心意夺回,使他都顺服基督”(哥林多后书十章 5 节)。

12 忧虑不安的心

不要心怀不平……。

(诗篇三十七篇 8 节)

不安和忧虑直接攻击我们的意念，企图转移我们服事神的心志。仇敌也会用这两种折磨来削减我们的信心，使它不能帮助我们得胜。

有些人忧虑的毛病严重到几乎可以说是沉溺在其中。他们自己若是没有问题可忧虑，就会担心起别人的情况。我曾经有过这样的问题，所以最有资格来描述这种状况。

因着我总是处于忧虑中，所以从未享受过耶稣以死为我换取的平安。

忧虑的人不可能活在平安中。

平安不是可以平白就加在一个人身上的东西；它是圣灵的九种果子之一(参考加拉太书五章 22 节)，果子是由于常在葡萄树上而结出来的(参考约翰福音十五章 4 节)。这又与希伯来书第四章，以及圣经中其它提到关于“神的安息”之经文有关。

圣经中有多次提到忧虑(worry)的情形，在不同的翻译版本中所用的字汇不尽相同。英王钦定本中不用“忧虑”这个词。除了“不烦恼”(参考诗篇三十七篇 8 节，和合本译为“心怀不平”)外，其它用以警告忧虑的例句有“不去想”(参考马太福音六章 25 节，和合本译为“不要……忧虑”)；“一无挂虑”(参考腓立比书四章 6 节)；“将一切顾虑卸下……”(参考彼得前书五章 7 节)。我经常使用扩大版的圣经，里面对于同一主题囊括了数种译本的不同遣词。为了使以下的教导单纯化，我会统一使用“忧虑”这个字。

忧虑的定义

韦氏字典对于忧虑的定义如下：“不及物动词：感觉不安或困扰……；及物动词：使感觉焦虑，苦恼或困扰……；名词：……持续担忧的来源。”我还听过有人将之定义为：以困扰的想法自我折磨。

当我听到“以困扰的想法自我折磨”这种说法时，当下就觉得自己高明多了。我相信每个基督徒亦是如此；信主的人有一定程度的智慧，而不致坐困愁城自我折磨。

忧虑决不能改善任何事，所以何不放弃它呢？

还有另一种定义也给了我亮光：“喉咙被对方的牙齿咬住，并加以甩动或撕裂，如同动物彼此间的攻击方式，或遭受连续抓咬及啃噬的攻击。”

我细思这段定义后，有了以下的联想——魔鬼运用忧虑在我们身上所做的，完全符合上述情节。当忧虑发生时，即使只持续数小时，我们的感受正是如此——好像有人攫住我们的喉咙，再摇撼我们，直到我们耗尽精力而不支。纷至沓来而缠绕紧箍住我们的思绪，就像连续抓咬及吞噬的攻击。

忧虑绝对是来自撒但对我们心思所展开的攻击。有一些关于心思的教导和指示是信主之人应该去做的，而仇敌绝不会袖手旁观任由我们照做，所以魔鬼就尝试把各样错谬的思想灌输给我们，使我们的心忙碌不堪以致无暇充分发挥神起初创造时的功能。

我们会在下一章再讨论对付心思所该做的事，但现在让我们继续对忧虑的研究，直到得着完全的启示，以明白它实际上是多么地无用。

当我们感觉忧虑来袭时，最好读读马太福音六章 25—34 节。让我们一节一节拆开来，以明白主在这个重要的议题上要对我们说些什么。

生命不胜于物质吗？

“所以我告诉你们，不要为生命忧虑吃什么，喝什么，为身体忧虑穿什么。生命不胜于饮食吗？身体不胜于衣裳吗？”（马太福音六章 25 节）

生命质量的高低，在于我们是否能尽情享受其本质。耶稣在约翰福音十章 10 节中说：“盗贼来，无非要偷窃、杀害、毁坏；我来了，是要叫羊得生命，并且得的更丰盛！”撒但企图用各种方法从我们身上偷走这样的生命——方法之一就是忧虑。

马太福音六章 25 节教导我们，生命之中没有需要忧虑的事——从任何角度来看都没有！神所供应的生活质量绝佳，足以包含所有其它的一切。然而我们若忧虑这些事，不但会失去这一切，还要赔上祂期待我们拥有的生活。

你们不比飞鸟贵重得多吗？

“你们看那天上的飞鸟，也不种，也不收，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？”（马太福音六章 26 节）

花一点时间来赏鸟，也许对我们有点益处。这正是神告诉我们要去做的事。

即使不能每天，至少有时间就可观察，提醒自己这些成天飞来飞去的鸟儿受到多么好的照顾。它们并不知道下一顿的着落，然而，我从未见过哪只树梢上的鸟儿会因为忧虑而精神崩溃。

主耶稣在这里所强调的重点其实很简单：“你们不比飞鸟贵重得多吗？”

即使你的自我评价再低，也该相信你比一只鸟贵重许多，看看你的天父是如何眷顾它们的。

忧虑能使你得到什么？

“你们那一个能用忧虑使寿数多加一刻呢？”（马太福音六章 27 节）

我们很快就可以抓到这段话的重点，忧虑不但一无是处，更不能成就任何美好的事。若果如此，何必忧虑，何必担心呢？

何必如此担心？

“何必为衣裳忧虑呢？你想野地里的百合花怎么长起来，它也不劳苦，也不纺线；然而我告诉你们，就是所罗门极荣华的时候，他所穿戴的，还不如这花一朵呢！你们这小信的人哪！野地里的草今天还在，明天就丢在炉里，神还给它这样的妆饰，何况你们呢！（马太福音六章 28—30 节）

耶稣用受造物之一来举例说明祂的重点，野地的花不费任何功夫就可以得到如此的照料，它的美甚至远胜过所罗门王极荣华时一身的穿戴。如此，我们当然可以相信自己必蒙眷顾，必得供应。

因此，不要忧虑或不安！

“所以不要忧虑说，吃什么？喝什么？穿什么？”（马太福音六章 31 节）

我喜欢在这节经文里再加一个问句：“做什么？”

我想撒但派出它的差役也不用做什么，只要成天在基督徒的耳朵旁重复这些句子就够了，它们以各种疑难杂症煽动基督徒，我们就浪费宝贵的时间尝试寻我答案。魔鬼不断在我们心思的战场里掀起战事，企图使基督徒卷入既损兵折将又耗费成本的长期抗战。

请注意在第 31 节的部分经文里，神指示我们不要忧虑。记住，“心里所充满的，口里就说出来。”（马太福音十二章 34 节）仇敌知道，如果它能在我们心里塞进够多的错谬，这些东西迟早会从我们的口里冒出来。我们口中的言语十分重要，因为言语会确认我们有信心，或是缺乏信心。

寻求神，而非恩赐

“这都是外邦人所求的，你们需用的一切东西，你们的天父是知道的；你们要先求祂的国和祂的义，这些东西都要加给你们了。”（马太福音六章 32—33 节）

神的儿女与世人显然大不相同！世人追求物质，我们追求的则是神。祂已经应许如果我们这样做，祂会把一切所需用的都加添给我们。

我们要学习寻求神的面，而非祂赏赐的恩手！

我们的天父乐于将美物赏赐给祂的儿女，只要它们不会成为我们追求的目标。

我们祈求前，神就已经知道我们的需要。我们只要让祂知道我们的需求（参考腓立比书四章 6 节），祂就会在适当的时机应允我们。忧虑帮不上一点忙。事实上，它只会拦阻我们的脚步。

一天的难处一天当就够了

“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。”（马太福音六章 34 节）

我喜欢把忧虑和不安形容为：用今天的时间来猜想明天的事。让我们学习按着神的心意，善用祂所赏赐的时间。

生命是活在每一个此时此刻中。

不幸的是，绝少人知道如何尽情地过每一天，而你也可以成为其中的一份子。耶稣说：撒但——我们的仇敌，它来是要偷窃你的生命（参考约翰福音十章 10 节）。别容许它再这么做！别浪费今天的时间去担心明天的事。今天已有够多要忙的事，需要你的全神贯注，神在你身上的恩典够你处理今日所有的需要，明日的恩典在天明之前不会来到——所以，别浪费今天了！

不烦恼也不焦虑

“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。”（腓立比书四章 6 节）

这是另一个在忧虑展开攻势时，可以默想的好经文。

我要强力提倡在口中宣告神的话。神的话是两刃的利剑，必需挥舞用以抵挡仇敌（参考希伯来书四章 12 节；以弗所书六章 17 节）。当攻击来临时，剑在鞘中是发挥不了作用的。

神已经把祂的话赏赐给我们，使用它吧！要学习像这样的经文，当仇敌攻击时，拿起耶稣也使用过的相同兵器——神的话——迎头痛击它吧！

赶走想象

“将各样的计谋，各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了；又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。”（哥林多后书十章5节）

当你的思想使你无法认同神的话语时，命令仇敌闭上嘴巴最好的方式，就是宣告神的话语。

基督徒带着信心，由口中发出神的话语，是赢得忧虑不安之战惟一最有效的兵器。

将忧虑卸给神

“所以，你们要自卑，服在神大能的手下，到了时候，祂必叫你们升高。你们要将一切的忧虑卸给神，因为祂顾念你们。”（彼得前书五章6—7节）

当仇敌试图丢给我们一个问题时，我们有特权可以把它丢给神。“丢”(cast)这个字的意思，是把它像球一样地投或掷出去。我们可以把问题像球一样投或掷给神，相信我，祂会接住的。祂知道该怎么处理。

这段经文让我们知道，自我谦卑的意思乃是不要忧虑，忧虑的人仍认为他总有办法解决自己的问题。忧虑是意念急速地运转，试图为自己的处境找出解决的方法。骄傲的人充满自我，而谦卑的人充满神。骄傲的人忧虑，而谦卑的人等候。

惟有神能拯救我们，祂要我们知道这点。所以，在每一种景况里，我们即刻的回应就是倚靠祂，进入祂的安息。

神的安息

“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，我们也不知道怎样行，我们的眼目单仰望你。”（历代志下二十章 12 节）

我喜爱这段经文！经文中的人其处境已达到一个地步，并且领悟到三件确定的事：

- 一、他们无力抵抗仇敌；
- 二、他们不知当如何行；
- 三、他们必须仰望神。

在同一段描述中的第 15—17 节，我们看到：当他们有了这层领悟并完全将之陈明给神后，主立即告诉他们：

“不要因这大军恐惧惊慌，因为胜败不在乎你们，乃在乎神。明日你们要下去迎敌，……这次你们不要争战，要摆阵站着，看耶和華為你们施行拯救。”

“要摆阵站着……”，我们的战斗位置在哪里？其一是住在耶稣里，进入神的安息。再则是把眼目定睛于神，持续等候祂，照祂所指示的一切去做，警戒肉体的轻举妄动。

提到进入“神的安息”，我想这么说：没有对比则无所谓“神的安息”。

为了更清楚地说明，我要分享一则我听来的故事。有两名艺术家同时受到邀请，以平安为主题画出他们个人的感受。其中一名画家画了一座平静无波的湖，隐密在远山中。另一名画家则画了一座

气势磅礴，水势汹涌的瀑布，有一株桦木兀自斜立在其中，树枝上有一只鸟静静地安歇在鸟巢里。

哪一幅画最能表现平安？答案是第二幅画，因为如果没有对照就显不出平安来。第一幅画所表现的是静谧，它所呈现出来的景致可说是风平浪静中的宁静，让人产生前往休养生息的欲望。它也许是一幅美丽的景色，却不能表达出“神的安息”。

耶稣说：“我留下平安给你们，我将我的平安赐给你们，我所赐的，不像世人所赐的。”（约翰福音十四章 27 节）祂的平安是属灵的平安，祂的安息——并非是在风雨平息后，乃是呈现在暴风雨肆虐中。耶稣来并不是要挪去生命中所有的逆境，而是帮助我们对于生命中的风暴能有不同的面对方式。我们当负祂的轭，学祂的样式（参考马太福音十一章 29 节）。意即我们要学祂的样式，以祂的样式迎向生命。

耶稣并不忧虑，所以我们也不需忧虑。

你若在停止忧虑前期待生命中无忧虑之事，恐怕你有得等了，因为那一天永远也不会来临的。我这么说并非消极，只是诚实以对！

马太福音六章 34 节建议我们不要为明天忧虑，是因为一天自有一天的难处。耶稣既然这么说了，祂当然是绝不可能消极的。在暴风雨中享受神的安息而得平安更能荣耀主，因为如此一来更加证明祂的方式的确奏效。

忧虑！忧虑！忧虑！

我曾经浪费了好多年的生命，忧虑我无能为力之事。我真希望时光能够倒流，好让我以不同的方式来面对那些事。然而你一旦用尽了神所给你的时间，想讨回来或是换个做事方式都是不可能了。

相反地，外子从不忧虑。有些时候我会恼羞成怒，因为他从不

跟我一起担心，也不加入我消极的谈论，诸如神不会成就，不会满足我们的需要云云。譬如说，我会坐在厨房里，两眼直盯着账单与支票本，愈来愈沮丧，因为账单金额比存款余额还高。而戴夫则在隔壁房间里跟孩子们玩，他一面看电视，一面任由孩子们在他背上跳上跳下，还把我的发卷卷到他头上去。

我还记得自己用很不高兴的口气对他说：“你怎么不过来想想办法，我已经伤透脑筋了，而你还在玩！”当他回答我：“你要我怎么做？”时，我总是火冒三丈，我们的经济状况已到绝望的谷底了，他怎么还有心情玩。

戴夫总会安抚我，提醒我：神总是满足我们的需要，我们只要做该做的部分（什一奉献，甘心祭、祷告和相信）神必会继续祂的部分。（我必须澄清，当我忧虑的时候，戴夫则充满信心。）通常在这种情况下，我会走进房间加入戴夫和孩子们，然而不一会儿，那些想法又会潜回我心里，我又开始：“但我们该怎么办？我们要拿什么来支付这些账单？万——……”

然后，我就会看见悲惨的灾难像电影情节一般，一幕幕出现在我的想象中——房子遭到法院拍卖、车子被没收，还有不断向亲戚朋友伸手求援的窘境。你看过这样的“电影”，或者类似的念头不断地在你脑海里闪过吗？一定有，否则你不会看这本书。

张牙舞爪地发表完魔鬼透过我所转插的余兴节目之后，我会晃回厨房，拿出所有的账单，计算器和支票本，再度埋首在一堆数字里。我会愈算愈沮丧，接下来，先前那一幕又会再度上演！我会对着戴夫和孩子们大吼大叫，因为当我扛起家中所有“责任”时，他们却忙着玩乐！

事实上我所扛的并非责任，而是神特别吩咐我们可以卸给祂的重担。

如今当我回首来时路时，才明白我在早年的婚姻生活中，平白浪费了许多祂所赏赐的晚间时刻。祂所赏赐的时间是宝贵的礼物，我却双手奉上给了魔鬼。你的时间掌握在你手中，明智地善用它，

就不会重蹈我的覆辙。

神用各种方式满足我们一切的需要，祂从不会让我们失望，一次也不会。神是信实的！

不要忧虑，要相信神

“你们存心不可贪爱钱财，要以自己所有的为足；因为主曾说：‘我总不撇下你，也不丢弃你。’”（希伯来书十三章5节）

当你担心神是否供应，是否能即时满足你的需用时，这是自我激励的绝佳经文。

主透过这段经文让我们知道，我们不需花心思在金钱上，过度如何为自己安排，因为祂会替我们照料这些事。祂曾应许总不撇下我们，也不丢弃我们。

做你该做的部分，别试图去做神的工作。那个担子太过沉重，你一不小心，就可能被压垮。

别担心。“你当倚靠耶和华而行善，住在地上，以祂的信实为粮。”（诗篇三十七篇3节）

这是神的应许！

13 论断、批判、怀疑的心

你们不要论断人，免得你们被论断。

(马太福音七章1节)

人生中的许多痛苦是来自于论断，批判和怀疑。人与人之间无以数计的关系遭受这类仇敌的摧毁。而心思又再度成为其逞凶的战场。

像是“我认为……”这类的想法可以成为魔鬼的工具，而使人感觉到被孤立。人们不喜欢与那些在每件事上都一定要发表意见的人相处。

我曾认识一位妇人，她的丈夫是一个财力雄厚的生意人。他大部分时候都很安静，而她却希望他能多说点话。他的知识很丰富，当他们一同出现在一些场合里，若有人开始一个话题，而这个话题正好又是他的专长，他大可发表一番真知灼见以增长大家的见闻时，他却一言不发，而这位太太总是气呼呼的。

一天晚上，他们两人赴宴回家后，她开始发难：“那些人说话的时候你怎么都不开口，把你所知道的告诉他们？你就光坐在那儿，好像什么都不懂似的！”

“我所知道的他们已经知道了，”他答道：“我试着安静倾听，让我可以学到别人所懂的东西。”

我可以想象这正是他何以如此富有的原因。不仅如此，他还很富有智慧！极少懂得赚取财富的人是没有智慧的，也极少有人不在人际关系中运用智慧而可以拥有朋友。

论断、坚持己见、和批判，是三种瓦解人际关系的利器。撒但当然希望我们遭受孤立和拒绝，所以它会在这三方面攻击我们。希望本章的内容能帮助我们辨认出错误的思想，并且学习如何对付怀疑。

论断的定义

在威氏新旧约字辞注解辞典里，被译为“评断”(judgment)的希腊字中，有一个字的部分定义是“关于他人错误的定论”，它的相关同义字为“定罪”(condemnation)。根据同样的资料来源，被译为“论断”(judge)的希腊字中，有一个字的部分定义是“评论”，它的相关同义字为“判决”(sentence)。

神是惟一有权利的定罪或判决者，因此，当我们互相论断时，若以某种形式来说，就是自升为高，且在他人的生命中扮演神的角色。

我不知道对你而言如何，但这个说法让我产生一点“出于敬畏神的惧怕”。我的胆子还不小，但我可不打算成为神！这些问题曾经是我个性中的主要缺陷，我相信我可以分享神对我的一些教导，成为你的帮助。

批评、评论和论断彼此间似乎有所关联，所以我们把这三者放在一起成为一个大主题来讨论。

我曾经是个喜欢批评的人，因为我似乎总是看得到对方的短处而非长处。有些人的个性特别倾向于这个缺点，然而有些乐观的人只看得到生命中“快乐而有趣”的一面，所以他们真的不太注意煞风景的事。愈是郁郁寡欢或是主导性强烈的人，愈是容易一眼就看到短处；一般而言，有这种个性的人通常都不吝于分享他们对人的消极评论及观感。

我们一定要明白，各人对于事情各有一套看法。我们喜欢告诉别人我们的想法，而这正是重点——我的想法对我来说也许是对的，但对你不尽然是对的，反之亦然。我们当然都知道“不可偷盗”是对的，没有人会有争议，但我在这里所说的是指，每天都会遭遇到的、千百种并无所谓对错而只在乎个人抉择的状况。这些抉择是人们在没有外在干预下有权自行决定的。

戴夫和我在许多事上的看法，简直可说是南辕北辙。如何布置房子就是其中之一。并不是我们彼此不喜欢对方的选择，但如果我们一起去买家居用品，我们看中的东西似乎永远不一样。原因很简单，因为我们是两个不同的人。他的意见跟我的一样好，我的意见相较于他也没什么不对，只是我们的意见不同而已。

我花了好几年的时间才明白，戴夫并没有什么不对劲的地方，他只不过是和我意见不同而已。理所当然地，我也让他知道，他不能接受我的意见让我觉得他大有问题。我的态度显然造成彼此间许多的摩擦，也伤害了我们的关系。

骄傲：“我”的问题

“我……对你们各人说，不要看自己过于所当看的，要照着神所分给各人信心的大小，看得合乎中道。”（罗马书十二章3节）

论断和批评的病灶是另一个更严重的问题——骄傲。当我们里面的“我”超过应有的份量，就会造成所讨论的这些问题。圣经重复地警告我们自高之事的严重性。

当我们在某个领域里表现优异时，是因为神的恩赐使然。倘若我们自高、自大、自以为是，会造成我们轻看别人，将他们视为“不如”我们。这种心态和想法最令主厌恶，并且在我们生命中为仇敌开了许多扇门。

敬而远之

“弟兄们，若有人偶然被过犯所胜，你们属灵的人，就当用温柔的心把他挽回过来；又当自己小心，恐怕也被引诱。你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督

的律法。人若无有，自己还以为有，就是自欺了。”（加拉太书六章 1—3 节）

仔细检视这段经文，很快就可知道在别人的弱点上我们当如何反应。它为我们应保持的心态设了尺度。我们对于骄傲应该要有一种“敬而远之”的恐惧，并且慎于批评以免造成论断。

你是谁，竟论断呢？

“你是谁，竟论断别人的仆人呢？他或站住，或跌倒，自有他的主人在；而且他也必要站住，因为主能使他站住。”（罗马书十四章 4 节）

让我们这样想吧：当你的邻居跑来你家门口，开始教训你应该给你的孩子穿什么衣服去上学，或是她觉得他们应该修什么课时，你会有何反应？或者，假如你的邻居走进门来告诉你，她不喜欢你的女佣打扫房子的方式，你会怎么回答她？

这正是本节经文的重点，每个人都是属神的，即便有软弱，祂自有办法使我们站立起来，并且使我们称义。个人是向祂负责，而非彼此监督；因此，我们不该以批评的方式彼此论断。

魔鬼不时忙着差遣邪灵在人的意念里散播论断批评的思想。我还记得自己以前常坐在公园或购物中心里，光是一面看着人来人往，一面针对着他们的衣着、发型，身边的同伴而在心里品头论足一番，就可以让我乐上好半天。我们很难避免自己不产生意见，但却不一定要表达出来。我相信，我们更可以成长到不需有那么多意见，即使有意见也非出于批判。

我常常对自己说：“乔依丝，这不关你的事。”当你不断思索你的意见直到它变成一种论断时，严重的问题就开始在你心里酝酿发酵。你愈想，它就愈发地长大，直到你把它表达出来，甚至面对你

所论断的人时也隐藏不住。最后，它就好像在你的人际关系上投了一颗杀伤力十足的炸弹，在属灵的领域里亦然。为避免将来的问题，你只要学着说：“这不关我的事。”

在我的家庭里，论断和批评是家常便饭，可以说它们是“陪着我长大”的。或许你也有相同的背景，这种情况就好像是用瘸腿来踢球一样。我一直尝试跟神“踢皮球”，我想照祂的方式行事、思考、为人，但我做不到。在我懂得“要改变行为就要先对付内心的坚固营垒”前，我着实过了好几年可悲的生活。

记住，在你的心态改变之前，你的行为是不会改变的。马太福音七章1—6节是关于批评、论断的经典经文之一。当你的心态在这方面出现问题时，读读这些经文。不但读，还要大声朗诵出来作为兵器，以抵挡企图在你心思里筑起营垒的魔鬼。它也许可以操作早已在你内心屹立多年的营垒，使它启动。

让我们来看看这段经文，我会分点、分项逐一地提出我的看法。

论断的种与收

“你们不要论断人，免得你们被论断，因为你们怎样论断人，也必怎样被论断；你们用什么量器量给人，也必用什么量器量给你们。”（马太福音七章1—2节）

这段经文只是简单地说明：“人种的是什么，收的也是什么。”（加拉太书六章7节）种与收的原则不单只是应用在农业和经济的范畴，在心理层面上的道理亦相通。就像栽种五谷和投资金钱会有所回报一样，我们的心态亦然。

我认识的一位牧师说，当他听到有人以不友善或论断的方式谈论他时，他会自问：“这是他们的栽种，还是我的收成？”有时，我们生命中的收成是自己先栽种在别人身上的。

医生,救你自己吧!

“为什么看见你弟兄眼中有刺,却不想自己眼中有梁木呢?你自己眼中有梁木,怎能对你弟兄说:‘容我去掉你眼中的刺’呢?你这假冒为善的人!先去掉自己眼中的梁木,然后才能看得清楚,去掉你弟兄眼中的刺。”(马太福音七章 3—5 节)

魔鬼喜欢让我们保持忙碌——忙着在心里论断人的错处。如此,我们对自己的错就视而不见,更无暇对付了。

我们无法改变别人,惟有神可以做到。同样地,我们也无法改变自己,但我们可以与圣灵同工,让祂来完成工作。然而,任何得释放的第一步,都是要去面对主尝试向我们显明的事实。

当我们对他人有不当的想法和言论时,通常会被蒙蔽而看不见自己。所以,耶稣命令我们不要着眼在别人的错处上,因为我们自己也犯了许多错。让神先来对付你,好让你学会以圣经的原则来帮助弟兄在基督里成长。

彼此相爱

“不要把圣物给狗,也不要把你们的珍珠丢在猪前,恐怕它践踏了珍珠,转过来咬你们。”(马太福音七章 6 节)

我相信这节经文是关乎神所赐给我们的彼此相爱的能力。

神命令我们要彼此相爱,如果你我有能力去做,却不去行,甚至还批评、论断人时,我们就是把圣物(爱)丢在狗和猪(邪灵)的面前,我们为它们开了一扇门,让它们践踏圣物,还转过来将我们撕

成碎片。

我们需要看见“行在爱中”可以保护我们抵挡魔鬼的攻击。我不相信魔鬼可以对真正行在爱中的人造成什么伤害。

当我怀有第四个孩子时，我已经是个基督徒了。我受过圣灵的洗礼，蒙召服事，同时也是个用功读圣经的学生。我已经学习如何操练得医治的信心。然而在我怀孕的最初三个月，我却孕吐得很厉害。我的体重减轻，体力消退，大部分的时间都躺在沙发上，只觉得恶心，疲惫，连动都不能动。

这种情况让我十分困惑，因为我在前三次的怀孕经历中感觉都很好。当时我并不太了解神的话语，我有教会的生活，却不太把信心运用在任何事上。而这一次是在我很熟悉神应许的情况下怀孕的，但我却很不舒服，再多的祷告和斥责魔鬼的争战都没有挪去我的病痛！

有一天当我躺在床上，听到后院传来戴夫和孩子们玩得很开心的笑声，我气急败坏地问神：“我究竟是怎么一回事？为什么我病得这么严重？为什么我没有好起来？”

圣灵催促我读马太福音第七章。我问主，这些经文对我和我的健康有什么关系。我一直觉得我应该一遍又一遍地读，最后，神开启我的记忆，让我想起数年前所发生的事件。

我曾经负责主领并教导一个家庭圣经班，其中有一个年轻的女士珍。珍一直很认真地参加每一次的课程，直到她怀孕了，后来她就很难固定参与，因为她总是觉得疲惫、不舒服。

那天当我躺在床上，我想起我和另一位姊妹当时是怎么议论珍的，我们说她“就是不能咬牙撑一撑”，好好地来上圣经课程。我们从未用任何方式帮助她，只是认定她是个弱者，用怀孕作为借口来遮掩她的懒散和自我放纵。

现在，我的景况与两年前的珍一样。神向我显明，虽然我前三次的怀孕过程很顺利，但当我批评、论断珍时，我向魔鬼敞开了一扇又大又宽的門。我拿了我的珍珠，也就是圣物（我爱珍的能力），

丢在狗和猪身上,现在它们转过来将我撕成碎片。我要告诉你,当时我很快就悔改了。当我一悔改,立刻恢复健康,身体状况在剩下的孕期中都十分顺利。

从此事件中,我学到一门很重要的功课,就是批评、论断他人所带来的危险。我真希望我能说,自此我再也不犯同样的错。但很遗憾,我不得不承认,之后我还犯了很多次相同的错。每一次,神都会对付我,为此我深深感恩不已。

我们都会犯错,我们都有软弱。圣经上说,我们不能硬着心肠,彼此以批判的灵相待;相反地,要以恩慈相待,存怜悯的心彼此饶恕,正如神在基督里饶恕了我们一样(参考以弗所书四章 32 节)。

论断带来定罪

“你这论断人的,无论你是谁,也无可推诿。你在什么事上论断人,就在什么事上定自己的罪;因你这论断人的,自己所行却和别人一样。”(罗马书二章 1 节)

换句话说,我们所论断人的事,我们自己也在做。

有一次,神给我一个很好的例子,帮助我了解这个原则。我正在想,为何有时当我们自己做某些事的时候会义正辞严,换成别人做时却被我们批评得体无完肤,祂说:“乔依丝,你透过有色眼镜看自己,看别人时却拿着放大镜。”

我们会为自己的行为找借口,然而当有人做出与我们所做的相同之事时,我们就显得很无情。我们愿意别人如何对待我们,就得如何待别人(参考马太福音七章 12 节),这是最好的生命原则,若是照做将可避免许多的批评论断。

论断的意念是消极意念的副产品——只看到人的缺点却看不见优点。要积极,别消极!

别人会因你而受益,然而你所得的益处会更胜于任何人。

保守你的心

“你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效是由心发出。”（箴言四章 23 节）

你若想要涌出生命的泉源，就得保守你的心。

有些想法是信主之人“不能去想的”——论断和批评即是。神想教导我们的一切，都是为了我们的好处和幸福。跟随祂的道带来结实累累；跟随魔鬼的路则带来败坏。

从怀疑而起的疑心

“爱是……凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。”
（哥林多前书十三章 7 节）

坦白说，要我顺服这段经文经常是一个挑战，我的成长背景让我生性多疑。事实上，我得到的教导是不该信任任何人，特别是假意对我好的人，这种人通常都有企图。

除了被教导对人和人的动机必须有所怀疑之外，我还经历许多对人的失望，他们发生在我成为活跃的基督徒之前，之后亦然。默想爱的构成要素，并且明白爱是凡事相信，对我重新建立心态大有帮助。

当你的心思已被毒化，当撒但已在里面攻城掠地时，你需要根据神的话语而心意更新——藉由学习和默想（思索，对己喃喃自语，想念）神的话语。

当要想往错误的方向发展时，圣灵便会在我们里面做出提醒，当我的思想充满对人的怀疑而非对人的爱时，神会对我有所提示。老我的想法是：“如果我信任人，只有被占便宜的份。”也许是吧，但

往后所得的益处却会远胜过任何负面的经验。

信任和忠实能带来生命中的喜乐，并增进人与人之间的关系使臻美好。

疑心会危害整个人际关系，甚至摧毁它。

至终的关键是：神的方式大有功效；人的方式则否。神谴责论断、批评和怀疑，我们也应该如此。爱神所爱，恶神所恶；包容祂所包容的，弃绝祂所弃绝的。

平衡的心态是最好的对策。这并不代表与人的相处不能使用智慧和分辨力。我们并不需要对每个人都袒徕相待，以致人人都有机会压榨我们。反之，我们也不需要用负面怀疑的眼光去看每一个人，永远预期别人会来占我们的便宜。

对神全然相信，对人慎思明辨

“当耶稣在耶路撒冷过逾越节的时候，有许多人看见祂所行的神迹，就信了祂的名。耶稣却不将自己交托他们，因为祂知道万人；也用不着谁见证人怎样，因祂知道人心里所存的。”（约翰福音二章 23—25 节）

有一次，当我经历令人失望的教会问题后，神让我注意到以上的经文。

这段经文是谈到耶稣和门徒的关系。里面说到祂不将自己交托他们，这并不是说耶稣怀疑或不信任他们，乃是因为祂了解人性（我们都有）；祂并不以失去平衡的方式把自己交托给人。

我学到一个好教训。我在教会里受到很深的伤害，因为我过度投入一个妇女团契以致失去了平衡。每当我们失衡时就为魔鬼开了一道门。

彼得前书五章 8 节说：“务要谨守，儆醒。因为你们的仇敌魔鬼，如同吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人。”

我过度倚赖团契里的姐妹们，把她们放在专属神的信任位阶上。人与人之间的关系是有限度的，若超越智慧的考量就会滋生问题，而我们则会从中受到伤害。

永远将你全然的信任放在神身上，这么做会为圣灵敞开门，当你越过平衡线时，祂会让你知道的。

有些人会将怀疑误认为慎思明辨。有一个圣灵的恩赐被称为辨别诸灵(参考哥林多前书十二章 10 节)。它能分辨善与恶，并非仅仅辨认出恶而已。怀疑来自未经更新的意念；慎思明辨则来自灵的更新。

为真恩赐来祷告——并非假冒圣灵恩赐的属肉体才干。分辨的灵会引发祷告的动力，而不是闲话。一个实际存在的问题若是由辨别诸灵的能力所分辨出来的，它会以属灵的方式来处理，而非以属肉体的方式散播问题，甚至把问题更复杂化。

良言使人甘甜而得医治

“智慧人的心教训他的口，又使他的嘴增长学问。良言如同蜂房，使心觉甘甜，使骨得医治。”(箴言十六章 23—24 节)

言语和心思如同骨与骨髓——密不可分(参考希伯来书四章 12 节)。

我们的心思如同无声的言语，只有我们自己和主听得到，但这些思想会影响我们的内在，我们的健康、喜乐和态度。我们心里所想的经常会脱口而出，不幸的是，这些思想有时会让我们的显得愚昧。论断、批评和怀疑绝不会带来喜乐。

耶稣说，祂来是要叫人得生命，并且得的更丰盛(参考约翰福音十章 10 节)！开始以基督的心为心，你将会步入全新的生命领域。

14 被动的心

我的民因无知识而灭亡。

(何西阿书四章 6 节)

若从被动的层面来看,上述经文就显得更为真实。大部分基督徒根本不熟悉被动这个词语,更不知该如何去分辨征状。

“被动”是“主动”的相对状态,它是一个危险的问题,因为神的话清楚地教导我们,我们必须谨守、儆醒,并且主动(参考彼得前书五章 8 节)——要将里面的恩赐如火挑旺起来(参考提摩太后书一章 6 节)。

我读过多种关于“被动”这个词的定义,我将之形容为缺少感动,缺少渴慕,漠不关心,不冷不热,以及懒惰,邪灵乃是背后的推手。恶者知道,无力、不能运用意志会使信徒起来奋力反抗。只要一个人用他的意志来抵抗恶者,仇敌就无法赢得争战。但是,如果他落入被动中,他的问题就大了。

许多信徒在情感上认定,只要缺少感动,就可以不做当作的事。他们愿意的时候才赞美,愿意的时候才施舍,愿意的时候才守承诺——如果心里不愿意,他们就不做。

空的地方也是地方

“也不可给魔鬼留地步。”(以弗所书四章 27 节)

我们往往留给撒但一个空旷之处。一个空洞、被动的心很容易被注满各式各样错误的心思。

一个心思被动而且不抗拒这些错误心思的信徒,往往会将这

些想法当成自己的想法。他不明白邪灵之所以将这些想法注入他的心中,是因为他的心里有空间可以填满。

让错误心思远离你心的方法之一,就是让你的心里充满正确的想法。魔鬼可以被赶逐出去,但是它会在无水之地过来过去,寻求安歇之处。路加福音十一章 24—26 节说,当祂回到老家而发现里面空无一物时,便会带着其他的鬼魔和它一起回来,那个人后来的景况就比先前更不好了。基于此因,除非一个人已经学会如何“填满空处”,否则我们绝不会尝试将他心中的邪灵赶逐出去。

这并不是说每个拥有邪恶心思的人,都拥有邪恶的灵魂。但是,邪恶心思的背后往往有邪灵在主导。一个人可以不断地抛下自己的想象,但是这些想象会一再地出现,除非他学会以正确的心思填满其空处。因此,当仇敌回来时,它在那个人的心里就找不到任何空间可以停留。

有积极的罪,或称之为行为的罪;也有被动的罪,就是怠慢的罪。换句话说,我们有做错的事,也有知道对而不做的事。举例而言,说话未经大脑可能会破坏关系,但是若忽略了当说而未说的感激之言,也可能破坏关系。

被动的人以为他没有做错事,因为他什么事都没做。在遭人质疑其错误时,他会说:“我什么都没做!”他的分析是对的,但是他的行为是错的。正因为他什么事都没做,问题才会产生。

胜过被动

几年以前,我的丈夫戴夫也有被动的问题。有一些事他会主动参与。他每周一至周五去上班,周六打高尔夫球,周日则观赏足球赛。除了这些事情之外,很难鼓励他去做别的事。如果我请他把一幅画挂在墙上,他可能要花三到四周的时间才能完成此事。这件事在我们之间造成极大的摩擦。在我看来,他只做他愿意做的事,此外他什么事都不做。

戴夫爱神，当他来到神面前将问题交给祂时，神让他看到被动及其危险性。他发现在他不愿主动的行为背后，有邪灵在运作。在某些领域里他没有问题，因为他在这些领域中持守他的意志；但是，在其他的领域中，当他采取不主动的态度时，基本上相当于将意志交给了仇敌。他在那些领域中遭受压迫，而且已经进入一个完全没有渴望、没有“愿意”、没有动机可以帮助他完成工作的地步。

研读神的话语和祷告，是其他两个处于被动的领域。由于我知道他并没有寻求神的指引，因此我很难听从他。而我一向有悖逆的问题，你可以看出魔鬼如何利用我们的弱点来对付彼此。许多人只因为这一类的问题就离婚了。他们真的不明白问题出在哪里。

事实上，我过度积极。我总是凭血气跑在神前面，“做我自己的事”，并且期待神祝福我所做的事。戴夫除了等候神之外，他不太采取行动，这种作法令我极端不满。如今我们回想自己过去的样子时，都会觉得好笑，但在那时候并不觉得有趣；假如不是神吸引了我们，我们可能已经成为离婚数据中的一分子了。

戴夫曾告诉我，我总是赶在神的前面，而我的回应则是说他落在神后面数里之遥。我过分积极，戴夫则过分被动。

当信徒在任何他拥有才干或天分的领域中采取被动的态度时，他的才干就会开始退化，或是变得动弹不得。一个人愈不做事，就越不想做事。最好的例子之一就是运动。

目前我参加一个很好的运动计划，我运动得越多，就越加容易。刚开始是非常困难的，每当我依照计划去行，总是觉得很痛苦，因为我一直缺乏运动，而且在运动方面采取被动的态度已经有很长一段时间。我越少运动，我身体状况就变得越来越软弱，因为没有运用我的肌肉。

戴夫开始看到自己的问题了！他开始对付因自己长时间不活动而压迫他的邪灵。当圣灵向他启示这个真理时，戴夫决定他要再次活动起来、积极起来，不再懒惰或拖延。

做决定是容易的,实践才是困难的部分。实践所以困难,在于那一向被动的领域必须开始“运动”,直到它再度恢复强壮。

他开始在早上五点钟起床,在上班之前读圣经及祷告。战斗开始了!魔鬼不想放弃它已经攻占的土地,它也不会未经战斗就束手就擒。戴夫会起床亲近神,然后在沙发上睡着了。即使有些早晨他睡着了,他仍然有进步,因为他决意起床,并试图建立祷告生活。

有些时候他会觉得无聊,有些时候他觉得自己毫无进展,他不明白自己所读的内容,或是觉得他的祷告不蒙垂听。但是,他仍然坚持下去,因为圣灵启示他看到这种称为“被动”的情形。

我开始注意到,当我需要戴夫去挂图画或是修理房子的某处时,他会立刻响应。他再度开始主动思考,并且自己做决定。许多时候他觉得不想动,甚至想要顺其自然。但是他超越自己的感觉及肉体的渴望。他越是根据自己所知的正确做法去行动,就享受到越多的自由。

我必须诚实地告诉你们,对他而言那并不容易。他并不是在几天或几周之内就得到自由。被动是最难以胜过的状况之一,因为正如我先前提过的,没有任何感觉可以提供支援。

戴夫在神的帮助下继续坚持,现在的他一点都不被动。他是“生命真道”事工的主管,监督所有广播和电视的播出,并负责事工中所有的财务工作。他和我全时间旅行,并且决定旅行的时程。他也是一位优秀的顾家男人。他祷告,并且规律地花时间读神的话语。简言之,他是一个配得尊敬和羡慕的男人。

他仍然打高尔夫球和看运动节目,但是它也做其他应该做的事。现在认识他、看到他所做的一切事的人,没有人想得到他曾经那么被动。

被动是可以胜过的。但是,胜过被动的第一步是要胜过意志中的被动。戴夫在下定决心、并且改变他的思考方式之前,是无法获得任何改善的。

正确的思想带来正确的行为

“不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。”（罗马书十二章2节）

在神的话语中，透露出一个生动的原则：正确的心思带来正确的行为。除非一个人明白并且应用这个原则，否则他无法行走在得胜之中。

容许我用另外一个方式来表达这句话：除非你改变你的心思，否则你不会改变你的行为。

在神的秩序中，必须先有正确的心思，接着才会有正确的行为。我认为正确的行为或行动是正确心思的“果子”。大部分信徒挣扎着要作对的事，但是果子并非挣扎的产物。果子是连结于枝子的结果（参考约翰福音十五章4节），而连结于枝子就必须顺服（参考约翰福音十五章10节）。

当我教导这个原则时，我总是引用以弗所书四章22—24节，第22节说：“要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的。”

第24节继续说：“并且穿上新人；这新人是照着神的形象造的，有真理的仁义和圣洁。”

因此，基本上第22节告诉我们不要再有不适当的行为，而第24节则告诉我们要开始正确的行为。但是第23节正是我所谓的“衔接经文”。它告诉我们如何从第22节（行为不当）进入第24节（行为适当）：“又要将你们的心志改换一新。”

若是不先改变心思，就不能从错误的行为转变为正确的行为。被动的人也许会想做正确的事，但是除非他刻意让自己的心思活泼起来，并以神的话语和旨意为准则，否则他永远也做不到。

我想到的例子之一，是一个曾经在我的研讨会中加入祷告网

的男人。他有情欲的问题。他确实爱他的妻子,也不希望他们的婚姻破裂,但是他的问题必须先解决,否则他势必会毁了他的婚姻。

“乔依丝,我有情欲的问题。”他说:“我就是无法远离其他的女人。你能否为我得着释放而祷告?我已经祷告了很多次,但似乎没有任何改善。”

圣灵提醒我告诉他:“好,我会为你祷告,但是你必须负责管理出现在你心思中的画面。如果你真要得享自由,就不能允许色情画面在你的心思中成形,或是想象你和其他的女人在一起。”

就像这个男人一样,其他人也立时明白,为何即使他们想要得到自由,却仍然无法经历突破的原因:他们想要改变行为——但是不愿改变心思。

心思往往是人们“与罪共舞”的地方。耶稣在马太福音五章27—28节中说:“你们听见有话说:‘不可奸淫。只是我告诉你们,凡看见妇女就动淫念的,这人心里已经与她犯奸淫了。’”罪行的道路是透过罪恶的思想来铺设的。

某位参加我第一次家庭查经班的女士,她已经委身给主,而且希望她的家庭和婚姻能够改善。她生活中的一切事情都是一团糟——家庭、孩子、婚姻、财务,以及身体状况等等。她公开地说她不爱她丈夫,事实上,她根本就厌恶他。她知道她的态度不讨神喜悦,她愿意爱他,但她就是无法忍受待在他的身边。

我们祷告,她也祷告,每个人都祷告!我们和她分享经文,给她录音带听。我们用尽一切所知道的方法,即使她依照我们的建议去做,却似乎没有什么进展。哪里出了差错?在一次会谈的过程中,才发现她的一生都在做白日梦。她一直想象一个童话故事,她是故事里的公主,白马王子会在下班时带着鲜花和糖果回家,用他对她的爱情掳获她的心。

她整天都沉浸在这种想法里面,当那疲倦、超重、全身是汗,肮脏(还少了一颗牙齿)的丈夫下班回到家时,她就厌恶他。

思想一下这个情形。那个女人已经重生,但是她的生活仍然一团

糟。她想要顺服神，为祂而活，她也愿意爱她的丈夫，因为她知道那是神的心意。她愿意在生命和婚姻中得胜，但是她的思想打败了她。除非她开始采取“正确的思想”，否则就不可能胜过她对丈夫的厌恶。

她的心灵活在一个并不存在，也绝对不可能存在的世界里。因此，她完全没有准备好要面对事实。她有着被动的思想，而且因为她并没有根据神的话语来选择她自己的思想，邪灵因而在她的思想中注入不正确的思想。

只要她以为这些思想是她自己的，并且享受它们，她就永远无法经历得胜。当她改变想法之时，她的生活才会开始改观。她改变心中对丈夫的态度，他也开始改变他的外表，以及对她的态度。

思念上面的事

“所以，你们若真与基督一同复活，就当求在上面的事；那里有基督坐在神的右边。你们要思念上面的事，不要思念地上的事。”（歌罗西书三章1—2节）

我们再次看到同样的原则：如果你想要活出耶稣赐给我们的复活生命，就要将思想放在属天的事上，寻找拥有能力的新生命，而不能再思念属地的事。

使徒保罗的意思就是，如果你我想要拥有美好的生命，就必须将心思放在美善的事上。

许多信徒想要拥有美好的生命，但是他们却被动地坐着，希望好事会发生在他们身上，他们往往嫉妒那些活在胜利中的人，并且因为自己的生命如此艰难而感到愤怒。

如果你盼望能够胜过你的问题，如果你真的想要活出复活的生命，你必须有骨气，而不能只想凭运气！你必须主动——不能被动。正确的行为从正确的心思开始，你的心思不能被动，今天开始就要选择正确的心思。

15 基督的心

谁曾知道主的心去教导祂呢，

但我们是有了基督的心了。

(哥林多前书二章 16 节)

我相信，现在的你已经做了一个确切的决定，要选择正确的思想。因此，我们要根据主的原则一同来思考，哪些思想才是正确的。当然，耶稣在世上时，有许多类型的思想绝对不会出现在祂的脑海中。我们若要跟随祂的脚踪，就必须开始像祂一样地去思想。

现在你可能会想：“那是不可能的，乔依丝，耶稣是完全人。我的思想也许可以改善，但我的想法绝对不可能像祂一样。”

但是，圣经告诉我们，我们是有基督的心——有新的心和灵魂。

新的心和灵魂

“我也要赐给你们一个新心，将新灵放在你们里面，又从你们的肉体中除掉石心，赐给你们肉心。我必将我的灵放在你们里面，使你们顺从我的律例，谨守遵行我的典章。”(以西结书三十六章 26—27 节)

身为基督徒，你我都获得新的本性，亦即重生时，神放在我们里面的本性。

从这段经文中可以看出，神知道：我们若要听从祂的命令，并行走在祂的律例之中，祂必须将祂的灵赐给我们，并且给我们一颗新的心(及思想)。罗马书八章 6 节提到肉体的思想和圣灵的思想，

并且告诉我们：顺从肉体的结果就是死亡，而顺从圣灵的结果就是生命。

只要学习如何分辨生命和死亡，我们就可以获得极大的进步。

假如某件事会令你走向死亡，就不要再去做。当某些思想使你心中充满死亡的气息时，你立刻就知道那不是圣灵的思想。

容我举例说明。假设我想到有一个人令我遭受不公平的待遇，然后我开始生气，我开始想，我有多么讨厌那个人。如果我用心分辨就会发现，我的心中已经充满了死亡的气息。我变得愤怒、紧张，承受极大的压力——我甚至可能感受到生理上的不适：头痛、胃痛或过度劳累，都可能我错误思想的结果。相反地，假如我思想的是我得到多么大的祝福，以及神对我多么好，我也会知道自己被生命的气息所充满。

对一个信徒而言，分辨里面的生命和死亡是非常有帮助的。耶稣将祂的心放在我们里面，让我们心中充满生命，我们可以选择让生命中洋溢着基督的心。

我们在接下来的篇幅中要讨论：欲使生命充满着基督的心，可以采取哪些行动。

积极的思想

“二人若不同心，岂能同行呢？”（阿摩司书三章3节）

一个人如果用基督的心去思想，他的思想会是什么样子呢？有一点可以肯定：他的思想会是积极的。在先前的章节中，我们已经讨论过积极思考的绝对必要性。你甚至必须回到第5章去复习一下积极思考的重要性。即使身为作者，在重新阅读第5章时，我仍然获得很大的帮助。

积极思想的力量绝对不容小觑。神是积极的，如果你我想要充满基督的心，就必须与祂同心，并且开始积极地思考。我所说的并不是练习控制思想，而是指要成为一个在各方面都保持积极态度

的人：要有积极的态度和展望；保持积极思想和期待；参与积极的谈话。

耶稣当然表现出积极的态度和展望。祂忍受许多难处，包括针对个人的攻击——被人欺骗、在最需要的时候被门徒遗弃、被嘲笑、孤单、被误解，还有许多令人气馁的事。但是在面对这些痛苦的事件时，祂仍然保持积极的态度。祂的话语永远充满进取心，充满鼓励，祂总是为接近祂的每一个人带来希望。

基督放在我们里面的心是积极的心。因此，每当我们变得消极时，就不是用基督的心来行事。数百万人因沮丧而痛苦，而我认为，若是没有消极的态度就不会沮丧——除非是基于药物的因素。即使在这种情况下，持消极态度只会使问题和它的症状益发严重。

根据诗篇三篇 3 节所说，神是我们的荣耀，是使我们抬起头来的。祂要高举我们的一切：我们的希望、我们的态度、我们的情绪、我们的头、手和心——我们的整个生命。祂是高举我们的至圣者！

神要高举我们，魔鬼则要贬抑我们。撒但利用我们生命中的负面事件和环境来贬抑我们。在字典里，沮丧这个字的定义是“心灵的阴霾；变为悲伤”。根据韦氏字典，沮丧的状态是“下降至低于周围的环境；凹陷”。沮丧代表下沉、下压，或是被放在低于地面之处。我们经常有机会想到消极的事，但是它们只会变本加厉地压抑我们。消极不能解决问题，它只会加深问题。

胜过沮丧

诗篇一四三篇 3—10 节描述沮丧的情形，以及胜过沮丧的方法。我们一同详细查考这段经文，看看可以采取哪些步骤来胜过敌人的攻击：

找出问题的本质及原因

“原来仇敌逼迫我，将我打倒在地，使我住在幽暗

之处，像死了许久的人一样。”（诗篇一四三篇 3 节）

在我看来，“住在幽暗之处，像死了许久的人一样”当然是描写一个沮丧的人。注意沮丧的原因或来源：这种对灵魂的攻击，乃是来自撒但。

明白沮丧会窃取生命和光明

“所以，我的灵在我里面发昏，我的心在我里面凄惨。”

（诗篇一四三篇 4 节）

沮丧压抑一个人的灵魂，使人失去自由及力量。

神的灵赐力量给我们，并激励我们，我们的灵是强壮而自由的。因此，撒但想在我们的思想中注入黑暗和凄惨，藉此压制它的力量及自由。请你明白，当你发现“沮丧”的感觉出现时，必须立刻抗拒它，这是非常重要的。你允许它停留的时间越长，就越难抵抗它。

回想美好的时光

“我追想古时之日，思想你的一切作为，默念你手的工作。”（诗篇一四三篇 5 节）

在这一节里，我们看到诗人对他景况的反应。追想、思想及默念都是思想的作用。很显然地，诗人知道他的思想会影响他的感觉，因此他不断思想能够帮助他胜过一切攻击思想之事。

在困难中赞美神

“我向你举手，我的心渴想你，如干旱之地盼雨一样。”

（诗篇一四三篇 6 节）

诗人知道赞美的重要，他举起双手来敬拜。他宣告他真正的需要——他需要神。只有神能够令他感到满足。

人之所以如此容易感到沮丧，是因为他们有需求，然而却往往到错误的地方去寻找满足，结果只加重了他们的问题。

在耶利米书二章 13 节，神说：“因为我的百姓作了两件恶事，就是离弃我这活水的泉源，为自己凿出池子，是破裂不能存水的池子。”

只有神能够令干渴的心灵得到满足。不要中了撒但的诡计，以为还有其他事物能够令你完全满足。追逐错误的目标只会令你失望，而失望则开启了沮丧的大门。

寻求神的帮助

“耶和華啊，求你速速應允我！我心神耗盡！不要向我掩面，免得我像那些下坑的人一樣。”（詩篇一四三篇 7 節）

诗人寻求帮助。基本上他的意思是：“快一点，神，因为若是没有你，我无法再支撑下去。”

聆听神的声音

“求你使我清晨得听你慈爱之言，因我倚靠你；求你使我知道当行的路，因我的心仰望你。”（詩篇一四三篇 8 節）

诗人知道，他必须听见神的话语，他必须确信神的爱和仁慈。他需要神的照顾和指引。

为得释放祷告

“耶和華啊，求你教我脱离我的仇敌！我往你那里藏身。”（詩篇一四三篇 9 節）

诗人再次宣告，只有神能够帮助他。

请注意，在整个交谈的过程中，他将心思专注在神身上，而不是在问题上。

寻求神的智慧、知识和带领

“求你指教我遵行你的旨意，因你是我的神。你的灵本为善，求你引我到平坦之地。”（诗篇一四三篇 10 节）

诗人指的也许是他已经远离神的旨意，因此开启了攻击他心灵的大门。他要行在神的旨意中，因为他现在知道那是唯一安全的地方。

然后，他求神帮助他站得安稳。我相信他所说的：“求你引我到平坦之地”，指的是他不安的情感。他要站在平坦之地——而不是上下起伏不定。

使用你的武器

“我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒，将各样的计谋，各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了，又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。”（哥林多后书十章 4—5 节）

撒但利用沮丧，将数百万人拖进黑暗和绝望的深渊之中。自杀往往是沮丧的结果。自杀的人往往思想变得非常消极，以致他完全看不见未来的盼望。

记住：消极的感觉来自消极的思想。

心思是战场，是决定战斗胜负的地方。今天就选择积极的态度——放下所有消极的想象，让你的心思都顺服耶稣基督（参考哥林多后书十章 5 节）。

心中有神

“坚心倚靠你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。”（以赛亚书二十六章3节）

耶稣和祂的天父有着持续稳定的关系，你若不将心思专注在一个人身上，就不能和这人拥有完全的关系。假如我丈夫和我一起坐在车子里，他和我说话，但是我的心思却放在别的事情上，我们就不是拥有真正的关系，因为我并没有将全部的注意力放在他身上。因此，我相信我们可以如此说：一个人如果拥有基督的心，他的思想会专注于神，以及神一切大能的作为。

默想神和祂的作为

“我在床上記念你，在夜更的时候思想你，我的心就像饱足了骨髓肥油，我也要欢乐的嘴唇赞美你。”（诗篇六十三篇5—6节）

“我也要思想你的经营，默想你的作为。”（诗篇七十七篇12节）

“我要默想你的训词，看重你的道路。”（诗篇——九篇15节）

“我追想古时之日，思想你的一切作为，默念你手的工作。”（诗篇一四三篇5节）

诗人大卫经常提到默想神，默想祂的良善、祂的作为和道路。思想神的良善及祂手所行的一切奇妙工作，是极大的激励。

我喜欢收看关于大自然、动物、海洋生物等等的电视节目，因为它们描述神的伟大及可畏，祂无限的创造力，以及祂如何用祂的大能托住万有（参考希伯来书一章3节）。

如果你想要经历得胜，默想神和祂的道路及作为，就必须成为你思想生活中的常态。

我最喜爱的经文之一是诗篇十七篇15节，诗人在其中如此描述神：“我醒了的时候，得见你的形象就心满意足了。”

我经历过许多不快乐的日子，因为每早晨我一醒来，就只想到所有不对劲的事。自从圣灵帮助我，使我靠着基督的心（圣灵的思想）来行事为人之后，我真的可以说已经心满意足。在清晨时与神交通，是确实帮助我们开始享受生命的方法之一。

与神交通

“然而，我将真情告诉你们，我去是与你们有益的，我若不去，保惠师就不到你们这里来，我若去，就差祂来。”

（约翰福音十六章7节）

这些话是耶稣离开世上、回到天上、在荣耀中坐在父神右边之前所说的话。圣经清楚地记载，神的心意是要我们与祂有密切的关系。

没有别的事物比我们的思想更能接近我们。因此，我们的思想中若充满了神，就能意识到神的同在，并且会开始享受与祂的关系，为每天的生活带来喜乐、平安和胜利。

祂一直与我们同在，就如祂所应许的一般（参考马太福音二十八章20节；希伯来书十三章5节）。但是除非我们思想祂，否则便不会察觉祂的存在。即使我和另一个人共处一室，如果我的思想放在其他许多的事上，我可能会迳自离去，根本不知道房间里还有另外一个人。我们都拥有与神相交的特权，祂一直与我们同在，但我

们必须思想祂，才能体会到祂的同在。

要有“神爱我”的思想

“神爱我们的心，我们也知道也信。神就是爱，住在爱里面的，就是住在神里面，神也住在他里面。”（约翰一书四章 16 节）

我们必须思想神的同在，对神的爱也是如此。我们如果从来不曾默想祂的爱，就无法经历到祂的爱。

在以弗所书第三章，保罗的祷告是让人经历神对他们的爱。圣经说神爱我们，但有多少神的子女仍然无法了解神的爱？

我回想当初进行“生命真道”事工的那段时间。我要在第一周举行一个聚会，因此我问神要我传讲什么真理。祂回答说：“告诉我的子民，我爱他们。”

“他们知道这件事。”我说：“我想教导他们一些很有能力的真理，而不是根据约翰福音三章 16 节预备的主日学课程。”

神对我说：“在我的子民当中，很少人确实知道我有多么爱他们。他们如果知道，所表现的行为就会不一样。”

当我开始研读“接受神的爱”这个主题时，我知道连我自己都有极深切的需要。在我研经之时，神带领我看到约翰一书四章 16 节，这节经文说我们应该知道神的爱。这表示神的爱应该是我们主动察觉的一件事。

关于“神爱我”这件事，我只有模糊的认知，但是神的爱原是要在我们的生命中成为一股强大的力量，能够带领我们经过最艰难的试炼，进入胜利。

在罗马书八章 35 节，使徒保罗勉励我们：

“谁能使我们与基督的爱隔绝呢？难道是患难吗？是困苦吗？是逼迫吗？是饥饿吗？是赤身露体吗？是危险吗？

是刀剑吗？”

然后在第 37 节中,他继续说:“然而,靠着爱我们的主,在这一切的事上已经得胜有余了。”

我花了很长的时间来研读这方面的经文,透过思想及大声宣告神的爱,我开始知道并体会神对我的爱。我研读有关神爱的经文,默想这些经文,并且用口宣告这些经文。我一再地做这些事达数月之久,祂对我毫无条件的爱就愈发显得真实。

现在,祂的爱是如此地真实,即使在困苦的时候,我也能够因着确信祂的爱而不需再活在恐惧之中,并且受到安慰。

不要惧怕

“爱里没有惧怕;爱既完全,就把惧怕除去。”(约翰一书四章 18 节)

神对我们的爱是完全的,无论我们的本相为何。罗马书五章 8 节告诉我们:“惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死,神的爱就在此向我们显明了。”

靠着基督的心行事为人的信徒,不会思想他们自己有多糟糕:他们的思想以神的义为基础。你应该体会神的义,经常思想你“在基督里”的身分。

思想义,不要思想罪

“神使那无罪的,替我们成为罪,好叫我们在祂里面成为神的义。”(哥林多后书五章 21 节)

许多信徒因着对自己的负面想法,而承受极大的苦楚。他们只

想到,神因为他们的软弱和失败是多么不喜悦他们。

你浪费了多少时间活在罪恶感和责备之中?注意,我说的是你浪费了多少时间,因为这一类的思想正是如此:浪费时间!

在你来到基督面前以先,不要思想你有多么糟糕。相反地,要思想你在祂里面如何得称为义。记住:思想转变为行动。如果你想要拥有更好的行为,就必须先改变你的想法。如果你不断地思想你有多么糟糕,你的行为只会变得更糟糕。每当负面、责备的想法进入你心时,就要提醒自己:神爱你,你已经在基督里成为义了。

你应该如此运用你的思想!

以神的话语为根据,慎重地思想;不要将出现在你心中的所有想法照单全收,以为那就是你自己的想法。

斥责魔鬼,开始思想正确的事,然后大步向前。

拥有鼓励的心

“或作劝化的,就当专一劝化。”(罗马书十二章8节)

拥有基督的心的人会对其他人抱持积极、振奋、启发的思想,他对自己和周遭环境也是如此。

这个世代极需要鼓励的事工。然而你若不先对一个人抱持仁慈的想法,你将永远也无法鼓励他。记住,你心里所充满的,口里就会说出来。你必须刻意做一些“爱的思考”。

对其他人发出爱的思想,向他们说鼓励的话语。

威氏新旧约字辞注解辞典将希腊文的“*parakaleo*”(鼓励)定义为:“主要意义为呼唤一个人(*para*:到旁边;*kaleo*:呼叫)……提醒、鼓励、激励一个人去追求某种行动的方向……”我将这个定义解读为与一个人同行,并且激励他奋力向前,追求行动的方向。一个人是否拥有罗马书十二章8节中所说的劝化恩赐,可以轻易地看出来。他们总是向所有人说一些鼓励或振奋的话——安慰他们的心,并且鼓励他们继续走下去。

并非每个人都拥有劝化的恩赐，但是任何人都可以学习鼓励他人。最简单的原则就是：这件事如果不好，就不要想它或说它。

每个人的问题已经够多了，我们不需要再把他们撕裂，增加他们的麻烦。我们应该在爱中彼此建造（参考以弗所书四章 29 节）。别忘了：爱永远相信每个人最好的一面（参考哥林多前书十三章 7 节）。

当你开始思想其他人的可爱之处时，你会发现他们的行为更加可爱。思想和话语是带有创造力或毁灭力的容器或武器。它们可以用来对付撒但和它的工作，也可帮助它进行破坏的计划。

假设你有一个行为偏差的孩子，他绝对需要改变。你为他祷告，并且祈求神在他的生命中动工，进行任何必要的修剪。在等候的时间里，你对他该持有何种思想，对他说哪些话语？许多人从来无法得见其祷告得蒙应允，因为他们在神有机会动工之前，就用自己的想法和话语否定了所祈求的内容。

你是否为你的孩子祈求改变，却沉浸在各种关于他们的负面思想中？或是你祈求神动工改变孩子的行为，然而你心中的想法，甚至和他人的对话中都表示：“这个孩子永远也不会改变！”如果你想要活在胜利中，就必须先让你的思想和神的话语一致。

我们的思想如果和圣经的记载背道而驰，就不是行走在神的话语中。我们如果不是用神的话语来思想，就不是行走在神的话语中。

当你为某人祷告时，你的思想和话语要和你的祷告内容一致，如此就会开始看到突破。

我并不是要你矫枉过正。如果你的孩子在学校里行为不检，有位朋友问你祷告后的情况如何，而事实上若是没有任何改变，你该怎么回答？你可以说：“嗯，我们还没有看到突破，但是我相信神正在动工。我们会看到他渐渐地、一天一天地改变。”

培养感恩的心

“当称谢进入祂的门，当赞美进入祂的院。当感谢祂，称

颂祂的名！”(诗篇一百篇 4 节)

一个充满了基督之心的人会发现，他的心里充满了赞美与感恩。

埋怨使许多门户向仇敌敞开，有些人的肉体生病，有些人过着软弱无力的生活，都源自这种以人的思想及话语为攻击对象，称为“埋怨”的疾病。

一个充满能力的生活不能没有感恩。圣经一再用感恩的原则来教导我们。在思想或话语中埋怨是死亡的行为模式，而心中感恩和表达感恩则是生命的行为模式。

一个人若没有感恩的心，他的口里就不会说出感恩的话语。当我们心里感恩时，就会把它说出来。

随时感恩

“我们应当靠着耶稣，常常以颂赞为祭献给神，这就是那承认主名之人嘴唇的果子。”(希伯来书十三章 15 节)

我们何时献上感恩？随时——在所有景况中，在每件事情上。当我们这样做时，就是进入魔鬼无法掌控的得胜生活中。

我们如果无论在何种景况下，都能喜乐并感恩，它如何能够控制我们？当然，这种生活方式有时需要献上赞美或感恩的祭，但我宁可将我的感恩献给神，也不愿将我的喜乐献给撒但。我已经知道（透过困难的方式），如果我的性格乖戾、拒绝感恩，那么至终我将失去我的喜乐。换句话说，我会将喜乐拱手让给埋怨的灵。

在诗篇三十四篇 1 节，诗人说：“我要时时称颂耶和華；赞美祂的话必常在我口中。”我们如何成为赞美神的人？就是让祂的赞美不断充满在我们的思想和口中。

要做一个感恩的人——不但对神充满感恩，对其他人也充满

感恩。若是有人在你身上做了美事，要让对方知道你的感激。

向你的家人表达感激。我们常常将神对我们的祝福视为理所当然，如果你想失去一样东西，最好的方法就是不心存感激。

我感激我的丈夫。我们已经结婚很久了，但是我仍然向他表达我的感激。他是个在许多方面很有耐心的人，而且有其它许多极好的特质。让他人知道我们的感激，甚至明白地指出令我们感谢的事情，有助于建立及维持良好的关系。

我接触过许多人，一直令我感到惊奇的是，有些人因着一些做在他们身上极小的事情而感恩，有些人则是永远无法满足，无论别人为他们做了多少事。我相信骄傲和这个问题有一点关系。有些人非常自满，无论别人为他们做了什么，他们都认为自己不仅配得这些事，而且配得更多！他们很少表达感激。

表达感谢不但于对方有益处，对我们自己有益处，因为这样做可以释放在我们里面的喜乐。

每天默想你必须感恩的事。在祷告中向神陈明这些事，当你这么做时，必会发现自己的心充满了生命和亮光。

随时为每件事感恩

“不要醉酒，酒能使人放荡，乃要被圣灵充满。当用诗章、颂词、灵歌、彼此对说，口唱心和的赞美主。凡事要奉我们主耶稣基督的名常常感谢父神。”（以弗所书五章 18—20 节）

多么有能力的一段经文！

你我如何能够一直保持圣灵充满？就是以诗章，颂词和灵歌向自己（透过我们的思想）或向他人（透过我们的话语）彼此对说。换句话说，将我们的思想和言语放在神的话语之上，并且充满神的话语，随时随地为每一件事情感恩。

牢记神的话

“你们并没有祂的道存在心里；因为祂所差来的，你们不信。”（约翰福音五章 38 节）

神的话语就是祂的思想，写在纸上供我们研读和默想。祂的话语就是祂对所有情境和主题的想法。

在约翰福音五章 38 节，耶稣责备的是一群不信者。我们从这段经文中看见，神的话（圣经）是透过文字来表达祂的思想，一个人如果想要相信并经验信仰的一切好处，必须让神的话在他的心中成为活的信息，这个目标要靠默想神的话语来达成。这就是让祂的话语成为我们思想的途径，是使我们里面的基督之心成长的惟一方法。

约翰福音一章 14 节说，耶稣是道成了肉身。若非祂的心未曾间断地充满神的话语，这件事就不可能发生。

默想神的话是最重要的生活原则之一。威氏新旧约字辞注解辞典将译为“默想”的希腊文做了如下的定义：“……在乎”，“倾听，实践”、“喜悦”、“履行话语的精神”、“思想，想象”、“事先考虑……”另外一个资料来源，则增加了“低声说”或“轻声细语”等定义。

这个原则实在太重要了。我称它为生命的原则，因为默想神的话语可以令你得着生命，至终可以令你周遭的人得着生命。

许多基督徒害怕“默想”这个字，乃是因为异教徒和神秘宗教也采用默想这种方式。但我希望你记得，撒但从来不曾拥有自己原创的想法，它扭曲原本属于光明国度的东西，以供黑暗国度使用。我们必须有足够的智慧才能明白：如果默想能够为邪恶的一方产生如此强大的力量，那么它更可以为良善产生强大的力量。圣经直接地启示默想的原则，让我们来看看圣经对这件事情的说法。

默想及昌盛

“这律法书不可离开你的口，总要昼夜思想，好使你谨守遵行这书上所写的一切话。如此，你的道路就可以亨通，凡事顺利。”（约书亚记一章 8 节）

在这段经文中，神明白地告诉我们，我们若不先在心中实践神的话，就不能身体力行神的话。

诗篇一篇 2—3 节提到虔诚的人，说：“惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福！他要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干。凡他所作的尽都顺利。”

默想及得医治

“我儿，要留心听我的言词，侧耳听我的话语，都不可离你的眼目，要存记在你心中。因为得着他的，就得了生命，又得了医全体的良药。”（箴言四章 20—22 节）

“默想”这词的定义之一是“倾听”。再思想这一段经文，它说神的话语是健康及医治的来源。

在心中默想（思想，默念）神的话，会对我们的身体产生实质的影响。过去十八年来，我的外表改变了。人们告诉我，相较于我尚未开始辛勤地研读圣经、并将它视为一生焦点的那些日子，我至少年轻了十五岁。

听与收

“你们所听的要留心，你们用什么量器量给人，也必用

什么量器量给你们,并且要多给你们。”(马可福音四章 24 节)

这就像种与收的原则。我们种得越多,收割时就可以收得越多。神在马可福音四章 24 节告诉我们,愈是花费时间去思想及研读所听见之神的话语,越能得到神话语的好处。

读和收割

“因为掩藏的事,没有不显出来的;隐瞒的事,没有不露出来的。”(马可福音四章 22 节)

这两句经文放在一起,清楚地告诉我们:圣经里面藏有极多神要向我们显明的宝藏,是能够赐予生命的大能奥秘。它们要显露给那些在心中默想、思想、研读、回想、实践及默念神话语的人。

身为圣经教师,我亲身经历这个原则的真实性。神透过圣经向我启示的真理似乎永无穷尽。我初次研读一段经文的时候得到一种启示,当我再度研读它时会得到新的启示,甚至是我从前根本没有注意到的真理。

神不断地向那些认真读圣经的人启示祂的奥秘。不要成为只懂得按照别人的启示生活的人。你应该自己研读圣经,让神用圣经真理来祝福你的生命。

我可以不断地讲述“默想神的话语”这个主题。正如我先前所说的,那是你我可以学习的最重要原则之一。在一天当中,当你进行日常事务时,求圣灵帮助你想起经文来,让你能够默想它们。你会惊讶地发现,这样的做法可以为你的生命带来多少力量。你越默想神的话语,越能在困难之时从神的话语中得着力量。记住:实践圣经的力量来自操练默想圣经。

领受及欢迎神的话

“所以，你们要脱去一切的污秽和盈余的邪恶，存温柔的心领受那所栽种的道，就是能救你们灵魂的道。”（雅各书一章 21 节）

在这节经文中，我们看到神的话有力量将我们从罪恶的生活中拯救出来，但是我们必须领受、欢迎神的话，并将它深植在我们心中。这种深植的过程透过聆听神的话来达成——将神的话语放在心中，远超过其它任何事物。

如果我们一直思想自身的问题，就会越发深陷其中。倘若我们思想自己和其他人出了什么问题，就会更相信这些问题永远找不到答案。神的话语就像一片充满生命的海洋，随时可供我们取用，而我们用来汲取的器皿就是辛勤地研读及默想神的话语。

我们的事工称为“生命真道”，我可以从经验中告诉你，在神的话语中确实有生命。

选择生命！

**“体贴肉体的，就是死；体贴圣灵的，乃是生命、平安。”
（罗马书八章 6 节）**

将你的注意力拉到腓立比书四章 8 节，似乎是结束本章的好方法：“凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。”

你的思想应该处于何种情况，圣经中描写得很清楚。你有基督的心，就要开始去使用它。如果祂不这么想，你也不要这么想。

藉着这种不断“管理”思想的方式，你可以开始让所有的思想

顺服于耶稣基督(参考哥林多后书十章5节)。

如果你的思想开始带领你走向错误的方向，圣灵会很快地提醒你，而接下来的决定在乎你。你要活在肉体中，还是活在圣灵中？一条走向死亡，另一条走向生命。选择权在你手中。

选择生命吧！

第三部

旷野性格

引言

从何烈山经过西珥山到加低斯巴尼亚有十一天的路程。(申命记一章2节)

实际上只要十一天的路程，以色列人民却在旷野飘流了四十年。为什么？是他们的敌人、环境、路途上的试炼或某些全然不同的事物致使他们无法抵达目的地吗？

当我思想这个问题时，神赐给我一個强而有力的启示，不但帮助我个人，也帮助了数千位弟兄姐妹。主对我说：“以色列的子民用四十年的时间在旷野完成十一天的旅程，因为他们具有‘旷野性格’”。

你已经留在这里够久了

“耶和華——我们的神在何烈山上晓谕我们说：你们在这山上住的日子够了。”(申命记一章6节)

我们真的不该如此惊讶地看着以色列人，因为大部分人的行为和他們一样。我们不停地绕着同一个山头，而不是向前走。结果是，我们花费数年的时间才胜过某事，而这件事原本可以、也应该很快地对付清楚。

我想神在今天对你我说的话，仍然和祂当年对以色列子民说的话相同：“你们在这山上住的日子够了，该出发了。”

设定你的目标，并且坚持

“你们要思念上面的事，不要思念地上的事。”(歌罗西书三章2节)

神启示我,让我看见十项“旷野性格”,这些性格使以色列人留在旷野中。旷野性格是一种错误的思考态度。

我们的思考态度可能是正确的,也可能是错误的。正确的思考态度使我们得益,错误的思考态度则伤害我们,并且阻碍我们进步。歌罗西书三章2节教导我们,要决定我们的思想,并且要持守。我们必须将思考态度放在正确的方向上。错误的思考态度不但会影响我们的环境,也会影响我们内在的生命。

有些人住在旷野里,也有些人的生命本身就是旷野。

有一段时间,我的景况并不是真的很糟,但是我无法享受生命中的任何事物,因为我的里面是“旷野”。戴夫和我拥有一个美好的家庭,三个可爱的孩子,优秀的工作及足够的金钱,可以过着舒适的生活。但是我却无法享受我们的祝福,因为我有几种旷野性格。在我看来,我的生命像是个旷野,因为那正是我看待每一件事物的方式。

有些人用负面的态度来面对事物,因为他们的一生有过不快乐的经历,无法想象事情会有机会好转。也有些人以恶劣和负面的态度来看待所有的事情,只因他们的里面就是这种光景。无论原因为何,负面的态度会使一个人活在悲惨之中,无法朝着应许之地前进。

神呼召以色列子民从埃及的禁锢中出来,前往祂应许赐予他们永远为业的土地——流奶与蜜之地,以及他们所能想象的一切好东西——一块不会有任何缺乏的土地、一块在生活各方面皆丰盛的土地。

蒙神领出埃及的那一代人当中,大部分人无法进入应许之地;相反地,他们死在旷野。对我而言,这是发生在神儿女身上最悲惨的事情之一——拥有如此多的财富,却永远无法享有。

我的基督徒生活中,有许多年都像这些百姓一样。我虽走在通往应许之地(天堂)的道路上,但是我不喜欢这趟旅程。我在旷野里濒临绝境。然而,感谢神的恩典,祂是我在黑暗中的光,祂带领我走出来。

我希望本书的这个部分能够成为你的亮光,预备你走出生命的旷野,进入神奇妙国度的荣耀光中。

16 旷野性格之一

“我的未来由我的过去和现在决定。”

没有异象，民就放肆。

（箴言二十九章 18 节）

以色列人对他们的生命缺少正面的异象——没有梦想。他们知道他们来自何方，但是却不知道要前往何处。一切都根据他们所看到的，以及能够看到的事物来决定。他们不知道如何用“信心的眼睛”去看事情。

蒙拣选得救赎

“主的灵在我身上，因为祂用膏膏我，叫我传福音给贫穷的人；差遣我报告：被掳的得释放，瞎眼的得看见，叫那受压制的得自由，报告神悦纳人的禧年。”（路加福音四章 18—19 节）

我出身于受虐的背景，在一个功能不健全的家庭中成长。我的童年充满了恐惧和虐待。专家说，一个孩子的人格是在生命的前五年里形成的。我的人格是一团糟！我活在伪装里，躲在保护墙的后面；我必须建构这面墙，以免其他人伤害我。我把其他人排拒在外，但是我也将自己深锁其中。我是一个内心充满了恐惧的控制者，以致我面对生命的惟一方法就是一切由我掌权，如此就没有人能够伤害我。

身为一个试图为基督而活、遵循基督徒生活样式的年轻人，尽管我知道自己来自何处，却不知道要往哪里去。我觉得我的未来—

定会被我的过去所破坏。我想：“拥有像我一样过去的人，怎么可能过得好？那是不可能的！”但是，耶稣说祂来是要拯救生病、心碎、受伤、痛苦，以及被不幸击垮的人。

耶稣打开监狱的门，让被掳者得自由。在我开始相信自己可以获得自由之前，我无法获得任何进步。我必须对我的生活抱持正面的态度，我必须相信，我的未来不是由过去所决定的，甚至我的现在也不能决定未来。

你可能拥有悲惨的过去，甚至可能处于非常消极、沮丧的现状中。你可能面对极为恶劣的处境，似乎没有什么盼望的理由。但我肯定地告诉你，你的未来不是由过去或现在决定的！

接受新的思考态度。相信有神没有难成的事（参考路加福音十八章 27 节）；在人或许有些事是不可能的，但我们事奉的神，是一位从虚无中创造出所见万物的神（参考希伯来书十一章 3 节）。把你的一无所有交给祂，看祂如何动工。祂需要的只是你对祂的信心。祂只要你相信，其余的事就交给祂。

眼睛用来看，耳朵用来听

“从耶西的本必发一条，从祂根生的枝子必结果实。耶和华的灵必住在祂身上，就是使祂有智慧和聪明的灵，谋略和能力的灵，知识和敬畏耶和华的灵。祂必以敬畏耶和華為乐，行审判不凭眼见，断是非也不凭耳闻。”
（以赛亚书十一章 1—3 节）

我们不能凭着肉眼所见而正确地判断事物，我们必须拥有属灵的“眼睛”用来观看，以及属灵的“耳朵”用来听闻。我们必须听见圣灵说的话，而不是世界说的话。让神对你讲述你的未来——不要听信其他任何人的话语。

以色列人不断观看及讨论过去的事情。神藉摩西的手将他们

-126-

领出埃及，透过摩西向他们传讲应许之地。祂要他们将眼目定睛在将要前往之地——以及他们已经走了多远的路程。我们来看看一些清楚描述他们错误态度的经文。

问题在哪里？

“以色列众人向摩西、亚伦发怨言。全会众对他们说：巴不得我们早死在埃及地，或是死在这旷野。耶和華為什么把我们领到那地，使我们倒在刀下呢？我们的妻子和孩子必被掳掠。我们回埃及去岂不好吗？”（民数记十四章 2—3 节）

我鼓励你仔细阅读这段经文。注意这些百姓有多么消极——埋怨、轻易放弃，宁可回到捆锁之中，也不愿经过旷野而进入应许之地。事实上，他们没有问题，他们自己就是问题！

坏思想产生坏态度

“会众没有水喝，就聚集攻击摩西、亚伦。百姓向摩西爭闹说：‘我们的弟兄曾死在耶和華面前，我们恨不得与他们同死。你们为何把耶和華的会众领到这旷野，使我们和牲畜都死在这里呢？’”（民数记二十章 2—4 节）

我们很轻易就可以在以色列人的话语中看见，他们完全不信任神。他们拥有消极、失败的态度。他们尚未出发就认定自己会失败，只因为所有的环境都不完美。他们表现出由错误的思想所产生的态度。

坏的态度是坏思想的果子。

缺少感恩的心

“他们从何珥山起行，往红海那条路走，要绕过以东地。百姓因这路难行，心中甚是烦躁，就怨渎神和摩西说：‘你们为什么把我们从埃及领出来，使我们死在旷野呢？这里没有粮，没有水，我们的心厌恶这淡薄的食物。’”（民数记二十一章 4—5 节）

除了在先前的经文中所看到的恶劣态度之外，在这段经文中，我们也看到以色列人缺少感恩的心。以色列子民就是无法忘怀他们出来的地方，而且一直认为他们已经走得够远了，早该到达他们的目的地。

他们若是回想其祖先亚伯拉罕，会对他们有极大的助益。亚伯拉罕一生中经历过一些令人失望的经验，但是他没有允许这些经验对他的未来产生负面的影响。

争吵就没有生命

“当时，迦南人与比利洗人在那地居住，亚伯兰的牧人和罗得的牧人相争。亚伯兰就对罗得说：‘你我不可相争，你的牧人和我的牧人也不可相争，因为我们是骨肉。遍地不都在你眼前吗？请你离开我：你向左，我就向右；你向右，我就向左。’罗得举目看见约但河的全平原，直到琐珥，都是滋润的，那地在耶和華未灭所多玛、蛾摩拉以前如同耶和華的园子，也像埃及地。于是罗得选择约但河的全平原，往来迁移；他们就彼此分离了。”（创世记十三章 7—11 节）

亚伯拉罕知道生活在争吵中的危险，因此他告诉罗得，他们必须分离。为了行走在爱中，也为了确保未来他们之间不再发生争吵，亚伯拉罕让他的侄子优先选择要前往哪一座山谷。罗得选择了最好的——约旦河谷，于是他们就分离了。

我们必须记得，在亚伯拉罕为罗得祝福之前，罗得一无所有。想一想亚伯拉罕可以采取、但是却选择不采取的态度！他知道，如果他的行为合宜，神会照顾他。

举目观看

“罗得离别亚伯兰以后，耶和华对亚伯兰说：‘从你所在的地方，你举目向东西南北观看；凡你所看见的一切地，我都要赐给你和你的后裔，直到永远。’”（创世记十三章 14—15 节）

这段经文清楚启示，即使亚伯拉罕和侄儿分离之后，发现自己处于较恶劣的环境当中，神仍然要他从自己所在之处“举目观看”，看看神要带领他前往的地方。

亚伯拉罕对于自己的景况抱持合宜的态度，因此魔鬼无法阻挡神对他的祝福。神赐给他的财产超过和侄儿分离之前所拥有的，并且在各方面大大地祝福他。

我鼓励你用积极的态度面对未来的可能性，并且开始信赖那“使无变为有的神”（参考罗马书四章 17 节）。你应该根据神放在心中的应许来思想及讲论你的未来，而不要根据你在过去所见、甚至现在所见的来思想及讲论。

17 旷野性格之二

“别人替我做吧，我不想负责。”

他拉带着他儿子亚伯兰和他孙子哈兰的儿子罗得，

并他儿媳亚伯兰的妻子撒莱，

出了迦勒底的吾珥，要往迦南地去；

他们走到哈兰，就住在那里。

（创世记十一章 31 节）

责任往往被定义为对于神之能力的回应。负责任就是回应神放在我们面前的机会。

神给亚伯兰的父亲他拉一个责任，一个回应祂能力的机会。祂将前往迦南的机会放在他面前，但是他没有一路跟随主，而选择停留并定居在哈兰。

当神第一次对我们说话，并且赐给我们做某件事的机会时，我们很容易感到兴奋。但是就像他拉一样，许多时候我们从来不曾完成这些事，因为当我们投身其中时，会发现除了兴奋和刺激之外，还有其他当负的责任。

大部分的新冒险令人兴奋，只因为他们是新的冒险。兴奋可以驱使一个人向前奔走一段时间，但是不能带领他跑过终点线。

许多信徒的行为就如圣经所描述的他拉一样。他们朝着一个目标出发，然后在路上的某个地方定居下来。他们感到疲累或厌倦；他们想要完成旅程，却根本不想承担随之而来的责任。倘若有人可以代替他们做这件事，他们会很乐意接受这份荣耀，但这是行不通的。

个人的责任不容推诿

“到了第二天，摩西对百姓说：‘你们犯了大罪，我如今要上耶和华那里去，或者可以为你们赎罪。’摩西回到耶和华那里，说：‘唉！这百姓犯了大罪，为自己作了金像。倘或你肯赦免他们的罪……。不然，求你从你所写的册上涂抹我的名。’”（出埃及记三十二章 30—32 节）

在我的读经和研究中，我注意到以色列人并不想担负任何责任。摩西为他们代求，为他们寻求神，甚至在他们陷入麻烦中时，代替他们悔改（参考出埃及记三十二章 1—14 节）。

婴孩完全没有责任，但是当婴孩长大后，他应该要承担越来越多的责任。父母的主要角色之一，就是教导他们的孩子接受责任。神也期待能教导祂的儿女同样的事。

神给我机会从事全职事工——在全国性的广播和电视上教导祂的话语，向全美国和其他国家传讲福音，但是我可以向你保证，在这个呼召里存在着许多人所不明白的责任。许多人说他们想要投入事工，因为他们认为那是一种持续不断的属灵经历。

许多人来到我们的机构求职，以为发生在他们身上最伟大的事情，就是成为基督徒事工的一份子。后来，他们发现自己必须像在其它地方一样地工作，他们必须一早起床，准时到达上班地点，听从主管的指示，依循每天的常规等等。当人们说他们想来为我们工作时，我告诉他们，我们并不是整天都飘浮在云端，欢颂哈利路亚大合唱——我们工作，而且我们努力地工作。我们合一行，并且以专业的态度做我们当做的事。

当然，能在福音机构工作是一种特权，但是我试着向求职的新人表达一件事：当兴奋和刺激消褪之际，他们会发现自己被期待担负高度的责任，

去看蚂蚁！

“懒惰人哪，你去察看蚂蚁的动作就可得智慧。蚂蚁没有元帅，没有官长，没有君王，尚且在夏天预备食物，在收割时聚敛粮食。懒惰人哪，你要睡到几时呢？你何时睡醒呢？再睡片时，打盹片时，抱着手躺卧片时，你的贫穷必如强盗速来，你的缺乏仿佛拿兵器的人来到。”
(箴言六章 6—11 节)

以色列人这种懒惰的思考态度，是促使他们将十一天的旅程变成四十年旷野飘流的原因之一。

我喜欢读箴言中的这段经文，它将我们的注意力拉到蚂蚁身上；它们没有任何上司或工头，却为自己和家人供应所需。

总是需要他人鞭策的人永远无法成就大事。只有在别人监督的情况下才做正确之事的人，也不会有什么发展。我们的动机必须来自心里，而不是来自外在的环境。我们必须活在神面前，知道祂鉴察一切；如果我们坚持遵行祂的旨意，我们会得到祂的赏赐。

被召的人多，选上的人少

“被召的人多，选上的人少。”(马太福音二十章 16 节)

我曾经听过一位圣经教师说，这节经文意指许多人得蒙呼召、或是得到机会服事主，但是很少人愿意负起责任、回应呼召。

正如我在前一章所提到的，许多人期待运气，却没有骨气。拥有“旷野性格”的人想要拥有一切，却什么事也不做。

起来,去!

“耶和华的仆人摩西死了以后,耶和華晓谕摩西的帮手,嫩的儿子约书亚,说:‘我的仆人摩西死了。现在你要起来,和众百姓过这约旦河,往我所要赐给以色列人的地去。凡你们脚掌所踏之地,我都照着我所应许摩西的话赐给你们了。’”(约书亚记一章1—3节)

神告诉约书亚,摩西死了,他要接替摩西的位置,并且带领以色列人过约旦河、进入应许之地。这代表约书亚要承担许多新的责任。

当我们承继属灵的产业时,也是如此。倘若我们不肯认真承担责任,就永远不会享有在神的恩膏下站立并事奉的特权。

看哪,现在是有利的时机!

“看风的,必不撒种;望云的,必不收割。”(传道书十一章4节)

当神于一九九三年让我和戴夫看见祂要我们上电视时,祂说:“我给你们上电视的机会,但是你们如果现在不把握这个机会,就再也没有机会了。”假如神未曾让我们知道这个机会是为了那个特别的时刻而预备的,也许我们会拖延。毕竟我们终于到达一个可以安然自在的位置上。

有九年的时间,我们一直处于“生命真道”事工的“重生”过程。现在,突然间神给我们机会去接触更多的人,我们是衷心愿意这么做。但是,如果要做这件事,我们必须离开安适的位置而接受新的责任。

当神要求祂的子民做某件事时，有一个诱惑是等候“好时机”。我们永远会有一种等候的倾向，等到我们不需要付代价或不这么困难的时候才去做。

我鼓励你成为一个不害怕责任的人。当你面对抵抗时，你的力量就会建立起来。如果你只做容易的事，势将永远都是弱者。

神希望你、我能负起责任，并且照管祂所赐予我们的一切——用祂交托给我们的事物，做一些能够产生美好果实的事工。我们若不使用祂所赐予的恩赐和才干，就是没有负起管理祂交托我们之事的责任。

要有预备！

“所以，你们要警醒，因为那日子，那时辰，你们不知道。”（马太福音二十五章 13 节）

马太福音第二十五章教导我们，在我们等候主再来的这段时间，我们应该做些什么事情。

前面的十二节经文让我们看见，十个童女中五个愚笨、五个聪明。愚笨的童女不愿意付出额外的劳力，以确保她们已经做好准备的工作，得以在主回来的时候迎接祂。她们只做到可以过关的地步，她们不想多做准备，因此只预备灯刚好需要的油。但是，聪明的童女不只做到必须做的事，她们预备额外的油，以确定自己有充足的准备可迎接漫长的等待。

当新郎来时，愚笨的童女发现她们的灯熄了，此时，她们要求聪明的童女分给她们一些灯油。通常正是如此，懒惰的人总是要那些辛勤工作并负责任的人，为他们做自己应该做的事。

运用你所获得的才干

“你这又恶又懒的仆人！”（马太福音二十五章 26 节）

随后马太福音第二十五章记载了一个比喻，耶稣提到三个仆人，他们分别获得了属于主人的才干。然后主人前往远方的国家，期盼在他离家的这段时间里，他的仆人能够善用他的财物。得到五千两的人将钱拿去投资，又赚得五千两。得到两千两的人也是一样。但是得到一千两的人将银子埋在地里，因为他充满了惧怕。他不敢走出去采取任何行动，因他害怕责任。

当主人回来时，他称赞那两个用他的钱去做一些事的仆人。但是，他对那个将银子埋在地里、完全没有运用的仆人说：“你这又恶又懒的仆人！”然后他命令人将那一千两夺回，交给那现在拥有一万两的仆人，而那个懒惰的仆人则受到严厉的处罚。

我鼓励你回应神放在你里面的能力，尽你所能地去运用它。因此当主人回来时，你不但可以把祂所赐的东西还给祂，还可以给得更多。

圣经清楚地告诉我们，神对我们的心意是要我们结出好果子（参考约翰福音十五章 16 节）。

卸下忧虑，不是卸下责任

“所以，你们要自卑，服在神大能的手下，到了时候祂必叫你们升高。你们要将一切的忧虑卸给神，因为祂顾念你们。”（彼得前书五章 6—7 节）

不要惧怕责任。学习卸下忧虑，但是不要卸下责任。有些人学会不要担心任何事情，成为“卸下忧虑”的专家之后，他们觉得很舒适，以致连责任也卸下了。将你的心思专注于在你面前的事，不要

因为事情看来具有挑战性就逃避它。

随时记住，神如果将你向祂祈求的一切都赐给你，祝福之中是带有责任的。倘若你拥有一栋房子或一辆车子，神希望你好好保管它们。懒惰的魔鬼可能会攻击你的心和你的感觉，但是你拥有基督的心。你当然可以分辨魔鬼的欺骗手段，并且超越你的感觉，去做你心知是正确的事。伸手要东西是很容易，但是为了这个东西而负起责任，才是令人格成长的部分。

我记得曾经不断试图说服我丈夫购买一栋湖边的房子——我们可以到那里去休息、祈祷及学习，那是一个“远离一切”的地方。我告诉他那将会有多么美好，我们的孩子和孙子又会如何喜欢它；我们甚至可以带事工领袖去那里，进行业务会议，并且一同享受祷告的荣耀时光。

这一切听起来都很美好，我在情感上也觉得很好，但是戴夫一直告诉我，为了照顾这栋房子我们必须付出哪些代价。他提醒我，我们已经很忙碌，没有时间去管理另外一栋房子。他告诉我照料草坪、维修费用、房屋的款项等等。他认为最好是在需要休息时去租一个房子，而不是承担拥有房子的责任。

我看到的是事情的情感层面，他看到的是实际的层面。每当我们做决定时，应该同时检视这两个层面——不只是讨人喜欢，也要考虑它所要求的责任。对于那些有时间投入的人而言，湖边的房子很完美，但是我们真的没有能力负荷。我的内心深处知道这件事，但是足有一年的时间，我反复不断地试图说服戴夫去购买。

我很高兴他坚持到底。倘若不是他的坚持，我相信我们会买下那个地方，保留一阵子，最后很可能还是卖掉它，因为它要花费太大的工夫。结果，我们的朋友买了一栋湖边的房子，只要与他们的时间不冲突，我们就可以使用房子。

假如你运用智慧，就会发现神满足你的需要。任何有基督之心运作其内的人，都会行走在智慧中——而不是情感中。

要负责任！

18 旷野性格之三

“事情太难了，我做不到！”

我今日所吩咐你的诫命不是你难行的，

也不是离你远的。

(申命记三十章 11 节)

这种错误的思想态度类似前一章讨论的态度，但在神的子民中却是一个明显的问题，我认为值得在本书另辟一章来讨论。

这是我在祷告词中最常听到信徒表达的借口。经常有人来找我，请我提供建议并为他们祷告。当我告诉他们圣经怎么说，或是我认为圣灵显明的启示时，他们的反应是：“我知道那样做是对的，神也让我看到同样的事情。但是乔依丝，那太难了。”

神让我看到，仇敌试图将这句话放在信徒的心中，好让他们放弃。几年以前，当神向我启示这个真理时，祂命令我停止再说事情有多难；祂保证：如果我做到这一点，事情就会变得更加容易。

即使当我们决心向前挺进并采取行动时，我们仍花费许多时间去思想及谈论“事情有多困难”，以致这件事变得更加困难。我们若采取积极，而非消极的态度，事情本该容易许多。

当我开始从圣经的角度来看应该如何生活及行动，并且将祂和我的处境比较时，我总是说：“主啊，我愿意照你的方式行，但是好难啊。”神带领我查考申命记三十章 11 节，祂说祂的诫命既不困难，也离我们不远。

主的诫命对我们之所以不困难，是因为祂将祂的灵赐给我们，在我们里面大能地运行，帮助我们做祂要求我们做的事。

保惠师

“我要求父，父就另外赐给你们一位保惠师，叫祂永远与你们同在。”（约翰福音十四章 16 节）

当我们试图倚靠自己、不倚靠神的恩典时，事情就显得困难。生活中的每一件事如果都很容易，我们根本就不需要圣灵的能力来帮助。圣经称圣灵为“保惠师”（帮助者）。祂在我们里面，且随时与我们同在以帮助我们，让我们能够做到凭己力所不能的事——而且，让我们能够轻易做到离了祂就难以完成的事。

容易的道路及困难的道路

“法老容百姓去的时候，非利士地的道路虽近，神却不领他们从那里走。因为神说：‘恐怕百姓遇见打仗后悔，就回埃及去。’”（出埃及记十三章 17 节）

可以确定的是，无论神带领你往哪里去，祂都能保守你。祂绝对不会让我们受试探过于我们所能受的（参考哥林多前书十章 13 节）。无论祂的命令是什么，祂都会负责。我们若学习不断地倚靠祂，向祂支取所需要的力量，就不会一直活在挣扎之中。假如你知道神要你去做什么事，不要因为困难就退缩。当事情变得困难时，多花一些时间亲近祂，更加倚靠祂并领受祂更多的恩典（参考希伯来书四章 16 节）。

恩典是神无条件的赐予力量，让你做到靠自己的能力无法做到的事情。留意这个想法：“我做不到，太难了。”

神有时带领我们行走困难的道路，而不走容易的道路，因为祂在我们里面动工。我们生命中的一切事物若是都如此容易，以致我

们可以靠着自己去处理,那么如何能学会倚靠祂?

神带领以色列子民行走较困难、较漫长的道路,是因为他们仍然怯懦,而祂必须在他们心里动工,预备他们去迎接在应许之地将要面对的争战。

大部分人认为,进入应许之地表示不会再有争战,但这是不对的。如果你读到以色列人渡过约旦河之后,前往占领应许之地时所发生的事,你会看见他们不断地争战。但是他们赢得了依靠神的力量,遵循神的指示而战的每一场争战。

虽然确有较短、较容易的道路,但是神带领以色列人行走较长,较难的道路,因为祂知道他们尚未预备好面对进入应许之地后的争战。祂担心当以色列人看到敌人时,他们会逃回埃及,因此祂带领他们走上较困难的道路,让他们认识祂是谁,也让他们知道不能靠自己。

当一个人经历艰苦时,他的心会想要放弃。撒但知道,如果它能够打败我们的心,它就能利用我们的经验打败我们。那就是为什么我们不能灰心、疲累及胆怯的原因。

坚持!

“我们行善,不可丧志;若不灰心,到了时候就要收成。”

(加拉太书六章9节)

灰心丧志意指在思想上放弃。圣灵在我们心中提醒我们不要放弃,因为如果坚持下去,至终将会收成。

想想耶稣。祂在受洗并被圣灵充满之后,立刻就被圣灵引导到旷野,接受魔鬼的试探。祂没有埋怨,或因此而气馁及沮丧。祂没有消极的想法或话语。祂没有迷惑,试图明白为什么发生这些事!祂胜利地通过每一次的试探。

当我们的主受试探时,祂并不是在旷野里漫游四十昼夜,诉说

这件事有多么困难。祂从天父那里支取力量，并且得胜而归（参考路加福音四章 1—13 节）。

你能够想象，耶稣和祂的门徒一面在以色列四境行走、一面谈论整体局势有多么困难吗？你是否能想象祂提到下列情况时的感受：十字架的道路有多么困难、或是祂如何害怕前面的事、或是每天的生活环境有多么令人气馁——在乡间行走、无一处可称之为家、头顶上没有屋顶，甚至夜间无床可睡。

在我自己的经验中，当我四处旅行传讲福音时，我必须学习不去谈论这类型事工所包含的困难。我必须学习不去抱怨在陌生的饭店里过夜、经常在外用餐、每个周末都睡在不同的床上、远离家园、和陌生人见面，才刚熟悉就要离开是多么困难。

你我都拥有基督的心，我们可以用和祂一样的方法来处理事情：透过“得胜的思想”来预备我们的心——而不是“放弃的思想”。

痛苦乃成功之母

“基督既在肉身受苦，你们也当将这样的心志作为兵器，因为在肉身受过苦的，就已经与罪断绝了。你们存这样的心，从今以后就可以不从人的情欲，只从神的旨意在世度余下的光阴。”（彼得前书四章 1—2 节）

这段经文教导我们一个度过困难的事物和时间的秘诀。以下是我对这两节经文的诠释：

“想想耶稣经历的每一件事，以及祂如何在肉体上忍受痛苦，这可以帮助你胜过你的困难。装备你自己，准备面对争战，像耶稣一样地思想，好预备你自己得胜。‘我宁可耐心地受苦，也不要不讨神喜悦。’因为，如果我在受苦时用基督的心去面对它，我就不再是单单为了取悦自己而活，只做容易的事，逃离一切困难的事。我将可以为了神的旨意而活，而

不是靠着我的感觉和属世的思想。”

“在肉身”是有苦难的，我们若要遵行神的旨意，就必须忍受这些苦难。

我的肉体并不见得喜欢旅行布道的生活方式，但我知道这是神对我的旨意。因此，我必须用正确的思想来装备自己，否则在我起步之前，就已经先被打败了。

你的生活中可能有一人很难相处，但是你知道神要你持守这个关系，不要逃离它。你的肉身受苦——与那个人相处并不容易，但是你可以正确地思想这个环境，好好预备自己。

在基督的丰富里自足

“我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。我靠着那加给我力量的，凡事都能作。”（腓立比书四章 12—13 节）

正确的思想可以装备我们去面对争战。用错误的思想进入争战当中，就像没有携带武器而闯入战场的前线一样。我们如果这么做，是不可能支持太久的。

以色列子民是“抱怨者”，那是令他们将十一天的旅程转变成漂流四十年的原因之一。他们抱怨一切的困难，埋怨所有的新挑战——他们总是谈论事情有多么困难。他们的性格是：“请把每件事都弄得容易一点，如果事情太难，我承担不起！”

最近，我知道有许多信徒是周日战士，周一抱怨者。周日时，他们和朋友在教会里高言大志，但是到了周一，亦即“活出真理”的时刻来临、他们不需要感动任何人之时，他们会因着最轻微的试炼而丧志。

倘若你是个抱怨者、埋怨者，你必须建立新的思想态度，并说：靠着那加给我力量的基督，我凡事都能做（参考腓立比书四章 13 节）。

19 旷野性格之四

“我没办法，我就是会抱怨、发牢骚。”

倘若人为叫良心对得住神，

就忍受冤屈的苦楚，这是可喜受的。

你们若因犯罪受责打，能忍耐，有什么可夸的呢？

但你们若因行善受苦，能忍耐，这在神看是可喜受的。

（彼得前书二章 19—20 节）

在我们学会于苦难中用正确的态度来荣耀神之前，我们不能得着释放。荣耀神的并不是苦难，而是在苦难中以敬虔的态度来讨祂的喜悦，并为祂带来荣耀。

若想从这些经文中领受到神要我们学习的真理，我们就必缓慢地阅读并彻底消化每一个句子。我承认，我花了数年的时间研读这些经文，试着了解：圣经既清楚记载耶稣担当我们一切的苦难和刑罚的痛苦（参考以赛亚书五十三章 3—6 节），为何我所承受的苦难却能讨神的喜悦。

我花了好几年的时间才明白，彼得前书这段经文的焦点并不是苦难，而是一个人在苦难中应有的态度。

注意这段经文中使用“忍耐”这个字，他说我们若因行善而受苦且能忍耐，这是讨神喜悦的。讨祂喜悦的是我们忍耐的态度，不是我们的苦难，为了在苦难中鼓励我们，圣经劝勉我们思想：耶稣如何面对祂所遭受的不公平待遇。

耶稣是我们的榜样

“你们蒙召原是为，此，因基督也为你们受过苦，给你们

留下榜样，叫你们跟随祂的脚踪行。祂并没有犯罪，口里也没有诡诈。祂被骂不还口，受害不说威吓的话，只将自己交托那按公义审判人的主。”（彼得前书二章 21—23 节）

耶稣所受的苦是荣耀的！祂保持静默，没有怨言，无论事态如何，总是信任神。祂在任何景况下都保持同样的态度，并不是在事态轻松时就耐心地反应，而在困难或不公义时就显出不耐的态度。

以上的经文让我们知道，耶稣是我们的榜样：祂来到世上，让我们看到该如何生活。我们在其他人面前的生活方式，可以让他们看见他们应该如何生活。当我们教导孩童时，身教重于言教。我们是被众人念诵的活的荐信（参考哥林多后书三章 2—3 节），是照亮在黑暗世界里的明光（参考腓立比书二章 15 节）。

蒙召谦虚、温柔、忍耐

“我为主被囚的劝你们：既然蒙召，行事为人就当与蒙召的恩相称。凡事谦虚、温柔、忍耐，用爱心互相宽容。”（以弗所书四章 1—2 节）

不久之前，我的家里发生了一个状况，正是说明用谦虚、温柔、忍耐的态度来受苦的绝佳例子。

我儿子但以理刚刚结束多米尼加（Dominican Republic）的宣教旅行。他回家的时候，身上长满了疹子，而且有一些溃疡。别人告诉他，那是多米尼加的野葛造成的症状。他的情况看起来很糟，我们觉得必须确定究竟是什么原因造成的，而那天我们的家庭医生休假，因此我们打电话和代理他的医生约了一个就诊时间。

我的女儿珊德拉打电话去约诊，告诉他们但以理的年龄，并且

说明她是他的姐姐，将会带他去。那天我们都很忙碌，包括珊德拉在内。经过四十五分钟的车程，她到达诊所时，却被告知：“噢，对不起，我们不治疗没有父母陪伴的未成年人。”

珊德拉解释说，当她打电话来时，她特别说明她会带弟弟来就医，因为我们时常旅行，她经常带他来看病。那个护士坚持说，必须由父母陪同来就医。

珊德拉本可因此生气，她在极度忙碌中抽出时间来做这件事，却发现她的计划和努力都是白费心机。她还要再开四十五分钟的车回家，整件事看起来根本就在浪费时间。

然而神帮助她保持冷静和爱。她打电话给前去探望祖母的爸爸，他说他会来处理这件事。那天早上，戴夫觉得受感动，便前往我们的办公室拿了一些我的书和录音带，但是他根本不知道这些东西会派上用场，他只是觉得应该去拿。

当他到达诊所时，负责挂号的小姐问戴夫是不是宣教士，又问他是不是乔依丝·迈尔先生。他说是的，然后她说她一直在电视上看到我，也经常听到我家人的名字，她心想会不会是同一个人。戴夫和她谈了一会儿，并且送她一本我所写的，关于情感医治的书。

我与你们分享这个故事的重点在于：珊德拉如果失去耐性而发脾气的话，会有什么结果？即使她的见证未因此而全毁，至少也会受到伤害。事实上，这可能会对那个在电视上看到我、却发现我的家人行为恶劣的小姐造成灵里的伤害。

世上有许多人想要寻求神，而我们让他们看见的行为比对他们说的话更为重要。当然，以话语分享福音是很重要的，但是如果我们分享福音，却以行为来否定所传讲的信息，这要比什么都不说来得更糟。

珊德拉耐心地忍受她的苦难。神的话语说，我们蒙召是为了活出这种行为和态度。

约瑟耐心地忍受痛苦

“在他们以先打发一个人去——约瑟被卖为奴仆。人用脚镣伤他的脚，他被铁链捆拘。耶和華的话试炼他，直等到他所说的应验了。”（诗篇 105 篇 17—19 节）

约瑟是旧约圣经的一个例子，我们来思想他如何遭受哥哥们不公义的恶待。他们把他卖为奴隶，并且告诉父亲说他被野兽杀死。与此同时，他被一个叫做波提乏的富人买到家里当奴隶。约瑟无论到哪里，神都祝福他，他很快就赢得新主人的欢心。

约瑟的地位继续高升，但是另外一件不公义的事情发生在他身上。波提乏的妻子试图引诱约瑟通奸，但由于他是个义人，因此不愿意和她有任何的牵连。她欺骗丈夫，说约瑟侵害她，以致约瑟为自己没有做的事而被下在监里！

约瑟被关在监里的时候，仍然试着帮助别人，他从来不曾抱怨，由于他在苦难中持守合宜的态度，最后神拯救他，并且将他高举。他在埃及拥有如此大的权力，以致全地除了法老以外，没有人凌驾在他之上。

至于约瑟的哥哥，神也支持他们：当全地发生饥荒时，约瑟的哥哥们必须前来埃及向约瑟求讨粮食。约瑟再次表现出敬虔的态度，即使他们应当受到惩罚，约瑟仍然没有苦待他们。他告诉哥哥们，他们原想伤害他，神却将之转变为祝福——他们是在神的手中，而不是在他的手中。除了祝福他们之外，他没有权力做任何事（参考创世记三十九至五十章）。

埋怨的危险

“也不要试探主，像他们有人试探的，就被蛇所灭。你们

也不要发怨言，像他们有发怨言的，就被灭命的所灭。他们遭遇这些事，都要作为鉴戒；并且写在经上，正是警戒我们这末世的人。”（哥林多前书十章 9—11 节）

从这段经文，我们可以看到约瑟和以色列人的差异。约瑟完全没有抱怨，以色列人则是对于任何不顺心的小事都发怨言。圣经非常清楚陈明发怨言、挑剔、埋怨的危险性。

这段信息相当清楚，以色列人的怨言为仇敌开启一扇门，让他它得以进来摧毁他们。他们应该感谢神的良善，但是他们并没有这样做，因此也付上了代价。

圣经告诉我们，他们的痛苦和死亡被记载下来，让我们看到：我们的行为如果和他们一样，将会遭遇到什么事。

除非我们的思想先发出怨言，否则口中不会发出怨言。埋怨绝对是一种使我们无法进入应许之地的旷野性格。

耶稣是我们的榜样，我们应该行祂所行。

以色列人发怨言，便在旷野里漂流。

耶稣发出赞美，就从死里复活。

在这个对比中，我们可以看到赞美和感恩的能力，也看到埋怨的能力。是的，发怨言、挑剔、埋怨是有能力的——但它是负面的能力。每当我们把思想和口舌交给它，就是让撒但获得神未授权给它的能力，让它得以控制我们。

不要发怨言、挑剔、埋怨

“凡所行的，都不要发怨言，起争论，使你们无可指摘，诚实无伪，在这弯曲悖谬的世代作神无瑕疵的儿女。你们显在这世代中，好像明光照耀。”（腓立比书二章 14—15 节）

有时候,似乎全世界都在抱怨。发怨言和牢骚的人这么多,感恩和欣赏的人却如此稀少。许多人抱怨自己的工作和老板,但是他们应该为了拥有工作而感恩,为了他们不是住在游民收容所或站在配给队伍里而感谢。

这些贫穷人若是拥有那份工作,即使它并不完美,他们仍然会非常兴奋。他们会很愿意忍受一个不是那么完美的老板,以换取一份稳定的收入,并住在自己的家中,自己烹煮食物。

也许你确实需要一份酬劳更高的工作,也许你确实遇到一个待你不公的老板。这确实是不幸的事,但是埋怨并不能为你找到出路。

不要烦躁或担忧,只要祈祷并感恩!

“应当一无挂虑,只要凡事借着祷告、祈求,和感谢,将你们所要的告诉神。”(腓立比书四章6节)

在这节经文中,使徒保罗教导我们如何解决问题。他告诉我们,无论在任何情况下,都要以感恩的心祷告。

主也教导我同样的原则,祂告诉我:“乔依丝,如果你不为了已经拥有的感恩,为什么我还要给你别的东西?为什么我要给你其它让你抱怨的东西?”

我们若是不能站在一个充满感恩的生命基础上向神发出祈求,就不能获得好的回应。圣经不是说用埋怨来祷告,乃是用感恩的心来祷告。

通常,当某事或某人没有按照我们的期望去做,或是遇到必须等候比预期更久的时间之时,我们就会发牢骚、发怨言、挑剔和抱怨。圣经教导我们,在这些时候要忍耐。

我发现,耐心不只是等候的能力,也是在等候之时保持良好态度的能力。

很重要的一点是，我们必须认真看待抱怨和所有相关的消极思想及对话。我衷心相信神启示我并让我看到：将我们的口和心交给这些东西时有多么危险。

神在申命记一章 6 节告诉以色列人：“你们在这山上住的日子够了。”也许你已经绕行同一座山头许久，现在正准备继续前进。若是如此，要记住：你的思想和话语中如果充满了怨言，就不会有任何正面的进展。

我并非说不发怨言是一件容易的事，但是你拥有基督的心，何不发挥它最大的功效？

20 旷野性格之五

“不要让我等，我马上就要。”

弟兄们哪，你们要忍耐，直到主来。

看哪，农夫忍耐等候地里宝贵的出产，

直到得了秋雨春雨。

（雅各书五章 7 节）

缺乏耐性是骄傲的果子。一个骄傲的人似乎无法用合宜的态度来等候任何事情。正如我们在前一章所讨论的，耐心并不是等候的能力，而是在等候之时保持良好态度的能力。

这段经文并不是说：“如果你等候的话，就要忍耐。”而是说：“在等候之时要忍耐。”等候是生命的一部分。许多人“等得不好”；然而，事实上我们一生中花在等候上的时间多过于接受的时间。

我的意思是：我们在祷告中向神祈求某样东西，相信祂会成就，然后我们一等再等、等候事情的成就。当事情成就时，我们就喜乐，因为我们终于得到所等候的东西。

但是，由于我们是目标导向的人，所以随时需要向前冲的力量——某个让我们期待的东西，因此我们立刻又回到向神要求某事并相信的阶段，再次一等再等，直到下次的突破来临。

当我思想这种情况时，我就明白自己花费在等候上的时间远比我获得的时间多。因此我决定享受等候的时间，而不只是享受获得的时间。

我们必须学习在前往目的地的途中，享受自己所在的位置！

骄傲使人无法耐心等候

“我凭着所赐我的恩对你们各人说：不要看自己过于所当看的，要照着神所分给各人信心的大小，看得合乎中道。”（罗马书十二章 3 节）

倘若你不知道如何耐心等候，就不可能享受等候的时间。骄傲使人无法耐心等候，因为骄傲的人自视甚高，以致他认为自己不应该遇到任何不便。

我们虽然不需要妄自菲薄，但是也不要自视过高。将自己过度高举以致轻视他人，这是很危险的。别人如果未依照我们的希望行事，或是行动不如我们所期望的一样迅速，我们就会表现出不耐烦的样子。

一个谦卑的人不会表现出不耐烦的态度。

要实际！

“我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上，你们有苦难；但你们可以放心，我已经胜了世界。”（约翰福音十六章 55 节）

撒但还有另外一个方法。它可以利用我们的思想，引诱我们进入缺乏耐心的行为当中——就是透过理想化的想法，而不是实际的想法。

我们如果以为，一切与自己所处的环境及关系有关的事物，都应该永远保持完美——没有不便，没有阻碍，没有必须应对的不可爱之人，那么就是在自掘坟墓。或者，事实上应该说，撒但透过错

误的思想,将我们放在陷阱之上。

我并不是说我们要消极;我坚决地相信积极的态度和思想。但是我要说,我们必须够实际,要承认到真实生活中的事物很少是完美的。

我丈夫和我几乎每个周末都前往不同的城市主持研讨会。很多时候,我们会租用饭店的大宴会厅及活动中心。一开始,每当租用的场地出了差错时,我就会失去耐心、感到沮丧——例如空调不正常(或根本不能用)、会议室的光线不够、椅子太脏、椅垫破损,或是前一天晚上婚宴的蛋糕残屑还留在地板上。

我觉得,我们既付了大笔金钱来使用这些房间,当我们租用时,当然会希望场地的状况良好,因此一旦情况并非预期时,我就会感到恼怒。我们尽一切所能地确保租用的场地干净而舒适,但是约有百分之七十五的场地会有一些地方不符合我们的期待。

有时候,饭店告诉我们可以提早进房,但是当我们抵达时,饭店却告诉我们要等候数小时才有房间。饭店员工在提供会议时间的资料时,经常会提供错误的信息,即使我们已经一再地确认,甚至将列出确定日期和时间的书面资料寄给他们,情况仍然没有改善。我们经常遇到粗鲁而懒惰的饭店和餐厅员工。我们为研讨会午餐订购的食物,也经常和原先订购的内容不符。

我特别记得有一次,送给与会的基督徒妇女(大约有八百位)的甜点竟用兰姆酒调味,因为厨房把婚礼的菜单和我们的菜单弄混了。不消说,当姐妹们告知甜点有酒味的时候,我们实在觉得有点难堪。

我可以继续不断地举例说明,但是重点很简单:有些时候、但是非常罕见,我们会遇到完美的地点、完美的人们,以及完美的研讨会。我终于明白,这些状况使我感到不耐,反应恶劣的原因之一,是因为我很完美主义,且不切实际。

我不会为了要失败而做计划,但是我记得耶稣说过,在这个世界上我们都必须面对苦难、试炼、绝望和挫折。这些事情是世上生

活的一部分——无论是信徒或非信徒。但是,如果我们住在神的爱里,结出圣灵的果子,那么世界上所有的不幸都不能伤害我们。

耐心:忍受的力量

“所以,你们既是神的选民,圣洁蒙爱的人,就要存怜悯、恩慈、谦虚、温柔、忍耐的心。”(歌罗西书三章12节)

我经常翻阅这段经文,提醒自己在所有的情况下应该有何种行为。我提醒自己,耐心并非指我等候的能力,而是我在等候之时保持良好态度的能力。

试炼带来忍耐

“我的弟兄们,你们落在百般试炼中,都要以为大喜乐;因为知道你们的信心经过试炼,就生忍耐。但忍耐也当成功,使你们成全完备,毫无缺欠。”(雅各书一章2—4节)

忍耐是圣灵的果子(参考加拉太书五章22节),神把它放在每个重生之人的灵里。对神而言,祂的子民表现出忍耐是很重要的一件事。祂要其他人透过祂的子民看见祂的性格。

雅各书一章教导我们,当我们成为完全时,就会一无所缺。魔鬼不能控制一个学会忍耐的人。

雅各书一章也教导我们,当我们发现自己落在艰难的处境时,应该欢喜快乐。我们知道,神藉以将我们里面的忍耐诱导出来的方法,就是透过所谓的“百般试炼”。

我在自己的生活中发现,“百般试炼”确实将我里面的忍耐诱

导出来,但是一开始,它们也会带出其他许多不敬虔的性格,例如骄傲、愤怒、叛逆、自怜、抱怨及其它许多性格。似乎必须先面对这些性格,并且加以处理之后,忍耐才会彰显出来。

试炼还是不便?

“他们从何珥山起行,往红海那条路走,要绕过以东地。百姓因这路难行,心中甚是烦躁。”(民数记二十一章 4 节)

也许你还记得,缺乏耐心的态度,是导致以色列人在旷野里漂流四十年之久的旷野性格之一。

这些人如果在面对一点点的不便时,就无法忍耐并站立得稳,他们如何能够进入应许之地,并赶逐当地的居民呢?

我真心鼓励你,当圣灵栽培你心中忍耐的果子时,你必须和圣灵同工。你越是抗拒祂,过程就会持续越久。学习用忍耐面对所有的试炼,你会发现自己过着有品质的生活,不只是忍耐,而且满有喜乐。

耐心和忍耐的重要性

“你们必须忍耐,使你们行完了神的旨意,就可以得着所应许的。”(希伯来书十章 36 节)

这段经文告诉我,若是没有忍耐,就无法得着神的应许。希伯来书六章 12 节也告诉我们,惟有透过信心和忍耐,我们才能承继应许。

骄傲的人靠自己肉体的力量行事,试图让事情依照他的时间表进行。骄傲说:“我已经准备好了!”

谦卑说：“神知道什么是最好的，祂不会迟延！”

一个谦卑的人会耐心地等候；事实上，他对于凭自己的血气行事抱着畏惧的态度，但是骄傲的人会不断地尝试，却徒劳无功。

直线不一定是通往目标的最近距离

“有一条路，人以为正，至终成为死亡之路。”（箴言十六章 25 节）

我们必须知道，在属灵的领域里，直线不一定是通往目的地的最近距离，它可能是通往灭亡的最短距离！

我们必须学习忍耐，等候主，即使祂似乎带领我们绕远路，才走向我们的目的地。

世界上有许多不快乐、不满足的基督徒，只因为他们忙着试图让某件事发生，而不是耐心地等候神，依照祂的时间，用祂的方法行事。

当你想要等候神时，魔鬼会不断地刺激你的思想，要你“采取行动”。它会用属血气的热诚来感动你，因为它知道血气没有益处（参考约翰福音六章 63 节；罗马书十三章 14 节）。

正如我们所看到的，缺乏耐心是骄傲的表现，而对付骄傲的惟一方法就是谦卑。

自卑等候主

“所以，你们要自卑，服在神大能的手下，到了时候祂必叫你们升高。”（彼得前书五章 6 节）

自卑并不是要你将自己想得极为不堪。它的意思很简单：“不要以为你可以靠自己解决一切的问题。”

不要骄傲地将事情抓在手中；我们应该学习在神大能的手下谦卑。当祂知道正确的时机到来时，便会叫我们升高。

当我们等候神、拒绝依血气行事时，会发生“自我死亡”的情形，这时我们就开始向自己的方法和自己的时间死了，并在神对我们的旨意中活过来。

我们应该随时顺从神的旨意，但是也应该对肉体的骄傲保持着敬虔的恐惧。记住：缺少耐心的根源就是骄傲。骄傲的人说：“请你不要叫我等候，我应该马上得到。”

当你受到引诱、似乎就要落入沮丧并缺少忍耐之际，我建议 you 开始说：“主啊，我要听从你的旨意，等候你的时间。我不要跑在你前面，也不要落在你后面。帮助我，天父，让我耐心等待你！”

21 旷野性格之六

“也许我做得不对，但那不是我的错！”

那人说：“你所赐给我、与我同居的女人，

她把那树上的果子给我，我就吃了。”

耶和华神对女人说：“你作的是什么事呢？”

女人说：“那蛇引诱我，我就吃了。”

(创世记三章 12—13 节)

不愿意为自己的行为负责，将所有的错误归咎于他人，是造成旷野生命的主要原因之一。

从人类历史一开始，我们就看到问题出现了。当亚当和夏娃在伊甸园里因所犯的罪而受到神质问时，他们彼此指责，也指责神和魔鬼，藉此来逃避个人的行为责任。

都是你的错！

“亚伯兰的妻子撒莱不给他生儿女。撒莱有一个使女，名叫夏甲，是埃及人。撒莱对亚伯兰说‘耶和华使我不能生育。求你和我的使女同房，或者我可以因她得孩子。’亚伯兰听从了撒莱的话。于是亚伯兰的妻子撒莱将使女埃及人夏甲给了丈夫为妾；那时亚伯兰在迦南已经住了十年。亚伯兰与夏甲同房，夏甲就怀了孕，她见自己有孕，就不看她的主母。撒莱对亚伯兰说：‘我因你受屈。我将我的使女放在你怀中，她见自己有了孕，就不看我。愿耶和华在你我中间判断。’亚伯兰对撒莱

说：‘使女在你手下，你可以随意待她。’撒莱苦待她，她就从撒莱面前逃走了。”（创世记十六章 1—6 节）

发生在亚当和夏娃之间的情形，也发生在亚伯兰和撒莱的争执中。他们已经厌烦于等候神实现让他们生子的应许，因此他们顺从了肉体：“自行救济”。当结果不如预期、开始出现问题时，他们便开始彼此责备。

过去在我的家庭里，我和戴夫之间也曾发生过无数次同样的情形。我们似乎一直在逃避生活中真正的问题，从来不想面对现实。

我清楚记得自己为戴夫祷告，求神改变他。我不断地读圣经，看到他越来越多的缺点，以及他是多么需要改变！当我祷告时，神对我说：“乔依丝，问题不在戴夫……而是你。”

我很惊愕。我一直哭，我哭了三天，因为神让我看到，和我同住在一个屋檐下是什么样子。祂让我看到：我如何试图要控制一切，我如何唠叨和抱怨，我如何难以取悦，我如何消极——诸如此类的事难以胜数。这对我的骄傲而言是巨大的打击，但那也是我在主里得蒙医治的开始。

就像大部分人一样，我将一切错误归咎于他人，或是归咎于我不能控制的因素。我以为自己是因为受到侮辱才出现坏行为，但是神告诉我：“侮辱或许是你如此行的原因，但是不要让它成为你停留在这种光景中的借口！”

撒但努力攻击我们的思想——建立使我们无法行出真理的营垒。真理可以让我们得自由，而它清楚明白这件事！

我认为，没有任何事比面对真正的自我更令情感感到伤痛。正因为很痛苦，因此大部分人采取逃避的态度。面对别人的真相是相当容易的，但是在必须面对自己时，我们发现要难掌握得多。

如果……

“就起渎神和摩西说：‘你们为什么把我们从埃及领出来，使我们死在旷野呢？这里没有粮，没有水，我们的心厌恶这淡薄的食物。’”（民数记二十一章5节）

以色列人埋怨说，他们所有的问题都是神和摩西的错。他们成功地逃避任何致使他们停留在旷野如此之久的个人责任。神让我看见，这是使他们停滞在旷野四十年的主要旷野性格之一。

那也是我花了这么多年的时间，一再地绕行生命中同一座山岭的主要原因之一。若是要我列出导致我恶劣行径的借口，这份列表可以是无穷无尽的：

“如果我在童年时没有遭受虐待，我的脾气就不会这么坏。”

“如果我的孩子能多帮我一点忙，我就可以表现得更好。”

“如果戴夫不在周六打高尔夫球，我就不会这么生他的气。”

“如果戴夫多和我说话，我就不会这么寂寞。”

“如果戴夫多买一点礼物给我，我就不会这么消极。”

“如果我不需要工作，我就不会这么累，这么难以取悦。”

（所以我辞职，但是结果……）

“如果我可以多出门走走，我就不会这么无聊！”

“如果我们有更多的钱……”

“如果我们拥有自己的房子……”（所以我们买了一栋房子，然后……）

“如果我们没有这么多的账单……”

“如果我们有更好的邻居或是不一样的朋友……”

如果！如果！如果！如果！如果！如果！如果！如果！

但是……

“耶和華曉諭摩西說：‘你打發人去窺探我所賜給以色列人的迦南地，他們每支派中要打發一個人，都要作首領的。’摩西就照耶和華的吩咐從巴蘭的曠野打發他們去，他們都是以色列人的族長。過了四十天，他們窺探那地才回來，到了巴蘭曠野的加低斯，見摩西、亞倫，並以色列的全會眾，回報摩西、亞倫，並全会眾，又把那地的果子給他們看；又告訴摩西說：‘我們到了你所打發我們去的那地，果然是流奶與蜜之地，這就是那地的果子。’然而住那地的民強壯，城邑也堅固寬大，並且我們在那里看見了亞納族的人。”（民數記十三章 1—3、25—28 節）

“如果”和“但是”是撒但放在我們心中最詭詐的兩個字眼。奉派前往應許之地窺探的十二名探子帶回一串極巨大的葡萄，甚至必須由兩個人合力用杆子挑起；但是，他們給摩西和百姓的報告却是負面的。

打敗他們的是“但是”！他們應該把目光定睛於神，而不是潛在的問題。

我們問題之所以能夠打敗我們，原因之一在於我們認為它們比神還偉大。這或許也是我們如此難以面對真相的原因。我們不確定神能夠改變我們，因此我們逃避自己，而不是面對自己的真相。

現在，當神調教我的時候，我不再那麼難以面對生命的本相，因為我知道祂可以改變我。我已經認識祂的大能，而且我信任祂。但是，在我刚开始與祂同行之時，這是很困難的一件事，我將生命

大部分的时间用来隐藏一些事情。我活在黑暗中如此长久,以致走出来迎接光明并不是一件容易的事。

内里诚实

“神啊,求你按你的慈爱怜恤我!按你丰盛的慈惠涂抹我的过犯!求你将我的罪孽洗除净尽,并洁除我的罪!因为,我知道我的过犯,我的罪常在我面前。我向你犯罪,惟独得罪了你,在你眼前行了这恶,以致你责备我的时候显为公义,判断我的时候显为清正。我是在罪孽里生的,在我母亲怀胎的时候就有了罪。你所喜爱的是内里诚实;你在我隐密处,必使我得智慧。”(诗篇五十一篇 1—6 节)

在诗篇第五十一篇,大卫王向神呼求怜悯及赦免,因为神在处理他和拔示巴的罪,以及她丈夫的谋杀案。

不管你相不相信,大卫的罪是在写下这首诗篇整整一年前犯下的,但是他从来不曾真正面对它、承认它。他没有面对真相,只要他拒绝面对真相,就无法真正地悔改。只要他没有真正地悔改,神就不能赦免他。

这段经文的第 6 节是一句极有能力的经文。它说神喜爱的是“内里诚实”。这表示我们如果想要获得祂的祝福,就必须在自己和自己的罪上诚实地面对祂。

认罪之后才有赦免

“我们若说自己无罪,便是自欺,真理不在我们心里了。我们若认自己的罪,神是信实的,是公义的,必要赦免我们的罪,洗净我们一切的不义。我们若说自己没有犯

过罪，便是以神为说谎的，祂的道也不在我们心里了。”

(约翰一书一章 8—10 节)

我们如果真的悔改，神很快就会赦免我们。但是如果我们不肯面对并承认曾经做过的事，就无法真正地悔改。

我们如果先承认自己做错事，然后又想找借口来辩解，这仍然不是神所要求面对真相的方式。当然，我们会想为自己的行为辩护，但是圣经说，只有在耶稣基督里，我们才能得以称义(参考罗马书三章 20—24 节)。我们在犯罪之后，只有藉着耶稣的血才能够与神和好——不是藉着我们的借口。

我记得有一天，一位邻居打电话给我，要求我立刻赶在银行打烊前带她到银行去，因为她的车子发不动。那时候我忙着做“我的事情”，不想停下来，所以我对她的态度很粗鲁且没有耐心。当我挂上电话时，我知道自己的行为有多么糟糕，我必须打电话向她道歉，并且载她到银行去。我的脑海里充满了各式各样为我的行为辩护的借口：“我觉得不舒服……”“我很忙……”“我今天过得不好……。”

但是在我灵里深处，我可以感觉到圣灵告诉我，不要找借口！

“打电话给她，告诉她你错了，这样就够了！除了‘我错了，我的行为没有借口。请原谅我，让我载你到银行去。’以外，什么都不要说。”

我可以告诉你，这是非常难以做到的事。我的身体甚至在抽搐！我可以感觉到这个小东西在我的灵里跑来跑去，急切地想要寻找一个可以藏身的地方。但是我们不可能躲避真理，因为真理就是光。

真理就是光

“太初有道，道与神同在，道就是神。这道太初与神同在，万物是藉着祂造的；凡被造的，没有一样不是藉着

祂造的。生命在祂里头，这生命就是人的光。光照在黑暗里，黑暗却不接受光。”（约翰福音一章 1—5 节）

真理是对抗黑暗国度最强大的武器之一。真理就是光，圣经说黑暗永远无法胜过光。

撒但要將事物隐藏在黑暗里，但是圣灵要将它们带进光中并对付它们，如此你我方能真正地得到自由。

耶稣说，真理可以让我们得着自由（参考约翰福音八章 32 节）。真理由真理的灵所启示。

真理的灵

“我还有好些事要告诉你们，但你们现在担当不了。只等真理的圣灵来了，祂要引导你们明白一切的真理；因为祂不是凭自己说的，乃是把祂所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。”（约翰福音十六章 12—13 节）

耶稣可以向祂的门徒启示所有的真理，但是祂知道他们还没有预备好。祂告诉他们，他们必须等候圣灵从天而降，与他们同行并居住在他们里面。

耶稣升天之后，祂差遣圣灵在我们心里作工，不断地预备我们，让神的荣耀透过我们，以不同的程度彰显出来。

我们如果不肯面对真理，又如何能让圣灵在生命中作工？祂被称为“真理的灵”。祂在我们身上的主要工作之一就是帮助我们面对真理——带领我们进入真理，因为只有真理能够让我们得到自由。

你的过去里有一些东西——伤害你的一个人、一件事，或是环境——可能是你错误的态度和行为的原因，但是不要容许它成为

你停留在那里的借口。

我的许多行为问题，绝对是源于在性、言语和情感上多年受到虐待——但是只要我将那些虐待当成借口，就会困在错误的行为模式里。那就像在保护你的敌人，说：“我恨恶这个东西，但这就是我保留它的原因。”

你绝对可以经历到从所有捆绑中得到释放的自由，你不必花四十年的时间在旷野里飘流。或者，如果你已经花了四十年的时间，只因为你不知道是“旷野性格”使你停留，那么今天就可以是你决志的日子。

求神开始让你看见自己的本相。当祂动工时，要坚持下去！那不是一件容易的事，但是记住，祂曾经应许：“我总不撇下你，也不丢弃你。”（希伯来书十三章5节）

开始走出旷野，去享受应许之地吧！

22 旷野性格之七

“我的生活太不幸了！”

当下，全会众人声喧嚷：

那夜百姓都哭号。

以色列众人向摩西、亚伦发怨言。

(民数记十四章 1—2 节)

以色列人觉得自己非常可怜。每一个不便之处都成为自怜的新借口。

我记得在一次“可怜派对”中，神对我说：“乔依丝，你可以很可怜，也可以很有能力，但是你不可能同时拥有二者！”

我不想太快略过这一章，我们必须明白一个非常重要的真理：我们不能同时取悦自怜的恶魔，同时又行走在神的能力中！

彼此劝慰及建立

“所以，你们该彼此劝慰，互相建立，正如你们素常所行的。”(帖撒罗尼迦前书五章 11 节)

我很难放弃自怜。多年来每当我受伤的时候，我就会利用它来安慰自己。

当有人伤害我们、当我们感受到失望之时，魔鬼就会差派一个恶魔向我们倾诉谎言，说我们受到多么残忍而不公平的对待。

只要在这种时候聆听涌进你心思中的这些想法，你很快就会明白仇敌如何利用自怜来捆绑我们。

但是，圣经并没有赋予我们为自己感到哀伤的自由。相反地，

我们要在主里彼此劝慰，互相建立。

怜悯确实是一项恩赐，它让我们能够对受伤的人怀着属天的怜悯，并用我们的生命去安慰他们的伤痛。但是自怜是误用这项恩赐，因为这是将神要我们给予他人的东西保留给自己用。

爱也是一样。罗马书五章5节说，圣灵将神的爱浇灌在我们心里。祂已经做成这工，因此我们能够知道神多么爱我们，我们也可以去爱其他人。

当我们将神要我们分享出去的爱保留下来，使用在自己身上时，它就会变成自私和以自我为中心，这样反而会毁了我们。自怜是偶像崇拜——以我们自己为对象，将焦点放在自己和自己的感觉上，它使我们只能察觉到自己的需要和关切之事——这当然是一种心胸狭隘的生活方式。

顾别人的事

“各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。”（腓立比书二章4节）

最近我有一场演讲被取消了。我一直期待这场演讲，因此刚开始我有一点失望。曾有一段时间，类似这样的事情会使我落入自怜、批评、对其他人的审判，以及各种负面的思想和行为中。后来我学习到，遭遇这样的景况时，只要保持安静即可；宁可什么都不说，也不要说出错误的话。

当我安静地坐着时，神开始让我从其他人的观点来看这件事。他们找不到可以举行聚会的地方，神也让我看到他们有多么失望。他们非常期待这次的聚会，然而如今却无法举办这场聚会。

令人惊讶的是，我们如果看到别人的需要，而不只是看到自己的需要时，便很容易就可以远离自怜。是的，自怜是一个大陷阱，也是撒但最喜欢用来将我们困在旷野里的工具。我们如果不小心，很

容易沉溺在其中。

沉溺是指对某种刺激的自然反应——一种学习而来的行为模式，已经成为习惯。

你花了多少时间自怜？你对失望如何反应？

当基督徒经历失望之时，他拥有一项罕见的特权——他可以重燃希望。拥有神同在，永远都有机会重新开始。但是自怜会将我们困在过去。

放手，交托给神！

“耶和華如此說：‘你們不要記念從前的事，也不要思想古時的事。看哪，我要作一件新事，如今要發現，你們也不知道嗎？我必在曠野開道路，在沙漠開江河。’”（以賽亞書四十三章 18—19 節）

我浪费了许多年的生命，为自己感到悲哀。我是沉溺的例子之一。当我遭遇失望时，我的自然反应就是自怜。撒但会立刻用错误的思想充满我的心，而且由于我不知道该如何“留心我的思想”，因此我想的就是任何进入我脑海中的东西。我愈想就愈觉得自己可怜。

我经常分享自己早期婚姻生活中的故事。足球季的每个周日下午，戴夫都要收看电视的球赛转播。如果现在不是足球季，就会是其他的球季。戴夫喜欢所有的球季，而我什么都不喜欢。他喜欢任何有一颗球在场上跳来跳去的活动，而且很容易就全神贯注于运动比赛中，完全忘却了我的存在。

有一次我站在他的正前方，说得非常清楚：“戴夫，我觉得一点都不好，我觉得我快死了。”

他说：“呃，不错，亲爱的。”他的眼睛根本没有离开电视屏幕。

许多周日的下午，我在愤怒和自怜中度过。每当我生戴夫的气

时,我就去清扫房子。现在我知道,我的目的是要让他看见,在我这么悲惨的时候,他还那么自得其乐,我试图让他因此而感到有罪恶感。我会在房子里面跑来跑去好几个钟头,用力摔门和抽屉,拿着吸尘器在他所在的房间里走来走去,竭力表现我是多么努力地在做事。

当然,我的目的是要吸引他的注意力,但是他几乎没有注意到我。然后我会放弃,走到房子的后面,坐在浴室地板上大哭。我哭得越久,越觉得自己可怜。过了几年以后,神让我看见为什么女人会跑到浴室里去哭,祂说,那是因为浴室里有一面大镜子,在她哭了很长一段时间之后可以站起来,深深地凝视镜中的自己,看到自己真的就是这么可怜。

有时候我的样子非常糟糕,以致当我看到镜子里的身影时,我又会开始哭。最后,我会拖着可怜的脚步穿过戴夫所在的客厅,缓缓地走着,觉得自己好可怜。有时候他会抬起头来,问我是不是要去厨房,能不能帮他拿一些冰茶。

重点是,根本没有用!我耗尽我的情感——而且经常因为一整天所经历的错误情绪而觉得身体不适。

神不会用你的手使你得自由,而是藉着祂的手。只有神能够改变人!除了全能的神之外,没有人能够令戴夫不想收看那么多的比赛。当我学会倚靠神,在不顺心的时候不再沉溺于自怜里,戴夫收看球赛的态度确实改变了。

他仍然喜爱看球赛,但是现在这件事真的不会造成我的困扰了。我会利用那段时间来做自己喜欢的事,我会亲密地(而不是愤怒地)要求戴夫,而在大部分的情况下,他都会愿意改变他的计划。尽管如此,还是会有一些时候——而且一定会有——事情并不如我意,然而当我觉得情绪开始高涨时,我就祷告:“噢,主啊,帮助我通过这个试验。我不想再绕着这座山头打转!”

23 旷野性格之八

“我不应得到神的祝福，因为我不配。”

耶和華對約書亞說：

我今日將埃及的羞辱從你們身上滾去了。

因此，那地方名叫吉甲（吉甲就是滾的意思），

直到今日。

（約書亞記五章 9 節）

約書亞帶領以色列人渡過約旦河、進入應許之地之後，在他們準備征服並佔領第一個城鎮（也就是耶利哥城）之前，神要先做一些事。

神命令所有的以色列男子都要接受割禮，因為他們在曠野飄流四十年期間，並沒有行割禮。在完成這件事之後，神告訴約書亞，祂已經將埃及的羞辱“滾去了”。

幾節經文之後，進入第六章，開始記載神如何帶領以色列子民攻占耶利哥。神為什麼必須先將他們的羞辱除去？所謂的羞辱是什麼？

羞辱的定義

“羞辱”這個字的意思是“責難……耻辱；羞耻”。當神說祂將埃及的羞辱從以色列人身上“滾去”時，祂是有其用意的。埃及代表世界，在世界中打滾數年，沾染世俗、變得世俗化之後，我們都必須將從它而來的羞辱除去。

因着我所做的事，以及發生在我身上的事，羞耻在我的性格中占有重要的比例。我會為了發生在我身上的事而責怪自己（即使大

部分事情发生在我童年时期，而我毫无办法阻止它们）。

我们已经说过，恩典是神赏赐给我们的能力，是祂白白赐给我们的礼物，好帮助我们，可以做到力不能胜的事。神要赐给我们恩典，撒但却想带给我们羞耻——“羞耻”正是“羞辱”的同义字。

羞耻告诉我，我一无是处——我不配领受神的爱或帮助。羞耻毒害了我内在的人格。我不只为了他人做在我身上的事感到羞耻，也为自己感到羞耻。在内心深处，我不喜欢自己。

神将我们的羞辱滚去，意指每个人都必须亲自接受祂为我们过去所有罪行所提供的赦免。

你必须明白，你永远也不配得到神的祝福——你永远也不配拥有。你只能谦卑地接受并感恩，并且因着祂如此爱你而心存敬畏。

若是你恨恶自己、拒绝自己、拒绝接受神的赦免（通过赦免你自己），不明白藉着耶稣的宝血得称为义的真理，那么所有与羞耻有关的问题绝对会让你继续在旷野里飘流。在通过耶稣与神和好的这件事上，你的思想必须被更新——绝对不是通过你自己的努力。

从多年宣教的经验来看，我相信我们的问题当中，约有百分之八十五出于我们对自己的感觉。任何行走在胜利中的人，必然也行走在神的公义当中。

我知道我不配得神的祝福，但是我仍然接受它们，因为我与基督同作后嗣（参考罗马书八章 17 节）。祂赢得了这个地位，我则是通过相信祂而得到这个地位。

后嗣还是奴仆？

“可见，从此以后，你不是奴仆，乃是儿子了；既是儿子，就靠着神为后嗣。”（加拉太书四章 7 节）

你是儿子还是奴仆？是后嗣还是仆人？后嗣承受产业，并不是因为他的才能，乃是因为财产是透过遗嘱转移给另外一个人。从圣经的观点来看，奴仆（或仆人）是指一个因着试图遵行律法而疲累不已的人。这个用语意味着沉重的劳苦和麻烦。

我以奴仆的身份在旷野中飘流多年，努力追求更好的表现，让自己配得神要在恩典中白白赐予我的东西。我的思考方式是错的。

首先，我认为所有的东西都必须经过努力才能得着，且配得着：“没有人会平白无故地为你做任何事。”我一直被教导这个原则。在我成长的过程中，一再地听到这种说法。别人告诉我，任何一个表现得像是要为我做某些事的人都是在说谎，至终一定会占我的便宜。

这个世界的经验告诉我们，我们必须配得上所得到的每一样东西。我们如果需要朋友，就必须让他们一直感到快乐，否则就会被他们拒绝。我们如果希望在工作上得到升迁，就必须结识有力人士，用特定的方式去对待他们，那么或许有一天就会有机会往上爬。一旦我们完成了这个世界的要求，随之而来的羞耻便会沉重地压在我们身上，这是绝对需要滚去的。

你如何看待自己？

“我们在那里看见亚纳族人，就是伟人；他们是伟人的后裔。据我们看，自己就如蚱蜢一样；据他们看，我们也是如此。”（民数记十三章 33 节）

以色列人身上背负着羞耻。在这节经文中，我们可以看见他们对自己保持着负面的看法。以色列人在渡约但河之前，先行差派十二名探子前往应许之地窥探；在这十二个人当中，有十个人认为那块土地是伟人居住的地方，这些伟人把以色列人当成蚱蜢——以色列人也认为自己蚱蜢。

这里清楚地让我们看见这些人对自己的想法。

请小心，撒但会用各种与你自己有关的负面思想充满你的心（如果神允许的话）。它很早就开始在你的心里建筑营垒，其中有许多是和你对自己、以及别人如何看待你有关的负面思想。它总会安排一些情境，让你经历到拒绝，让你回想起过去努力突破的过程中所经历的痛苦。

害怕失败及被拒使许多人停留在旷野之中。以色列人在埃及为奴多年，以奴隶的身份遭受苦待，这使他们感到羞耻。有趣的是，和摩西一同离开埃及的那一代以色列人里，几乎没有人进入应许之地；进去的是他们的子孙。但是神告诉他们，祂必须将他们身上的羞辱滚去。

在这些人当中，大部分人是在父母亲离开埃及之后，才在旷野里出生的。他们根本不曾居住过埃及，为何埃及的羞辱会落在他们身上？

你父母亲所承继的事有可能遗传给你。态度、思想和行为模式都可以被继承，因此你父母所拥有的错误思考模式也会成为你的思考模式。你对某些事物的看法可能源自遗传，而你甚至不知道为什么会那样想。

父母的自我形象如果不佳、认为自己没有价值，抱着“我不配得到神祝福”的态度，这种思考态度绝对会遗传给孩子。

我在本书前面的章节里虽然谈过这件事，但是因为这件事非常重要，请容我再次提醒你：你必须留意心中对于自己的想法。如果你愿意接受，神愿意赐你恩典，赦免你的失败。祂不将恩典赏赐那些没有缺点、从不犯罪的完全人，而是给那些信任祂、相信祂的人。

对神的信心讨祂喜悦

“人非有信，就不能得神的喜悦；因为到神面前来的人

必须信有神，且信祂赏赐那寻求祂的人。”（希伯来书十一章6节）

请注意，若是没有信心，就不能得神的喜悦。因此，无论你做了多少“好事”，若是为了“赢得”神的喜爱而做这些事，你并不能得神的喜悦。

我们为神做的任何事都应该是因着爱祂的缘故，而不是为了要从祂那里得着什么好处。

这段经文说，神赏赐寻求祂的人。当我终于看见这个真理时，我的心中充满喜乐！我知道过去的我犯了很多错，但是我也知道我全心全意地寻求祂，这表示我有得赏赐的资格。很久以前我就决定，我要接受神愿意赏赐我的任何祝福。

神愿意带领以色列人进入应许之地，并且祝福他们，超乎他们所求所想。但是，首先祂必须除去他们的羞耻。只要他们被羞耻、责备和羞辱的重担压制，就会无法接受祂的祝福。

无有瑕疵

“就如神从创立世界以前，在基督里拣选了我们，使我们在祂面前成为圣洁，无有瑕疵。”（以弗所书一章4节）

这是一段奇妙的经文！神告诉我们，我们属于祂，并且告诉我们，祂要我们做什么——我们应该知道我们是蒙爱的，我们是特别、有价值的，而且我们应该成为圣洁、没有瑕疵。

当然，我们应该尽力过一个圣洁的生活。但是感谢神，当我们犯错时，我们可以获得赦免，并且恢复圣洁，再次成为没有瑕疵的人——都因“在祂面前”。

没有羞辱或瑕疵

“你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人、也不斥责人的神，主就必赐给他。”（雅各书一章5节）

此外，这一段伟大的经文又说，我们可以不受责备地接受神的恩典。

雅各书的写作对象是面对试炼的人，现在雅各告诉他们，在所面对的光景中若是需要智慧，他们应该寻求神。他向他们保证，神不会斥责他们——祂会帮助他们。

倘若没有神大能的帮助，你永远也不可能穿过旷野。但是，如果你对自己抱持着负面的态度，即使祂真的要帮助你，你也不会接受。

假如你希望拥有得胜、有力、积极的生命，你就不能消极看待自己。不要只看你必须走多远，也要看看你已经走了多远。想想你进步了多少，牢记腓立比书一章6节：“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。”

用积极의思想和话语看待你自己！

24 旷野性格之九

“我难道不该嫉妒吗？”

彼得看见他，就问耶稣说：

“主啊，这人将来如何？”耶稣对他说：

“我若要他等到我来的时候，与你何干？你跟从我吧！”

（约翰福音二十一章 21—22 节）

在约翰福音第二十一章，耶稣和彼得谈到，他为了事奉神及荣耀神的缘故所必须忍受的苦难。当耶稣向彼得说完这些事时，彼得转身看见约翰，立刻就问耶稣对约翰的心意为何。彼得想要确定，如果未来他必须经历艰难时刻，那么约翰也应该如此。

耶稣的回应是：祂礼貌地告诉彼得，少管闲事。

管别人的闲事（把我们的心思专注其上），会使我们停留在旷野。嫉妒、羡慕及在心中和他人作比较，也是一种旷野性格。

小心嫉妒和羡慕

“心中安静是肉体的生命；嫉妒是骨中的朽烂。”（箴言十四章 30 节）

嫉妒会使一个人做出无情、蛮横的行为——有时候甚至会出现野兽般的举止。嫉妒促使约瑟的哥哥将他卖为奴隶，他们恨他，因为父亲非常爱他。

如果你的家庭里有人比你更得宠爱，不要恨那个人。相信神！遵行祂的旨意——相信祂，得祂的喜悦，你就会像约瑟一样，受到极大的祝福。

威氏新旧约字辞注解辞典将翻译为“嫉妒”的希腊文定义为：“因为目睹其他人的成功而产生的不快感觉”。韦氏字典对嫉妒的定义为：“觉得有妒意，不安，或不快”。我对这个定义的解读是：害怕你所拥有的会拱手让给他人；由于羡慕而对他人的成功感到气愤。

不要比较争竞

“门徒起了争论，他们中间哪一个可算为大。耶稣说：‘外邦人有君王为治理他们，那掌权管他们的称为恩主。但你们不可这样；你们里头为大的，倒要像年幼的；为首领的，倒要像服事人的。’”（路加福音二十二章 24—26 节）

在我早年的生活中，我在嫉妒和比较方面有着极大的挣扎。这是缺少安全感的典型表现。我们如果不能肯定自己身为一个独特个体的价值，当然就会和所有看来成功的人竞争。

认知我是一个独特个体（神对我的生命有个独特的计划），确实是神赐给我最有价值、最宝贵的自由之一。我得到确据，我不需要拿自己（以及我的事工）去和任何人作比较。

当我知道耶稣的门徒和我一样面对许多同样的挣扎时，我就感觉受到激励。在路加福音第二十二章，我们发现门徒争论谁为大。耶稣给他们的回答是，事实上最大的人就是那个愿意被视为最不起眼的人，或是愿意做仆人的人。我们的主花了许多时间教导祂的门徒，神国度里的生命往往与世俗世界的方法背道而驰。

耶稣教导他们：“在前的将要在后，在后的将要在前。”（马可福音十章 31 节）“与蒙福的人一同欢乐。”（参考路加福音十五章 6—9 节）“为你的敌人祷告，祝福苦待你的人。”（参考马太福音五章 44 节）世界会说这种做法很蠢，但是耶稣说这是真正的力量。

避免属世的争竞

“不要贪图虚名，彼此意气，互相嫉妒。”（加拉太书五章26节）

根据世界的体系，最好的地位是领先群伦。一般人的想法是：我们应该设法爬到顶端，无论在过程中必须伤害什么人。但是圣经教导我们，除非能够摆脱与其他人争竞的需要，否则根本不可能得到真正的平安。

即使在应该被视为“趣味竞赛”的场合中，我们也常常看到因为竞争过于激烈，以致参赛者开始争论及彼此憎恨，而非轻松地一起度过美好时光。当然，人类比赛的目的是为了输，每个人都要尽其所能。但是，如果一个人必须获胜才能享受游戏时，他一定有些问题——可能是一个根深蒂固的问题，这个问题也导致他生命中其他许多方面的问题。

我们绝对应该在工作中竭尽所能；在我们选择的职业中力求表现，并且希望更上一层楼，这种想法并没有什么不对。但是你应该牢记，信徒的提升来自神，而非来自人，你我不需要玩属世的游戏来争取在上的地位。我们如果用神的方式行事，神会让我们得到祂和其他人的喜爱。

嫉妒是来自地狱的折磨。曾经有好几年的时间，我嫉妒、羡慕那些看起来比我亮丽、或是拥有我所缺乏之才能的人。我私下和其他的宣教士争竞。“我的”事工规模比别人大、比较多人参加、较为兴旺等等，这些对我而言非常重要。另一个人的事工如果在任何方面超越了我，我应该为那个人感到快乐，因为我知道那是神的心意和方式，但在我的灵里就是有些东西不允许我这么做。

后来我发现，当我在基督里越来越认识自己，而不是透过工作来认识自己时，我就获得了自由；我不需要拿自己或我做的事去和

任何人比较。我愈学会信靠神，在这些方面就享有更多的自由。我知道天父爱我，祂会为我预备最好的——单单为了我。

神为你、为我成就的事，可能和祂为别人成就的事不一样，但是我们必须记住耶稣对彼得说的话：“不要管我为其他人做了什么——你跟从我吧！”

我有一位朋友，曾经获得神所赐的恩赐，那是我长久以来一直渴求的恩赐。我不认为这位朋友和我一样“属灵”，因此当她兴奋地带我家和我分享神为她成就的事时，我非常嫉妒她。当然，在她的面前，我假装和她一同快乐，但是我的心中并非如此。

当她离开时，我对自己表现出来的态度大吃一惊，我从来没有想过心中会有这种态度！事实上，我对于神给她的祝福感到愤怒，因为我认为她不配得。毕竟我留在家里禁食祈祷，而她却和朋友四处享乐。你看，我是个“法利赛人”，一个虔诚的势利小人，而我甚至不自知。

神经常用我们不喜欢的方式来安排事情，因为祂知道我们真正的需要。我必须除去恶劣的态度，这比我获得自以为需要的任何事情都重要。对神而言，重要的是安排我们的环境，让我们能够面对自我，否则我们永远无法经历到自由。

只要敌人能够隐藏在我们的灵魂里，它对我们就拥有一定的控制权。但是，当神让它暴露出来的时候，我们就走上自由的道路，只是我们必须把自己放在神的手中，允许祂速速实现祂的心意。

事实上，神已经为我的生命安排了一个计划：祂要我管理的事工规模相当大，而且要透过广播、电视、研讨会、书籍和录音带接触到数百万人。但是除非我在祂里面“成长”，否则祂不会在我身上实现这个计划。

追求新的思考模式！

“亲爱的兄弟啊，我是你凡事兴盛，身体健壮，正如你的

灵魂兴盛一样。”(约翰三书 2 节)

用心思想这节经文。神乐意祝福我们,远超过我们所配得的。但是也因着爱我们的缘故,祂的祝福不会超过我们的容量,以免我们无法承受而不能继续将荣耀归给祂。

嫉妒以及与他人比较是幼稚的行为。它完全属乎肉体,和属灵的事没有任何关系,但它是造成旷野生命的主要原因之一。

你的思想与这件事有关。当你发现错误的思想开始进入你的心中时,和你自己谈一谈。对你自己说:“嫉妒别人对我有什么好处?它不能让我蒙受祝福。神对每个人都有特别的计划,我相信祂会为我安排最好的。祂为别人安排的计划与我没有任何关系。”然后自由地为对方代祷,求神更加祝福他们。

不要害怕向神坦诚你的感觉。无论如何,祂都知道你的感觉,因此你可以放心地和祂讨论这件事。

我曾经向神说过这样的话:“主啊,我为 XXX 祷告,求你更加祝福她。让她富足,在各方面都祝福她。主啊,我凭信心向你祈求这事。我的灵里嫉妒她,觉得不如她,但是我选择照你的旨意行,无论我是否喜欢。”

最近我听到某人说,无论我们表现得多好,总是会有人表现得比我们更好。这句话对我有极大的冲击,因为我知道这句话是真的。倘若这是真的,那么穷尽一生之力挣扎着超越别人有什么意义?当我们占据第一名的位置时,就会有人与我们竞争,而且迟早会出现一个表现得比我们更好的人,无论我们从事何种行业。

就拿运动来说吧,似乎无论哪位运动员创下什么记录,最后总会出现另一个运动员打破世界记录。娱乐界呢?目前的巨星只能红一阵子,然后就会出现其他新人取代他的位置。魔鬼让我们以为必须随时努力超越其他人,然后奋力保有地位——这是多么可怕的欺骗手段。

很久以前,神要我记住一件事:“流星”窜起的速度很快,也吸

引很多人的注意力,但是通常只出现很短暂的时间。在大部分的情况下,它们落下的速度就与它们窜起的速度一样快。祂告诉我,维持长期的事工并尽我所能地去实现祂对我的心意,要比大起大落好得多。祂向我保证,祂会负责我的名声。就我的部分而言,我已经决定:无论祂要我做什么事,要我成为什么人,我都无所谓。为什么?因为祂比我更明白我的能力极限。

也许你在这方面有一座心理上的营垒,已经存在很长的一段时间。每当你遇到一个似乎略为超越你的人时,你就觉得嫉妒,或是想要和那个人争竞。若是如此,我鼓励你追求新的思考态度。

让你的心为其他人快乐,并将自己交托给神。这需要一些时间和坚持,但是当旧有的心理营垒被拆毁、由神的话语取而代之时,你就开始走上离开旷野的道路,进入应许之地。

25 旷野性格之十

“我要按我的方式做。”

好叫他们仰望神，不忘记神的作为，

惟要守祂的命令。不要像他们的祖宗，

是顽梗悖逆、居心不正之辈，向着神，心不诚实。

(诗篇七十八篇 7—8 节)

以色列人在旷野飘流的那些年间，表现出更强烈的顽固及背叛，那正是使得他们死在旷野的原因。他们就是不愿意做神要他们做的事！当他们陷入困境时会向神呼求，求神带领他们脱离问题。他们甚至会顺服，听从他的指示——直到情况改善为止。然后，他们一再地回到背叛的道路。

在旧约圣经里，同样的循环一再地发生，并且有多次记录，简直令人难以置信。但是，我们如果不是行走在智慧中，也会将生命浪费在同样的事上。

我想，有一些人的天性就是比其他人顽梗及叛逆。当然，我们必须考虑到每个人的背景及生长的环境，因为这些因素也会影响我们。

我生来的性格就比较强悍，很可能有许多年的时间，无论是什么事，我都试图要“按我的方式去做”。但在我遭受虐待及控制的那段岁月，加上原本即强悍的个性，两相结合，便使我发展出不听从任何人的思考态度。

很显然地，神必须先对付我这种恶劣的态度，才能使用我。神要求我们学习放下自己的方式，在祂手中接受塑造。只要我们顽固、叛逆，祂就不能使用我们。

我对“顽固”的定义是倔强，难以相处或同工；而“叛逆”则是拒

绝控制,拒绝纠正、不受管教,拒绝遵循一般的规范。这些定义都可以用来形容我,因为我正是这个样子!

我在早年遭受的虐待,使我对于权威抱持着偏激的态度。但是正如我在本书前面所说的,我不能允许我的过去成为我停留在叛逆或任何情况中的借口。得胜的生活需要立即、确实地顺服神,因此我们放下自己的意志,遵行祂旨意的能力和意愿都会成长。我们必须继续在这方面进步,这是很重要的。

光是达到一个稳定状态,心想:“我已经走得够远了。”这样是不够的。我们必须在所有的事上都顺服——生命中的每一扇门都必须向主敞开。我们的生命中都有一些地方,是我们会想办法保留的,但是不要忘记,一点面酵就能使全团发起来(参考哥林多前书五章6节)。

神要的是顺服,不是祭物

“撒母耳说:‘耶和華喜悦燔祭和平安祭,岂如喜悦人听从祂的话呢?听命胜于献祭;顺从胜于公羊的脂油。悖逆的罪与行邪术的罪相等;顽梗的罪与拜虚神和偶像的罪相同。你既厌弃耶和華的命令,耶和華也厌弃你作王。’”(撒母耳记上十五章22—23节)

察看扫罗的生命,可以让我们清楚地看见他获得当王的机会后,由于顽梗和悖逆之故,他的地位并没有维持多久。他对事物有自己的看法。

有一次,先知撒母耳责备扫罗没有照他所得的指示去做,扫罗的回答是:“我以为……。”然后,他继续表达他认为事情该如何完成(参考撒母耳记七十章6—8节,十三章8—14节)。撒母耳对扫罗王的回答是:神要的是顺服,不是祭物。

我们经常不愿意做神所要求的事,然后企图做一些事来弥补

自己的不顺服。

有多少神的儿女，因着自己的顽梗和悖逆而未能“在生命中做王”(参考罗马书五章 17 节；启示录一章 6 节)？

扩大版圣经的传道书引言说：“本书的目的是探讨生命的整体意义，并教导读者：若是不敬畏神，生命就没有意义。”

我们必须明白，若是没有顺服，就不会有敬畏。今天许多孩童所表现出来的叛逆，乃源自对父母亲缺少敬畏。这通常是父母亲的错，因为他们没有在孩子面前活出令他们敬畏的生活。

大部分的学者同意，传道书是所罗门王所著的，神赐他远超过任何人的智慧。所罗门如果有这么高的智慧，他的一生为何会犯下如此多可怕的错误？答案很简单：你可能拥有一样东西，却不去使用它。我们拥有基督的心，但我们是否使用它？耶稣已经在我们里面放下来自神的智慧，但是我们懂得使用智慧吗？

所罗门想走自己的道路，做他想做的事。他的一生不断地尝试新事，他拥有金钱能够购买的一切东西——上好的属世乐趣，但是在传道书结束时，他写下这样的句子：

“这些事都已听见了，总意就是：敬畏神，谨守祂的诫命，这是人所当尽的本分。”(传道书十二章 13 节)

容许我将我对这段经文的领受写下来：

人类被造的目的，就是透过顺服神来敬畏及敬拜神。所有敬虔的性格都必须根植于顺服——它是所有喜乐的基础。若不顺服神，没有人能够获得真正的快乐。

生命中一切混乱的事物，都将透过顺服而得以拨乱反正。顺服是人类的责任。

就我而言，传道书十二章 13 节是一节令人敬畏的经文，我鼓励你继续自行研读。

顺服及不顺服：二者皆有结果

“因一人的悖逆，众人成为罪人；照样，因一人的顺从，众人也成为义了。”（罗马书五章 19 节）

无论我们选择顺服或不顺服，我们的选择不但会影响自己，也会影响他人。想想看：以色列人如果顺服神，他们的生命会是多么美好。他们自己和许多子孙死在旷野，因为他们不肯顺从神的道。他们的孩子被他们的决定所影响。我们也是如此。

最近我的大儿子说：“妈，我有事要告诉你，我可能会哭，但是请听我说完。”然后他说：“我一直在想你和爸爸，还有你们投入这项事工的这些日子，你们总是选择顺服神，我也看到对你们来说并不是都很容易。妈，我知道你和爸爸经历过没有人知道的事，我要你们知道，今天早上神让我发现，你们的顺服让我获益良多，我很感激你们。”

他所说的话对我具有莫大的意义，而且令我想起罗马书五章 19 节。

你决定顺服神，会影响其他的人；当你决定不顺服神，也会影响其他的人。你可以不顺服神，选择停留在旷野，但是请记住：假如你现在有孩子，或是以后会有孩子，你的决定会让他们和你一起留在旷野。等他们长大后，他们也许可以自己走出来，但是我向你保证，他们会因为你的不顺服而付出代价。

如果你过去的生命中曾有人顺服神，你现在的位置可能会好得多。

顺服是一件影响久远的事；它关闭地狱之门，开启天堂的窗户。

我可以写一本关于顺服的书，但是现在我只想强调：不顺服的生命是错误思想的果子。

将所有思想带到基督里面

“我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒，将各样的计谋，各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了；又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。”（哥林多后书十章 4—5 节）

我们的思想正是使我们经常陷入困境的原因。

在以赛亚书五十五章 8 节，神说：“我的意念非同你们的意念；我的道路非同你们的道路。”无论你我的想法是什么，神已经为了我们的缘故，将祂的想法写在圣经里。我们必须选择在神话语的光照中检视自己的思想，并且随时愿意放下而顺从祂的思想，因为我们知道祂是最好的。

这正是哥林多后书十章 4—5 节的重点。察验你的思想中有什么东西，它与神的思想（圣经）如果不合，就放下你自己的想法，想想祂的思想。

让自己活在思想虚空中的人不但毁了自己，也往往为周围的人带来毁灭。

心思就是战场！

就在这个思想的战场上，决定了你是否赢得撒但发动的这场战争。我衷心企盼，这本书能够帮助你抛去想象，以及任何高举自己、却与神的知识相抵触的事物，谦卑地放下所有的思想，进入对耶稣基督的顺服中。

关于作者

乔依丝·迈尔(Joyce Meyer)自一九七六年即从事教导神话语的工作,并于一九八〇年开始全时间的事奉。她于担任密苏里州圣路易市基督徒生命中心(Life Christian Center in St. Louis, Missouri)的助理牧师时,即着手规划、统筹名为“生命真道”的每周聚会,并任教导之职。此聚会持续超过五年后,主带领乔依丝建立自己的事工,成立了“生命真道”事工。

在全美,人们可以从超过二百五十个电台中收听到乔依丝“生命真道”广播节目。一九九三年间,长达三十分钟的“与乔依丝·迈尔共享生命真道”电视节目在全美各地以及数个国家均有播放。她所出版的教导录音带也在国际间受到极大的肯定与支持。乔依丝不仅四处密集出访,举办“生命真道”讲座,亦广受各地方教会邀约担任讲员。

乔依丝的丈夫现任“生命真道”事业部总监:两人结婚三十余年,育有四名儿女,其中三名已婚,现与小儿定居位于密苏里州圣路易市郊的芬顿镇(Fenton)。

乔依丝深信,神对她生命的呼召乃是帮助信徒坚立在神的话语上。她说:“耶稣以死来释放被掳者,然而有太多的基督徒在日常生活中很少或毫无得胜可言。”乔依丝在多年前发现自己有相同的处境,然而她应用神的话语活出得胜的生命,并在得着真自由后接受装备投入事奉,使被掳者得释放。

乔依丝足迹遍及全美各地,成千上万的人在她主领的内在医治及相关主题的特会中得着帮助。她所录制的有声专辑已超过一百七十卷,并且已有二十七本著作问世,其中议题包罗万象,使基督的肢体同得帮助。

她的《内在医治有声套装书》教导内容超过二十三小时。套装

书内含专题如下:《自信心》、《华冠代替灰尘》(含课程表)、《管理你的情绪》、《苦毒、愤恨与不饶恕》、《拒绝的根源》;另有一卷九十分钟的灵修音乐带——《医治破碎的心》。

乔依丝另有《心思意念有声套装书》,其特色为以人的心思意念为主要议题,共有五大不同系列:《内在的坚固营垒与心防》、《心灵旷野》、《属肉体的心思意念》、《犹豫的心》以及《心,口,心情与心态》,亦收录乔依丝长达二百六十页的强力巨著——《心思的战场》。在爱的议题上,她也录制了两大系列有声书:《爱是……》以及《至高的力量:爱》。

若欲取得你所需要的有声书、产品目录与进一步的资料,请洽乔依丝·迈尔办公室,让你的生命得着完全的医治。

Joyce Meyer
Life In the Word, Inc.
P.O.Box 655, Fenton,
Missouri 63026, USA

非卖品

ISBN 9789579189370



9 789579 183970