

《与神同行》 默想的条件

撒下 7:1 这样记载说：“王住在自己宫中，耶和华使他安靖，不被四围的仇敌扰乱。”神在大卫身上有很多奇妙的工作，这里记载的是神使他国泰民安，即使四围有仇敌环绕，但是神却使他不受扰乱。大卫在这样的环境下，他有什么遭遇和学习呢？他对神的心意到底是怎样的呢？

让我们一起来看撒下 7:1-22，这是一段颇长的经文，但值得我们去细看，1-2 节，经文说：“王住在自己宫中，耶和华使他安靖，不被四围的仇敌扰乱。那时，王对先知拿单说，看哪，我住在香柏木的宫中，神的约柜反在幔子里。”神的约柜一直是在会幕里面的，和以色列一起经过漫长的旷野路，但是此刻大卫却有意，要为耶和华神建造圣殿，让神有个美好的居所，这是大卫对神的心意。徒 7:46 说“大卫在神面前蒙恩，祈求为雅各的神预备居所。”

3-6 节，“拿单对王说，你可以照你的心意而行，因为耶和华与你同在。当夜耶和华的话临到拿单说，你去告诉我仆人大卫说，耶和华如此说，你岂可建造殿宇给我居住呢？自从我领以色列人出埃及直到今日，我未曾住过殿宇，常在会幕和帐幕中行走。”我们知道，会幕是象征神与人同在的，那里有至圣所，神的约柜也摆放在那里，那是神居住的地方，也是神与人相会的地方。

下面撒下 7:7-12，继续说：“凡我同以色列人所走的地方，我何曾向以色列一支派的士师，就是我吩咐牧养我民以色列的说，你们为何不给我建造香柏木的殿宇呢？现在你要告诉我仆人大卫说，万军之耶和华如此说，我从羊圈中将你召来，叫你不跟从羊群，立你作我民以色列的君。你无论往哪里去，我常与你同在，剪除你的一切仇敌，我必使你得大名，好像世上大大有名的人一样。我必为我民以色列选定一个地方，栽培他们，使他们住自己的地方，不再迁移，凶恶之子，也不像从前扰害他们。并不像我命士师治理我民以色列的时候一样，我必使你安靖，不被一切仇敌扰乱，并且我耶和华应许你，必为你建立家室。你寿数满足，与你列祖同睡的时候，我必使你的后裔接续你的位，我也必坚定他的国。”这是论到大卫的儿子所罗门的话。

撒下 7:13-17，经文接着说“他必为我的名建造殿宇，我必坚定他的国位，直到永远。我要作他的父，他要作我的子，他若犯了罪，我必用人的杖责打他，用人的鞭责罚他。但我的慈爱仍不离开他，像离开在你面前所废弃的扫罗一样。你的家和你的国，必在我面前永远坚立，你的国位也必坚定，直到永远。拿单就按这一切话，照这默示，告诉大卫。”当大卫听完先知拿单所讲上述的话之后，大卫怎么做呢？他有什么回应呢？我们再看下去，撒下 7:18-22：“于是大卫进去，坐在耶和华面前说，主耶和华阿，我是谁，我的家算什么，你竟使我到这地步呢？主耶和华阿，这在你眼中还看为小，又应许你仆人的家室至于久远，主耶和华阿，这岂是人所常遇的事么？主耶和华阿，我还有何言可以对你说呢？因为你知道你的仆人。你行这大事使仆人知道，是因你所应许的话，也是照你的心意。主耶和华阿，你本为大，照我们耳中听见没有可比你的，除你以外再无神。”

让我们来思想有关“默想”的课题，透过大卫在这段经文里所表现的默想，我们来学习一些功课，一些很重要的功课。经文记载，当先知拿单告诉大卫说，这是神的信息，神是这么说的；大卫的反应就是他坐在耶和华神面前。大卫作了些什么呢？头一样就是大卫回顾从前。回顾从前是一件很重要的事，我们可以透过回望从前而得到智慧。所以，每隔一段时间，我们都可以花些时间来回顾过去，思想自己的过去，即使我们今天已经到达显赫的地位，或者

是一人之下，万人之上，但是我们也不能得意忘形。经常思想自己是谁，回顾自己所走过的路，可以帮助我们更谦卑，以及更认识自己，这绝对是好事。

因此，当我们要拨时间出来与神独处，默想祂的时候，我们可以花一点时间来回顾过去的经历，看看神在过去给我们的恩典和带领。也许不单是回顾昨天所走过的路，或者是回顾得更远，上一个月或者上一个星期的经历。有时候，我们甚至需要回想自己的得救经历，我们是从什么时候蒙恩的，神的恩典是怎样的临到我，这一切经历都是我们不可忘记的。当我们回顾过去的时候，我们发现一切都是出于神，是神亲手作成的工。

大卫王坐在神面前，他回顾过去，而这正是我们在默想的时候所要作的事。当大卫这样做的时候，撒下 7:22 说：“主耶和华阿，你本为大，照我们耳中听见没有可比的，除你以外再无神。”一个人在神面前安静的时候，往往心灵能够领会神更多也更深，这是在默想神的时候一个极大的收获，想到神的伟大和慈爱，想到神的恩典和自己的不配，大卫回望过去的时候，实在有很多的经历。他自幼就是牧童，是牧羊的，但是神提拔他，抬举他做以色列的一国之君，这一切都不是偶然的，而是神所安排，以及大卫愿意以积极的态度去回应的结果。

大卫不但想到神从前的带领和恩典，看见了神在祂身上所施显的大能力，他并且回想到神的应许，这也是很重要的。撒下 7:28 说：“主耶和华阿，惟有你是神，你的话是真实的，你也应许将这福气赐给仆人。”当我们在神面前细想过去的时候，我们不但会发现神的慈爱，神的恩典，神的引领，神的同在，神的作为，并且我们会想到神的应许，也许是神过去所说过话，在某个处境里所给我们的应许，而神信守承诺，真的把我们带过来了。

大卫在神面前安静，他默想神的作为，想起神的应许，然后他在 29 节作了这样的请求，撒下 7:29，经文说：“现在求你赐福与仆人的家，可以永存在你面前，主耶和华阿，这是你所应许的，愿你永远赐福与仆人的家。”弟兄姊妹，想想我们自己的生命，花一点时间与神独处，好好的默想，你必定能够从其中获得莫大的益处。也许有些人会说，“我不知道该做些什么，怎样去做，怎样去运用这些默想的时间。”让我告诉你，那不光是读经祷告，再读经祷告，而是心灵去思想神，默想神的过去，怎样给你许多的机会，怎样引领你，看看你的从前，你是怎样走过来的。是你凭自己有今天的光景呢？还是神的恩典和慈爱，以及能力的成果呢？

我们思想一些具体发生在我们身上的事，从而信心得到建立，得到成长。我们回顾过去，想到神的信实，祂的应许，祂的同在。神也会在我们默想的时候，在我们的心灵工作，改变我们，坚固我们的信心，让我们知道这位神是如何的信实可靠，祂过去怎样引领，今天也一样会引领，以后也必然会。我们思想过去的经历，神的作为和应许的时候，我们就知道神实实在在介入我们的生命中，神有祂奇妙的工作，不管我们所经历的，是成功或失败，是喜或是悲，各种的经历，都让我们看见神在主宰着我们的人生，我们就不禁在神面前俯伏下拜，敬拜祂，称颂祂，说神是又真又活的，因为我们在回顾过去的时候，看见了神的作为和奇妙。

我们除了要默想神过去的作为，回望过去之外，第二样，也是很多信徒都感到困难以及难以持之以恒的，就是预备时间出来，这是一个最基本的条件和要求。要默想神，就得花时间，就得拨时间出来，否则什么都是空谈，没有意思。如果我们不肯付出时间，我们就不能谈默想神。时间是神给我们的礼物，大部份人都觉得时间不够用，但问题是在于我们怎样去善用时间，你看什么为重要，你就自然肯为他付出时间，默想是要求我们付出时间，来与神独处。有些人在清早起床之后，把一段时分别出来，就专为了与神亲近，默想神。这段时间可长可短，各人情况都不一样，主要是贵精不贵多。时间长短不是最重要的，重要的是我们的心灵真的与神有沟通，我们真的在默想中认识神更多。我们也可以在一星期的某段时间里，特别

分别出来默想神，多少时候，神就会在这些时刻中向我们显明祂的心意，以及祂要指示我们的方向。

透过默想神的话，我们看见神作事的方式，虽然事件不同，环境不同，但是神作事总有祂的原则和方式。有时候，神依循祂一贯的方式行事，但是我们也知道，神往往有祂独特的方式，是我们意想不到的，祂从来不受任何形式的限制，祂是独行奇事，满有创意的神，祂往往会给人意外的惊喜，是出乎我们意料之外的。我们在神面前默想的时候，可以不必出声。我们心灵与神交往，而神也在心灵里向我们说话，这些时刻是非常甜美的。神何等渴望我们安静自己的心，来聆听祂向我们所说的话，神实在希望与人多有沟通，神有很多话要向我们说，只是我们经常忙碌于世俗，没有时间安静下来，以至错过了很多聆听神声音的好机会。

时间是很重要的条件，好，第三也是很重要的，就是安静下来。我们不但给神时间，并且我们在这段时间中要专注于神，不能同时兼顾别的事情。诗 46:10，经文说：“你们要休息，要知道我是神。”好，经文所说的“休息”，就是指“静止下来，什么都不做”，这是非常重要的操练。我们不能说默想神，却又同时在做别的事情，这样我们必然得不到默想神的益处。要静下来，这需要我们自律和自制，我们让自己在神面前安静下来，什么事情都不做，思想集中在神身上。我们可以闭上眼睛，也可以不闭上，这不是绝对的，重要的是我们的心是对准神，我们的焦点只集中在神身上。

有的人可能需要闭上眼睛才能够集中思想，才容易安静下来，我们可以这样做，除非是读圣经，不然的话，在默想的过程中，我们可以闭上眼，这是帮助我们思想集中，免得被周围的环境，以及所发生的事所干扰。或者你觉得依然很难集中，你可以多作操练和尝试，你可以闭上眼睛五分钟，什么都不想，集中在一点上。或者两分钟之后，你觉得不容易，不自觉的要睁开眼睛看时间，因为你觉得两分钟的时间，好像十分钟那么长。然而如果我们能作这样的操练，这会帮助我们在安静中默想神。

继续第四，默想所要求我们的，不但是时间和安静，还要求我们独处，是单独一人的去见神。可 1:35-37 说：“次日早晨，天未亮的时候，耶稣起来，到旷野地方去，在那里祷告。西门和同伴追了祂去，遇见了就对祂说，众人都找你。”请注意，耶稣是独自一人到旷野地方去的，并没有带门徒一起去，因为祂要单独朝见神，做他一天之中最重要的事。祂这一天是否过得好，过得有意义，就在于祂是否跟神有美好的交往。门徒不明白耶稣的这行动，四处找祂，并告诉祂很多人在等祂，他们觉得耶稣到这里来没有特别的事情要做，而外面很多人等着耶稣的帮忙，但其实耶稣在这里是默想，是与神交谈，这件事比他传道，医治病人等来得更重要，是祂生活中首要的事。

我们可以有弟兄姐妹一起的敬拜，可以有小组的活动，祷告等，但是默想神却要求我们单独的去见神，跟神建立个别的关系，不是大家一起去见神，而是我们个别与神深交。还有第五、我们要用心灵去聆听神的声音。我们来到神面前，不要匆忙，倒要先预留一段时间，然后什么都不做，只是专心去默想神，单独的用心灵去和神交往，安静在神面前，这样神才能向我们说话。第六、我们要有自我约束，懂得自制，当某些杂念掠过我们脑际的时候，要立即把它赶走，不要让它停留。我们要学会管理自己的思想，要学会让自己集中思想在神身上。起先也许这很困难，因为我们一闭上眼睛，脑海立即会出现很多平时我们不会去想的事情，很多杂念会涌进来，只是我们要靠着天上来的能力把它们一一驱走，我们的心要在神身上，单单默想祂。

其中一个方法能够帮助我们集中的，就是翻开圣经，读其中的一些章节，然后求神透过圣经

向我们说话，安静我们的心，叫我们的思想服从自己的决定，自制，管理自己的思想，在默想的过程中，是很重要的。还有第七、我们要有一颗敏锐的心，要敏感于神对我们说话。有时神会透过经文向我们说话，有时祂会在我们安静的时候，直接向我们说。我们必须留意，要对神的声音有敏感的反应。要知道，神不但透过圣经向我们说话，神也可以直接对我们的心说话，圣灵帮助我们，带领我们进入一切真理，但是我们必须有敏感的反应。我们不但是用耳朵听，我们更是用心灵去听。

我们不知道神什么时候会说话，但是保持心灵敏锐，就能随时留意到神的声音。神不是每一次都必然向我们说话，虽然我们是如此渴望，但是我们若每一次都等待，神必然会向我们说话，所以，留心神的声音，留心去聆听，这是很重要的，因为神不会说一些无聊的话，神每一次所说的话，都是重要的，或者是指引我们的方向，又或者是给予我们特别的吩咐。一个敏感于神动静的人，必定能分辨出神的声音，当神发声的时候，他会知道，他不会错过。

神所说的话，不论是什么，都必然不会跟圣经的话相抵触，若是我们听见一些和圣经有抵触的话，那必然不是从神来的，而是从人或者是从撒但而来的。因此熟读圣经很重要，因为这样才能分辨出所听见的这些是不是出于神。多少时候，在一些重大的决定中，我们或者需要神进一步的印证，神知道我们人的软弱，我们需要印证，神不会怪我们，但是不管怎样，我们必须保持对神有一颗渴慕和敏感的心。

还有就是，在默想的学习中，一个很重要的条件，就是第九、我们必须有一颗顺服的心。我们若是默想神，若是渴望听见神的指示，我们就必须有顺服的心，不论神要求我们作什么，我们都义无反顾，我们都有积极的响应，这是我们必须拥有的。相反的，我们若是没有顺从的心，就不要妄想知道神的旨意，因为神的心意不会向一个不顺服的人显明的。约 7:17，主耶稣说“人若立志遵着他的旨意行，就必晓得这教训或是出于神，或是我凭着自己说的。”我再再说一遍，我们若想在默想中听得见神的指示和心意，我们就要有顺服神的心，这是必备的条件。

我不是说，如果我们不顺服神，我们就对神的旨意一无所知，不是这个意思。其实神大部份的心意，都已经启示在圣经里面，只要我们研读圣经，我们其实已经可以知道神的心意和要求。只是，一些有关个人的方向，个人生命中的事情，我们渴望神直接指示我们的，那我们就必须先向神有顺从的心，愿神的旨意成全。若是我们还没有预备好去依从神的意思行，神就不会把进一步的指示告诉我们。我们越是亲近神，越是默想神，越是认识神，我们对神应该是越爱慕和越顺服的，这是个正常的程序。

一个心灵以神为重的人，必然会留意听神的声音，也必然乐意顺从神的命令，因为他心中只有神，神是坐在他生命的宝座上，神是主宰他一生的，神的重要性，远胜过他的配偶，家人和父母，没有人能取代神的位置，他的心永远是向神敞开的，他是敏感于神的声音和作为的。这样一个向神赤露敞开的人，神的爱必然临到祂，神的心意必然向他显明，他也必蒙神的赐福和重用。今天，神正寻找这样的人，在神面前是专一向着祂，心无杂念，只是靠近祂和爱慕祂的人。

亲爱的弟兄姐妹，神爱我们，乐意和我们建立亲密的关系，神已经在圣经中显明祂的心意，现在神只等待我们作出回应，到底你的回应是什么呢？

约壹 2:15-17 说：“不要爱世界，和世界上的事；人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。因为凡世界上的事，就像肉体的情欲，眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从

世界来的。这世界，和其上的情欲，都要过去，惟独遵行神旨意的，是永远常存。”我们应该多默想神和祂的话，这样我们的生命才能够更像主，神才能更多的在我们生命中彰显祂的荣美，使祂的名得荣耀，叫周围的人因着我们而认识神。