

尋找心靈的家園

主內弟兄姊妹平安：

最近的疫情，使我們有多一點思想空間。在面對困難和充滿挑戰的未來時，不少人不禁有此疑問：在逆境中，人如何活才是最理想，最極致？生命只有一個，我們只能活一次。如何才能不枉此生而活？

1. 耶穌是完全人：

談到不枉此生，我們便想到活在世上的耶穌基督。祂堪稱完全人；且看希伯來書這樣描繪祂：

來二 10：...因受苦難，得以完全...。

來四 15：...祂也曾凡事受過試探，與我們一樣，只是祂沒有犯罪。

沒有犯罪；得以完全此等措辭，表明了在世的主耶穌基督曾活出一個完美的生命。不單如此，在世的祂也如此要求門徒：所以，你們要完全，像你們天父完全一樣 (太五 48)。耶穌的用意是明顯的，門徒作為天父的兒女，也應有天父的本色，正是「有其父必有其子」。那麼，門徒，即包括我們，如何才能活一個完美的生命？

2. 效法基督：

保羅說：你們該效法我，像我效法基督 (林前十一 1)。此言表明保羅本人是以基督為榜樣，受書人效法他，便等於效法基督了。保羅又於腓二 5 教導信眾要以基督耶穌的心為心。在此，效法基督的原因明顯有二：

(1) 如果基督的人生，是完美人生的典範，祂又要求我們活一個完美的人生。那麼，順理成章地，我們要以祂的生平為範式。

(2) 耶穌在世上曾有此呼喚：凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息，我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式，這樣，你們心裡就必得享安息，因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的 (太十一 28-30)。

由此可見，效法基督，是我們能活一個完美生命的王道。

3. 完全的祕訣：

留意耶穌的完全，是在祂勝過世上任何的試探(來四 15)。祂致勝之道是在於祂常常親近父神。

且看以下的分析：

可一 35 有言：次日早晨，天未亮的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裡禱告。

由此可見，在忙於事奉的生活裡，耶穌總必安排時間，在一日之始先要親近父神。

接下來，路六 12-17 記錄了耶穌揀選十二門徒的事件；留意經文如此記載：那時，耶穌出去上山禱告，整夜禱告神，到了天亮，叫他的門徒來，就從他們中間揀選十二人，稱他們為使徒。由此可見，在揀選十二門徒這重要的事上，耶穌絕不怠慢。祂整夜禱告，尋求父神的指引，然後才採取行動。我們可以推想，雖然貴為神兒子的耶穌，在面對重要的事情時，祂仍必親近父神，藉著禱告，與父神相交，明白祂的心意。猶有進者，可六 30 記錄了當門徒被差遣兩個兩個往外傳道後，使徒聚集到耶穌那裡，將一切所作的事，所傳的道，全告訴祂後。祂就說：你們來同我暗暗的到曠野地方去歇一歇，這是因為來往的人多，他們連喫飯也沒有工夫。他們就坐船暗暗的往曠野地方去。留意，耶穌和門徒的生活極度繁忙，就是連飯也不得吃。在此，作者表示，不單耶穌一人退到曠野，祂的門徒亦然。我們有理由相信，耶穌是要門徒一起退到曠野去禱告父神，以能重新得著事奉的動力。這樣看來，退到曠野親近父神是耶穌日常生活的習慣，而習慣也成自然；祂是自然而然地經常如此進入禱告裡。

留意太十一 25-27 記錄了一個耶穌那自然而然的禱告，這是在祂狠狠地評擊加利利省的數個城鎮：哥拉汛、伯賽大和迦百農後有感而發。

另一個個案便是約十七 1-26 被譽稱為「大祭司禱告」(High-priestly prayer)。此禱告是在祂快要遇害前，在一段離別的話勸勉門徒之後。

也許，最為明顯的是當祂快將釘十字架時，祂和門徒去到客西馬尼園。耶穌向門徒表明，祂旨在要禱告父神(可十四 32)。留意這地方是耶穌經常去的，也因為這樣，出賣耶穌的猶大才能早作安排，在這夜深人靜處的客西馬尼，把耶穌捉拿(見約十八 1-2)。端此，客西馬尼是耶穌經常禱告親近父神的地方。

為了要門徒同樣學習禱告的功課，耶穌教導門徒以主禱文，藉此表明何謂要先尋求神的國和神的義的禱告(太六 9-13, 33)。再者，一如上文所言，在祂遇難的當夜，在吃過逾越節的晚餐後，祂帶著門徒走了好一段路(太二十六 26-35)，在身體本已疲憊不堪時，還帶著三位門徒，如常進入客西馬尼，目的是要和他們一起做醒禱告(太二十六 36-38)。

綜觀上論，在世的主耶穌與禱告父神是如影隨形的緊密，這是祂致勝的祕訣。

禱告的學堂，培訓成一個完全人的祂。在祂門徒訓練的教室裡，禱告親近父神是必修的課程。

4. 反省：

活在世上，面對著生命的挑戰，尤其是末世的種種危難，我們有必要從這位完全人耶穌的身上，學習致勝之道。按以上的分析，祂得勝之道在乎親近父神，

人的問題是在於他的有限性(finiteness)，作為被造之物，易於被周邊的事物影響，被困於世情的小格局裡。如果我們能有此感悟，便知道何以親近父神是如此重要；其好處臚列如下：

(1) 與父神相交，祂那無限無量的屬靈力量注入我們生命裡。其結果便是：我們的內在生命踴動著強大的力量，這份磅礴的屬靈力量，使我們能成就未來更多的可能。

(2) *Burn-out: Stages of disillusionment in the Helping Professions* 是一本著名的關於輔導的書，此書是經過極多的跨行業調查而得出的結論，並提供解決的良方。其主要強調了人之所以有耗盡(burn-out)的情況，是因為過份的投入(invovement)。所以，要防止其出現，便是要有適度的抽離 (detachment)。

在我們的信仰裡，早已提供這抽離的良方：禱告親近父神。這一項抽離使我們不致因工作和事奉而耗盡，心靈維持清新，能夠走更遠的路。

(3) 親近父神使我們心意更新變化，思維模式變改，眼光廣濶了，視野豁達了，看世間事也融通了。如是者，我們不致被困在當下的小格局內，反而因著掌握著世情的大格局而活得有方向，既謹慎卻滿懷信念地活下去。

但願我們能養成親近父神的習慣，好讓習慣成為自然。儘管未來日子是舉步維艱，世情也凶險，在我們的底生命裡，早已建構起抗衡機制。

父神是我們的避難所，祂是我們隨時的幫助。讓我們放空自己，全然投入父神的懷裡，心靈得享安息。在此，疫情使我們留在家中，讓我們有更多時間靈修，深度思考父神的啟示：聖經，並且禱告親近祂，唯盼此靈修能成為習慣，習慣更成自然。疫情過後，靈修生活已成為我們每一天，甚至無時無刻的自然舉措。若能如此，雖然我們活在世上，卻能在地若天地活著。留意被譽稱為智慧詩章的詩九十 1 的禱告之始，作者如此尊稱神：**主阿，你世世代代作我們的居所。**

請不要讓自己困於疫情的小格局裡，它佔據了你的空間，消磨你的意志。反之，隨時隨地，無時無刻，不分晝夜，我們都可以禱告親近父神。祂，也只有祂，永遠是我們的心靈的家園。

主內教末

張永信手上

主曆二零二零年二月二十九日