

赠送等候神CD一片

等候神

江秀琴著



等候神

作者简介

江秀琴：16岁时信主，26岁(1980年)蒙召服事主。在台湾牧会12年，美国洛杉矶牧会3年，1995年起至加州圣荷西牧会至今。江牧师是位有异象、有使命，忠于神托付的牧者。她熟悉神作事的法则，在凡事上寻求神的旨意，并且完全顺服，为信徒立下佳美的榜样。这些年来江牧师忠心的传讲「爱慕耶稣」的信息，挑旺人心里对耶稣的渴慕并点燃爱火。

2002年在全球经济不景气，股票跌到谷底，许多人失业的景况下，江牧师毅然顺服神在美国加硅谷买下10.4英亩的土地，建立慕主先锋训练中心及慕主先锋教会为神国训练有异象的基督新妇。

前言

基督教慕主先锋教会主任牧师江秀琴牧师所传讲的等候神信息，极大地祝福了我们自己的教

会。同时，神也亲自使用细路和其他渠道，把等候神的录音带推广到世界各地。这些年间，我们陆续收到美、澳、亚及欧洲各地大量的来电、来信，弟兄姊妹兴旧地与我们分享他们听录音带后，神如何使用等候神的操练改变他们的生命与生活。这些来电、来函见证了等候神的大能，许多的疾病得到了医治，多年的压抑得到了释放，众人灵、魂、体都得到全面的更新。借着等候神，很多人进入了与主爱里相交的生活，更明白神的旨意，真实地与圣灵交通、同工与联合，预备自己成为末世的新妇战士。

我们所有的听写、采编、制作同工，一方面个人从等候神的信息与操练中受惠颇多，另一方面，也看到此信息对众教会的宝贵，于是众人同心协力，带着负担和热情完成本书，历时共两年之久。本书将七篇信息作了整理，也采编了六篇见证，又将等候神时最常遇到的八个问题作了解答，同时附赠一段等候神的音乐供大家操练使用。我们由衷地希望，等候神这项宝贵的属灵产业，既祝福了历世历代许多的圣徒和我们教会，借着本书的问世，能继续被传承与发扬，并祝福这个世代及以后世代更多的人。

爱的叮咛

内在生命的培育是一个经年累月的过程，等候神的生活也不是一蹴而就的。弟兄姐妹们若本着不急躁、不比较的心态，殷勤操练，神是不偏待人的，坚持一段时日后，一定能看见效果。

还有，请读者认真阅读本书附录二的常见问题解答，按照里面的提醒去操练。追求神是一个我们与神建立关系的过程，因此在一定程度上经历是个体化的，和我们个人的体质、学识和灵命息息相关。盼望我们都在智慧里追求，尽量做到全面且正确的操练，配合读经、祷告与其他的属灵操练(如谦卑、顺服、服事等等)，并在教会里过正常的肢体生活，不给仇敌留地步，不绊倒别人，凡所行所说的都能荣耀神。

另外，我们也将江牧师近年来回答各类内在生或追求的问题作了整理，放在网路上(www.forerunner.cc)，鉴于目前人力有限，请恕我们无法个别回答问题。如果您有更多等候神的问题，请上网收听。谢谢您的理解。

愿神在我们等候祂的过程中大大赐福我们，用脸光照我们，好使我们众人一直敞着脸，得以看见祂的荣光，好象从镜子里返照，就变成主的形状，荣上加荣！

2007年4月30日

序

最初接触「等候神」录音带时，并不认识江牧师，也没听过这样的教导。做了十年的基督徒了，每天灵修，读圣经偶有光照，在教会也担任重要的服事，但有两个问题一直困扰着我。一个是属灵追求的终极目标「神人合一」，究竟是怎么一回事？如何达到？我完全没有概念。常常听见枝子与葡萄树的比喻：「你们要常在我里面，我也常在你们里面。」却总是觉得很抽象，如何能够「常在祂里面」呢？心中渴慕与主更亲密的经历，却一直不得其门而入。

另一方面，是「治死老我」的问题。我们常常宣告：「如今活着的不再是我，乃是基督在我里面活着。」但每天过的日子却更多是「立志行善由得我，行出来由不得我！」如果靠着自己的意志力努力地舍己、顺服，外面好象是「模仿基督」了，里面却自知越来越自义、骄傲；还累积了不少委屈、苦毒。心中一直觉得，信耶稣的生活、生命应该不是这样的。

听了第一卷带子，我就被其中的见证所吸引，有位老妈妈，听了就乖乖地照着去做，前三个月都没有任何感觉，她仍坚持不懈，然后就有了突破...，听到这里，我就决定，我也试试看吧！就以二个月为限，看看神到底会不会向我显现？就这样，我开始了等候神的操练。

三个月之后，在一次家庭的冲突中，我突然发现，怎么我的反应和以前不一样了？心中有极深的平安，不受对方言语动作的扰动，还有一句圣经的话为对方祷告！这个经历带给我极大的震撼，明白了什么叫「我是个神手中的工作」，原来我只要每天给神时间，祂就会做奇妙的工作在我身上，那是我靠自己努力多年都无法改变、无法打破的模式。书中选录了几位弟兄姐妹操练等候神过程中的挣扎和经历，供大家参考，但是实际上，神与我个别交往时，每个人的经历都不一样，并没有标准范例可循。渴慕与神进一步相交的人，可以照着本书附录二的建议开始操练。若仍有不明白之处，可以上先锋教会的网站收听「等候神操练方面的问题」，或者参加一次先锋教会的夏令会或冬令会，体会一下「搭公车」（与

众渴慕者一同等候)的感受,同时与其他操练等候神的肢体交流、释疑。

操练过程中最大的敌人是我们自己：我们里面的焦躁、不信、怀疑、不耐烦、没有成就感、错误的动机、纷乱的思绪、起伏的情感、脆弱的意志等等。需要调整对付的地方，也是每个人都不一样。可喜的是，攻克己身之道也很简单，贵在坚持而已。

「等候神」这个属灵操练不是江牧师发明的，也不是只有先锋教会的弟兄姐妹才能操练。坊间有一些属灵前辈从不同角度描写等候神的经历与心得，也可以加深我们对此历程的认识。例如：盖恩夫人的(更深经历耶稣基督)；傅士特(Richard Foster)的《属灵操练之旅》、慕安得烈(Andrew Murray)的《等候神》以及魏乐德(Dallas Willard)的《灵性的操练》等书，都让我们看见，这是历代教会极宝贵的必修课，只可惜在这个世代中比较少被强调。感谢神呼吁华人教会起来更多地花时间亲近祂，也兴起一批忠心操练的先锋军队走在我们前面，肩负起在旷野领路的责任。

虽然只有短短的七章，书中所描述的属灵经历却需要我们日复一日、年复一年地持续操练，才会在我们的生命中发生果效。从二〇〇〇年至今，在等候神的操练上，一路走来，我也经历了跌宕起伏。在稳定等候的日子里，我发现去到每个教会，都能在敬拜中体会到神的同在，在讲道中听见神对我说话。我不敢再批评论断，原来过去不是教会或牧师有问题，是我里面有问题。一个人走在路上或开着车，很自然地就与主交谈起来，日常生活中处处体会到神的细腻和恩典，感恩心由此不断地增长。更可贵的是，当有一天，神差你到一些不能有正常教会生活的地方去时，你不再害怕，因为你知道祂不但与你同去，且会在一切的选择和决定上做你智慧的老师及全能的帮助者。

最令我感动的是，在我因软弱而中断等候的日子里，阿爸父以宽容和慈爱继续对我说话，频频呼唤我回来。我明白了什么叫做无条件的爱，也体会到与神疏远时心里的空虚、不踏实、没有安全感：感动减少了，泪水渐稀，灵里觉得枯干，做事间始没有把握。很不喜欢这样的感觉。当我再一次恢复等候神的作息时，它已不再是一种操

练，这段时间是我每天生活中最美好的一段，是我生命中不可或缺的一部分，好象吃饭一样，是一种需要，更是一种享受。

我愿意见证并鼓励读者的是，如果你也能坚持三个月，一定会见到神在你身上开始某一方面的奇妙工作！正如某一首歌词所说的：「爱情的故事太多，只有我的最真！」我们与神的关系也是扣此。愿你亲身经历更深一层与神亲密的双向关系，开始的时候坚持晨昏一段时间的操练，逐渐形成时时刻刻习惯性地把心思归回到主的面前，好象撒母耳每天「侍立在耶和華面前」。一旦进入了稳定的操练之后，我们慈爱的天父、亲爱的耶稣、亲密的圣灵会亲自成为我们一切问题的答案，在你我生活中也会开始经历书中别人见证过的点点滴滴。

江牧师常说，操练等候神的人，一定过着「见证一箩筐」的生活；你渴慕这样的生活吗？愿这本「操作手册」领你进入这一生最美的祝福！

第一章 不可少的只有一件

今天众教会最需要传讲的一个信息就是等候神

慕安得烈写了很多著作，讲了很多道，他用一句话总括就是：「花时间等候在主的面前。」(Take time to wait upon the LORD,)在他一生中发现，最重要的一件事是：神的百姓实在需要多多地花时间来等候在主的面前。他说：「今天众教会最需要传讲的一个信息就是等候主。」可是，为什么那么少教会传讲这个信息？因为这件事是我们肉体最受不了的，也是仇敌最反对的，是我们天然人最不愿意的。所以很少有人传讲这方面的信息。况且，除非我们真实地操练等候主，否则我们如何能传讲这方面的信息呢？

「当以色列人走迷的时候，有利未人远离我，就是走迷离开我随从他们的偶像，他们必担当自己的罪孽。然而他们必在我的圣地当仆役、照管殿门、在殿中供职，必为民宰杀燔祭牲、和平安祭牲、必站在民前伺候他们。因为这些利未人曾在偶像前伺候

这民、成了以色列家罪孽的绊脚石。所以我向他们起誓、他们必担当自己的罪孽。这是主耶和华说的。他们不可亲近我、给我供祭司的职分、也不可挨近我的一件圣物、就是至圣的物。他们却要担当自己的羞辱、和所行可憎之事的报应。然而我要使他们看守殿宇、办理其中的一切事、并作其内一切当作之工。以色列人走迷离开我的时候、祭司利未人撒督的子孙、仍看守我的圣所。他们必亲近我、事奉我、并且侍立在我面前、将脂油与血献给我。这是主耶和华说的。他们必进入我的圣所、就近我的桌前事奉我、守我所吩咐的。」(以西结 44:10-16)

至圣所中事奉神

神拣选利未人在圣殿里做祭司，在新约时代，我们每一个人都是神所拣选的君尊的祭司，利未人分为两类：一类，神说，他们不可亲近我，只能在殿的外院，离神远远的，站在百姓的面前做一

些事情，如替百姓杀羊、宰牛等等。另一类，是撒督的子孙，可以在神的至圣所里亲近祂、事奉祂，侍立在神面前，守祂所吩咐的。

「等候神」就是像撒督的子孙一样，进到至圣所，到神面前服事神自己。今天的至圣所在我们的里面，我们的身体就是神的殿、神的居所。我们进到里面来亲近祂，侍立在祂的面前，听祂所吩咐的。「等候」在英文中有两种解释：一、等待(wait for)。祂还没有来，我们在等祂来。例如：等候神来成就某件事。二、侍立在祂的面前(wait upon)。祂已经来了，我站在祂的面前注视祂、侍候祂。我们讲的「等候主」是第二个意思。

神拣选我们成为祭司，有一件最重要的事情，就是靠近祂、亲近祂。亲近祂，才能听见祂的声音，也才能做祂所吩咐的。在新约时代，每个人都有权利来亲近主，可是，太多神的百姓不懂得享受这个权利，这就是神的百姓贫穷的原因。亲近主是我们最大的恩典和福气。

彻夜亲近得更新

主耶稣在地上有非常好的榜样，马太福音 14:22 讲到，耶稣给五千人吃饱了之后，催门徒上船，散了众人，独自上山整夜祷告，一直到夜里四更天。耶稣行「五饼二鱼」神迹是在傍晚的时候，接着又整夜祷告，祂是神的儿子，需要祷告那么久吗？有那么多话祷告吗？其实耶稣是在亲近天父。身为神的儿子，每次在地上服事完。祂尚且需要这样来亲近天父，与天父有亲密的联结，好让祂一直活在神的旨意里，更何况是我们？我们何等的需要亲近神！

另外，路加福音 6:12 讲到，耶稣拣选十二门徒以前，整夜祷告到天亮。祂在所有的门徒中选了十二个来跟随祂。耶稣是神的儿子。祂应该很容易明白天父的旨意。祂要拣选十二个门徒，需要这样整夜祷告到天亮吗？很可能耶稣知道天父的旨意，在十二个门徒里有一个是犹大，将来要用亲嘴的记号来出卖祂。要拣选一个将来要出卖你的人来跟随你，整天和你生活在一起，跟随你三年多之后要用亲热的表示来出卖你，这样的事对耶稣来说，是很不容易的，就像一根刺。所以耶稣需要整夜祷告，需要从神那里得到更大的力量，使祂的己、完全降服于神。如果要你选，你

愿不愿意拣选这样的一个人？明明知道他将来要出卖你，却要从众人中选他来做你的门徒，每天和你生活在一起？耶稣需要更靠近天父，一直祷告到自已的心降服，乐意选这样一个人做祂的门徒。

最深祷告面对面

祷告有不同的形式：(一)赞美、称谢、颂扬；(二)求问；(三)代求。大部分基督徒的祷告是代求，会求问的已经很不错了。很多基督徒认为：不必求问了，什么事都自己做决定。有的不是代求，只是为自己求。为我的家人、我的亲人、我的工作、我的种种需要来求。

最深的祷告，最高的事奉就是与主面对面，心与心契合，瞻仰祂的荣美，这是一种敬拜，也是最高的事奉。在永恒里面，廿四位长老拿下冠冕，一直俯伏。以前我不明白，认为天堂的生活实在没意思。但是，当我开始过一个「等候神」的生活以后，发现与主在一起是那么的甘甜、那么的享受、如此的荣耀。启示录就向我开启了，这就是俯伏敬拜。等候主就是亲近祂、敬拜祂的意

思。有没有声音都没有关系，刚开始的时候，需要借着有声的祷告让我们集中注意力。当你可以集中精神注视祂的时候，就不想讲话了，此时无声胜有声，心与心相契合，一直把爱浇灌在主的身上，浇灌在主的脚前，这就是等候主。

摩西四十昼夜与神面对面也是如此。他一定没有讲很多的话，只是一直注视祂、瞻仰祂的荣面。这时候，摩西的面皮发光，以色列的百姓不敢直视他的脸。当我们注视神时，神的荣美吸引我们，神的威荣照在我们身上到一个地步，我们的脸面就会返照出神的荣形来。耶稣在地上虽然只有三年多的时间，却给我们作了榜样。祂把天国的福音传给那么多人，告诉他们很多属神的事情、属天堂的事情，祂医治了许多人的疾病，祂很忙。但是，祂常常需要离开人群，整夜祷告，单独与天父在一起。我们可以看见耶稣取了肉身来到地上，祂需要多多地亲近神来支取力量，因为肉身是有限的。当我们每天与人交往的时候：灵力和体力都在耗损。我们也需要和天上的能源连在一起，从祂得着属天的、更大的力量。

连接源头渴慕增

一个人有属灵的恩赐，例如医病或赶鬼，他如果常常使用这些恩赐，却在私底下的生活里很少花时间与天上能力的源头连接的话，到了晚年，他会神经衰弱。我们无法不停地使用恩赐，而不与赐恩的主连接。「等候神」又如弟兄们的刮胡刀，用到没电时需要充电。当刮胡刀插在插座上，看来好象没做什么事，但它默默地在汲取能源。我们亲近神也是如此。安静在那里汲取能源，有时好象没什么特别的感觉，但是当你把注意力都集中在祂身上时，一段时间以后，主会在你里面做很大的改变。

一位弟兄去很远的地方探访一位病人，回来时觉得好累，躺在床上很想睡一会儿。但他里面有一个感动，叫他起来安静地亲近神。这位弟兄自从信主之后，一直很听话，常常学习亲近神，操练跟随圣灵的引导。所以当他里面有感动的时候就觉得很顺服，尽管人很疲倦，还是起来坐在床边亲近神。隔了一段时间，忽然j啊巴极大的渴慕放在他的里面，好象摩西呼求神一样，说：「神啊，把你的荣耀显给我看！」这是他第一次感觉到里面有那么深的渴慕，他就一直求，相信主一定会向他显现。当我们在神的同在里，与神连在一起

的时候，祷告就大有信心，很有确信，知道我们的祷告是蒙垂听的，不会只到达天花板的。

同在祷告有确据

为什么慕勒祷告时那么有把握？因为他一直住在神的同在里，一直与神连在一起。正如约翰福音十五章所说的：「你们若常在我里面，我的话也常在你们里面，凡你们祈求的，就给你们成就。」因为你常在主的里面，常跟祂连在一起，你的祷告不是来自私欲的祷告，而是合神心意的祷告，主的同在与彰显使你非常有把握地知道，你的祷告已蒙垂听。

有时候，我祷告一段时间之后就为所求之事感谢，知道主已经垂听。这位弟兄说，他祷告的时候，一直像摩西那样的呼求，好大的渴慕在他里面，他不断地呼求。他虽然闭着眼睛，但灵里的眼睛看见他的房间越来越亮，这就是神荣耀的显现。到达高峰的时候，圣灵就大大地浇灌他，神伟大的权能进到他的里面。

弟兄姐妹，我们亲近主时，神常常做伟大的工作在我们身上。刚开始的时候，只是安安静静，好象什么都没发生。特别是对主的渴慕，是很难得着的、极宝贵的恩典，就像孩子胃口好，要吃东西，这是妈妈最喜欢的。

有的小孩不是这样，奶嘴不停地塞给他，他就不张口，一直睡，不想吃，做妈妈的会很头疼。「渴」是最宝贵的，很难创造，人的胃口不好，也很难医治。属灵的胃口也是如此，当你听了一篇道，觉得很有味道、很快乐，但最重要的是有没有使你更渴？每一堂的聚会，在我里面都有一个期盼，求主借着今天的聚会创造更深的「渴」在我们的里面。什么时候我们不渴，我们的灵命就后退了，只是头脑的知识越来越多而已。我们对很多事会不耐烦，只喜欢听更新鲜的道理，因为知识永远不会令人满足。如果我们里面「渴」，即使台上没讲什么道，你在那里亲近神就够饱足了。当你参加一个听不懂的语言的聚会，但你已经在吃祂喝祂，里面有祂，外面有主的同在，就够饱足了。如何创造「渴」呢？「等候神」是最好的方法。神就是爱火，越靠近火，里面就越热。常常靠近爱火，里面的爱就燃烧起来。在生活

中，不可少的就是花时间单独亲近神，否则你的「渴」就会不见了。

「但是不可少的只有一件，马利亚已经选择那上好的福分，是不能夺去的。」(路加福音 10:42)

给神时间做工深

很多人以为马大忙就是不好，其实不见得。忙的确是危险的，除非你的根基够深。你若与主连在一起就像呼吸一样自然，那么你可以在主里忙，没有问题。可是，这种扎根需要花很长的年日。如果我们扎根不深，一忙，心就会死掉。马大的问题是思虑烦恼，如果我们坐在耶稣脚前的时间不够，虽然好意要服事耶稣，却会因着忙乱而发怨言。一方面在服事神，一方面在指责别人，好象都是我在做，做得我那么累，就会到耶稣面前抱怨。耶稣说：「不可少的只有一件...。」我们要把这句话深深地放在心里，在生活中常常提醒自己。我们常常觉得很多事都不可少。什么都重要。只有一件事可少，就是亲近神！一个人事情一多就会把亲近神的时间省略掉，做自己认为重要的事，因为亲近神没有人看见，只有耶稣看

见。还有，亲近神不会很快有明显的效果，花一小时读经或传福音则一定会有效果。其实，不见得有看得见的效果，但是在看不见的里面是一定有效果的。慕安得烈说：「没有一分钟等候主是徒然的。」你亲近神，神就必亲近你。当神亲近你时，祂会不断地把你身上属地的信情拿掉。做掉那属地的脆弱性格、属地的烦扰、属地的怀疑不信，把属天的刚强勇敢和属天的爱火放在你里面，等候神，没有一分钟是徒然的。如果你要让神把属天的生命做在你身上，只要来到祂面前，给祂时间、给祂机会做工在你身上，神一直在寻找这样的机会。

一位神学院姐妹为学费需要兼职，但是她对神说：「我每天要花一小时来亲近你。」有一天，好多事情使她从早忙到晚，直到打工结束时，只剩下一个小时就要晚崇拜了。晚崇拜中，她要向毕业生致词。这一个小时，她可以用来预备讲章，也可以用来吃饭，然后睡一下，因为她很疲倦。还有一个选择，就是用来亲近神。如果是你，你会如何选择？是不是赶快预备讲章？如果站在众人面前讲不出来怎么办？但她选择亲近神，她知道，不可少的只有一件。在亲近神中，

她身体的疲倦除去，重新得力，神也将一篇信息放在她里面。几年以后，这批到各地去宣教的毕业生回来的时候都说，我们毕业的那年，忘了是那一位为我们致词，那些话成为我这些年在宣教工场上极大的帮助。这位姐妹一点也不觉得稀奇，她知道这篇信息完全是从神来的，是神要对这批毕业生说的话，是这批毕业生的需要。当我们面临紧急关头的时候，需要选择不可少的那一件，这才是最聪明的人。

「你说、你们当寻求我的面。那时我心向你说、耶和華阿、你的面我正要寻求。」(诗篇 27:8)

大卫是一个对神很有反应的人，神说：「你们尝寻求我的面。」大卫并没有说，「我为什么要寻求你的面呢？我还有许多仗要打，你率领我去战胜仇敌就好了，我把百姓治理好就行了。」他立刻回应说：「耶和華啊，你的面我正要寻求。」主今天也告诉我们：你们要来寻求我的面，你们寻得了我的面，就寻得了医全体的良药，灵、魂、身体都能得到医治。

「有一件事、我曾求耶和华、我仍要寻求。就是一生一世住在耶和华的殿中、瞻仰他的荣美、在他的殿里求问。」(诗篇 27:4)

瞻仰荣面胜求问

大卫说，他一生中有一件事是最重要的，就是要寻求神，瞻仰祂的荣美，然后才是求问。大卫无论遇到什么事，都会求问神。仇敌来了，他并不是马上去迎敌，而是先问神。他凡事求问神，但求问还不是他一生中最重要的。最重要的是在殿中瞻仰祂的荣美。难怪他能摸到神的心，他很懂得神的需要，神渴望我们来靠近祂、亲近祂、瞻仰祂的荣美。大卫和马利亚都明白，只有这件事最重要。

「神啊，你是我的神，我要切切地寻求你；在干旱疲乏无水之地，我渴想你，我的心切慕你。我在圣所中曾如此瞻仰你，为要见你的能力和你的荣耀。」(诗篇 63:1-2)

这篇诗是大卫在旷野时写的，在干旱疲乏无水之地他渴想神、切慕神，怀念着在圣所中无数次的瞻仰神。他渴望快快回到圣所，来瞻仰神的荣美。我们没有水时，就渴想喝水；疲乏时，就渴想睡觉。可是大卫在干旱疲乏无水之地却渴想神，他明白神渴想我们的爱，也知道瞻仰神的荣美，他就能得到力量，也是最大的满足。

神心渴慕人亲近

一位姐妹对主说：「主啊，全世界的担子都在你的身上，你要担当众人的重担，又要照顾全世界的人，要解决那么多的麻烦，主啊，有什么是我可以替你做的？什么能让你的心得到满足？」主说：「有，你来跟我说话。大部分的人都是向我求这求那，求孩子、工作、房子、加薪等等，很少人愿意与我谈心、说话，让我进入他的生活，很少人拿生活中大大小小的事情来与我谈心、商量。」这位姐妹才知道，神是那样渴望与我们交通，喜欢与我们谈心、说话。

我们常常把神当作一种能力，能赶，鬼、医病，然而我们的神是有位格的；神，祂渴望与我们相

交、谈心、说话。主耶稣在地上的时候，许多人拥挤祂，要祂医病、行神迹变饼给他们吃，他们要的就是这些，很少人懂得来靠近耶稣的胸怀，来满足祂的心。有一次主耶稣对两个姐妹说：「人类那渴望被爱的心，岂不就是我的返照吗？」人类那么渴望被爱，渴望有爱的对象，正是神心的返照，神渴望我们来爱祂，神创造我们，为要和我们有爱来往、爱的相交、爱的关系。可是我们要的都是外面的东西，我们的心往往交给某一个人、某一个工作、某一个珍贵的东西，我们的心没有交给神，来和祂相交。

人一直在追求爱。小时候渴望父母的爱；上学时渴望同学的爱；长大了要一个异性朋友爱我。然而，除非你让神住到你的里面，常常从祂身上得着爱的滋润；除非你把你的爱全然地浇奠在神的身上，真实把你的感情奉献给祂，让祂的爱来充满你，否则你对爱的需求永远不会得满足的。因为人的爱永远不能满足另一个人对爱的需求，且在你最需要爱的时候，往往是他最不方便的时候，即使父母对孩子的爱，也是如此。

神爱细腻改变人

有一位弟兄的见证，令我很感动。参加夏令会回来之后，他更多的住在主的爱里，常常与主联结，就发现更能放下老自己去爱。有时候回到家，他很累，想安静一下，但孩子要跟他说这说那，其实这时他不想说话，但是，因有从神而来的爱，他就能撇下自己的感觉和需要，先来满足孩子需要，听他说话。除非我们住在这位爱的神里面，否则我们对别人的爱，甚至对自己最宝贝的孩子的爱也是那么粗糙，在言语和态度上，往往会在不知不觉中伤害孩子，也伤害另一半，伤害那些爱我们的亲人、朋友，因为我们没有和爱的源头连在一起，没有让祂的爱一直更新我们、充满我们，让祂的爱来取代我们天然人有限的爱、自私的爱。所以，亲近神是多么重要！

如果我们懂得亲近神，我们就像大卫一样，无论遭遇何事，第一就是来寻求神的面。大卫不需要为自己争什么，神自己把国位赐给他。当你懂得寻求神，你就是最聪明的人，因为你最有靠山，一生一世都稳妥。「当趁耶利华可寻我的时候寻找他，相近的时候求告他。」(以赛亚书 55:6)现在是恩门大开的时候，我们要竭力来寻求祂，与祂连在一起。

寻求神最重要的出发点是，神渴想我们。一般而言我们都是人本主义，常常会问：我追求主，能得到什么好处呢？我花时间在主面前神，能得到什么益处呢？然而，我们等候主，是因为这位宇宙的王，天地的主宰邀请我们来亲近祂，祂渴望得着我们的心，得着我们的爱情，好让祂把全所有充满我们，把一切的丰盛倾注在我们里面。神邀请你来亲近祂，敞开你的心门来爱祂、欢迎祂、接受祂。

渴慕新妇神追求

有一位姐妹是老师，每天睡觉前总要花一小时亲近神。有一天，她要赶一份报告，没有注意时间。当她正在写报告的时候，忽然间神的荣耀大大地浇灌下来，她看表，正是她平时亲近神的时间，他心里很感动，她说，我一忙就把神撇在一边，神却没有把我撇在一边，神用祂的同在来吸引我亲近祂。我们人很虚谎，一遇到紧急的事，就会先把神撇一边，但神是信实的，祂知道我们若把祂撇一边，就会越来越糟糕，离神越来越远，靠自己越活越紧张，越活越贫穷。

大卫是在身体疲乏、干渴，在旷野被仇敌追杀的时候寻求神。当我们遇到紧急情况，只剩下一点点时间时。如何选择？如何解决？碰到经济困难 想多做一个小时可以多赚一点钱... 如果在这种环境下，我们愿意寻求神，这对神是极宝贵的。在环境最不容易的时候，你来寻求神，这样的人何等的聪明！

有一位姐妹每天亲近神一小时。有一天，在亲近神的时候，她什么感觉都没有，神也没有对她说话。一个小时到了之后，她起来要做事的时候，神对她说：「我很享受与妳在一起的时间。」姐妹很惊讶，他开始明白：即使在我没有感觉的时候，神也在享受我的爱。所以，等候神最重要的不是有没有感觉，不是在享受甘甜的感觉。而是在你没有感觉的时候，仍然愿意等候祂、亲近祂，让祂来享受你对祂坚定不移的爱，享受你对祂舍己(舍掉你的睡眠、疲倦、困难)的爱。等候主是满足神爱的渴求，除非我们愿意花时间亲近神，否则我们永远不会明白神对我们有多么深的渴慕。

有时我们会花很多时间火热地服事神，也愿意花时间查经，但如果没有花时间亲近神，就不会对神有渴慕。一个基督徒对神有没有爱的恋慕，就知道他在生活中有没有去亲近神。如果我们让神的灵在最深处以我们相契合，用我们的爱来满足神的渴求，祂的爱就充满在我们身上，我们就可以用祂的爱来爱周遭的人，那种爱不再是渴求人家来爱我，而是可以源源不断的供给别人。我们里面爱的需求，如果被主的爱满足了，就可以无条件地一直去爱人，而不求人爱的回报，所以，人类最大的贫穷就是没有找到神，而人类最大的富足就是找到神，让祂成为我们爱的源头，成为我们的良朋密友。

入门方法勤操练

「听从我，日日在我门口仰望，在我门框旁边等候的，那人便为有福。因为寻得我的，就寻得生命，也必蒙耶和华的恩惠。」(箴言 8:34-35)

我盼望大家不只能日日仰望、日日等候，而且是时时仰望、时时等候。我们虽然手中忙着很多事，但我们的的心一直在等候祂、在要祂。

等候神、亲近神，开始的时候是一直在跟神说话，对祂说爱的言语，神喜欢我们一直和祂说话，不要只是祈求、求问。要跟祂谈心，什么都可以跟祂说，告诉神你里面的渴慕、需要，多多诉说主的荣美、主的可爱。「哦！主啊，吸引我更来爱你...。」多与祂有爱的话语的相交。你可以选一个最舒服的姿势，无论跪着或坐着，只要是你可以维持最久的姿势，让你忘掉身体的需要，你就在那里与主说话。开始时，可以唱爱的诗歌，然后赞美，让你的心倾向她，祂就在你的里面。你就回到里面一直和祂说话，你的灵就活过来，并且会柔软下来，里面便有爱的滋润。这是需要培养的。

皇天不负苦心人

有一位妈妈听了这样的教导之后，他就每天操练，他说，有三个月都没有任何感觉，但她坚持对主说：「主，我就是要你！你一定要来向我显

现。」三个月过去以后，有一天，在亲近神的时候，圣灵忽然大大地充满她，里面的爱是那么浓，她被爱充满到一个地步，更是好爱耶稣，好想把他吃下去，就像看见可爱的小孩一样，真想咬他一口，耶稣就是那么可爱！我们亲近祂，享受祂的爱。祂也享受我们的爱，祂会做最奇妙、最深的工作，使我们可以一直住在爱里。让我们更多的来靠近祂。

刚开始，你可以向主许愿，照着你的度量与能力，立志每天花十五分钟或半小时，来与主约会（如果你真的不能，从五分钟开始都好）。最重要的是有一个固定的时间，然后你跟主说半小时，就一定做到半小时，说一小时就坚持一个小时。刚开始不要把标准定得太高，免得做不到，尽力就好，重要的是坚持。有人用闹钟，定十五分钟亲近神，十五分钟到了，可以对主说：「主啊，谢谢你！这段时间，我在亲近你，我知道你也在亲近我。谢谢你在我里面，做了远超过我所求所想的工作。」渐渐地，你里面会越来越渴，就可以把时间从十五分钟加到半个小时。这表示你里面爱的胃口越来越大了，约会的时间就需要加长。你和主约会的时间有多长，就知道你与祂的

关系有多亲密，就会知道你的祷告多么的蒙垂听，多么的有把握。

这是指晨更以外的时间。晨更是每天早上起来，赞美祂、亲近祂、读圣经，晨更以外，再拨出一段时间来等候神。有些人一早起来先等候神，也有姐妹等小孩上学、丈夫上班之后再等候神，有些上班的人则利用中午休息的时间，花半个小时在车子里、树荫下、或在办公室里亲近神；或者回家以后或睡觉之前，无论如何，找你精神最好的时间来亲近祂，来和祂约会。与主建立更好的关系，是我们每一天需要努力培养的。

第 2 章 日日亲近，荣光加增

有人问：「等候神是不是有一定的方法？还是照着圣经所说的去做？」圣经并没有教人怎么等候主。圣经上说，你要欢欢喜喜来等候，你要充满着盼望、充满着信心来等候祂，但没有讲到实际上如何等候。

操练心思归向神

第一章讲到你可以选一个最舒服，最能够忘掉身体需要的姿势；不管是跪着或者是坐着，或者站着，哪一个姿势可以持久，你就用那个姿势。如果你坐着想睡觉，那么你就跪着或靠墙站着等候主。刚开始可以用一个闹钟，定十五分钟，在这段时间里定意寻求主。先唱一首爱的诗歌，接着跟主讲话。在你还没有感觉到主的同在以前你就多开口讲话，帮助你的心思意念回到主的身上。当你开始摸到主的同在、祂的甘甜、祂那很深的平安、祂荣耀的同在、或祂运行的力量的时候，你要继续开口说话也可以。但你会不知不觉地不想讲话，只是与祂面对面相交，一直吸取祂的丰盛。

当你安静一段时间以后，或许是五分钟、十分钟，你的思想又会乱跑，因为仇敌最反对这件事。祂会提醒你好多事：赶快给某某人打电话、赶快去洗菜，客人要来了等等。每当这时候，你的心思要回到主的面前，就再开口。你要在这十五分钟里定意寻求主说：「主，我要你，我要寻求主的面，神哪，我的心切慕你，我要切切地寻求你。主，我渴慕你，求你向我显现。主啊，开启我的心，让我能够对你产生爱恋。开通我的耳朵，使我能够听见你的声音。」你与主讲话，唱爱的诗歌，把你的心思意念归到祂的身上。

爱里相交契合深

还没有开始操练的人，你一定要开始过这样的生活，这是你与神建立真实的关系，真实的友谊很重要的一步。从十五分钟开始，慢慢地胃口增大，你就会把闹钟拨到廿分钟、三十分钟，你能够与主安安静静地相交多少时间，就表示你跟祂的关系有多深。如果两个人没有很深的爱，坐在那儿不说话会很尴尬，也很受不了的。当两个人之间有很深的爱时，即使坐在那里不讲话，看着对方，含情脉脉，心与心相契合也觉得满足了。

我们能不能安静下来，可以测定我们属灵的光景如何。我们灵性的光景不在于别人的称赞，比如：「你敬拜带得很好！」「我最喜欢听你分享了！」这些都不重要，因为我们只是一个器皿，是神借着我们的口说话。我们生命的光景在乎我们有没有办法与主一起关锁。如果等候神的感觉是：我受不了，觉得好象在地狱里一样，我们里面的光景就很贫穷，天还没有开散在我们里面。所以我们需要培养与主的关系，否则你不会羡慕天堂的生活。天堂只有耶稣，我们将永永远远和祂在一起。如果我们对祂没有爱，永永远远在一起做什么呢？

最爱服事非爱神

有一个人，他在地上时最有兴趣的是证明耶稣是神。当他去到天堂的时候，发现天堂里所有的人都知道耶稣是神，他就无事可做，天堂对他很没意思，因为他再无用武之地，所以他宁可到地狱去，因为地狱里的人都不知道耶稣是神。

我们在地上被称为爱主的，被称为是主名下的，我们的兴趣是什么？最抓住我们的心，我们最喜

欢做的是什麼？是服事嗎？喜欢人们听我说，喜欢向众人证明耶稣是神；还是喜欢和耶稣在一起？只要与耶稣在一起我就满足了。

「但他们的心几时归向主，帕子就几时除去了。主就是那灵；主的灵在那里，那里就得以自由。我们众人既然敞着脸，得以看见主的荣光，好象从镜子里返照，就变成主的形状，荣上加荣，如同从主的灵变成的。」 (哥林多后书 3:16-18)

渴见我面听我声

在(恩召的指望)的信息里，讲到神永恒的心意就是要把我们改变成祂的性格，改变成祂自己，磨成神儿子的形状。经文中，神给我们指出一条路，如何让恩召的指望成形在我们的身上？就是借着我们敞着脸，看见祂的荣光。雅歌 2:14 神说：「我的鸽子阿...求你容我得见你的面貌，得听你的声音。因为你的声音柔和，你的面貌秀美。」其实神无所不在，祂一直都看得见我们，为什么祂说，求你容我得见你的面貌呢？因为我

们的面貌常常是向着人，而不是向着祂。祂就在我们里面，当我们心灵的脸、心灵的眼睛向祂敞开、注视祂的时候，我们的面就会返照出祂的荣形。

摩西与神面对面四十昼夜，摩西并没有说什么话，神也没有对他说很多话，但摩西就面皮发光，神告诉我们这是祂做工在我们身上、改变我们、变化我们成为祂形状的方法，这是远超过我们头脑所能想象的。

常见主面有荣光

夫妻一起生活久了，她们的脸就会相像起来，称为夫妻脸，因为他们天天面对面，常常在一起。我们若常常敞着脸向着祂，祂的荣光就返照在我们身上。我们比摩西更有福，摩西脸上的荣光是外面的，会渐渐褪去。今天在新约时代，我们在里面敞着脸，看见主的荣光是长存的。摩西脸上的荣光和我们里面长存的荣光比起来就算不得有荣光了。

荣耀秀教士小时候看摩西的故事，很羡慕他能与神面对面。当她被圣灵充满之后，就不再羡慕了，她觉得自己比摩西更有福气。摩西只是四十昼夜与神同在，我们却可以随时回到里面，一直与神面对面。借着耶稣为我们死，打开至圣所的幔子，我们可以随时回到里面，敞着脸，看见祂的荣光。这荣光是长存的，不是渐渐褪去的。荣光返照在我们身上，就是神做成祂的工在我们身上。

「我们却是天上的国民；并且等候救主，就是主耶稣基督，从天上降临。他要按着那能叫万有归服自己的大能，将我们这卑贱的身体改变形状，和他自己荣耀的身体相似。」(腓立比书 3:20-21)

这里讲到：我们是天上的国民，每天都在等候救主耶稣基督从天上降临。不只是等着某一刻，或者某一天祂忽然从天上降临，而是天天等候祂常常降临在我们的身上。除非我们现在就常常让祂降临在我们的身上，否则，到那一天，当祂忽然

从天降临的时候，我们会害怕见全能者的荣光，害怕见全能者的威荣。

一个污秽有罪的人很怕见光，我们要先在祂爱的光中，愿意被祂光照，常常敞着脸，见祂的荣光。否则，当祂忽然从天上降临，就会是很可怕的事。经上说。祂降临为要把我们卑贱的身体改变成荣耀的身体，方法就是：按着那叫万有归服自己的大能。那是何等大的能力！

大能运行工做成

我很喜欢看慕迪科学影片，影片中收集了很多科学上奇妙的东西：连海浪都在神的控制中；宇宙的星球就像海边的沙那么多，这些星球都在神荣耀的权能管理底下，彼此有引力相互控制，这是神全能的命令托住万有。它们有规律地运作，整个宇宙都降服于这位伟大的神。

在洛杉矶，有一种鱼会被海浪带到沙滩，这些鱼就在沙滩上产卵。海浪退去，鱼就在适当的温度之下孵卵，到了一定的时候，海浪又把孵好的小鱼冲回海中，这些都在神伟大的管制之下。万有

都归服祂，顺服祂，人没有办法算出那么准确的时间和温度，只要时间或温度略有差错，鱼卵都会死掉。

神要藉万有归服祂的大能大力，运行在我们的身上，来改变我们卑贱的身体成为与祂荣耀的身体相似。我们是何等的尊贵！要知道，我们原是神手中的工作，是在基督耶稣里作成的(以弗所书 2:10)祂怎么做？借着祂安息下来，静默侍立在祂的面前。祂才可以开始做。就如一个妈妈要为孩子剪头发，孩子的头老是动来动去，头发不但剪不好，还会剪得不象样，需要安静下来让妈妈慢慢地来剪。

「主就是那灵，主的灵在那里，那里就得以自由。」(歌林多后书 3:17)

律法辖制无功效

主的灵在哪里？在信耶稣的人里面。若不是神的灵，没有人会呼叫「阿爸父」。我们都是圣灵重生的；主的灵在我们里面，我们就得自由。你觉得你自由吗？很多基督徒会觉得，信了耶稣反而

不自由了，以前要说谎就说谎，现在不能说谎；以前想看电影就去看电影，现在去看，还怕被人看见；以前想做什么就做什么，很自由，现在发脾气还得向对方道歉。

我信主后有六、七年的时间，都觉得不自由，尤其是电影、电视对我的吸引力，这是我很深的嗜好。每次听讲台的信息，就有一种定罪感，但我又没办法不看，因为欲望很强。我常常立志，却只能在短暂的时间里不看，隔了一阵子又不行了。心里常常是很冲突、很矛盾，觉得还不如断气的前一刻信主就好了，世上的福乐都享受到了，天堂也去了。

什么生命就喜欢吃什么东西，当一个人的生命没有被主改变以前，就是喜欢吃地上的，地上的东西就是有味道，天上的事情就是没味道，所以我们的生命需要被改变。

如果你仔细读圣经，就知道，我们信主后，需要神做成救赎的工作在我们身上，把我们改变成主的形状，荣上加荣。将来在永恒里是什么样子，决定于断气时那一刻，我们已经被主改变了多

少。所以以弗所书说，我们要爱惜光阴，趁着在地上的年日赶快给神机会做工在我们身上。

生命改变捆绑脱

感谢主，当我开始过等候主的生活，早上、下午、晚上，不断的操练。一段时间以后发现，我坐在电视机前，边吃饭边看电视，平常很喜欢的节目变得看不进眼帘。操练等候主以后，不知不觉地神使我生命中一个很强的捆绑脱落了，使我自由了。那不再是一个立志、克己的功夫，而是生命的本质被改变了，胃口被改变了。常常亲近主就是在吃祂、喝祂，属天的胃口就越来越好，地上的东西就越来越没有味道了。地上的东西是越吃越被捆绑。即使神要把你提到天上，也提不上去，因为你的倾向都是属地的，地对你的吸引力太强。我们需要借着神的同在，一直脱离地的捆绑，使我们成为自由的人。我自由到一个地步，眼睛可以看着电视，但是它对我已经没有吸引力了。

一九八六年，荣教士派我到美国半年，星期六、日有聚会，两星期只要讲一篇道，平时闲着。周

一至周五我一个人住，如果是从前，周一至周五我就会整天看电视，美国整天都有电视，我对电视的胃口特别强，时间又很多。但因神已经改变了我的生命，所以我不敢浪费时间。吃饭的时候打开电视学英文，吃完饭关掉电视洗碗，然后上楼，毫无留恋，多么自由！从前读大学时，坐在电视机前，整个人好象被椅子粘住了，站不起来，虽知道不能再看下去，应该上楼做作业、温习功课、读经、祷告，但就是起不来，电视对我的吸引力是那么大，那叫作不自由。

神行割礼真自由

弟兄姐妹可以想一想，你有哪些不自由？我当时是没有不看电视的自由；有些人是没有不发脾气的自由；另外有些人是没有不忧虑的自由，有一点事就忧虑，头脑一直不停地转。而有些人是没有等候主的自由，她没有办法亲近主，亲近主他就受不了。为什么会这样呢？主的灵不是在你里面吗？其实神已经把自由给了你。但因你一直吃地上的食物、想地上的事情，就没有亲近主的自由。

「主的灵在那里，那里就得以自由」是什么意思呢？主的灵其实都在我们里面，为什么我们不自由？因为主的灵在我们里面不够丰富，不够让主的灵充满我们的心思意念、充满我们的情感。有些人的情感很不自由，永远要有依附的对象。也有人没有不吃东西的自由，有个贪婪、贪吃在身上。我以前也没有不吃零食的自由，而且克制肉体的功夫是徒然无效的。

怎么样得自由呢？需要让神的灵在你里面行割礼，让主的灵更丰富的占有你的情感、你的心思意念、你的身体，让祂更完全地占有你，你才得以自由，神的儿子来了，就是要叫我们得自由，但是我们不愿意和神的儿子连在一起。所以我们不自由。感谢主，借着亲近祂，我变得那么自由。我凡事都可行，但无论做什么事情，我总不受它的辖制，这是一个真自由。现在为学英文、为着神国有益的事情我还是可以看电视，但我不受它的辖制，不再被粘住，电视关掉后心思意念也不会被剧中的情节所缠绕。

所有地上的事都是这样，你多摸几次，就失去了不摸它的自由。甚至对孩子的爱也一样，我很喜

欢嫂嫂的孩子，每次上班前总是难舍难分，抱着她在门口亲呀亲的舍不得放下，到了公司，还在想着孩子，常常打电话回去。巴不得快点下班，回家去抱她，对孩子迷得像发疯似的。爱孩子是很正常的，但也会失去自由，后来我觉得不该如此，就向主悔改说：「主啊，求你在我里面行割礼，我要用你的爱来爱孩子。」我这样祷告，主真的在我里面行割礼。现在我是用主的爱来爱孩子，不会再迷得发疯，那是天然人的爱。我们在地上对人的爱，包括夫妻间的爱、对儿女的爱、对父母的爱，如果没有让神在我们的情感上行割礼，我们都会失去自由。

七情六欲多缠累

我大姐到美国的三姐家玩，预计来两个星期的，刚过两天，她就想丈夫、想孩子，想得直哭，真的是不自由，她不能自由地好好享受神给她的休假。回到台湾又怎么样呢？她感觉好象是欠他们的债一样，要为他们做牛做马。人往往都是这样，在一起的时候觉得是欠他们的债，要为他们辛苦，一离开又受不了，这就是不自由，神要把我们从一切的缠累、捆绑里释放出来，借着常常

亲近这位神的儿子，祂在我们里面，我们就得以自由。

我有太多因等候神而发生的奇妙经历。我发现人的七情六欲不是靠自己的克己就能够脱离的，乃是借着亲近祂。我在新竹服事十二年，百分之九十以上的信徒都是在那里信主的。有一位刚信主的弟兄问我：「基督徒可不可以跳舞？」因为交大迎新舞会，他很想参加。我说：「你凡事都可做，不需要问我，只要你里面很平安，什么都可以做。」我带领弟兄姐妹从来不给他们律法的辖制。有些人带人信主，就说，你现在是基督徒了。所以不可以如何如何...。我不喜欢讲这些，只是叫他们多多来聚会，在神的同在里，会一直改变人。当信徒被神开启了之后，眼睛明亮多少，就自由多少，就不会再抓住那些粪土。不是用规条辖制人，而是让弟兄姊妹多来亲近这位使人自由的神。

带领青少年也是如此，不要对他们说，不可以这样、不可以那样。青少年会不服的，他们反抗力很强。平时多鼓励他和你一起亲近神。亲近神也不要勉强他，孩子的度量小，开始的时候，三分

钟对他们来说已经不容易了。等他自已尝到主恩的滋味后再漫漫的增加。

帕子除去主相亲

「但他们的心几时归向主，帕子就几时除去了。」为什么亲近神对许多人那么困难？因为我们灵魂的眼睛有帕子。以色列百姓不敢看摩西脸上的荣光，他们要摩西蒙上帕子。今天我们也有帕子，使我们不愿意来靠近神，每个人的帕子不一样。到底什么是我们的帕子？罪会成为我们的帕子，一次犯罪，不肯认罪，再一次犯罪，又不肯认罪，渐渐就有了帕子。还有，我们的老我也会成为我们的帕子。每个人身上的帕子都不一样，有的人是这一方面，有的人是那一方面。有些人很喜欢彰显在众人面前，有些人喜欢躲起来不让人知道，这都是老自己。当你越不想到自己，你就越脱离了。

有时候，我们话太多，也会成为帕子，亲近主的时候，就不容易摸到祂的同在。如果我们对神多说话，帕子就除去，与主距离越来越近，好象面对面。帕子除去的方法就是要来归向主。如果我

常常想到「我的服事」，而不是想到主，我们与主之间也有帕子；我们的心、想到「传福音」，要向这个人传，要向那个人传，这是对的，也非常好，但我们的已、往往是归向这些人，而不是主，这也是有帕子。前面提到的那位弟兄，他的心归向「搜集证明耶稣是神的资料」，他的心归向群众的脸，我对他们传讲的多么好啊！他习惯于群众在他的面前，注视他、瞻仰他，他与神之间也是有帕子，甚至到了天堂，亲眼看见神，他也不要与神在一起，心也还是喜欢去证明耶稣是神。

我们真的需要主光照，也许神给我们有先知的恩赐、说预言的恩赐，我们的心变成归向「许多人来向我求问」，如果没有人来求问，就觉得不太有意思，心不是归向主。神给某些人看异象的恩赐，他的心就归向「看异象」。他一坐下不是在寻求主的面，而是在寻求异象。我们的心就是这么容易偏于邪！求主夺我们的心，让我们的心归向祂。有时我们的心归向「工作」，希望赶快把它做好，有时我们的心归向钱，希望我们的存款数字越来越高，我们的心归向什么，那个就是帕子。

患难突临平安深

要除掉帕子，就要有固定的时间来与神约会、交谈、寻求祂的面，并且在其它的时间里，继续保持你的心归向祂。人随着年龄的增长，职责更多，一定是更忙的。我们需要操练手忙心不忙，就是在忙碌的生活中，竭力地使我们的心的、一直的归向祂，我们的心要保持安息，并仍然继续的爱慕着祂，在这个当中，我们就能被改变像祂。

等候神是必须要操练的，否则你会听到很多的见证，很多有关于神的奇妙，可是，神对你而言，永还不是那么真实。特别在发生苦难的时候，当医生突然宣布你身上有癌症、肿瘤，或者忽然间有了经济的危机，或者家庭中有一个大的变故等等，我看见很多很有恩赐的人，一旦遇到这样的患难、变故，整个人就失去信心了。一个人若操练等候神，在患难、危险临到的时仆，生命所表现的会是何等不一样！因为他有神儿子的生命和性情作成在他身上。弟兄姐妹，我们日积月累地等候主，当有一天忽然发生重大事情的时候，你会发现，哦，主已经做了奇妙的工作在我身上，我居然可以那么平安！

一九八六年我去做超音波检查，证实身上有一个瘤，这个瘤已经长了一年，而且占据器官的大部分，当医生宣布时，我第一个反应是，哇，这件事怎么会临到我？但马上有一个平安在我里面，我就转头去安慰妈妈，因为妈妈听了受不了。我说：「妈，妳放心，主耶稣会负我的责任。」

身体力行必蒙恩

我们等候主，祂按着叫万有归服祂的大能大力，一直在改变我们，把我们改变成祂的形状，那不是外面的形状。当一个人常常等候主，一段时间以后，你会发现他的脸变了，变得满有荣光。有属天的味道在他身上。

有一次夏令会回来，有位姐妹对我说，某弟兄的脸都变了，几天的夏令会可以改变人的脸，神的荣光确实会返照在人的脸上。改变形状主要是改变我们的性情，越来越有神的属性，有不能被夺走的平安、喜乐、坚定、稳固、有神的忍耐、信心、温柔、慈爱在我们身上。只要我们给祂时间。祂就做工在我们身上。

请持续地操练。你一定要去做，如果没有操练，你就白读了。你可以听很多等候主的录音带，看很多这方面的书，但是如果你没有实际去做，就与你无益。

第 3 章 我的救恩从神而来

「我的心默默无声，专等候神，我的救恩是从他而来。」(诗篇 62:1)

学习大卫·专等候神

从诗篇中看到，大卫真实地认识神，他知道惟有神是他的拯救，所以他默默无声，专等候神。如果我们真知道救恩是从神而来，只有祂是我们的拯救，我们在生活中就会有更多的安静，默默无声来专等候祂。

很多时候，我们也会等候神，但除了神以外，我们还有很多的聪明、才智、钱财、方法是可以倚靠的，另外还有一些人也是我们可以倚靠的，所以我们没有「专」等候神。而大卫是一个懂得专等候神的人。「主耶和華以色列的圣者曾如此说：「你们得救在乎归回安息，你们得力在乎平静安稳，你们竟自不肯。」你们却说：「不然，我们要骑马奔走。所以你们必然奔走。又说：「我们要骑飞快的牲口。」所以追赶你们的也必飞快。一人叱喝，必令千人逃跑；五人叱喝，你们

都必逃跑。以致剩下的，好象山顶的旗杆，冈上的大旗。耶和華必然等候，要施恩给你们；必然兴起，好怜悯你们。因为耶和華是公平的神，凡等候他的都是有福的。」(以赛亚书 30:15-18)

平稳安静·大能运行

要在一切困难的环境和软弱中得着拯救，我们需要回归安息。因为得着力量在乎平静安稳，神要祂的百姓认识安静中的大能。

一九八六年来美国时，有人借给我一部车子，是一部十年旧的德国大众兔牌汽车(Volks Wagon Rabbit)，发动时脚要一直踩油门才能启动，引擎声音很响。后来我去东岸两个礼拜，一位姐妹将一部新车凯迪拉克(Cadillac)借给我开，由于我在台湾刚考上驾驶执照就来美国，对车子的操作还不太懂，就用同样的方法去发动凯迪拉克。姐妹说：「你不需要拼命踩油门，一打开就开动了。」当我把车钥匙打开之后，感觉没有动静，却已经敢动了。原来好车就是这样，引擎是没有声音的，但马力非常大，非常有力量。神要我们体会，最安静的时候，就是最大能力运行的时候。我们

已经学习了欢呼、赞美的敬拜，但是如果在圣灵大大浇灌的时候不懂得安静下来，在祂面前吃喝，就好象大家围在一起聚餐，大声夸耀说：「菜太好了！太棒了！」，却一直没有坐下来吃、喝一样。当我们赞美的时候，圣灵借着我们的赞美大大地浇灌下来，神的宝座就降临在我们当中，因为祂是以以色列的赞美为宝座的，这时候我们如果继续赞美，没有安静下来，我们能得着的是很肤浅的，没有进入更深之处。

当神的荣耀显现在祂圣殿的时候，全地的人都当肃静，所有的祭司都安静下来，俯伏敬拜，甚至不能站立。启示录记载，他们大声赞美，如众水的声音、大雷的声音；但当神威严的荣耀彰显在他们面前的时候，廿四位长老就俯伏，全人向祂降服下来，那就是等候神。

回到里面·基督内住

有些人看上去是闭着眼睛，其实里面一点也没有俯伏。里面可热闹了，一会儿想：「等一下去吃什么？今晚要煮什么？」

思绪纷乱烦扰，神说：「你们得救在乎归回安息，你们得力在乎平静安稳。」要进入神大能的同在，需要安静下来。有时圣灵浇灌的时候，我们软弱的肉身之躯，无法承受天上那么大的能力，身体就会颤抖起来。有时候，神要释放一个人的捆绑，他全身也会发抖，释放一阵子以后，最好是安静下来。有些人不能安静下来，是想让别人知道我今天得着很多，或是因为曾经看到别人被圣灵充满时，头在摇、身体在动，所以我潜意识里也有一点想动起来，表示我已得着，这些都是出于肉体。

圣灵浇灌的时候，应该渐渐地回到里面安息下来，神的同在和能力就进到里面，否则只是有外面的彰显。我们安静下来的时候，神的同在会更深、更大。

竟自不肯·追赶愈疾

以色列的圣者如此说之后，百姓怎么回答？百姓说：「不然，我们要骑马奔走。神的百姓有时候实在很大胆，神已经说要安静，他们却说，这样安静地不做什么，怎么可以呢？不然，我们要骑

飞快的牲口奔走。所以神说：「追赶你们的也必飞快。」这种情况也是我们这个时代的人最明显的写照。

一个国家是否先进，只要看从地铁出来的人就知道，她们走路脚步很快的，就是先进的、高科技发达的地方。快快快！赶赶赶！妈妈们每一天忙着接送孩子去练琴、跳舞、学电脑...送来送去，接来接去，给孩子学到很多技巧，但一点也没有学到认识耶稣。妈妈很爱孩子、也很忙，为孩子牺牲很多，时间也花得不少，结果孩子得到什么？只有技巧，没有生命。

环境动荡·随风而倒

这个时代讲求速度，什么都是快呀！快呀！我们需要把以色列圣者的话听进去，不要说：「不然。」如果我们坚持要奔走、要快，结局就是「一人叱喝，必令千人逃跑，五人叱喝，你们都必逃跑，以致剩下的，好象山顶的旗杆，冈上的大旗。」环境有一点风吹草动一动荡、波涛、苦难、变迁，马上就倒下去。「山顶的旗杆」就是飘来飘去、随风而倒的意思，这就是现代人的写照，神为祂

的百姓预备一个救恩，就是我们可以常常回到里面来享受安息，享受安静中的大能。

有一位传道人从香港到台湾读了三年神学院，又在教会服事四年，后来她听到了有关「等候神」的信息，开始操练。刚开始的时候，她很不习惯，因为香港的生活很紧张。她是一位非常能干的姐妹，做什么事都很快。当她操练几个月以后，他身上的毛躁、以及很容易紧张的个性渐渐地不见了，他的服事也变得不一样，他说教会里有一位姊妹，一直感觉不到神的爱，传道人就说，让我们来等候神吧！她就带着姐妹亲近神，没有多久，那位姊妹忽然祷告说：「哦，耶稣！谢谢你这么爱我！」这个经历给了传道人一个开启：她以前劝别人要这样、要那样，全靠自己的聪明智慧服事；现在发现，带领人来亲近神，神就成为那人的供应。这个传道人的服事因此就改变了，他不再靠自己的聪明智慧、自己的力量服事。

等候施恩·拯救帮助

这里说，「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；

凡等候他的都是有福的。」神说，你们不必骑着牲口飞奔，我等候着要施恩给你们，神等着要施恩给我们、要兴起好怜悯我们。我们是如此的有限，需要认识自己的无助、无望、和无有；也要认识神绝对的大能、丰满，才能进入安息。如果我们认识自己绝对的无望、无助，无法救自己的软弱，就会默默无声地来等候祂，并且是专等候祂。

有的人从小受过一些伤害，没有得着医治，以至于别人的一句话、一个眼神，就会踩到地雷，随时都会爆炸。伤害一定要得到医治，我们无法自己来医治里面的伤害，但我们的救恩是从祂而来。只要真实的来到神的面前，向神陈明：「主，我要得医治，我要真实地饶恕，你要救我脱离过去一切的伤害。」我们真实地来到主的面前求告祂，主就一点一滴地做工。我们得救在乎回归安息，神在我们中间做了奇妙的工作，无论是婆媳之间的问题、夫妻之间的困难等等，都借着来到主面前，更多的亲近祂、向祂倾诉，而得到主的能力与智慧，成为我们的拯救和帮助。

当我们落在软弱、枯干、可怜的光景时，不要只是去看属灵书籍，或与人交通，这些虽然有帮助，但效果有限。其实在我们里面的神等着要施恩给我们。祂说：「凡等候祂的，都是有福的。」只要愿意来亲近祂、等候祂，一定会得到这个福气。

安静仰望·得着力量

有一位弟兄在我们教会信主，半年后就被圣灵充满。他非常听话，教什么就去做什么，灵性长进很快，后来他担任青少年团契的辅导，那年的儿童夏令营请他做辅导老师。这位弟兄是单身，从来没有照顾孩子的经验。现在却要担任夏令营的辅导老师，他就为此祷告神：「主啊，你要帮助我，让我知道怎么带领这些孩子。」一段时间以后，下周一就要去营地，这个周六一走出聚会的地方，他遇见一位姐妹的孩子。孩子抱住他抱得好紧，还说：「你要讲故事给我听。」他就讲故事给他听。讲完以后孩子又说：「再讲一个！」这位弟兄觉得小孩有点赖皮，天色已经很晚了，但看到孩子那么需要，他就再给他讲一个故事。这个孩子的爸爸因赌博离开家，只有妈妈带他。

听完故事，孩子很满足地离开。弟兄回到宿舍已经很晚，她亲近主的时候，主把刚才他抱着孩子的情景重演给他看，主就显明他里面的爱是那么贫穷。主告诉他，那个孩子需要爱。所以抱你抱得那么紧。主说：「我要用我的爱来充满你，来满足你。」主的爱就大大地浇灌他。主说：「我要你去儿童夏令营的时候，带着我的爱去服事那些孩子。我会常常这样抱着你，就像你抱着那个孩子一样。」弟兄的眼泪一直不停地掉下来，他被神的爱充满。

到了周一，去参加儿童夏令营，主的爱很奇妙的一直充满他。参加者从小学四年级到国中都有，这些孩子都很顽皮，男辅导带男孩子，他们更皮。有的孩子信主，有的不信主。在服事那些孩子的时候，真的好奇妙，他里面充满了神的爱，很有耐心地带领他们。

有一天聚会结束，孩子们回寝室去。还有一个孩子静静地在里面亲近神。这位弟兄就坐在这个孩子的旁边，陪他一起亲近神。好长一段时间以后，那个孩子才睁开眼睛，笑眯眯地对他说：「我刚刚被圣灵充满了！」弟兄好感动！这么小的孩

子懂得等候神，而且懂得什么是圣灵充满。隔天来聚会的时候，那个孩子又在那里等候神直到最后。这次夏令营让这位弟兄得到很大的帮助，主的爱充满他，让他知道如何用神的爱和耐心来服事孩子。主开他的眼睛，让他看见小孩子也可以摸到神、遇见神、认识神，他自己也大得激励。

耐心、爱心·从神而来

这位弟兄要服事他从来没有服事过的领域，他没有耐心，又摸不到孩子的需要，解决之道并不是马上去读儿童心理学。当他为需要服事的对象祷告时，是在什么时候得着帮助、得着拯救、得着服事的力量呢？就是在他回到寝室，安静亲近神的时候。在这平静安稳的时候，神的力量成为他的力量，神的爱成为他的爱。

所以很多时候，无论我们服事家庭、服事教会主日学、领会、或带查经，别人所能给我们的只是技巧。但是，要得着救恩和服事的力量，最重要的是来亲近祂、连于祂。特别是教小孩子，无论受过多少训练。如果没有得着从神而来的爱、耐心、和智慧，孩子无法从你得到帮助。他们只觉

得你是来教课，一点也没有办法服你。不止是主日学老师，我们每一个做父母的，都需要从主得着力量、智慧和爱，来服事我们的孩子。

「这样看来，他们不能进入安息，是因为不信的缘故了。」(希伯来书 3:19)

「这样看来，必另有一安息日的安息，为神的子民存留。因为那进入安息的，乃是歇了自己的工，正如神歇了他的工一样。所以我们务必竭力进入那安息，免得有人学那不信从的样子跌倒了。」(希伯来书 4:9-11)

不能信从·无法安息

对于以色列百姓，神的目的不只是带他们出埃及，还要带他们进入迦南美地，就是安息之地，这也预表基督要带领我们进入的美地。基督住在我们里面，我们这个人就成为迦南美地，是安息之地、也是流奶与蜜之地。以色列百姓之所以不能够进入安息，是因为不信的缘故。

大卫能够默默无声专等候神，是因为他真实地安息信靠神。至少有两次，扫罗就在他眼前，他可以轻易地杀掉扫罗，而且不需要亲自动手叫也手下的勇士可以一刀把扫罗杀死。可是大卫说：「不行，他是耶和华的受膏者。」那时大卫已被膏为王，但他知道，王位不是用力量去夺来的，荣耀和尊贵从神而来，不是靠自己争取来的，这表示他对神有最真实的信靠。他若一刀把扫罗杀死，可以从此不被追杀，又可以登上王位，这也明明是神的应许，神已经膏了，总要实现的。但大卫是默默无声，专等候神的人，他等着神来成全。他说无论扫罗是战死或被耶和華杀死，他断不动手害扫罗。

专靠器皿·惹神忌邪

一个人没有办法安息下来，是因为不够真实地信靠神，所以他常常害怕，赶快自己想办法，如果我们每一天花时间与神建立里面牢靠的关系，当那永不动摇的国度建立在我们里面的时候，即使为疾病祷告很久，还没得医治；某一件事一直没得到解决，我们也不会摇动，不会受别人的影响。如果不是从祂得救恩，往往会被别人推着

走，到处乱闯，去找有恩赐的人。这样会使我们失去安息和信靠，开始去倚靠某一个有恩赐的人，而失去了里面这位王的拯救。以色列的圣者就在我们里面。祂大有能力，我们却不认识祂，不懂得信靠祂，因为我们已经乱了阵脚。现今的世代有个现象，就是人的眼目注意有外在恩赐彰显的人，过于注视神。有人跟我说，他们教会有恩赐的人成了明星，因为大家一有问题都去找他。但这位有恩赐的人，其实自己的问题很大，他的家庭、婚姻和性格上的问题都很多，但有人要赶鬼、医病、看异象，都去找他，这不是对的现象。因为神不要我们像外邦人一样求签、卜卦，神确实也借着祂的器皿来帮助我们，但神是忌邪的，祂要我们先来倚赖祂。

亲身体会·亲手联结

为什么每个人都需要过亲近神的生活？信仰必须建立在里面，而不是外面，不是倚靠教会，老是说我们的教会很属灵。这就像挤公共汽车一样，自己没有很好的腿力和手力，反正太挤了，靠着别人也不会倒。当别人一下车，马上就倒

了。我们必须要有站得住的力量、撑得住的力量、抓得住的力量。

我们要操练住在主里。一直操练，不灰心的操练，就能建造属灵的体能。属灵生命的能力不是借着别人按手祷告就能有的，按手也许能带来一些服事的能力，但不是生命的能力。要得着生命的能力，需要操练常常降服于神，常常付代价、花时间亲近神。真实地去做，属灵的胃口就会加增，爱的胃口越大，与主就爱得越深，半小时不够就增加到一小时，亲近神是需要培养的。

我刚信主的时候，早上晨更十五分钟或三十分鐘，而这小时段里有好多时间是用来读经，或为一些事情祷告。开始等候主之后，有时一小时还不饱足，后来亲近主两小时，里面才觉得饱了，这表示我长大了。信主十年了，不能像小孩子，老是吃二百毫升、三百毫升的奶，要开始吃饭，我们对神的胃口要越来越大。我们跟祂在一起多少时间，就可以看出我们的生命长大了多少。不在乎我们在教会有多少服事，也不在乎我们帮助了多少人，而是在乎我们与祂在一起是否有味道，是否喜欢跟祂在一起。

竭力安息·日日等候

旧约的安息日是指一周里有一天什么事都不做，只要安息，这只是一个预表。新约说，必另有一个安息日的安息为神的子民存留，因为那进入安息的，乃是歇了自己的工，正如神歇了祂的工一样。新约里耶稣说：「我是安息日的主。」所以，安息日最主要的意义，就是我每一天尊祂为主。我歇自己的工进入安息，让这位安息的主在我身上作主，安息就是敬拜主。新约的安息说到，我们要歇自己的工，务必竭力进入安息，免得有人学那不信从的样子，跌倒了。

竭力就是努力。努力地进入安息，努力地进入不用力、进入最深的信靠。我们今天忙呀、急呀，到处找帮助，对祂没有真实地信靠，很多基督徒愿意到处参加特会，但在生活中实际操练安息下来亲近神就不肯了。参加特会，会有一些浇灌，但没有进入安息美地，那是因为不信从。不信祂是我们最大的拯救，不信一切的拯救从祂而来。其实，一切的拯救，我们一切的需要，都在我们的里面。祂比一切都大，我们要来信靠祂。这种操练多么重要！

等候神一方面是亲近祂，一方面是当神似乎还没有作工的时候，我继续在等候祂(wait for Him)、注视祂，相信祂要来拯救，神就会更多地把祂自己启示在我们里面，把祂的性格做成在我们的身上。

凡事倚靠·处处经历

有一位妈妈很爱她的孩子..带他来参加主日学。孩子已经三、四年级了，还没有重生，对神不渴慕，妈妈很着急，和主日学的老师一同为他祷告。一天晚上十点多，孩子突然说：「妈妈，我的国文课本不见了！」妈妈没有责怪他，反而说：「我们来亲近神，让主来对我们说话。」她就带着孩子亲近神。几分钟以后，孩子跳了起来，跑到书柜和墙壁之间的夹缝里把书抽出来。只是几分钟，神向他显明书在哪里。孩子放好书再回到妈妈旁边跪下来就开口祷告：「主耶稣，谢谢你为我死，谢谢你拯救我。主耶稣我爱你！」这孩子重生了，他真实地经历了神。

得救在乎归回安息。有时候我们为孩子的灵性问题着急，试试看，在他发生一些事故的时候，不

要被他惹动，在那儿急、在那儿发脾气，而是带着他安息下来，让神的救恩临到。如果我们没有操练等候神的生活，就不会有深刻的基督徒生活，也不太容易明白神的旨意是什么。我们可以越来越会服事，对圣经越来越熟悉，但是在性格上没有改变。我们可以在教会里带查经、带小组、带敬拜，可是与神离得很远。除非我们过一个亲近祂的生活，和祂培养爱的关系，才能体会神那么真实地活在我们里面。

祷告为已·等候为祂

等候神和祷告不一样。我们在祷告的时候，往往被我们的需要所占有，或者被我们所挂虑的事、所要祈求的事霸占了我们的心思意念，煞费苦心地为各样事情求告。等候神是来到施恩主面前，最重要的是集中思想在祂身上，就是我们所仰望的神自己。等候神是给神时间，给祂机会进入我们里面的人(the inner man)，让祂将自己向我们开启。按着祂的方法，使祂神圣的能力临到我们的身上，这是等候神和祷告不一样的地方。

有一段时间我到某地服事，借住一位妈妈的房子，我们只有星期六可以碰面，一起等候主。但平时她每天都花时间亲近主，一个月下来，她的家人都感到她变了。以前她总是愁眉苦脸，现在则笑咪咪的。她说：「等候神和祷告真的不一样。以前我祷告很多，但重担还在。可是我等候神、亲近神，有时根本没讲什么话，我的担子都不见了，里面很有信心，知道神已经接管了。」

连于电源·日益单纯

属灵的成长使我们变得更单纯。但是人的聪明智慧，把属灵生命的成长复杂化了，神向亚当吹了一口气，亚当才成为有灵的活人，那口气就是神的灵。所以对亚当来说，最重要的是继续地吸取神的灵。我们若知道救恩是从祂而来，就该从早到晚吸取祂、默默地吸取祂。好象弟兄的刮胡刀放在插座上充电一样，似乎没用力，其实一直在吸取电源，电力饱满时，就成为有用的刮胡刀。

神就在我们里面。只要懂得回到里面来吸取祂，祂真能成为我们的一切。许多人为了身体的健

康，一天花好几个小时锻练。但我们基督徒好傻，这位伟大的神，一切生命的源头，气息的源头就在我们里面，我们却不愿意来到祂里面吸取祂的丰盛。

神作重心·不垮不倒

传道人有很多压力。多少的电话、多少的事情会忽然间临到。我在亲近主的时候，常发现在不知不觉中有紧张压在我的肩膀上。但当神的同在不断地运行在我身上时，我整个人就放松、安息，肩膀上的压力就不见了，神要我们的注意力回到里面，就会越来越安息下来。人揣摩很多方法，有科学的方法、医治的方法，都只是从神的作为中分析、归纳，找出一些路径来，神给我们的救恩，是那么奇妙的方法：得救在乎归回安息，得力在乎平静安稳，这是需要操练的。每当做完一件事，先回到主面前亲近祂几分钟，再去做下一件事。做之前先把这件事交给神，然后再去做，就不会神经越绷越紧，被生活的担子压垮。

靠己徒劳·靠祂轻省

一位弟兄帮助另一位弟兄做电脑功课，做了好久没做出来。到了晚上十点多，还是做不出来。弟兄说：「不要做了，我们来等候主吧！」几分钟后，再上电脑，全部解答出来，那位弟兄快快乐乐地回家去了。我们常常花了好多时间徒劳无功，皆因我们不愿意回归安息。所以不能得拯救。

一位清大毕业的弟兄，在学校当研究助理，有一天，他和博士班及硕士班的学生一起上课，他需要上台作报告。事先他已将报告录了音，听了一下，觉得很糟。只剩一个半小时就要去学校作报告了，怎么办？那时他正在上「进深造就班」，学习等候神。我给他们一个功课：每个人回家后，在晨更以外的时间里用一小时亲近神。现在剩下的一个半小时里，要花半小时骑摩托车去学校，还有一小时是用来等候神呢？还是修改录音，再讲一遍？他决定亲近神，把作报告的事交给主，让主来掌管。他在主里是那么的安息。然后他骑车去学校，作完报告后，台下一片掌声，主所做的事那么稀奇！他并没有修改什么，但因他平静安稳地在主面前，就得着天上的力量和恩典。

我们当中有太多这样的见证。无论功课上、工作上、家庭婚姻上、身体软弱上，我们都可以倚靠祂，歇自己的工，进入安息。当你最紧张的时候，最忙碌的时候，最无助的时候，最软弱的时候，该做什么？是赶快用自己的方法，想办法找这个人、找那个人解决，到处打电话，还是回到里面来得拯救？得救在乎归回安息，祂真是我们一切的拯救。可是祂的百姓竟自不肯。所以祂的百姓常常被追赶。你是否发现，如果我们常常靠自己的力量去应付一切事，生活就越来越忙碌。因为我们需要靠自己的力量来撑，来解决一切，就会越来越紧张。如果我们愿意凡事倚靠祂，神的拯救太奇妙了，运技巧性的问题祂都有办法成为我们的帮助。

无所不能·奇妙救恩

新竹的信徒中，有一对夫妻，家在台中。他们结婚的时候，回到台中举行婚礼。我建议请台中的师母司琴且都安排好了。婚礼是星期六，星期五要彩排，星期二我接到电话，台中的师母对我说：「妳的小羊还是希望妳司琴，因为妳是她的传道人。」这是新娘子的要求，我实在很难拒绝，

只好接受，因此必须星期五抵达台中。星期二晚上我有聚会，星期三、四都有服事。婚礼上要为诗班司琴，需要练两首诗歌，并且要弹四部。平时我是弹简谱的，弹四部对我来说很困难。要练左、右手，再两手配合，并且那两首诗歌非常难，不是和弦，是对位法的弹法。另外，还要弹结婚进行曲，依我的程度怎么弹呀？还有，新郎新娘退席的曲子，我也不知怎么办。我不愿伤新娘的心，希望婚快乐，怎么办呢？是不是赶快加紧练琴？不是，我还是先来亲近神，我对神说：「主，唯有你是我的拯救，我要先来亲近你。」等候神将近一小时以后，我才开始练琴，真是稀奇！主使我在很短的时间内，练好了两首诗歌。主又教我，把简谱写在结婚进行曲上弹，同样，新郎新娘退席的歌曲，也写上简谱，主又开启我，退席时，新郎新娘很快就走出去了，所以不用练太长！

我感谢主，这本来是我力不能胜的事，我以为技巧方面一定要靠多练习才行，但是连技巧方面神都有办法！当我们愿意先回到祂里面，祂就使我，得拯救，祂成为我的力量和帮助。我们真的需要如诗篇所说：「耶和華啊！我終日等候你。」

如果我们真的明白，我的救恩是从她而来，而不是从牧师而来，一旦发生什么事情，我们若要得着拯救，就会来「专」等候祂，并且终日的来等候祂。如果我们真知道我们的生命气息是从祂而来，就要比练气功的人更聪明、更殷勤，多多地来等候祂、亲近神，让祂运行在我们的身上，成为我们的生命、我们的拯救。

第 4 章 如鷹展翅的生活

「你岂不曾知道吗？你岂不曾听见吗？永在的神耶和華，创造地极的主，并不疲乏，也不困倦，他的智慧无法测度。疲乏的，他赐能力；软弱的，他加力量；就是少年人也要疲乏困倦，强壮的也必全然跌倒；但那等候耶和華的，必从新得力。他们必如鷹展翅上腾，他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。」(以赛亚书 40:28-31)

以赛亚书四十章前面一直讲到神伟大的创造智慧。25、26 节说：「那圣者说、你们将谁比我、叫他与 I 相等呢。你们向上举目、看谁创造这万象、按数目领出、他一一称其名。因他的权能、又因他的大能大力、连一个都不缺。」神创造宇宙万象，星球多得如海边的沙。祂先说，你岂不知道吗？这位永在的神、创造地极的主，祂并不疲乏、也不困倦。祂的智慧无法测度。疲乏的，祂赐能力；软弱的，祂加力量；然后祂特别讲到，即使精力旺盛的少年人和强壮的人都会有疲乏、困倦或跌倒的时候，但是神却为祂的子民在

地上预备一个可以不疲乏、不困倦，像老鹰一样，可以从新得力的生活方式，就是等候耶和華。等候的意思是：那些对神充满期盼、寻求、瞻仰的人，他们的力量会被更新、会被改变。

交换力量·吸取丰盛

等候神不是一直呆坐在那里等，心里想：「怎么还不来呀？」或是等着神对你说话、等着看异象、等着神给你指引、也不是在等待一个奇妙的经历临到，例如：忽然有一阵风吹来...，不是这样的。等候乃是带着一份渴盼、一份爱，在那里与主相交。米勒牧师说，等候的原文意思是「三条绳子绑在一起」—我们的灵与神的灵交缠在一起、融在一起，我们一直吸取祂的丰盛。等候不只是静止的状态，慢内的状态，乃是一个提升的力量，好似一直在加油，你的灵、魂、体都被提升，让你从新得力，就像一个脆弱的身体在吸取天上的能源，以致于脆弱的身体被改变了。从新得力在原文的意思是「交换力量」，我们软弱的性格与神交换。所以里面应该是一直充满了渴望、爱、在那里吸取，神爱的泉源就被吸出来了，神就是爱，爱的泉源就在我们里面，借着你饥渴

的吸吮，祂就被你挖掘出来，蜂涌上来。这样的人，他们亲近神，、奔向神，就像老鹰飞向太阳一样。

有一位弟兄在新竹当兵，军队里的训练是「一个口令、一个动作。」上级叫你除草，你就除草，草长出来后再重复去除，整天做的大都是一些没有意义，却一直让你劳力的活动，好让你头脑越来越简单，免得胡思乱想。一个知识份子在这样的操练中，没有心灵的浇灌，也不能聚会，时间久了灵里会觉得有些疲乏、枯干。有一个主日，早上是祷告会，下午是主日崇拜。那天他正好放假，出来办事，就溜到教会来了，他只能停留很短的时间。当时我们的祷告会是先有半小时至一小时亲近神，等大家灵里饱足了，再开口祷告，这是在圣灵里的祷告。这位弟兄实在太枯干了，来到教会，就坐在最后面，在那里要主、亲近主，大约十五分钟后，喜乐与爱就像喷泉一样地从他心中涌流出来。他非常喜乐地小声敬拜主，大口大口地喝，感到那样的满足，三十分钟后，他必须离开时，已经从新得力了。

返老还童·如鹰展翅

等候主就是那么奇妙。你里面有油矿、有喷泉，需要你去挖掘、开采，就能取之不尽、用之不竭，这样的人要像老鹰一样过展翅上腾的生活。圣经里没有用别的鸟类来形容基督徒，只有用老鹰。因为在神的眼中，神的百姓要活出像老鹰一样的生活。

《住在幔内》书里说到，有一个人住在阿尔卑斯山，他观察老鹰的生活。有一种老鹰可以活到一百岁以上，但祂活到六十岁的时候会突然老化，失去兴致，不像年轻的老鹰在暴风雨中会奔向黑云，在黑云上面的阳光中翱翔。祂无精打采不想动，这种情况大约持续几个礼拜后，祂会忽然醒悟过来，开始用祂的喙(嘴)去啄岩石，又用祂的翅膀和尾巴用力地去磨岩石，直到老化的羽毛都掉下来，把多出来的喙磨掉。岩石上血迹斑斑，祂的嘴、翅膀、尾巴也都是血。痛不痛？很痛。好不好受？不好受。但是祂有一个醒悟：祂不应该这样老死，祂里面还有一个生命力。祂要把喙磨小，像年轻的鹰一样，可以冲破黑云，翱翔在天空，奔向太阳，经过这样的脱胎换骨之后，祂又可以活五、六十年。

神说：即使年轻人也会疲乏、困倦、全然跌倒，但那等候祂的人可以如老鹰一样，返老还童。

你里面有很大的泉源、很强的生命力，你需要醒悟过来，意识到在你里面的神比世界的一切更大。意识到神本性一切的丰盛，都有形有体的居住在基督里面，你在祂的里面也可以得着这一切的丰盛。我们太容易被外面的难处压垮，被疾病吓倒，不知道里面有这么大的生命力。那些懂得常常来瞻仰祂的荣美，来吸取祂力量的人，就可以过如老鹰般的生活，他们奔跑不困倦，行走不疲乏。奔跑预表我们的服事不困倦，行走表示我们的日常生活不疲乏。为什么？因为常常回到祂里面，在忙碌、压力中回到祂的里面与祂交换力量，吸取属天的能源，从新得力。

在这样亲近等候神的时候，神就提升我们，越来越脱离属地的缠累、属情欲的缠累、属肉体的缠累和世界的吸引力，神一直给我们加油，让我们充满力量可以往前奔跑，这是神的智慧。人不会这样想，我们总觉得要不停地工作才会有结果，要行动，在行动中才能产生能力，这是人的聪明，所以，神讲这段话以前，先用一整章描述祂

的智慧。祂说，不要再怀疑了，整个宇宙的星球都是我安排的，是我的智慧创造的，我也为你们预备这样的生活。

我们需要明白，回到里面来亲近祂、真实地遇见祂，比我们常常在外面奔跑，参加这个聚会、那个特会，到处想得恩膏，听新的讲道有效多了。许多人愿意参加特会，在生活中就是不愿意来等候祂。虽然听了很多道，恩膏也领受一些，但却不懂得如何继续加油，从新得力。我们需要继续不断加油，因为灵力与体力在生活中、在服事中一直都在消耗。

吃主喝主·常常加油

我们可以花两小时为全世界祷告，但里面没有加到油。这样的服事，日子久了会越来越枯干。我们需要真实地吃、喝祂自己，这就是耶稣所说的：你们要吃我的肉、喝我的血，就有永生在你们里面。以前我不明白这句话，直到我开始等候主才被主开启。过去，我问了好多传道人，什么叫「我的肉是可吃的，我的血是可喝的」？当时的门徒听不懂，我也听不懂，也不记得牧师怎么

讲的了，可见我真的没有听懂，所以一直没有印象。直到有一次在等候神的时候，当神的同在充满在我们当中，也充满在我的里面的时候，我开始吸取祂的生命，那时我突然明白过来，这就叫做吃祂的肉、喝祂的血，我就有永生。永生就是永活的生命在我们里面，一个不疲乏不困倦的生命。

有一位弟兄到美国读书，他参与教会很多服事，有时忙到没有时间睡觉，有时累得无法入睡，他就坐在那里亲近神。一段时间以后，神更新他的身体，一种属天的力量取代他的疲惫，这是神借着我们回到里面来加油的方法。

「神啊，你降下大雨，你产业以色列疲乏的时候，你使他坚固。你的会众住在其中。神啊，你的恩惠是为困苦人预备的。主发命令，传好信息的妇女成了大群。统兵的君王逃跑了，逃跑了；在家等候的妇女分受所夺的。你们安卧在羊圈的时候，好象鸽子的翅膀镀白银，翎毛镀黄金一般。」

全能者在境内赶散列王的时候，势如飘雪在撒们。」(诗篇 68:9-14)

恩雨沛降·赶散列王

第九节：「神啊，你下大雨，你产业以色列疲乏的时候，你使他坚固。」在我们亲近主的时候，有时会感觉到，突然间好象圣灵的倾盆大雨浇灌下来，使我们的疲乏得到更新，软弱得到坚固。

「你的会众住在其中」，就是住在神的同在里。「你的恩惠是为困苦人预备的」，只有困苦人能够尝到这个恩惠。有时候我们觉得自己很有力量，并不困苦，而且认为还是自己来比较快，比较稳妥。所以不愿意花时间等候神。只有那些觉得我不行、我实在没办法、实在贫穷困苦的人，他们因为认识自己的困苦，愿意来到神面前，而神的恩惠就是特别为这样的人预备的。当这些人住在主里面，主一发命令，传好信息的妇女就成了大群。统兵的君王就逃跑了，在家等候的妇女分受所夺的。

等候的人可以分受所得的。当我们等候主的时候，主就亲自赶走统兵的君王。」3节说：「你

们安卧在羊圈的时候，好象鸽子的翅膀镀白银，翎毛镀黄金一般。」我们来到祂面前亲近祂，好象绵羊那么平安、安息，安卧在羊圈。金、银，都是神的属性，神荣耀的同在就覆庇在我们的身上。「全能者在境内赶散列王的时候，势如飘雪在撒们。」我们的老我就是列王：骄傲的王、自私的王、发怨言的王、批评论断的王等等。在我们亲近祂的时候，神的同在一临到，就把列王赶走了。

在亲近神的时候，能够吸取祂的爱。要常常靠近爱火，因为我们实在缺少爱，一方面要让神的爱浸透我们全身；另一方面，在祂爱的同在里，我们的老我才会下来。所有老我的表现都是没有爱，是被列王所统治。这些习惯在我们身上几十年，怎么改呢？怎么赶散呢？当我们被祂爱的同在浸透，祂的黄金、白银镀在我们身上，祂的属性覆庇在我们身上的时候，就能把那些王赶出去，不让它们作王。有时我们脾气很大，性情很急躁，没办法爱某个人，里面有很多不平...，当我们等候主时，这一切都不见了。开始发现这个人很可爱，从前我为什么受不了呢？我们亲近祂，祂就亲自来赶散列王，真是太奇妙了！当我

们歇自己的工时，全能者就来做工了。当我们愿意等候祂的时候，祂就一直为我们加满油，我们就如鹰展翅上腾。

蓄势待发·乘风而起

有一位姐妹告诉我：有一次，她去某地旅游，突然起了大风，她看见一只老鹰静静地在那里不动。老鹰有看风势的本能，等风很大的时候，牠顺着风势展开翅膀，完全不需要煽动翅膀就一直往上升。这景象给这位姐妹很深刻的印象，这叫做歇自己的工进入安息。当我们愿意放下自己的努力，进入祂的同在时，祂同在的权能就帮助我们、提升我们到神的宝座那里去。

祂能做极伟大的工作在我们身上，可惜很多基督徒不愿意当老鹰，只想当小鸟、当麻雀，翅膀拍了好久，只飞了小小一段路程。再怎么用力飞，也只能飞这么高。我们常觉得：我不要再等候了，我自己来！我只要努力，总会飞上去的！我们不愿意歇自己的工。其实基督徒最需要的努力就是努力给神时间，努力地不要让自己忙忙碌碌。我们都经历过这种失败：常常靠自己的努力

去计画，而不愿歇自己的工来仰望祂。无论是讲一篇信息，或是带领敬拜，该唱什么诗歌，我们有没有安息下来？真相信主会让我知道，还是自己努力地翻诗集，从第一页翻到最后一页，一直找，用自己的头脑一直想。这就像麻雀一直在拍翅膀，也只能飞这么高。我们真需要像老鹰一样，牠在等候，不着急。刚开始等候主的时候，大部分的人确实没什么感觉，不要因为没有什么感觉就起来自己飞了。要继续等，等到神的气流、风势越来越大，当你一进入那气流和风势里，神伟大的力量就会把你提升。神借着大自然一直在向我们说话，但神的百姓信得太迟了。我们在地上有太多的忙碌，太多自己的计画，无暇听神的安排。

让神服事·无所不能

有一位弟兄，为某些事心里愁苦，就去找他的挚友一起祷告，同心赞美神。突然间，神的同在大大地临到他们，两人都不能说什么话，完全的安静，在那里吸取主的同在和主的丰盛。一段时间以后，那位挚友祷告说：「主啊，我感谢你赐给我的弟兄这么大的平安。」他不是祷告说：「主

啊，求你帮助我的弟兄把愁苦卸给你，求你解决他的难处...。」他们都感受到主已经来服事这位愁苦的弟兄了。所以他说，主啊，我感谢你赐给我的弟兄那么大的平安，这就作叫如鹰展翅上腾。

所以我们愁苦时，不是一直去找人交通、去想办法解决。应该来到神的面前，当祂的同在和平安临到你的时候，就能解决你所挂虑的事情。不管是独自愁苦焦虑，还是一直找人说，那些事还是无法解决的。

有一位姐妹骑脚踏车时，与迎面来的摩托车相撞，尾椎骨重重的撞跌在地上。路人说：「赶快送医院！尾椎骨受伤，要痛一辈子的。」但她里面觉得要倚靠神，就回家祷告、亲近主。她很痛苦，坐也不是，躺也不是，尾椎处刺痛得厉害。因为她常常等候主，所以侧躺的时候，感觉到主的同在一直运行在她身上。她就祷告说：「主啊，求你的大能一直运行！不断的运行在我身上！」几天之后，她就完完全全好了。

另外一位姐妹，她的丈夫在国外工作，因为孩子还在读书，她就让丈夫先去，自己每三个月去看他一次。后来她发现丈夫有外遇，回来以后心里非常痛苦，把这件事告诉十八岁的儿子。儿子一听到爸爸有外遇，精神受了刺激，人就变得怪怪的。做妈妈的心里更加难受，于是，每天下午她都到花园里静静地追求神、要神。很多女人的丈夫有外遇，但关系到丈夫的地位、名誉，都不敢对外人讲，所以真是很苦。

她在花园里等候神、要神，渐渐地，神的同在越来越丰富在她身上。神的恩惠真是为困苦人预备的。最后她觉得：「似乎不是自己在活，是神的荣耀在我里面活。」这就是「在家等候的妇女好象鸽子的翅膀镀白银，翎毛镀黄金一般。」她愿意安卧在羊圈，不去争吵，不靠自己的力量寻求解决，或者托人，或者告诉上司，给他警告，好让他跟外遇切掉关系。当她愿意安卧在羊圈等候的时候，全能者就来赶走仇敌。后来主作了奇妙的工作，先生自动和外遇分开了。神的得胜常常需要先在我们身上，然后才临到我们所关怀、所祷告的人身上。

相濡以沫·膏油满溢

我们愿不愿意先歇自己的工来追求神？已经有很多人在过这样的生活，会不会还有些人不太懂得如何等候神？等候神不需要坐下来就立刻安静，可以从祷告开始。等候神是祷告的方式之一，可以一直跟主讲话，里面如果有一首歌，就向神唱爱的诗歌，讲爱的言语，然后再安静下来。有时安静，有时开口对祂说话，当魂或身体有些毛躁的时候，向神唱一首爱的诗歌或讲话：「主啊，我单单爱你，我单单要你，主啊，我已经关上门了，我需要你，我渴慕你，你一定要让我这毛躁的个性安静下来...。」一直与主讲话，心思意念不要有太多的代祷，可以另外花时间代祷。太多的代祷会使注意力和心力集中在代祷的事情上，而不是专注在这位王的身上。

要学习跟神讲话，也可以唱诗、祷告、或安静在祂面前，自然地交错进行，而不是一定不能讲话。主若给你负担，让你想到某个人，你就为他代祷，直到圣灵带领你进入一个完全安静的地步。如果你带领一个小组学习亲近神，即使自己已有一些操练，很享受安静的时刻，但要顾念别

人的需要，不要一开始就完全安静半小时，会把人吓跑的，使人害怕亲近神。

荣教士早期在台北的聚会中，带领大家安静亲近主，刚开始只有一、两分钟、五分钟、慢慢地增加到十五分钟。我们在带领别人的时候也要循序渐进，特别是带领小组时，可以穿插诗歌，或从祷读一节经文开始。无论如何，不要用力地使自己要安静下来。唱爱的诗歌时最好是会背的，安静地闭起眼睛，把爱浇灌在祂身上，整个过程是很自然地来爱祂。亲近神不是那么苦的，而是爱的享受，天堂就是过这样的生活。

求主让我们在地上时多多操练，把握神给我们的时间和机会，与神培养爱的关系。当你去操练了，你会发现，前些日子的等候不是徒然的，有一天在你意想不到的时候，神很大的同在会忽然间临到你的身上。为什么刚开始的时候没有感觉？因为心思意念太乱，心又硬，神一直在拣去里面的大石头、小石头、除掉各种杂草。这段时间，要常常唱爱的诗歌，把注意力集中在神的身上。思想意念厘清之后，就漫漫地进入里面的清明，但还没有很大神同在的感觉，不过，神的光

会越来越大，油越加越满，有一天，你会忽然发现膏油满溢：喜乐的喷泉、爱的浸透，神力量的运作，都会在你的身上。借着这些，我们就可以展翅上腾。

第 5 章 在神行审判的路上等候祂

「耶和华阿，我们在你行审判的路上等候你。我们心里所羡慕的是你的名、就是你那可纪念的名。夜间我心中羡慕你。我里面的灵切切寻求你。因为你在世上行审判的时候，地上的居民就学习公义。」 (以赛亚书 26:8-9)

接受光照 · 认识老我

等候主除了要安息下来，「我的心默默无声，专等候神！」不要让许多的事情在里面烦扰之外；还有非常重要的就是要带着切慕的心来向神呼求：「耶和华啊，我要在你行审判的路上等候你。」有些人等候主只在意与主亲近时很甘甜，却很少接受主的光照。一个真实等候神的人，常常在神的光中得以见光，得以认识自己。

有一位姐妹在等候神的时候，主让她看见两棵树。一棵是圣诞树，上面挂满了装饰品，鲜艳亮丽，但没有果子，所有的美丽都是挂上去的；另

一棵树就像普通院子里的树，比较粗糙，却是有生命的。这棵树需要不断的扎根，在成长过程中，被修剪、被浇灌，才能一点一滴地长大、结出果实。圣诞树的妆饰光鲜亮丽，一看就觉得很漂亮，夺人眼目。但是，它不会结果子，因为没有生命。圣诞节过后。所有的妆饰都要拿掉，这棵树就没有用了。

主把这些显给她看的时候，她立刻明白，这棵圣诞树就是她。从信主、被圣灵充满后，常常有很多主的恩典和圣灵的恩赐在她身上，就好象那些琳琅满目的装饰品，看得见又夺人眼目，可是没有果子，因为没有生命，她对主说：「主啊，怎么这么可怕？我该怎么办呢？」主说：「妳要更多地安静等候。」这位姐妹在主的光照里发现，原来我信主、被圣灵充满、聚会中常常有圣灵的浇灌，可是我的「老我」从来没有被神审判，没有被对付，从来不知道要向「老我」死掉。我所追求的只是更多的恩膏和服事的恩赐，却不知道要厌恶「老我」，而且要让主来审判。

经常审判·日日洁净

主给她这个光照后，她发现自己在生活中确实太少花时间等候神。平常虽然有晨更，在聚会里也常被圣灵浇灌，且有主的同在，但没有常对主说：「耶和華啊，我要在你行審判的路上等候你，請你用你的光來光照我，讓我知道我生命的光景如何。」這次神讓她意識到自己的生命是那樣的膚淺，只是有漂亮的外表給人看，卻沒有深深地扎根在活泉里，長出生命的果子，可以解人的干渴、供應人、滋養人。

安靜等候讓我們的生命探深扎根在溪水旁及生命的泉源里，以致於我們能一直長大起來。我服事主以來，發現在教會里，有許多人在生活中有主的同在，很愛主，也愛服事，但也喜歡彰顯自己，而且這個「己」非常的強，不能讓別人碰。雖可以火熱地愛主、服事主，但只要別人修正他一下，就受不了。這就像聖誕樹一樣，風一吹，妝飾就會掉下來。反觀那結在生命樹上的果子，因為根扎得深，人搖它，風吹它，都不受影響。

借着等候主，神的爱会更深地在我们里面被点燃起来，因为靠近这个爱火，里面会更火热地起来爱神。但如果我们不愿意在神行审判的路上等候

祂，接受祂的光照，而只是一味地在爱的甘甜里，享受神的爱，这是很危险的，这样的基督徒很容易绊倒别人。因为看起来很追求，也被圣灵充满，可是生活却那么以自我为中心，没有生命的实际。

我们必须不逃避审判，而是期盼、等着主来审判。将来，我们都要站在神的审判台前，各人照着自己所行的来接受审判。如果我们现在就一直在审判的路上被光照，愿意认罪、愿意被对付、愿意去道歉并真实地悔改、弥补，到了审判的那一天，将会发现，我们已经被审判过了，一样一样都已经被洁净了。

进入深处·完全医治

刚才所提到的那位姐妹，过去也追求主多年，但直到最近她才踏实地、更多地花时间等候主。当她在为女儿的问题祷告时，主光照她，一切问题的根源是她伤害了女儿。而她为什么会伤害女儿呢？是因为她自己小的时候从父母受到伤害，并没有得到医治。所以她就用父母对待她的方法来对待女儿。

我们很不认识自己，但神是光，可以照亮我们，照到我们很小的时候，让我们知道，我们这一生问题的根源在哪里？有些人因为小时候受的伤害太大，很不愿意去回想它。所以受伤的记隐被压到潜意识里。虽然不去回想它，但其实并没有得着医治。主在祂的同在里，有时会把我们带回到过去的事件中，祂要跟我们一起面对这件事，带领我们在祂的爱中，从过去的伤害里走出来，让我们可以真实的得医治。

有时我们会受伤，是因为我们不愿意接受发生在我们身上的「环境」，不愿意接受「我怎么会这样被对待？」「他为什么会这样说我？」因此抵挡、排斥，反而受伤。在这种情形下，如果你愿意顺着去接受，相信万事互相效力，要叫爱神的人得益处，就不容易受伤。

如果我们在神行审判的路上等候祂，在亲近祂的时候，求祂来显明、来光照，让祂进到我们心的深处医治我们，那种医治是真实的、是完全的。等候主太重要了，因为是神亲自来医治我们。

脱离伤害·怜悯恩慈

当我还在新竹服事时，有一位清华大学的弟兄，因为他信了耶稣，他的妈妈对我们非常生气，扬言要用菜刀杀传道人。儿子就写信给妈妈，说爱的言语，可是妈妈拜偶像拜得很深，总是逼迫他。有一次，他接了妈妈的电话以后就到清大的湖边散步，他边走边觉得自己很可怜，祷告那么久了，妈妈的态度还是没有改变，他找了一个地方，在那里亲近神，主就光照他并对他说：「你只觉得自己很可怜，却没有想到你妈妈更可怜！你有我可以靠，可是你妈妈没有我。」这位弟兄一蒙光照，就脱离自怜，开始在爱里迫切地为妈妈祷告。求主怜悯妈妈，求主的爱更多的临到妈妈的身上。后来，他的妈妈很真实地信了耶稣。

如果不是因为他已经学会在生活中常常与主亲近，妈妈所说的话以及自怜的情绪也可以在他里面产生很深的伤害，但他每天亲近主，不但脱离自怜自艾的网罗，还想到妈妈比他更可怜。于是他能在爱和怜悯里对待他的母亲，而不再落在自怜和伤害里面。

看见亏欠·除去蒙蔽

我们的神真是太奇妙了，能解决我们一切的问题，只在乎我们是否来找祂？有些人有问题时就到处找人，找这个人不能解决问题就再找别人。其实最重要的，是要常常等候主。

如果我们愿意服下来，就不容易受伤；我们高高在上，觉得都是别人在伤害我、对不起我，伤害就累积在里面。伤害得医治其中有一个方法，就是发现自己亏欠别人。当我们看到自己亏欠别人的时候，就从被伤害里面出来了。我们需要常常对主说：「主啊，我要在你行审判的路上等候你。」有些灵里的事，我们若不求，就得不到。我们若不求主光照我、审判我，只在那里享受甘甜，生命中的蒙蔽就没有办法被除去。

教会中有些人看上去很有主的同在，但只要与他接触一下，就发现他的「老我」好强，因为他从来没有在审判的路上等候神。不管是蒙神光照，还是神借着人提醒我们：有些时候这样说会伤害人，有些时候那样做不得体、或是没有爱心等等，神要我们改正过来。如果我们不去改，也不肯去对付，或觉得不好意思去道歉，就抹煞过去。渐渐地，那些地方的蒙蔽就越来越深，光就

照不进来了。即使我们继续亲近主、渴慕主、爱主，虽仍可以觉得享受，但没有光照，就会一直处在蒙蔽中。

有一位妈妈追求多年，她会等候主，也觉得很甘甜。可是，因为儿子娶了一个她不喜欢的媳妇，没有娶妈妈为他预备的姐妹，她就不参加婚礼。而且从此不去看他们，完全和他们断绝来往。她心里非常怨恨，总觉得自己把儿子养这么大，功课这么好，从小很听话，却被那个女人拐走了。也气自己的儿子这么笨，被骗走了。她感觉自己已经完全失去了儿子，就一直活在怨气里。

我劝她说：「属灵的人、坚固的人要担代不坚固人的软弱，你比较追求主、得着主，妳就先谦卑下来，先去与他们和好。打个电话给儿子，好让他敢回家来。」她说：「我死都不见他，我宁可下地狱，也不愿意去求和睦。」我听了吓了一跳，告诉她说：「妳不要讲这样的话，求和睦是圣经里的话。」有些人在聚会中祷告是一个样子，回到家又是另一个样子，生起气来说的话就像没信主的人一样，居然会说自己宁可下地狱。追求得

那么辛苦，不是都白白追求了吗？只是给儿子打个电话而已，跟下地狱比较，哪个容易？

期待审判·接受修剪

当我们的「老我」不愿意常常在神审判的光中接受祂的审判，期待祂的审判时，一发作就不得了，因为不习惯被修剪、被压下去，被光照。我们平日就需要常常亲近主说：「耶和华啊，我要在你行审判的路上等候你，我愿意接受光照。」如果很少蒙光照，就要对主说：「主啊，一定有什么拦阻我。生命应该更丰富，而不是这样子的，因为主你想要得着我超过我想要得着你。你渴慕把你自已倾倒在我身上，但为什么我得着这么少？一定有些「老我」、「硬石头」拦阻你。求你光照我，问题一定在我。」

我们常常这样呼求神，主一定会来光照，否则有人会说：「某某人的追求是掺水的。」「掺水」就是不纯或稀薄的意思。不是一个被对付过，愿意绝对服下来的生命。意思是：他向主祷告时，讲的话都很甜蜜：「耶稣我爱你！」但实际生活

却不是这样，大家一看就知道了。这样的生命是很虚浮的，浮在感觉里或服事的快乐里。

我常常向主祷告说：「主，你要光照我，给我忧伤痛悔的灵。」有时我在亲近主的时候，主忽然间会把我对别人的一个眼神或者态度显给我看，我发现自己当时有一些急躁、不耐烦，我就很羞愧，立刻向主认罪，事后也向人道歉。

如果我们常常在行审判的路上等候神，我们的生命就会常常被调整、被修剪，修剪了才能结出更多的果子。

「我们心里所羡慕的是你的名，就是你那可纪念的名。夜间，我心中羡慕你，我里面的灵切切寻求你。」

一个人如果常常在神行审判的路上等候主，就会更认识自己是罪人中的罪魁。耶稣这名字的意思是要把我从罪恶中拯救出来，「以马内利」是神要永远与我同在。当我认识到自己是这么败坏，而耶稣却要把我拯救出来，而且还要永远与我同在，我就觉得救恩太宝贵！神愿意与我这个罪人

同住，我怎么配呢？我就更爱慕祂的名，连夜晚的时候，我的心都在渴想祂、追求祂、切慕祂。

切切渴慕·顺服关锁

马利亚姐妹会的院母施宁姐妹是一位非常有才华、热心爱主的姐妹，神感动她盖一间教堂。她没有钱，但她顺服神，就凭信心盖起教堂，又盖了姐妹们住的宿舍。正当事工要蓬勃发展的时候，神说：「妳放下这一切，来与我一同关在隐秘室里。」她说：「主啊，怎么可以呢？她们需要我啊！很多事都需要我啊！我这样做是不负责任的。」主还是说：「妳来与我关锁。」她就顺服，在房间里和主一同关锁。一连几个月，她一个人也不见，连饭都是有人送到房里。

她说，她关在房间里的时候，听到她属灵女儿们走过的笑声，多么想飞奔出去，和她们在一起。听到同工与别人谈话时，真想开门出去问：「怎么啦？」她很想提供自己的意见。可是，她要尊主为大。她说：「耶稣你是主人，钥匙在你手中，除非你来开门，我不敢打开。」

刚开始，她仿佛被寂寞所吞吃，因为她善于社交，是个热爱服事并喜欢创新的姐妹。主要她全部放下，与祂一同关锁，她顺服了，就真实地安息下来亲近神。有一天神带着祂热情的烈焰，用圣灵与爱火大大地为她施洗。爱耶稣的火强烈地烧在她里面，使她渴望要为耶稣受苦，渴望要为耶稣抢救灵魂。

她继续与主关锁，直到主说可以出来的时候她才出来。出来以后，姐妹们说：「妳在里面与主关锁，主就亲自来靠近我们。」以前她很怕这些属灵的女儿们灵性受亏损，没想到主自己亲近她们。自从与主关锁以后，和属灵的女儿们说一、两句话，她们就得到很大的帮助，这都是过去所没有的。

以前她很难明白神的旨意，但又有许多事情需要作决定，每次仰望主却没有答案，就自己作决定。作了决定以后又常常患得患失，心里七上八下。当她更长时间与主关锁之后，她发现一件事：生活中开始常常有神的引导，变得很容易明白神的旨意。有时，一下子还不清楚神的旨意，虽然事情已经迫在眉睫，但里面有安息，知道神

会带领。常常在紧要关头时，主就让她清楚知道该怎么做。等到事后回过头来看，她所做的决定每一步都是神的旨意。

禁食禁言·惟与主亲

很多基督徒不明白神的旨意，因为太少好好地与主关锁。有时我们借着禁食的操练，让我们的心更迫切在主面前，免得吃饱了常常昏睡。而且吃得越饱，老肉体越大。有时也可以试着操练禁言，因为我们话太多，跟这个说，跟那个说，不停地说话，里面没有安静的灵。必要时，可以操练一天不与人说话，单独回到里面跟主在一起。

神要救我们脱离天然的捆绑，所有天然的都要被修剪、被破碎。爱说话的人要适当的禁言，一星期可以有一天禁言，来亲近神。性格内向不爱说话的人要释放，靠着主的爱多与人交谈，我们若愿意有这样的突破，主就愈把祂的同在赐给我们，因为主看见我们要祂的心。

「夜间，我心中羡慕你，我里面的灵切切寻求你，因为你在世上行审判的时候，地上的居民就学习公义。」

如果我们在世上，常常接受祂的审判，我们周遭的人也会来学习公义，神在我们身上所做的改变，会影响别人，使他人起了敬畏的心，也来学习公义。

柔软破碎·带下复兴

我们当中很多人很爱主，也有很多服事，也许会像施宁姐妹一样，觉得不能放下。因为我们不够认识祂是神，祂说：「你们要休息，要知道我是神。」我们只是祂手中的工作，我们不能做什么。当我们愿意休息，安息下来，让祂作工在我们身上的时候，我们的服事会有更大的往前，会有更奇妙的改变。

如果我们发现所服事的团契停滞不前，或者有一点萧条、退步、我们需要更多的与主关锁。「主啊，我在你行审判的路上等候你。」从教会历史来看，神常常不需要得着很多人。祂只要得着一

个器皿：一个柔软在祂手中，可以随时让祂调度、差遣的器皿；一个被祂破碎过的器皿；一个爱祂胜过一切、胜过服事的器皿；一个被祂的爱火焚烧的器皿。得着这样的器皿，主就有办法成就许多事。威尔斯大复兴，主只不过得着一个矿工而已。我们不要觉得：「怎么只有我在代祷？怎么别人都不代祷？」我们只要坚持代祷，主会赐下复兴来的。主很需要得着一个新妇，一个真实在祂审判的路上等候祂的新妇，主会做奇妙的工作。

施宁姐妹后来发现，她在隐密处与主关锁的日子里，神在她身上扎下了很深的根基。后来神借着她带领马利亚姐妹会，到世界各地传福音。那些姐妹们无论到耶路撒冷或美国、台湾，传福音的特点是：带领罪人来爱耶稣。并不是只带领人决志、信主而已，神借着施宁和这批姐妹把爱耶稣的火燃烧在人的里面，她们所带出来的服事就是不一样，神所做的她做梦也没有想到，她们本来只是在西德的一个地方，神借着她把事工扩展到全世界的禾场。而这一切都是来自于那些在隐密处与神关锁的日子所奠定的根基。始于定时·终于昼夜

我们等候主、追求主，应该到这样一个地步：不只是单单在某一段时间等候主，而是等候主要成为我们的生活。除了固定的时间以外，在其他的的时间里保持手忙心不忙，心里一直在寻求祂、爱祂。在做事时继续渴慕祂，连睡觉的时候，我们的心都在寻求祂。「夜间我心羡慕你，我里面的灵切切寻求你。」这是我们要追求的，以致于白昼、晚上，每时每刻都活在祂里面，活在祂的爱中。

求主借着这篇信息，使我们的「等候主」更切实际，在祂审判的光中等候祂。只有这样的路才会走得又正又直，免得只是在虚幻里，好象很有感觉，其实「老我」原味尚存，都没有被修剪过、破碎过，没有被制作成属神的性情。

前面提到的那位姐妹，本来觉得自己还蛮好的，蛮爱主的，被主光照以后，才知道自己原来像那棵圣诞树，生命那么肤浅。她因此谦卑下来，常常悔改。先向丈夫道歉，多年不愉快的婚姻生活变得甜蜜。过去看丈夫很不顺眼，现在很欣赏他、心里爱他，觉得他有那么多优点是自已以前没有发现的。每天晚上，彼此问对方：「我今天

有没有得罪你的地方？你有没有发现我有得罪主的地方？」他们都愿意接受对方的提醒、指正。这样的人就是在行审判的路上等候神的人，这是预备主的再来最好的生活方式。常常接受光照，爱主就会更深。

第 6 章 晒在公义的日头下

但向你们敬畏我名的人、必有公义的日头出现、其光线有医治之能。你们必出来跳跃如圈里的肥犊。你们必践踏恶人。在我所定的日子、他们必如灰尘在你们脚掌之下。这是万军之耶和華说的。(玛拉基书 4:3-2)

里外俯伏真敬畏

「但向你们敬畏我名的人必有公义的日头出现。」一个真实敬畏神的人不只在外表上常俯伏在神面前，在心灵里也常降服在神面前。不论是在忙碌的日子、紧张的环境或是在压力底下，他的心向着神仍然是安息与降服的，这就是等候神。

为什么我们常常安静不下来呢？因为对神不够敬畏，觉得等候神太慢了，要等到什么时候呢？还是自己解决比较快。同样的，为什么我们常常会消灭圣灵的感动呢？因为凡事我们都用自己的理性分析，而不是去等候神，让圣灵对我们说

话。例如，圣灵提醒我们向某人道歉，我们的理性会说：「为什么要道歉？明明是对方的错。」一下子就消灭了圣灵的感动。

当我们敬畏神、愿意安息下来在主面前等候祂时，就会发现，神成为我们的智慧聪明，祂的一句话比我们任何的方法都有效。如果我们不习惯安静下来等候主，可以对主说：「主啊，赦免我，这么不懂得敬畏你。求你把一颗敬畏你的心赐给我。」一个人要走完天路，敬畏神是非常重要的。不只是参加聚会、有奉献、有服事，还要看在私底下的生活里，是否有敬畏神的心。越敬畏神就越能认识神，越认识神就越能经历神的救恩。

经上说：「敬畏耶奉华是智慧的开端。」敬畏神才开始有认识神、认识永生的智慧，一个敬畏神的人，他的心必定要俯伏等候祂。

杀菌、消毒·医治的大能

「公义的日头」就是神的同在，「其光线有医治之能。」公义的日头刚出现的时候，不会感到热，但晒在这日头底下久了，就会全身冒汗，感觉到

一种力量。如果我们等候神只有两、三分钟，公义的日头才刚出现，我们就离开了，就无法体会。

以前我参加过一个一连几天的等候主聚会，会后大家感觉好象被太阳晒过一样，里面经过消毒、洁净，细菌都被杀死了。当公义的日头出现时，不要急着离开，晒在公义的日头底下越久越好。

一位姊妹告诉我她在北卡的见证：有一次下车时刚打开车门，旋风把车门又撞回来，撞到她的脑部。医生检查后发现，她的脑神经受伤很重，站立、走路都不平衡，十分痛苦。医生叫她服两个月的药，如果没有效就要开刀。这种药有很大的副作用，所以她不敢吃。两个月过去，果然没有好，但心里仍是很不平安，觉得做脑部手术会有很大风险。

这时刚好有朋友给她有关「等候神」的录音带，她听了之后，就每天操练。刚开始是一小时，后来两小时也觉得很快过去，又增加到三小时。不知不觉间，整个脑部完全恢复正常了。「公义的日头出现，其光线有医治之能！」我们不需要等着某个器皿来为你接手。如果我们懂得敬畏祂并

充满了爱慕等候在祂面前，祂那公义日头的光线可以医治我们。

还有一位姐妹在夏令会之前发高烧四十度，全身很烫。祷告、亲近主几天，还是没好，但是她坚持来参加夏令会。高烧已经使她头发昏，每次聚会就回寝室，倒在床上。到了下一堂，还是来聚会，结束后又倒在床上，因为头昏得难受。

到了第四天，公义的日头越来越强；照在她的身上。就在敬拜结束，会众都在亲近主的时候，她感到有一个薄片「咻」一声从身上飞出去，她的烧退了，完全得着医治。公义的日头出现，可以赶走里面的疾病和辖制我们的仇敌。

发烧不是烧退了就好了吗？为什么会有一个薄片从她身上出去？我觉得那是仇敌的拦阻，高烧可以拦阻她来参加夏令会。在夏令会里，主作了那么大的工作在这位姐妹的身上。她经历了神的大能，在这样的经历中，对神有更深信赖，对神的权能有更真实的认识。她里面的生命因此刚强起来，不再惧怕仇敌的拦阻。

我要澄清的是，看医生并不是犯罪，也不是比较不属灵，这只是个人仰望神之后的一个选择。医生也是神所预备的，神给他们一些医学知识来医治病人。有些人病了不去看医生，并不是相信神会医治他，只是因为怕别人说他没信心，这样的情形，宁可赶快去看医生，病拖久了越来越严重反而不好。

生命、信心日坚韧

等候神内里的实质，就是使一个人里面能够坚韧不动摇地倚靠神。等候神是与神相交，即使没有感觉，也仍然继续等候神，爱祂、寻求祂的面，渐渐地，里面就产生一种对神的坚定信心。

很多有恩赐的人，能够医病、赶鬼、发预言，但当他们自己生病时，就慌了，神要我们用恩赐去服事别人，但我们里面的生命和对神的信靠，是我们与神之间日积月累地连结所产生的真实生命。这需要借着我们敬畏祂、爱慕祂，愿意花时间亲近祂才能得着。

这光线有医治之能，不仅是医治身体的疾病，也医治我们灵魂的蒙蔽、昏昧。例如我们听讲道无动于衷，读圣经也不觉得感动或扎心。这都是一种死亡、昏昧和蒙蔽。一直操练等候神之后，心灵会被开启、会活过来，这就是医治。

「……你们行事，不要再像外邦人存虚妄的心行事；他们心地昏昧，与神所赐的生命隔绝了，都因自己无知，心里刚硬；良心既然丧尽，就放纵私欲，贪行种种的污秽。」(以弗所书 4:17-19)

昏昧、蒙蔽点滴除

我们虽然决志信主，如果不常常亲近这位圣洁的神、顺服祂的命令，也可能落在外邦人的光景里：「心地昏昧、无知、心里刚硬、及纵私欲，贪行种种的污秽。」常常亲近神，祂公义的日头能医治我们心地的昏昧，使我们的心灵敏锐起来，对神的话感到宝贵，到几乎落泪的地步。听了神的命令心灵会有共鸣与回应：「哦，主啊，我一定要去做。」对神的应许会开始觉得兴奋。

我信主六年，读过也会背诵这节经文：「他已将又宝贵又极大的应许赐给我们，叫我们...就得与神的性情有分。」(彼得后书 1:4)可是心里没什么感动。当我亲近神之后，再读到这句话，心中多么兴奋！我们这么败坏的人，可以得到这么宝贵的应许，与神的性情有分，这是极大的盼望！这样追求的时间越长，读经会越来越有味道，越来越有亮光。

有一位弟兄从小就是基督徒，读高中时就被重用，后来娶了牧师的女儿，又在神学院教钢琴。他到我们教会聚会，听我们分享一段时间以后，问我们：「为什么你们读经会有这些看见？为什么我没有？」

灵里交流滋味深

你可以上很多神学课程，抄很多笔记，这些是别人教你的，过一阵子你就忘了。但你常常亲近神，祂医治你昏昧的心灵以后，读经时你会有第一手的收获。这是自己直接领受的，眼睛一明亮，就发现神话语中的宝贵，读起来那么有味道。这是主才能成就的事。

一位弟兄作见证，在聚会中，当他求主光照，把悔改的灵赐下时，主就让他一直哭，真是忧伤痛悔。但却不知道要悔改什么。几天以后，在另一次聚会中，神让他从里面看到自己是那么污秽，需要神的恢间，他很真实的悔改在神的面前。这样的痛悔是从宝座来的。

以前我们曾参加一个培训，课程中每人找一个角落，把自己从小到大的罪，凡想到的就写下来。这样做感觉很好，但却没有把握，我的罪是否都认清了？有没有漏掉的？是否真被赦免了？自发性的认罪和因神光照，从心灵深处认识自己真是个罪人是何等不一样！

每一次我们来到公义日头前，祂就一直医治我们全人。祂做的工作是那么深、那么真实，与人教的方法、技巧不一样。祂从里面开启，做生命的工作。等候神是何等的重要！短时间看不出效果，时间久了就会发现，神的工作是那么深！我并不反对一个人信主以后读解经书，或听人一节一节地解释圣经，但如果他没有花时间亲近神、等候神，他的心思会被这些解释限制住，很难再有新的开启。但神的光线有医治之能，如果我们

愿意花时间亲近神、等候神，让神先医治我们里面昏昧的心思，让光照在我们里面，然后再来读圣经，会更有开散，而且深入我们心灵的深处。就我个人的经验，我读经开始有很多的开启，是在我花更多的时间等候神之后，而且这些开启都是和生命有关的，不只是客观头脑上的知识。

践踏骄傲老自己

这光线也医治我们的「老自己」。第三节：「你们必践踏恶人。」这个恶人是谁？就是我们的老我。他非常诡诈、狡猾。圣经上说：「人心比万物都诡干，坏到极处，谁能识透呢？」只有神能识透。我们对「老我」太不认识，因为太习惯，太喜欢他了，我们不知道「老我」害我们有多深。他使我们无法喜乐，「己」越大，越喜乐不起来，越没有「己」，越快乐，谁都伤害不了他。我们对「己」永远没有办法，但这位公义的日头有办法。

有一位弟兄在后院松土，埋水管，撒种。一段时间过后，整片漂亮的草长出来了，他在那欣赏时，里面提醒他说：「你趴下去，用手抓草下面

的土！」他摸了以后，发现有一些杂草的根。心里想：怎么会长出杂草呢？越找越多，拔了两、三个小时。原来这种杂草它的茎会一直往下面长，根是那么深，且遍满整块地，还会往横的长。所以上面就看不见。但一段时间以后。所有的草都会被杂草掐死。

他对主说：「主啊，我不要我的里面像这个样子！」他告诉我，这一段日子来，他多花时间等候神，主一直光照他的骄傲。主借着「杂草的根」让他明白：十八年来他因过去的一些伤害而防卫自己，这就是一种骄傲。他从来没有彻底去拔除这些，很怕别人再来伤害他。以致于里面的骄傲就像杂草的根一样，那么长、那么深。难怪多年来，他常常听错神的声音，常常搞不清神的旨意。刚好几个礼拜前，我对他说：「我发现有很多很大的事，你都听错神的声音。有些事，我实在不以为然，但你总是那么坚定地说是神的旨意，我就尊重你。但后来你又说你听错了。」

我认识荣教士那么多年，她每一次仰望主，从不会说：我听错了！我又错了！我们常常对神、对服事都很有热心，但因为沒有安静等候主，以致

有很多「己」的掺杂，当我们「己」的倾向很强的时候，很容易就会听错神的旨意。我们需要安息下来，让主直接发命令清楚地叫我们去做什么，我们才做。我并不是指我们不能犯错，错了没有关系，但我们要知道犯错的原因，以致于可以从中学习。事实上他是一位很难得、很宝贵的弟兄，错了就公开向大家认错，不会爱惜面子，这是他最可爱的地方。我要强调的是，你越有自己的思想，就越会觉得有神的印证，要留意，甚至在人以为最好的意念里都可能会有「己」的掺杂。所以安静的等候祂、听祂，求祂光照，对于明白神的旨意是多么的重要！

天然良善阻神恩

有一次，主对一位姐妹说：「所有出于天然的，即使是最良善的意念，都那么刺伤我。」主说这样的话很令人惊讶。即使是最良善的意念，只要是出自天然，神都会被刺伤。为什么？因为只有祂的旨意畅行无阻的时候，天国才会降临。所有出于天然的都会败坏天国的增长。有时我们觉得，我这是好意、我爱主、我要服事主、我可以

叫别人得帮助啊！这是好的，可是我们需要仰望主，主啊，你要我做什么？

当所有人都伏在这位万王之王掌权之下的时候，这个世界就会不一样。祂的做法不像我们的做法，祂可以很快作成很伟大的事，但我们的「己」在拦阻祂。这位弟兄愿意冒着生命的危险，背着很重的福音单张到一些不允许自由传福音的地方去，我们都受感动，多么好！但是这里面也会有出于自己的意思。他要进某个国家，这个关口走不通，就从那个关口进去，戴墨镜，梳不同的发型，让人不认识他，没想到海关还是认出他来，他好尴尬。然后，他又想办法从另一个关口进去，又被拦住。这要花多少精力、时间、金钱？这是人的办法。

我们要害怕我们的「己」。不是说我们不要服事，教会太需要大家多多地服事。但是我们需要谦卑下来说：「主，我什么都不能，主，你要更多的来得着我、充满我，我愿意俯伏在你的面前，让你的手来推动。」

等候神能医治我们的眼瞎，除去我们里面的害虫。骄傲是我们最可怕的根，外表完全看不见，但里面的根却很深，正一点一滴地把我们的生命掐死。你我里面都有骄傲的毒根，需要主更多的光照。常常祷告：「主啊，我要在你行审判的路上等候你，求你来审判我、光照我。」主就会光照。属灵的原则就是如此：你祈求，就给你，不求就没有。

骄傲使我们眼瞎，被欺骗，认为自己还不错，服事也有恩膏，很能祝福别人，骄傲常常使我们被蒙蔽、被欺骗，总觉得是别人伤害我，却不知道我伤害别人有多深。

我们需要公义的日头常常出现，因为公义的日头能杀菌」。你的棉被有霉味，硬硬的，盖起来不舒服，就放到太阳底下晒，但不能晒一下就拿进来，要晒久一点，棉花才能蓬松，湿气、霉菌才会被杀掉，再盖这棉被，会觉得好温暖。

喜乐跳跃灵释放

当公义的日头医治我们以后，「你们必出来跳跃如圈里的肥犊。」当我们昏昧的心思、里面的「己」被神光照、被杀死，也就是我们的魂得医治后，我们会变得喜乐，就像小牛犊从栅栏中出来，太快乐了，你如果觉得不喜乐，一定要跟主说：「主，我里面一定有好多杂草、霉菌，我要晒在你公义的日头底下。」这样，你就可以从「己」的捆绑、伤害中被释放出来，喜乐跳跃。

「你们必践踏恶人」就是不再让「老自己」在我们身上掌权。这个老自己很需要别人的尊重，又脆弱，又容易被激怒，而且常觉得自己的意见一定是对的，讲话的时候又一定要赢过别人，最后一句一定要我讲才行，总不能输。我们要践踏他，不要维护他、娇养他、爱惜他，我们要从「老我」中被释放出来，不再被这个恶人辖制。

忍耐等候功必成

「在我所定的日子，他们必如灰尘在你们脚掌之下。」参加夏令会的那位姐妹发烧了几天，她也祷告、等候，但没有得医治，直到第四天才得医治。「在我所定的日子」，如果第三天她就放弃，

不再去聚会，受不了了，躺在床上，这样可能还是会抱着病回去，神有祂所定的日子，为什么不马上医治？因为神要训练祂的百姓有一颗赤裸裸的信心。如果一祷告就得医治，一求主就被圣灵充满，那就像小孩子一样。要饼干就给饼干，肚子饿了汤匙马上塞进嘴里，因为小孩子不能忍耐，不能忍饿。他要什么若不给他，就哭哭啼啼，婴孩就是这样。

一个长大成熟的人，可以忍耐、可以等，神要训练我们有一颗赤裸裸的信心，这种信心是何等的宝贵！怎么训练？就是要我们常常耐心等候，在祂所定的日子，他们必如灰尘在你们脚掌之下，高大的恶人忽然间像灰尘一样在你脚掌之下。弟兄姐妹，我们要耐心等候神，不要一生病就不来聚会。我自己有很多次生病都是在聚会中忽然间主大大地临到我而得了医治。有一次，我得了急性肠炎，上吐下泻，软弱得不得了，请假在家里。但是，晚上的聚会我不敢不去，因为我不知道今晚主在我身上的计画怎么样，也许神要做奇妙的工作在我身上。感谢主，聚完会之后，我就生龙活虎，很多次都是如此。

在聚会中，公义的日头特别大，神的同在特别大，我们要珍惜。不要屈服于自己的软弱，也不要因明天有事，今天就不来聚会，一有压力就不来聚会。公义的日头晒在我们的身上，是为了释放我们、帮助我们、医治我们，神有祂所定的日子，祂一点一点做工在我们身上。在「所定的日子，」你会忽然间发现，神已作了那么完全、奇妙的工作。

进入幔内莫延宕

已经到第六章了，有些人很认真地在操练等候神，有些人却还没开始行动。我勉励大家，要把握机会等候神，实际地去操练、去亲近祂、求告这位神。不管遇到什么困难、需要，祂是我们最大的帮助。多多来晒在公义的日头底下，可以杀菌、强身，让神把祂的性情作成在我们的身上。

对付「老我」，我们是没有办法的，只能多给神时间，让这公义的日头来做祂的工作，因为我们原是祂手中的工作，在基督耶稣里作成的。我们必须一直连于基督耶稣，祂的同在会把我们的「老我」显明出来，把他践踏在脚底下。

幔子已经裂开，我们应常在这位王的面前过生活，常常活在祂的荣光中。不仅有固定的时间亲近神，在忙碌的生活里面，一直把眼目转向祂：每做完一件事，就亲近祂几分钟，再开始做下一件事，一直保持活在祂的荣光之中。主已打开这个幔子，我们要欢喜感谢地进入，愿每一位读者都进入这幔内！

第 7 章 安静中的大能

「约书亚吩咐百姓说，你们不可呼喊，不可出声，连一句话也不可出你的口，等到我吩咐你们呼喊的日子，那时才可以呼喊。这样，他使耶和华的约柜绕城，把城绕了一次。众人回到营里，就在营里住宿。……第七日清早，黎明的时候，他们起来，照样绕城七次。惟独这日把城绕了七次。到了第七次，祭司吹角的时候，约书亚吩咐百姓说，呼喊吧，因为耶和华已经把城交给你们了。…于是百姓呼喊，祭司也吹角。百姓听见角声，便大声呼喊，城墙就塌陷，百姓便上去进城，各人往前直上，将城夺取。」
(约书亚记 6:10-11;15:16-20)

神呼召以色列百姓从埃及出来，目的不是要他们在旷野里绕，而是要他们进入迦南地。而进迦南地之前，第一个难关就是耶利哥城。城里的人都是高大的亚纳族人，以色列人在他们的眼中好象蚱蜢一样的小。他们发现要完成神的目的是如此

之艰难，有高大的城墙和可怕的伟人；但神指示他们一个争战的方法：每天绕城一次，不可说话，而且第七天要绕七次。

安静绕城中，神同在凝聚

绕城是很危险的，上面都是孔武有力的伟人，只要掉下一块大石头，就可以使人头破血流。照人的理智来看，这是很愚拙的方法，好象自己送上门去挨打。

例如：当大卫想置乌利亚于死地时，就叫他到最前方攻城，只要敌人抛下石头，或从城上射箭，他就必定死了。面对高大的城，以色列人每天这样绕着，在人看来真是愚拙，简直是送死！可是当神叫他们这样做，他们愿意顺服。

每天绕一次，前三天大家也许会安静地去做，到了第六天可能有些人就不耐烦了。我们在干什么？要绕这么久，而且是冒着生命的危险，还有，一句话都不可说。当中如果有人稍微抱怨一下：「这简直太荒谬了！」耶利哥城就无法攻下来。

神带领我们进入迦南美地，目的是要将耶稣基督一切的丰盛作成在我们身上，要得着它我们必须常常安静在祂的面前。在安静中，一天一天地绕，体会安静中的大能。我想，他们在绕的时候，必定是恐惧战兢，需要举起信心来一直倚靠、仰望神。他们嘴巴虽然不说话，心里一定在说：「主啊，我们倚靠你，主啊，你与我们同在，保护我们！」他们不会东张西望，嘻嘻哈哈，因为生命的危险使他们紧紧地倚靠神，借着他们绕城，神的同在就一直在那里运行。日子越久，人往往越不耐烦，但越到最后，神要他们绕得更久，第七天要绕七次，他们顺服地绕，神的同在一直地凝聚。绕了七次以后，约书亚叫祭司吹得胜的角声，又吩咐百姓呼喊吧！当百姓呼喊，祭司吹角时，高大的城墙就坍塌了。

安息等候主·进入丰盛地

神特别要我们看见：要进入神所应许一切的丰盛，叫我们心里高大的仇敌被消灭，一个不可少的方法就是要亲近祂、等候他。这个方法在人的理智上是通不过的，战争岂有如此打法？战争应

当要呼喊，使仇敌的心融化，怎能安安静静地在城墙下面挨打？

今天，我们亲近神也一样，在人看来很愚拙。如果读圣经，一小时可以读几章；背圣经，至少也可以背几节。等候神一个小时仿佛没有感觉、没有收获，可是，神的同在一直在凝聚，一直在工作。我相信以色列百姓一天绕一次城，也没什么感觉，城墙依然高大，他们依然像蚱蜢一样。神并没有让他们越绕越变成巨人，人数也没有加倍。但是借着绕城的过程，他们的心开始专注在神的身上。

明白神同在·信心得坚立

城墙倒下来的时候，伟人就显现在他们面前，然而他们「大声呼喊……，各人往前直上，将城夺取。又将城中所有的，不拘男女老少，牛羊和驴，都用刀杀尽。」为什么以前探子看到亚纳族人就发抖，而现在能把这些伟人都杀尽了？因为在绕城的过程中，他们开始把注意力集中在神的身上，更意识到万军之耶和华就在他们当中。所以在绕城的时候，他们的信心就被建立起来。

第一天绕城，石头没有丢下来，第二天绕城，也没有，一个人伤亡...，他们越来越明白，神奇妙的作为在他们当中，神的能力掌管着这座城，保守他们不受仇敌的伤害。借着安安静静地绕城，他们对神的权能越来越认识，所以当城墙倒塌时，即使看见里面的伟人，也毫不畏惧，举刀把敌人杀尽。

耶使没感觉·点滴建造中

等候神也是如此。即使我们没有感觉，在神的同在中，祂一直行最伟大的神迹在我们的身上。我们对神的信心，不是建立在某一位伟大的讲员身上。讲员对神的信心和他服事的能力，会激励我们，但那并不是我们的经历，我还是我。反倒是借着常常亲近神，神会把说不出来的信心，一点一滴地建造在我们的身上。有些人只是得着医病的恩赐，所以当别人生病时，他会为人祷告，也看到果效，但当他自己生病的时候，却变得非常软弱。然而，一个常常亲近神、连于神的人，他里面有伟大的信心，是没有人能够夺去的。

好象马太福音廿五章里提到的「油」，别人没有办法倒给我们，因为那是人里面的，倒不出来给别人。但我们借着常常亲近祂，神的膏油就在我们里面酝酿，对耶稣爱的膏油一直的丰富起来，当我们遇见一些事的时候，里面就有说不出的信心，可以从神宝库里支取我们所需要的。这就是等候神所带来的奇妙改变。

顽强老自己·人力难攻克

在以色列人进入迦南美地的第一场战争里，神要他们明白一件事：你们要持续虚心地倚靠我的指示，靠着祂，再大再坚固的敌人，都会在你们面前倒塌。今天我们身上最大的敌人是什么呢？就是我们的「老自己」。我们顽固的脾气、骄傲的老我，肆无忌惮地逞强在我们身上；例如：自尊心很强，受不了别人说一句、爱面子、自私、以自我为中心、都是我要得利益、我最重要等等。所有的一切，都以「我」为中心。高大的城墙在你我的身上，人没有办法攻克它。中国人说：江山易改，本性难移，但是借着花时间等候主，「老自己」就会一直的微弱下来。

惟靠等候神·驯服自由身

有一位妈妈习惯一拿起电话就张家长李家短，批评论断。当她开始花时间等候神，很长一段时间过后，他再拿起电话筒时，就说不出批评论断的话了，很多坏习惯不知不觉就消失了。但不是永远消失。什么时候等候主的时间少了，「老自己」就会再起来。「老自己」只是睡了，而不是死了。盖恩夫人说：「老自己就像多头怪物，这里砍掉，那里又长出一个头来。」我们常听到讲台上说「老自己」多么可怕，但我对他一点办法都没有，几十年了，他就是这么高大在我里面。怎么办呢？只要多等候神，渐渐地我们暴躁的脾气没有了，遇见有人贬损我们的时候，我们就能低伏下来。借着我们等候，顺服主，「老自己」就会更多的衰微下来。

会前预备心·呼喊显真情

这里还讲到「呼喊」，很多人呼喊得太快，如果百姓第一天绕城就呼喊：「奉主的名宣告耶利哥城倒塌！」耶利哥城不会倒塌，太快呼喊会拦阻

神做工，因为神的同在还不够丰富充满在这座城。

以色列百姓一天一天地绕城，到第七天绕七次，那时他们里面已经充满了得胜的把握。他们这样确信神真的在他们当中，祂已经在这座城掌权，而且神的话一定会成就。当祭司吹角，百姓大声呼喊时，城里面的亚纳族人都吓坏了。每一次我们亲近主、安安静静等候祂，虽然我们自己不觉得有什么改变，但神的同在持续的在我们身上加增，时候一到，我们里面的耶利哥城，高大的老我，必然倒塌。

赞美也一样。我们为什么鼓励弟兄姐妹聚会时早一点到？为了预备我们的心亲近神。我们在那里安静、酝酿，让神的同在一点一点地进来。当我们一起唱诗歌的时候，里面已经充满了要来敬拜祂的渴慕。那时候，我们的喜乐、欢呼、赞美，就不是空喊。如果我们没有酝酿神的同在，呼喊、赞美有时会觉得很空，好象鸣的锣、响的钹一样。有时候甚至在没有音乐的情况底下，弟兄姐妹持续地一直亲近主，注视神的同在，几分钟以后，忽然大家同时感受到神极大的荣耀在我们

当中，就爆发出一波又一波的赞美，好象启示录中所说的「众水的声音、大雷的声音」。敬拜不是借着音乐来激动我们的情感，也不是一种情绪的发泄。

米勒牧师(Edward Miller)说：有两年的时间，很多地方请他去讲道，他想要寻找一个懂得敬拜的团体，但是一个也找不到，只找到少数懂得赞美的团体，在主的面前呼喊、赞美，却没有一个团体懂得敬拜。

倾倒我爱慕·更深敬拜主

敬拜就是要倾倒你的爱在耶稣的脚前，眼目注视着祂，向祂诉说祂是何等的美丽、可爱，无人可以和祂相比，如果没有这样来亲近祂、遇见祂，就祷告不出这种爱的言语来。

在我们当中，已经有很多人懂得敬拜。除非肯花时间亲近祂，否则我们没有办法进入真实、更深的敬拜。那是灵与灵相接触时，很自然而发出爱的敬拜，所以等候神、亲近神多么重要！

灵眼常聚焦·身心皆明亮

也许有些人认为，为什么要花这么多时间亲近祂？因为我们的眼目往往在许多人、事、物上，我们实在需要安安静静地回到里面，调整灵魂的焦距，专注在耶稣身上，使我们的心灵安静在祂面前，以致于我们的心思能够向祂降服下来。马太福音说：「你的眼睛若瞭亮，全身就光明。」瞭亮就是专一。我们心灵的眼睛若是专一在耶稣身上，全身就光明。我们高大的「老自己」经常是毛毛躁躁、心思纷乱、骄傲自私的，但借着等候神，「老自己」就一直地衰微下来，灵里的眼睛也越来越如鸽子的眼睛，能够专注在耶稣的身上，借着这个注视，我们的里面就越来越光明。所以我们多么需要在一天当中，常花时间回到里面，聚焦在耶稣身上。

等候神是给神一个机会，让神进入我们里面的人，惊人的神迹就开始在我们里面产生。改变我们的性格、兴趣、嗜好，甚至身体也会被改变，如果我们要得着一个复活的身体，必须要花时间亲近神。

米勒牧师说，他年轻的时候去罗炳森师母的「信心家庭」。罗炳森师母最后的廿年常活在复活的

境界中，所需要的睡眠时间少之又少。晚上常听到她在打字，回世界各地的来信，或者在那里祷告。怎能如此？因为她常常住在神的同在里，让神的荣耀和同在一直地改变她，甚至到一个地步，好象活在复活的境界里。

蕴藏神同在·神迹常相随

有一次，我们去参加一位名讲员的聚会。那位讲员提到，有一天他感冒在家，人很软弱，全身都不舒服。打开电视，刚好是他自己的节目。他看到电视里面的自己有能力、有恩膏地说：「如果你生病，可以伸出手来摸我的手，能力和恩膏会传到你身上。」他想：「我要去摸吗？那不就是我吗？」主对他说：「那不是你，是我的仆人。」他就跪到电视机前面，伸出信心的手去摸，结果恩膏真的流到他的身上，他的感冒得了医治。

从这个例子可以知道，有时在聚会里因着神的怜悯，祂看到这么多祂的孩子病了，会有一个特别的能力和恩膏被释放出来，医治病人，但那是神的工作，并不是我们人能作什么，我们不过是神的仆人，神所使用的管道。

这位神的仆人在为人祷告时，常有人会倒下，有些人就以为，要倒在地上才是属灵、有恩膏，这个错误的观念常使我们的老肉体产生模仿的倾向。我们对灵恩要有正确的认识，神彰显祂的同在和能力时，人会有一些外在的反应，而倒在地上，只是其中的一个现象。有时神的同在临到我们，像一道爱的江河，使我们深深的流泪在祂面前；有时像一道光照在我们身上，使我们被开启、光照；哈巴谷书 2:20：「惟耶和華在他的聖殿中；全地的人都當在他面前肅敬靜默。」有时神大大的临到，我们只能肃敬静默，因为太荣耀了！这时有可能没有一点外在彰显的现象或声音。我希望弟兄姐妹能明白：圣灵外在的浇灌给人服事的能力，但并非能力一彰显就一定要倒在地上。

一个纯粹外在能力的彰显，和一个连于神，一直酝酿神同在的生命是不同的。就像参孙很有能力，双手抱住两根柱子，屋子就倒下来了，这是神给他的能力。可是头发一被剪掉，力量就失去了。另外一个，借着亲近祂、信靠神，让我们里面神的同在持续的加增，这样不只是我们的生命会被改变，当环境需要的时候，一呼喊就能使高大

的耶利哥城墙倒塌下来。所以我们每一个人若是愿意更多的亲近神，不但可以随时去服事别人，而且当我们为别人祷告的时候，就可以让人得医治。

我有好多次经历：有一天下午，我发烧了，当时我正要去聚会，身体很不舒服。我就起来争战，和大家一起祷告。我说：「主啊，聚会前我一定要好！」到了聚会的地点，别人都穿得很少，我却穿了很厚的衣服。到了聚会开始之前，我可以脱掉衣服，并且烧也退了，感冒不见了。

当我们生病时，不需要等着一个有恩膏的人来为我们祷告，或等着电视上的医病布道节目。只要常常亲近主，伟大的神就在我们里面。你绝对不会看见一个等候神的人被打败，一个等候神的人，一定是行走力上加力。借着我们的亲近祂，神叫祂的伟大力量 - 使万有归服祂自己的大能 - 运行在我们的身上，可以使我们所遇见的一切高大城墙都倒塌。

单纯顺服主·路途少弯曲

但是，人做不到一直等候祂。有一次，主说：「我的孩子们哪，生活是不容易的，因为人已经把它搞得不是我天父旨意所要成就的样子。那些本来是笔直的路径已经被人弄成邪门左道，满了艰难的障碍和石头。」天父的旨意要我们走的路是很简单的，就是很单纯的信靠祂，是一条笔直的路。就好象以色列民出埃及地一样，原来十一天就可以进迦南美地，却在旷野绕了四十年还是没进去。

我们再来思想，当以色列人攻耶利哥城，如果百姓绕到第六天时开始灰心、厌烦、害怕、怀疑，开始自己策划：我们不要再绕了，六天都没有什么事发生，还是计划攻城吧！城墙这么高大，怎么可能倒塌呢？从来没有听说过这样会打赢的...。那么，他们就会前功尽弃，而且不知道会死伤多少人，他们不但攻不下城，还会伤心、埋怨神为什么领他们出埃及？出埃及有什么好呢？一路上都是苦，到了迦南美地都是高大的伟人就更苦了。

今天神的百姓也是如此。如果我们不能歇了自己的工，进入安息来倚靠祂、仰望祂的吩咐：这场

仗该怎么打？这件事该怎么做？这个工作是不是你为我安排的？这个婚姻是你为我预备的吗？如果我们不愿意安息下来，放下自己的意见、聪明、力量来倚靠祂、仰望祂，而只靠自己的聪明智慧分析、选择、解决，结果把生活搞得那么弯曲，艰难，如果我们每一场仗都仰望神，依赖顺服祂，等候祂来成就，其实生活不是那么艰难的。有时，很大的石头挡在前面，借着倚靠仰望，神可以兴起地震，使石头掉到山崖下。

无助常倚靠·生活不艰难

我们看到大石头在那里，就绕山路、试着跳、拿锤子敲，用很多自己的方法，搞得筋疲力尽，头破血流，艰难还是过不去，唯有倚靠神，没有别的路，神有办法，可以震动地，可以震动山，可以挪开一切的拦阻。弟兄姐妹，等候主就是常常无助、无望地来到神的面前。

生活一帆风顺的人不容易等候神，他常常洋洋得意，别人总是顺着他、称赞他，他很难谦卑下来，以无助、无望的态度来亲近神。当一个人被贬损、有工作压力、经济困难大、婚姻苦楚多的时

候，反而很容易无助无望地来到神的面前亲近祂，所以环境困难的时候，我们应当感谢主，好好地亲近主。主借着化装的祝福，借着苦难把我们送进耶稣的怀抱。我们要把握这样的机会，不要总是去找人的帮助，来亲近神，让祂成为我们的力量。

常以神为乐·阅历尽失色

有一位弟兄告诉我，老板已经有好长时间没有安排工作给他。心里的压力很大，工作的不安全感、经济的危机都临到他。太太也刚被解雇。如果在过去，他一定心情很沮丧。但是现在不同，每天清晨起来他花时间亲近神，仰望祂、注视祂，已经在生活中操练了几个月。好奇妙，他在那里亲近主，以神为乐，一直说：「主啊，我感谢你，因为你等着要施恩于我。」他没有问主说：「主啊」，你怎么这样对我？」等候主就是这样，一个爱的注视，一个对祂全然的信靠。

有时候到中午，老板会给他一点工作，每天都一样。可是，有没有工作对他已经不是那么重要。他变得很喜乐，好稀奇，比从前有很多工作做，

而且做得很有成就感时还要喜乐。他开始尝到内在生活所说的，将有前所未见的、惊人的大改变要临到他的身上，使他前所阅历的都失去颜色。在这样危险的环境底下，他所经历神的同在所带来的喜乐，真的使他前所经历的都失去颜色。我为这个弟兄感谢主，环境上的危险，实在是主给他的祝福，深深把他压进神的里面。当你遇见危急的环境时，你是如何反应呢？

危急仍倚靠·神是我智慧

有一位姐妹面临电脑资格考试，在一定的时间内要把题目做完，成绩决定于她能够做对几题。她觉得每一题的答案都对，A很好，B也很好，C对，D好象也对。怎么办？，是否自己干著急？她觉得要好好安静下来亲近神。在危急的环境里面，当她亲近主的时候，神的同在就一点一点的渗透进来。当她觉得里面的同在那么饱满的时候，一睁开眼睛，里面就有一个「笃定」，知道要选B。下一题又一样，再来亲近主，主的同在又很饱满，睁开眼睛就知道这题要选A，时间到时她一共做了十五题，但答对的题数很高。真的很奇妙，神成为她的智慧！

遇到困难时，人往往赶快用自己的力量，用自己的聪明来应付，来解决，所以我们常常活得很紧张、很有重担。如果我们愿意安息在祂面前，无依无靠地来倚靠祂，我们就不需要那么紧张紧张的多，急着想多回答一些考题，好象一定要回答的多，答对的机率才会高。这位姊妹只有写十五题，其中答对的就足以过关，这都在于我们愿不愿意安息下来倚靠祂。

住在基督里·要祂胜祝福

主借着智慧言语的恩赐给罗炳森师母一段信息，要她告诉这些器皿：「住在基督里是一件非常重要的事，你们不要专注于神的祝福，尤其是圣灵的恩赐和运行，以至于忽略了赐下这些恩赐的那一位。不要以为神的能力比在生活中保持主的同在更重要。」我们要把这句话深藏在心里，要专注神自己。

主告诉他们如何操练过内在的生活。当耶稣吸引器皿来爱祂的时候，神盼望他们时刻地注视祂。如果他们殷勤追求，这种每时每刻的注视就成为他们生活的方式。在起初的经历里面，她们多半

的时间用来祷告、赞美、等候神，并与圣灵相交，在工作的时候也常常注视里面的耶稣。

我们当中可能有些人一直还没有进入起初的经历。刚开始的时候真的需要过分的、花好多的时间来亲近祂，寻求祂，而且在工作中要常常操练来注视里面的耶稣。如果我们在这一方面留意，殷勤的寻求祂，神就会更多地向我们显现，神也开始主动地使我们的心思每时每刻专注在祂的身上。使我们在里面可以寻见祂，这就是内在及更深生命的起点。

等候乃起点·目标神同在

要进入内在生活的起点，是需要付代价、花功夫的，不能轻轻松松的只是去聚会，去沾别人的光，在聚会里面神的同在特别丰富，我们也可以感觉到一些圣灵的浇灌。但如果不常常操练寻求等候祂，亲近祂，没有真实在生活中等候主的人，是永远无法进入内在生活的，也永远不会明白什么叫内在生活。要过内在生活，必须要等候神，必须要亲近祂。不要觉得有一点圣灵的浇灌、膏抹、喜乐，就觉得够了。刚开始要花时间

常常跟主说话，赞美和亲近祂，保持祂的同在。当你开始这样做，你就进入了迦南美地，何等丰盛！

弟兄姐妹！亲近神不是我们的目标，亲近神是带我们到一个地步，使我们终日保持住在祂的同在里面，这才是我们的目标。但是亲近神是一个不可少的重要方法，很多时候我们需要刻意的与人分别出来，有单独安静的时间。有人说一个不喜欢单独的人，绝对不能在文学上或科学上有所成功。属灵的事也是如此，一个不常常花时间单独亲近神的人，也绝对不可能在属灵上有多大的长进。

没有等候神，就不会有深刻的基督徒生活，只会有一点点喜乐，或者读经有一点点开启，或者最近祷告蒙垂听。这是祝福，但不会有深刻的基督徒生活，你如果还没有这样的生活，好不好从今天开始在主的面前下决心：「主，我定意要寻求你，我要来亲近你，请你带我进入迦南美地，进入那丰盛之地，进入内在生活。」这样做，相信你会开始胜过工作的压力、生活的压力、疾病和仇敌的攻击，你会毫不畏惧地，一个战役接着

一个战役的打下去，并且越来越知道如何争战。
借着我们亲近祂，祂就成为我们一切的一切。

附录一 见证选集

在可安歇的水边 ⊙翔云

我曾以为内在生活的信息只适合于姊妹，等候神更是属灵超人所做的事。我是一个讲究实际的人，只对抓紧时间，追求效率感兴趣。如果坐着什么都不做，岂不是浪费时间吗？但有一天，我发现，效率解决不了问题，忙碌驱逐不了沮丧，我这样一个善于做事的人竟会落入无奈无助的困境。而正在此时，我竟在不自觉中开始等候神。

在心灰意冷的时刻

2003年7月，我们全家来到慕主先锋教会。经历种种冲突，尝过缕缕伤害，我已感到心力交瘁，心灰意冷。这天，我们来到主日的大堂，找了后排不显眼的一个位子坐下。当时正是会前等候神的时间，我的耳边萦绕着柔美恬静的琴声，一节经文突然从心中涌现：「祂使我躺卧在青草地上，领我到可安歇的水边。」(诗 23:2)我心渴望寻找的，不正是一个可安歇之地吗？

同一个周四的晚上，我们参加了教会中的一个内在生活小家，不久之后就和小家弟兄姊妹们一起听「等候神」的录音带。我看到，眼前是一群活生生的平常人，而他们的见证分享又是那样真实可信。我不禁问自己，难道等候神是我走出困境的希望？难道我也可以在等候神中经历祂吗？

我开始每天灵修前花几分钟等候神。我很惊讶，当我愿意安静下来等候神，我竟能在短短的时间内就经历神的光照！最初，神只是光照我一些比较表面的问题，不久，我被光照的事渐渐增多。那年九月，我在公司与同事发生冲突，神借着我等候祂的时刻，让我看到自己隐而未现的骄傲。

在鹬蚌相争的战场

我在一所高科技公司工作，大部分的同事都拥有丰富的专业经验或者很高的学历，在我们的性格中有一种共同的特质：心高气傲、争竞心强，而且谁也不服谁。有一次，我负责设计一个高转速马达，另一个软件工程师写控制马达的电脑程序，可不知怎么，他的程序一直无法使我们的马达正常敢动，于是他责怪我们的马达有问题，。

简直岂有此理！明明是他编的程序无法工作，怎么倒打一耙？我的马达可是通过一群博士们鉴定了的，怎么会有问题呢？

于是，我花了不少时间证明一切都是他的错，他也同样与我针锋相对地奉陪到底。我们在开会时、在电子邮件里互相指责，还将邮件转寄给经理们。因此，我们的关系越来越僵。时间一天天过去，问题还是悬而未决，产品出不来，大家的压力越来越大。在鹬蚌相争的战场上，我们其实都是输家。

一天等候神时，神在我心上说话：「马达的问题其实是你的问题，因为你太骄傲了，你根本就不听你的同事说话！」我仿佛看到自己对同事说话时那个骄傲、不屑的样子，突然感到十分羞愧，立刻向主认罪，神继续说：「你应该为此向他道歉！」道歉？太难了！在我们那个竞争激烈的公司里，即使人有了错，都急着推卸责任，哪有主动认错道歉之理？认错不就等于让自己任人宰割？道歉无异于让人趁机攻击！但是，神在我里面的感动非常强烈，我决定凭着信心跨出去：向那位同事道歉！虽然他把我扁了一顿，但也接受

了我的道歉。而且，我所担心的事没有发生，他并没有到处宣扬此事，我也没有成为任何人射击的靶心。

在我道歉之后三个星期，这个技术上的问题竟然奇迹式地解决了！当我愿意谦卑下来听同事讲话，我就发现自己的马达的确有些问题，那位同事也找出了改进程序的办法。我看到，骄傲把我带入困境，谦卑却给我开出一条蒙恩之路；不但问题解决了，我和其他同事们的关系也开始融洽了。看来，若没有神的允许，没有什么事会发生在我的身上，而临到我的事都是与我有益的。

经过这场「马达事件」，我看到，等候神是我行过崎岖之路的关键，因为在安静中，我才能听到神的声音，也只有等候中，我才有力量去顺服祂的旨意。从那以后，我更加认真地操练等候神，也继续接受着神的光照。年复一年，日复一日，我发现，我渐渐地走下骄傲的宝座，谦卑地坐在祂可安歇的水旁。

在束手无策的困境

我还发现，等候神使我变得更有智慧。在产品设计中，我变得更加有创意。当我遇见无法解决的难题时，神会在寂静处向我开启。有一次，我设计的产品有些震动的问题。传统的办法是控制误差。而这个产品的精密度太高，要控制到无震动的最佳点需要达到极小的误差范围，这根本就是技术上做不到的事，也是一个无解的难题！

过去我若遇到这样的问题，就会失眠，在床上翻来覆去苦想冥思解决问题的方法。而此时我已经操练等候神有一段日子了，里面越来越有平安。我开始能活出「不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。」(马太福音 6:34)我相信祂会帮助我解决的，因为祂凡事都能！这次，我虽遇到无解的难题，但是，我每天仍按时等候神，并且能够安然入睡。一切在祂手中怎会不平安稳妥呢？

有一天等候神时，祂在我的心中划过一道亮光：「不能控制误差，就在结构上贴吸震片(damper)，除去震动」。但是，这并不是我们解决这类问题的一贯做法，许多其他的工程师也不认为能行得通。但我相信，如果神给我这个开

启，那么，这个方法就一定有效。可是，我到哪里去找合适的吸震片呢？

后来我向一位实验室的技术员提出我的构想，没想到他听了就说：「几年前我们曾定做过类似的吸震片，准备用在别的东西上。现在还有剩下的，你看看有没有用？」没想到事情竟这么巧妙。当我把那个吸震片放到产品上，它的大小不仅刚刚合适，而且解决了震动问题。老板和同事都乐坏了，神真是智慧的泉源，而等候神让我得着从祂而来的智慧！

从此，我就越来越爱等候神。并不是因为我想寻求某种感觉，而是我要在神的怀里获得平安稳妥的倚靠，即使面对压力也不会惧怕。等候神也是我身心灵休息的时间，祂让我那颗忙碌的心在等候中找到一个可安歇之地。即使狂风巨浪袭来，我的里面仍是一片宁静；等候神也是我身体充电的时刻，祂让我疲惫的身心在那一刻重新得力。如今，我已经习惯每天在早中晚固定等候神，在危难之时，我也可以很自然地时刻回到里面去寻求神。

在惊涛骇浪的雨夜

去年，我们遇到一件令人伤心的巨大变故。有一天，邻居的一位妈妈带着她幼小的儿子来我们家玩，当她在厨房和我太太闲聊时，她儿子忽然意外溺水，送往医院急救之后不久就过世了。

孩子去世的消息如晴天霹雳，邻居一家即刻陷入极大的痛苦之中。一个可爱的小男孩从此在我们的小街上消失，我实在不能接受这个事实。当我和太太到他们家探望时，那个家密布着哀伤的阴云。那位妈妈避而不见，那位父亲更是悲痛欲绝。虽然大家都明白，这是个不幸的意外。但神让我知道，我们必须谦卑地求和睦。我将一个信封放在桌上，里面装着一张数目可观的支票，我还未开口，泪就刷刷地流下：「请接受我们的歉意！」孩子的父亲看看我，面无表情。

孩子丧礼的那天，教会小家弟兄姊妹们陪着我们进入大厅，我们心中都充满了伤痛。丧礼还未开始，我们就安静地等候神。忽然，神在我心里放下一个清楚的感动：「现在就去请求饶恕！」虽然眼前的人们对我们仍旧带着敌意，但我还是鼓

起勇气顺服神的感动。我对太太说：「你跟着我，什么都别说，我做什么，你就跟着我做什么。」太太顺服地点点头。我们走到那对父母面前一起跪下：「你们可不可以饶恕我们呢？」那位父亲将我们扶起来，流着泪，轻轻地点点头。

但是，事情并没有在此结束，保险公司的一位律师怂恿我们打官司，他把各种可能发生的可怕状况告诉我们，我们开始紧张害怕。于是我走入内室，安静地在主的面前等候：「主啊，我们该怎么办呢？」宁静中，一节经文浮现在我心中：「...这次你们不要争战，要摆阵站着，看耶和華為你们施行拯救，不要恐惧，也不要惶惶...」(代下 20:17)我们的心在神的话语中感受到平安。

不久，那位律师又以半恐吓、半怂恿的方式想迫使我们改变心意，他挑拨地说：「对方要告你们！」事后，我们得知，这并不是事实。我一边听律师说话，心里一边等候神。那一刻，神在我的心中放下一个平安的意念：「仇敌就是要借着这个律师吓唬你，夺去你们的平安。不要怕他，我与你同在！」于是，我回答律师：「我们要和

解，不打官司！」我的心是那么平静，似乎狂风吹不动，暴雨搅不乱，因为我知道祂与我同在。

接下来的日子就如神所应许的那样，一切令人担心的事都没有发生，对方也同意和解。一天，窗外传来几个孩子的嘻笑声，我的心开始隐隐作痛，真希望这只是一场恶梦，真盼望那个孩子也在这一群玩耍的孩子当中。不知道那位父亲今天可好？我感到神在我的心中催促：「何不打个电话给他呢？」于是，我顺服了这个感动。

如今，我们的心虽然仍在伤痛，但那怜悯慈爱的神仍在我四周。主啊，你让我感受到那位父亲的失落，让我体会到你的怜悯！你改变了我的生命，让我在这狂风暴雨般的事件中有一个对的反应。我怎能不每天来等候你呢？

是的，我怎能靠自己四处忙碌呢？我怎能不到这片可安歇的水边来寻求你呢？你是我心灰意冷时的盼望，你化干戈为玉帛，带我走出鹬蚌相争的战场；你是我智慧的泉源，为我解答一个个无解的难题；你更是我避难的山寨，为我遮风避

雨。主啊，我将永远等候你，在这活水泉边，在这片青草绿地。

原来，祂是 ⊙何悦

曾以为，我很认识神；但后来发现，虽然信主多年，祂仍是那么遥远。头脑里似乎认识祂；但实际经历中竟那么陌生。直到一九九五年，听到了「等候神」的信息后，我才开始体会神原来是那么真实，祂在等候神的时刻中渐渐走近我的心。原来，祂是...

祂是一位慈爱的父亲

一开始等候神时，我并非很投入，因为定时定点地坐着一动不动对我来说很不容易。那时，我的情绪起伏很大，常常自暴自弃，做什么事都很容易放弃。因此，我操练等候神也是随着自己的心情，常常三天打鱼，两天晒网的。但神格外体谅我的软弱，在这件事上特别恩待我。在等候神时，我常常很快就能感受到神的同在。但即便如此，不知为何缘故，我就是不喜欢等候神。

从我五岁起，母亲就开始重病，时常送医急救或手术。父亲父兼母职，要忙于工作与医院当中，又要照顾子女，担子十分沉重。因此，很自然地会将一些家务和照顾弟妹的事交给我这个长女。从有记忆以来，一直深感到重担和父亲很高的期望。

但神彼怜悯我，很多次在等候神的时刻，把我带到幼年或是母亲的病床前，让我明白祂深知我的伤痛和遗憾，祂要医治我心灵的创伤，用祂的爱来弥补我失去母爱的惆怅。祂还在我心的深处对我说：「孩子，我不会像你地上的父亲那样对待你，我不会把工作丢给你后，就让你独自承受压力。凡我交付于你的事，我一定会和你一同完成。」

我才逐渐明白，我很有神的同在却不喜欢等候神的原因，是因我潜意识中觉得神会像我父亲一样，将一大堆事情和期许加在我身上，所以我自然想要逃避祂，但神耐心地引导开启，帮助我慢慢地知道自己问题的根源，开始能信赖祂；于是等候神反而成为医治我孤独、害怕与悲伤最好的

时刻。我开始很享受这段被祂宝爱、疼惜、医治的时光。而且更进一步发现：

祂是一位温柔的良人

在服事忙碌时，等候神是我重新得力的好机会。此时，我不需要做任何事，只要倚靠在祂的肩上，向祂倾诉：「主啊，我好累，有好多事要处理。但请你先来抱抱我！我好需要你！谢谢你没有向我要什么，谢谢你对我好这么好！」渐渐地，我紧绷的心情和疲惫的身体，在祂温暖的同在中，得着安慰与松弛，祂平稳又宽广的爱挪去我一切的重担。

另一方面，在深夜里、在人群中、在独处时，我也开始学会对神说：「主啊，我不是来向你要求什么。我不是来代祷、寻求解答、或求恩赐；我只想单单来陪陪你、来爱爱你！」我能感受到，祂的心因我的爱而触动。这段时光或长或短，但常常在这无声无语的当中，一种很清纯、甜蜜的情感回荡在我心中，甚至充满我的四围，一种强烈的渴慕也生发出来，叫我久久不能忘怀。

同时，我又发现：

祂是一位良师益友

操练等候神一段日子以后，我慢慢习惯遇事都来询问祂：「主啊，这件事我该怎么办呢？那件事我该如何回答？」然后，我就安静下来，并留意心中每一个感动，神常让我在安静、静默中心里面慢慢对整件事情有概念起来，知道该如何切入、处理。我的里面就好象有一位充满智慧的导师。

即使有些突然的情形，我没有足够的时间与机会来等候仰望祂。但长时间操练等候神的果子之一，就是当时能够马上回到灵里来连于祂、仰望祂，虽然外面正在倾听或了解对方的状况。而神是非常信实的，当我们处于这手忙心不忙的状态，祂常常在片刻当中，就赐下一个智慧的开启或平安的感动来帮助我们。

进一步我还发现，开始等候神时，是我在寻找祂；但渐渐地，祂会更主动地介入我的生活中，而且越管越细腻，成为一位隐形的良师益友，引

导我走在义路上。在我想发脾气时，祂会即时止息我的怒气；当我想莽撞地发表个人见解时，祂及时制止我。今年夏天，我参加了亚洲短宣，有机会和父亲相处一段较长的时间。他因年纪较长，记忆不很好，容易反复地问同一个问题。有一天，他重复问我是否回家吃饭，而我因服事的忙碌，就有点不耐烦。当我正想说几句急躁的话时，圣灵突然对我说：「要有耐心，再回答一次。」于是，我将嘴边的话吞了回去。我想，长期操练等候神使我变得能听到神细微禁止的声音；否则这次，我真的会伤到父亲的心。

另一次在讨论完敬拜事宜后，冷不防地神突然温柔地对我说：「对同工说话柔和，就是爱我。」我马上泪流满眶，祂真的好细腻，即使我嘴里一句话也没说，但祂知道我在讨论过程中，心里有一点不耐烦。话虽然没说出来，但神都知道，而且渴望我更加完全，所以细细地在凡事上指教我。

长时间操练等候神，真实地改变了我的生命，活化了我和神的关系，也使我的信心、渴慕都增长了。等候神实在是条蒙福又奇妙的道路。

我心默默无声 ㊟纪悯

我曾是一个习惯于忙碌的人，里面心绪如麻，常常越想安静，或越需要安静的时候，往往越是没有办法，以致于打坐了六、七年后，我的心仍是嘈杂无序的空荡；我也是一个十分理性的人，许多年理工科的背景，希望一切事物都必须符合我的逻辑分析，但我的心仍不停地在寻找一片超自然的宁静。可是，我找不到。我那忙碌的心啊！何时能停歇在一片风和日丽的草坪？何时能享受那世外桃源的宁静？

回眸一睹裨荣面

一九九八年，我结识了当时的房东赖妈妈和锡安堂内在生活小家的一群基督徒，他们向我传福音，并劝我信主后操练等候神。那时，我不仅对福音不感兴趣，觉得宗教都是劝人为善，信什么都一样，而且，对等候神更不抱希望，我不是学打坐很久也没得到什么吗？

有一次，这群热心人带我去太浩湖郊游，在车上，他们轮番对我进行「轰炸」：他们个个用自

已的见证劝服我信耶稣！唉，可怜的我在车中如坐针毡，却无处可逃，只好对这位素不相识的神发出祷告：「我是个说话算数的人。神啊，如果你是唯一真神，就向我显现，我就拜你！」

回来后，我又参加这个小家一次。聚会前，大家都在等候神，我也静静地坐在沙发上。突然想到自己对神发出的祷告，刹时之间，我整个人彷彿进入一个完全不同的境界，好象整个人都消失了，只有思绪停在一片宁静当中，那是一种难以言喻的平安。后来，在短短的日子中，神又以不同的方式向我显现，似乎在回答我的祷告。于是，我持守承诺，很快受洗信主了。可是，当他们劝我操练等候神时，我却顾左右而言他。我想，打坐那么久都一无所获，等候神能等出什么结果吗？我根本就是一个坐不住的人。但不久，一件令我十分诧异的事改变了我的初衷。

那时，我考了两次驾照都失败，若第三次还考不过，我就得重新付申请费。当时，我是一个收入微薄的访问学者，所以不能让这种额外破费的事发生。我突然想起一些弟兄姊妹对我说的话：「神会帮助等候她的人。」不如这次，我就试一

试等候神吧！于是，我坐下来，可能因为太怕破费了，一下子就安静了四十分钟，这是我第一次等候神的经历，而且。什么特别的感觉都没有。

第二天，我到了汽车管理局，心里巴望着：不要再碰到上次那个严厉的考官。当相同的考官再次出现时，我不禁暗暗叫苦：「这下完了，怎么会又碰到她！」可是，那位考官看到我，好象认出了我，并一反她上次的态度，很友好地问：「我以前好象考过你，对吧？我若再考你恐怕有失公平，给你换个考官吧！」事后，我听说，这种事很少发生在汽车管理局。那天，我如愿地考到了驾照！

我尝到了等候神的甜头，就决定照着录音带上的教导开始操练。开始时，我只能坐十五分钟，不仅没什么感觉，而且思绪乱飞。一些陈芝麻烂谷子的事总在等候的那一刻跑进脑子里。有一次等候神时，突然，一个意念闯入脑海：「该去先把碗洗了，否则等一会儿房东回来就不好了！」我正犹豫时，又有一些想法让我分心，而且有时那想法还蛮属灵的，例如：「你今天得罪了一位姊妹，现在，该打电话向她道歉比较好」正在左右

为难之际，一个更坚定的声音从我心的深处发出：「放下一切来跟随我！」

后来，我渐渐明白，所谓「放下一切」并不是要我马上辞去工作来全时间服事，而是要我常常放下一切杂乱的意念来等候祂，来爱慕祂！我发现，当嘈杂的意念出现时，我就对主说：「主，我要放下这些杂念，现在就来跟随你。」于是，我的心中就开始出现平安，我也越来越能享受等候神的时光。于是，我开始每天固定等候神，从十五分钟开始，渐渐增加到平时每天等候一小时，后来，我就抓住每一点空闲的时间，闭上眼睛来等候神。周六，我常常等上两、三个小时。因为我发现，这种长时间的等候神不仅使我心中的渴慕得以满足，而且还能带我进入更深神的同在中，而越多地等候神，我的里面就生发出越多的饥渴。

驱散黑夜见光明

操练等候神一段日子后，我意识到，我这个电视迷竟开始对连续剧无动于衷了，可我并没有为脱离电视的辖制而祷告过啊！神何时在我身上做

了这样的工作呢？我想，大概从我等候祂的那一刻就开始了，并且一直都在进行，祂就是在我等候祂时，做工在我身上，释放我得自由。

我曾拜过许多的偶像，且又打坐了七年。信主时，我并没有做与偶像砍断的工作，以致于信主后，常有一些奇形怪状的东西日以继夜地来骚扰我，我虽学着争战斥责，也奉主的名砍断和偶像的牵连，但还是常做恶梦。有一个深夜，我又被恶梦吓醒后，就问主：「主啊，你在我身边吗？」「是的，我还在。」里面的意念回应着。「那么，你为什么不干掉这些怪物呢？」清晰的意念继续说：「这些东西会攻击你，是因为你里面的污秽在吸引祂们。」于是，神光照我里面的骄傲，我平生第一次在神面前跪下来为我的骄傲悔改。

悔改后不久，在一次等候神时，我好象感到有一个重量临到我的身上，刹那间，一种莫名的能力临到我，我就倒了下去，有东西嚶地一声从身上离开。在另一次的等候神时，我在灵里感到神在靠近我，走到我跟前，在我身体周围画了一个圈。我猜想神那次在我的周围释放了一个超自然

的保护，并赶除我身上的偶像权势。因为从那一次起，恶梦和那些奇怪的东西就开始离开我了。

不仅如此，祂还借着等候神医治我的身心灵。我从小身体就不好，是个出名的药罐子，我的肠胃时常处在不舒适的状态中。在一次等候神中，我看到一个异象：一只棍子飞到我的肚子里，在一团水中搅动起来。我的里面涌出一个意念：苦水变甜水。是的，这不正如摩西手中那根大能的杖吗？神不正是借着异象告诉我，祂要医治我吗？祂不是要将我肠胃中的苦水变为甜水吗？顿时，我感到整颗心被祂的爱所充满，眼中的泪水止不住地夺眶而出。那次，我的肠胃很快地好起来，以后身体也逐渐好起来。

在许多等候神的时光中，我常会想起一些早已忘却的童年往事，而那些事隐藏着我心深处的伤痛。一开始，我不想提起也不想再次面对，后来我才明白，祂要医治我。我开始会在等候时，流泪、悔改、看到自己的亏欠。我学习和神谈事情，把我的愁烦、担心告诉祂，问祂怎么办？求祂帮助我。我也开始和神说爱的言语，虽然我以前很少言爱，不善表达情感。我常常这样地在等候时

经历心灵的医治，渐渐地，我压抑的性格变得开朗起来。

进入安息不费力

借着等候神，我还渐渐学会在忙碌的服事中享受安息。我是一个做事很努力的人，即使做属灵的服事也是用尽自己的力气。一天晚上，我拖着疲惫的身子，正要拿出一堆代祷事项开始祷告时，突然一个意念从心上滑过：「孩子，你好不好把这些放下，让我先来爱爱你。」于是，我顺服了，把代祷信放在一边，坐下来等候祂。我很快感到神强烈的爱包裹着我，那样地浓厚。我听见祂说：「孩子，我祝福你、爱你，并不是因为你为我做了什么。其实，我也不需要你为我做什么。我只盼望你跟我在一起，站在我的旁边。当我有需要的时候，你就去做，然后，继续站在我的旁边，单单地来爱我。」我才发现，神在意的其实是我，祂等着来爱我。对祂来说，让祂来爱我比我为祂做事情更重要。于是，我的服事不再只是做一些事情，而是因为爱祂而做。

随着时间的推移，我的服事越来越多。现在，我牧养一个内在生活小家，负责一个事工，并担任许多教导的工作…。刚开始服事的头几年，我特别容易担心，总是牵挂着我的服事，并想把事情赶快做完。虽然我知道这样不好，但却控制不了自己担心的情绪。在一次等候神时，神开启我担心焦虑的原因：一个死亡的灵在我年幼时进入了我的生命。小时候，我常流鼻血，父母总是怀疑我患有血癌，带我去看中医师，不料这医生在止血时，竟把我鼻中的小动脉给捅破了，为此我住院近一个月。过多的失血不仅使我病弱的身体雪上加霜，而且更使我认定自己活不长，那个死亡的权势使我常常急着做事，拚命与时间赛跑。如今神开启了我，我能起来为此争战，斥责那个死亡的权势离开我。

不知过了多少个祷告的日夜，我看到自己焦虑急躁的个性渐渐消失，如今，即使在忙碌中，我也能找到一份安息：等候中，神向我开启服事的重点和方向，让我常常能事半功倍。有一次开布道会，我需要事先联络许多人，要打近三十个联络电话。有天晚上，我想急着去做这件事，但神却在我的里面说：「你先来等候我，我很快就为你

成就。」于是，我把打电话的事抛在一边，先来等候祂。等候神以后，我突然想到打电话给一个人，然后，这人就去打给其他的人，神就是这样在紧要关头兴起人来帮助我。当我再次查看我的电话清单时，我发现有些电话不需要打了，结果最后，我只花了三十分钟，一切问题就迎刃而解，所有的事情一下子搞定了，神啊。你真是信实和奇妙！

虽然我现在的服事是过去的数倍以上，但我觉得担子反而越来越轻省，因为我比以前花更多的时间等候神。我想，神借着忙碌的服事，让我完全放下自己来倚靠祂，在祂的面前来等候祂，无论事情看上去多么紧急，我都会求问祂：「这件事是你要我做的吗？我该怎么做呢？」然后，我就安静地回到里面来注视祂，我定意，若等不到祂的回答，我就什么也不做，而信实的神从未让我的期望落空。祂都会在祂的时间内做出回答。我发现，当我不用天然人的力量时，其实，我省去了很多时间和精力。难怪祂说：「我的轭是容易的，我的担子是轻省的。」（马太福音 11:30）

今天，我很享受等候神。当我的心默默无声地安静在祂的面前时，我就会尝到祂同在的甘甜，经历到与祂同行的喜乐。我的服事不再是为祂做一些事情，而是在服事中与祂关锁，在忙碌中享受祂怀里的宁静，在等候中向祂轻轻低语：「我愿放下一切来跟随你，我的心默默无声专等候你...。」

祂的路径都滴下脂油 ⊙迦拿

等候神对我来说是一件很不容易的事，这条路使我经历了痛苦和艰辛，也让我领受了神的恩典怜悯。如圣经所描述的：「你以恩典为年岁的冠冕；你的路径都滴下脂油。」(诗篇 65:11)

最早听到「等候神」的信息是在一九九六年初，是我接触内在生活的第二套录音带。那时，我在外州的一个传统教会聚会。被圣灵充满以后，我言行举止上的改变被人视为异类。于是，我遭受到各种攻击和伤害，内心的苦闷却没有属灵同伴可以倾诉，只好常常独自落泪。

恩典，始于寂静时分

有一天，神对我的心说：「孩子，你能早晨起来等候我吗？让我来抱抱你，安慰你，好吗？」于是，我开始把等候神当成每天要做的第一件事。然而，我很爱睡觉，每天都要睡上九个半小时才够。后来，我做了护士，医学知识更让我坚信不疑：睡足九小时是一个健康的生活模式。

刚开始，我睡足了九个小时后才起床等候神。但不久，神在我心中放下一个感动：「能再早一点起来等候我吗？」于是，我试着渐渐提早一两个小时起来。但神并没有因此而停住祂作工的脚步。祂开始在半夜叫醒我，有时是三、四点，有时是凌晨一、两点，祂好象定意要打破我的旧框框，这使我陷入痛苦的挣扎。因为，我不仅要除去自以为健康的生活模式，还得靠意志赶走身上的瞌睡虫。

虽然等候神以后，我会回床睡觉，但我还是习惯依照一个固定的时间表，所以，当神在凌晨叫醒我时，我常常会赖在床上不起来，并告诉自己，神不可能在这种时刻叫醒我。但我发现，当我按照神的时间起来时，第二天，我会精神抖擞，心情舒畅。如果我不顺服地赖床，推迟几小时后再

起来，那么接下来的一天，我会感到疲惫不堪，心绪不宁，一付睡眠不足的样子。后来我发现，神叫醒我的时刻就是祂在天上为我打开一扇窗户之时。如果我顺服，我就跳进一个属灵的定律，不会因少睡了一、两个小时而有困意；如果我不愿意顺服，我就留在自然律中，就会因睡眠被打断而感倦乏。经过几年的等候神，祂使我在恩典中放弃了旧有的规矩，在祂的同在中学习着绝对顺服的功课。

但这个功课我学得好辛苦。当清晨的那一刻来临，我就起来到客厅去等候神。从床边到客厅虽然只有十几步路，我却觉得那样漫长。但我欣喜地看到，这条路上的许多角落虽然留有我失败的痕迹，却也滴满了神恩典的脂油。有时，我从床上爬起来，只对神说了一句：「主啊，我要来等候你...」就在床边呼呼大睡。有时，我迷迷糊糊地爬到卧室门口喃喃地说：「主啊，我要来爱你..」就什么都不知道了。终于有一天，我爬到了客厅，但还没和这位热切等待的神打声招呼，就又回到梦中...。我放弃过，但我里面的渴慕却催促着我聆听「内在生活」的信息，那里面的每

一句话都再度鼓励我，也都在我心中呼唤，在灵里产生共鸣。

我失败，但又靠着祂爬起，并持续地挣扎在一个个寂静的黎明。靠着神的恩典我屡败屡战，天天与自己的肉体争战。终于有一天，我从旧有的习惯中脱离，可以在神唤醒我的那一刻迅速爬起。而现在，我只需睡五、六个小时就可以精神饱满，浑身充满了活力。更让我受益的是，我居然有时间做好全职护士、训练中心、全修生、教会同工和妻子这许多角色。我真实地经历了圣经中的那句话：「但那等候耶和华的必重新得力。他们必如鹰展翅上腾、他们奔跑却不困倦、行走却不疲乏。」以赛亚书 40：31)

改变，持续在静悄悄的黎明

走上等候神的路，我不仅要面对睡眠问题，更要面对我好动的天性。从小我就坐不住，小时候曾走丢了八次。长大后，好动的天性并没有因成年而消逝。我不能忍受安静的环境，四周一定得有电视或收音机的声音，我更喜欢各种社交活动，活泼的天性也颇得人们的欣赏。在世人的眼中，

好动并不是一个弱点。当我操练等候神时，我发现，好动成了我的天敌，从安静的第一分钟起，我就要对那好动的肉体发起攻击。

开始时，我只坐了五分钟就会感到如坐针毡，而且思绪乱飞。但我牢记录音带上的每一个教导，用意志把思绪拉回到神的身上。先对神说一些爱的语言，用我的心表达感恩和赞美。慢慢地，我感觉到自己主观意识和心中的吵杂渐渐被删除，并能进入一个深深的安息之中。那是一种难以描述的甜蜜，好象躺在祂的怀中享受安息，倾听祂的心跳和祂细细低语。刚开始，这种宁静的时刻只有短短的几秒钟。但随着每日的操练，这种心动时分渐渐拉长。后来，我等了一个小时却感到只有十几分钟，好象谈恋爱时那样，时光如箭飞逝。在那个时刻，我的心灵超越了时空，跳出了时间的刻度。现在，我越来越容易感受到神的同在，越来越能洞察到圣灵轻柔的触摸，以及祂那如火般的热情，也越来越容易听到祂在我心上窃窃低语。终于，等候神成为我的享受，成为我生活中的第一。

如今，我不仅在清晨时等候神一个小时，平时，我只要有空，就会在安静中亲近祂，有时甚至花上两、三个小时。许多时候，我并没有什么奇特的感觉，仅仅只凭信心，相信神在我等候祂的时刻会除去我心中的杂草，作成那超过我所求所想的工作。

操练不久，我就看到祂改变我的火爆脾气。从小，我因受宠而养成了任性的脾气，发起火来从不经大脑，如火山爆发那般难以抑制。来美国后，我对种族歧视问题非常敏感多疑，常因白人不礼貌的行为而在公众场所与他们争执评理，但不知什么时候起，神悄然地改变了我的个性。

虽然在最初的几个月，我等候神都没有什么感觉，但有一天，我第一次发现了神在我身上所做的改变。我有一位金发碧眼的护士长，有一次，她为一件小事对我吹毛求疵，虽然其他同事都这样做，可她偏偏责难我，而且态度十分僵硬，近乎无理。但我的反应却十分平静，毫不与她争辩就开始检查她所指出的错误。我突然意识到，我昔日的怒气怎么没有了？我应该和她争执才对呀？怎么我的心竟如此平静？这时，我感到神在

身旁嘿嘿直笑：「孩子，你有没有发现我在你身上所做的工作呢？」这正是：「我们是泥，你是窑匠；我们都是你手的工作。」(以赛亚书 64:8)我什么都没有做，脾气就不见了。但我知道，能得胜我的老脾气是因为我做了那不可少的一件事：在祂的脚前单单注视神。

时间在等候神中悄然流逝，不知过了多久，我发现自己另一个改变：一向颇有主见、事事论断的我变得柔和顺服，在主的爱中看凡事都好；一向因带敬拜和聚会而焦虑的我，却在面临每一个服事的压力时心静如水，把一切的重担都交托。我渐渐明白，等候神是改变生命的操练，是内在生活的基本功夫，也是我所有敬虔操练的内力。如果没有等候神，那么，我在赞美和争战时就没了力气；如果我仅仅一两天没有等候神，我就失去了弃恶行善的能力。

如今在我的身边，种族歧视并没有消失，事情和压力仍然挥之不去，但我的愤怒和焦虑却不复存在，神已将一个不能震动的国渐渐在我心中建立。是的，神把我唤醒，让我走上等候祂的路，在那个宁静时刻，用祂的同在来喂养我，坚固我

的信心，扩大我爱的度量，更新我的生命。的确，等候神是一条蒙福之路，而这路径上都滴下祂丰厚的脂油，祂的恩典和祝福在路的那头静静等候。

是的，主啊，让我每天都在你的面前默然等候…。

涓涓清泉 ⊙雅各

假如让我简单地描述我等候神的生活，我只能说，等候神是清晨时，当我昏昏沉沉地从床上爬起，坐下来耐心等候时，突然，好象一股清泉从头上浇下，我的思想忽然清晰，我的心欢喜，我的灵快乐，我的肉身也安然居住。

山穷水尽疑无路

我的个性十分内向，平时沉默寡言。在工作中，我遇到不满之事，就将烦恼压在心底；在家中，我的话虽也不多，但大小的争吵还是不断的发生，夫妻的问题长期都得不到解决，而我们的心中却布满了越来越多的地雷。我自认为是一个不错的基督徒，每天读经祷告，但我从来没有期望

从圣经中得到解答，而祷告更成了一个有气无力的习惯动作。

一九九五年，江牧师来圣荷西拓荒时，我虽然有一个稳定的工作、美满的家庭，然而我并不快乐。我的心越来越沉闷，我的灵也越来越疲惫枯干。当时，江牧师开始传讲一系列内在生活的专题，「等候神」是其中之一。那时，教会中的单身团契已开始操练等候神，那好象是一根救命的稻草，等着我去抓。我对自己说：「我也要等候神！」

开始，我足足等了三个钟头，虽然没有感觉到什么，而且思绪乱飞，但是，一股求生的力量使我能够继续下去。我暗下决心，我要每天在清晨起来等候神，我一定要遇见祂，不达目的，决不罢休！

清泉住入心开启

就这样，我每天花三小时等候神。一个星期后，在等候神最后的五分钟，我感觉到一股清泉从头上浇灌下来，杂乱的心思，好象混浊的水突然变

成清晰，赖洋洋的身体也忽然有了动力，下沉的心一下子开朗起来，无从解释的喜乐从心的深处满溢。我的舌头像快手笔一样开始祷告赞美神。我终于与神相遇了。不久，我发现，操练等候神不仅仅只是让我的心欢喜，我的灵快乐，神也借着 I 亲近祂的时刻在我心中悄然动工，洗涤我心中的愚蒙。和许多弟兄一样，我的主观意识很强，对人和对己都十分苛刻。我也不觉得这有什么不对。

有一次在聚会的前一天，我和太太发生了争执。隔天，她要在聚会中带敬拜。我心中不平，心想：「她现在这种情况怎能带下神的同在呢？」但是，我真的很惊讶，那天敬拜时，我感受到神丰富的同在！我很少问神「为什么？」但那一次我心里问神：「主啊！这是怎么回事？」第二天清晨等候神时，心里有话说：「我看她不像你看她，她在她的软弱中已经尽了全力！你虽然没有她那方面的弱点，但这并不等于你比她好。」我的眼睛一亮，好象窥见神的怜悯和公义。我突然发现，我的自义常使我落入争吵中，我的蒙蔽更让我觉得自己都是对的。而且我还用放大镜看她

的弱点，处处对她苛刻挑剔，还自以为眼亮心明。这也许就是我们夫妻间的问题！

一天天等候神的日子匆匆滑过，祂的工作一直继续着。我发现，我看她的眼光渐渐开始柔和，但是，我们还是常为一件事争吵。我认为，这次我一定是对的，因为一切都是为她好。太太曾在怀孕时血糖很高，需要注射胰岛素。生完孩子后，她的血糖指数并没有降下来。每次当我看到她吃甜食或米饭时，就很着急，不时的明处暗处对她表示不满。我好心为她，但她并不领情。

有一天，我又为此事心中愤愤不平，觉得再也走不下去了。我去等候神，把自己的烦恼和担忧向神倾诉。我听到心中的意念说：「你爱她不像我爱你，我是照着你的本相来接纳你，而你呢？」

听到这句语，我感到十分惭愧，泪水从心的深处不断地涌出：「主啊，对不起！我就是这么没有怜悯之心，没有照着她的本相来接纳她。」那天，我有一个开启，我以为，我常常提醒她是因为爱她。其实我是在爱自己，因为我怕将来她会成为

我的拖累。我想，一个没有爱的指控，怎么会得到感恩的回应呢？

从那天以后，我定意悔改，不仅不因饮食的问题啰嗦她，而且，我把所有想说教的话全都化为祝福的祷告。我也对神说：「主啊，我愿意爱我的太太像你爱我一样，即使她有一天真的眼瞎腿缺，我也愿意照顾她一辈子，无怨无悔。」

每天，送女儿上学的路上，我就为太太祷告，女儿跟着我的祷告声点头连说阿们。我看到，信实的神垂听了我的祷告，祂不仅改变着我的太太，也让我的心意一天天更新而变化。我们的家中争吵的次数也渐渐少了。

祂的心意我的梦

我太太曾有一个梦想，想搬进一个较明亮宽敞的大房子，而圣荷西一带的房子太贵。我想，若我能去洛杉矶的某一家公司任职，那么，我不就可以买幢大一点的房子吗？没想到，就这样一个念头，我竟接到了那家公司的电话，他们要给我一个面试的机会！奇怪，他们怎么知道我呢？

我去洛杉矶的面谈进行得十分顺利，不久，我就收到他们的录取通知，薪水福利都使我十分满意，但做决定时，我开始迟疑，我不知道接受这个工作是不是神的旨意。于是，我开始为此迫切祷告。

在一个祷告会中，我们分享一本书《荣耀的光辉》。那天，我读到这样一句话：「因主打算要使锡安城的许多孩子们，在不久以后大大的领受圣灵，你们也必须在其内，如果你们到别处去，将会失去这个机会。」这些话就如对号入座般，字字句句都像是针对我说的。也许，神不要我离开这个地方？但这工作来得如此突然，又进行得如此顺利，要我放弃，还真的有点不甘心。我决定继续寻求神的旨意。

每一天，我还是在清晨等候神，也时常为此事祷告。虽然我没有得到神赐下的话语，但是，每当我想接受那份丰厚的工作时，心中就极为不安。一天天寻求的日子匆匆而过，那书中的话语更是常在耳边回萦。我发现，神的旨意一直都很清楚。我只是在挣扎要不要顺服而已。于是，我毫不犹豫地回绝了那家公司。

许多年过去了，我非常感谢神的带领，使我们能够留在这里经历各样神迹。如果那时，我没有操练等候神，也许我就无法明白神的旨意，也没有能力脱离物质的诱惑。好险！我差一点错过了神的祝福。

如今，我仍然喜好沉默，但心中不再积压着郁闷。清晨等候神时，仍然渴望那股清泉流入心田。我在曙光中为太太祷告，在寂静里寻求神的心意。我开始从心里更爱太太和孩子，毫不费力。清晨，我等候在清泉之下，我心默默无声，专等候祂…。

宁静中的旋律 ⊙小豆

站在敬拜的台前，我怎能不在父神的面前感恩赞美呢？我曾是一个平凡的乡村女孩，一个偶然的机会有，我跟着一个略懂钢琴的人学起了钢琴，又在完全不懂乐理的情况下糊里糊涂地去台北报考音乐学院，居然也让我考上了。若不是神的恩典，这样的美事怎会临到我呢？我怎么都不明白，像我这样一个胸无大志、得过且过的人，有一天会拿到钢琴表演硕士学位，像我这样一个只

会在家中哼哼唱唱的业余歌手，有一天会站在上千会众的台前成为一位带领敬拜的美歌者；我更没有想到，我会在台上既不紧张，而且还把那里当成了我与主相会的隐密地方。

主啊，谢谢你如此的恩待我！你给我一颗单纯之心，使我容易听到你心跳的声音，容易感触到你而来动人的旋律；感谢你给我一个能歌唱的歌喉，并将音乐注入我的细胞和血液；我更感谢你向我发出的呼召：台前唱出你美善心意，台下日日等候你！

信主多年，我从未听过，基督徒每天应该有等候神的操练，直到二〇〇二年，我们从德州搬来加州，神带领我们来到慕主先锋教会。一天，教会中的一位姊妹来家探访，她说，她因着操练等候神，在生命中经历了许多奇妙的改变，她的故事让我十分好奇和羡慕。在内在生活小家里，我又看到很多人的生命在短期内被建造起来，因为他们每天都操练等候神。于是，我对自已说：「我要像他们一样，也要试一试。」

异象，来自幽静之中的安息

每天晚上睡觉前，我开始花十到十五分钟操练等候神，并且按照录音带中的教导向神祷告：「耶稣，我想靠近你，我来等候你，你要来服事我哟！」但在很长的一段日子里，我什么都没有感受到，我凭着信心，一直对自己说：「主耶稣一定会在我安静的时候，在我的身上做超乎我所求所想的工作，总有一天。祂的恩典会临到我，我一定会在寂静的隐密处见到祂的面...。」

不知不觉，半年的时间在平淡的等候中悄然滑过。那年夏天，我跟随教会的短宣队去了洛杉矶，回到湾区后，我发现我的一个小皮包不见了。我为人一向健忘，做事糊里糊涂，甚至不敢确定自己是否将皮包随身带去了洛杉矶，更别说记得放在哪里。我听说，有人在等候神时会想起遗失的东西丢在何处。这次，我也想亲身经历这个神迹。

等候神时，我祷告说：「主啊，你能让别人找到东西，那么，你也帮我找一找皮包好吗？」宁静的乐曲在耳边回荡，我的眼前忽然模糊地飘动着一个图像：我看见旅店房内的一个五斗柜，最上层的抽屉中正躺着一个皮包。这不是我在洛杉

矾住过的房间吗？这不就是我遗失的小皮包吗？神让我第一次看到异象，我高兴地跳了起来，抓起电话打给先生，让他马上去和那个旅店的经理接洽。

过一会儿，先生回电话，狠狠地把我骂了一顿，说我糊涂到了家：「旅店的经理说，同样的房间已经租给别人两天了，没有听到有什么皮包被送回来？你别胡思乱想了。」

「可是，神用异象告诉我了，祂怎么会错呢？求你再请他们到那间房最上层的抽屉中去查一查。」先生被我缠得发烦，只好再去试一试。这一次，经理在我所说的抽屉中，真的就找到了我的小皮包！好奇妙啊！神真的会为我找东西！操练等候神真好！从此，我更加尽心地操练等候神，不愿意失去任何一个神对我说话的机会。

歌曲，来自于无声处的宁静

从那以后，我不仅每天赴约，定时定点，而且还增加了等候神的时间。每天清早起来，我所做的第一件事就是等候神，晚上睡前，我所做的最后

一件事还是等候神。白天，我只要有时间，就坐下来等候祂。年复一年，日复一日的操练扩大了我对神的渴慕之心，渐渐地，我开始能明白什么是圣灵的感动：那是一个在寂静中闪出来的清晰意念，有时又好象是在眼前跳动的音符，在心上滑动的旋律。

二〇〇二年九一一事件之后，人们普遍的对美国经济失去信心，也没有人会在那时置产，祂的声音却催促我在Fremont买下一栋五十万且有两千尺的房子，还说：「再不买就来不及了，因为房价会上涨。」果真，几年后不但房价飞涨，我和先生也都出来全时间服事神，以现在的价钱，我们根本就买不起。我很感谢神，祂让我这个毫无经济头脑、没有市场概念的人做出了一个智慧的决定。

祂的声音更是帮助了我在琴与炉的服事和歌曲的创作。来到慕主先锋教会不久，我就加入了敬拜团队，因为我们常常要在敬拜中祷唱经文，于是，我就开始花时间背诵诗篇中的许多经文，让一节节经文深深地刻在我的心上。在那段日子里，有一句经节常常在我心中萦绕，并成为我生

活中的座右铭：「你们得救在乎归回安息；你们得力在乎平静安稳。」(以赛亚书 30:15)

因着每日操练等候神，我发现，每当我站在台上敬拜时，都会进入等候神的状态。即使台下人山人海，我的心中却是一片宁静。我彷彿独自一人站在神的面前，倾听祂细微的声音。我的心中常常会跳出圣经的词句，好象有一只大手将我里面储存的经文一字一句地牵出来，而且，我的耳边会飘出一段段的旋律。当我顺着感动唱出来时，不仅在我里面产生共鸣，神也开始在人的心中工作。有一位姊妹对我说：「你的歌声会引出我的眼泪，我觉得，从你口中唱出的歌，蕴藏着你天然人无法拥有的能力。」我知道她所说的，正是神在我安静等候祂时所释放出的大能。

我还发现，等候神也是我音乐创作的泉源。我虽然毕业于音乐系，但在我的天性中并没有音乐创作的能力。操练等候神以后，我却开始创作歌曲。在二〇〇四年特会前，我的心中飘出一首歌曲「耶稣，我唯一的热情」。在一次敬拜中，别人在台上唱了这首歌，我在下面听，我的心在问：「这是谁写的歌啊？好象是出自我的手，但

又似乎不像我的作品。我哪来这本事呢？」我哭了起来：「主啊，你实在做了一件极美的事，你借着等候神将我塑造成一个能祝福别人的器皿，我感谢你！」

二〇〇五年冬令特会前夕，我想为神写一首歌曲。我就向神祷告：「主啊，求你今天一定要给我一首歌。」我一边祷告，一边等候神，三个小时在不知不觉中悄悄逝去。突然，我的里面飘出一曲宁静的旋律：「我心默默无声，专等候你...」于是，我马上坐到钢琴旁边，开始弹起心中泛起的每一个音符。开始时，我还摸不出曲中的和弦，我的里面只是跳动着一些简单的音符。后来，我觉得，神好象将我的手放在和弦上面，我竟然弹奏出我从未试过的和弦：它是两个和弦叠在一起。当它与主旋律交织在一起时，整个乐曲就产生了空谷回荡的效应。是的，这就是我所要的歌曲！它来自于神，我要再把它献给神。

我没想到的是，这首歌还有医治的恩膏。我曾唱这首歌安慰一位癌症末期的姊妹，听说她回家后，腹中的积水就减少了许多。

这几年来的服事，我更加明白，我离了祂什么都不能做，而每天等候神的操练，使我这脆弱的小枝子能够连在神这株葡萄树上，领受祂取之不尽、用之不竭的浆汁。是的，万有都是本于祂、倚靠祂、归于祂，祂是我服事别人的智慧，是我赞美的歌曲，是我宁静中最优美的旋律。祂更是我唯一的热情！耶稣，我愿日日等候你！

附录二 等候神常见问题解答

哪些情况不适合操练等候神？

1. 精神病患

精神病患者不适合操练等候神。因为他们对自己的思想没有自主权，且常会听到仇敌的声音。一旦开始操练，仇敌会假冒神的声音欺骗他们。他们需要操练的是大量且持续地大声读圣经，用神的话开口祷告及赞美，这样做能够更新并刚强他们的心思意念，直到心思意念充满神的话语，不再接受仇敌的谎言。

2. 严重忧医症、心思洒乱、过度伤心者

当一个人极度地忧虑、混乱、伤心时，也不适合立即操练等候神，应先开口赞美或向神倾心吐意，诉说里面的苦处和需要。当心中布满忧虑烦恼、极度下沉、心思混乱或受重创，非常伤心时，等候神可能会有负面的效果。例如，心里涌出苦

毒的毒水，对某些事情一直无法释怀；或心中的苦毒、混乱造成破口以致听错声音等等。这时应该先大声赞美神，让祂的宝座降临，使心思意念回转归向神，并持续一段时间操练赞美。

3. 练过打坐、气功、瑜伽，或与邪灵、异教有牵连者

这一类人也不适合马上进入等候神。打坐、练气功者，常常已有一个不对的灵在里面，因为打坐或练气功多数是倒空心思，或是专注在某个物品或一个焦点上。第四度空间就是灵界，通常有两种：不是圣灵，就是邪灵。一个没有圣灵内住的人，一旦倒空很容易让邪灵侵入。等候神是有对象的，对象就是这位爱我们的神，我们是在亲近祂、渴慕祂、与祂相交。对于过去与灵界(非圣灵)有相交经历的人来说，仅仅倒空心思，会导致任何灵都有可能进来。过去练过打坐、气功、瑜伽，或与邪灵、异教有牵连的人，需要先向神认罪悔改，奉主的名弃绝与邪灵或偶像的关系，求主先破除气功或邪灵的权势，等到释放以后才适合开始操练等候神。

4. 情感有极大需要，但对真理不涓楚者

要留意等候神是灵里和神相交，而不是肉体上的关系。有些人在情感上有很强的需要，例如夫妻分居两地、刚刚离异、或里面有情欲的灵等等。这样的人往往渴望在肉体上有一个很亲密的关系，这种情况容易被「梦淫妖」所欺骗。梦淫妖是一种邪灵，会让人觉得与神亲近时，好象有人在摸她/他，这都是不对的。因为神是个灵，我们与祂相交是一种灵里的感觉、灵里的关系，而不是肉体上的。但当神的同在很丰富时，有时你会感觉到极重无比，这是神的荣耀，神与我们的亲密关系绝对不是夫妇之间、闺房之间的关系，而是一种灵里面很深的吸引、渴慕和爱。这样的人，需要对真理有清楚的认知。

怎样开始操练等候神？

1. 呼求渴慕

可以先从呼求渴慕开始。等候神就像使徒保罗一样，里面充满了对神的爱慕，爱慕祂的显现(提后4:8)。如果你里面没有爱慕也不渴慕，可以向神

呼求：「主啊，吸引我，加添我对你的渴慕！」
「给我对你的胃口。」「主，叫我这个人向你活过来。」也可以一直对祂讲爱的言语。

2. 定时定点

可以先从十五分钟开始，在固定的地点操练等候神，照着各人的度量，再渐渐加长时间。重点是养成每天定时定点操练等候神的习惯，所以刚开始不要定得太高，避免因做不到而产生的沮丧。

3. 进入的方法

(仅供参考，帮助入门。圣灵是做新事的神，祂会活泼地带领我们)，

⊙ 可先开口和神说话，也可以唱一首诗歌

刚开始操练等候神，不要只是坐在那里，因为思想会很乱，最好能开口跟祂说话。用很小的声音，跟祂谈心，说出你的渴想。「主，我爱你，我渴慕你」「主啊！你充满我。」我们不需要用理性说很多的祷告词，那不是用心灵在和祂相交，神是个灵，你要用你的全心灵和爱

来亲近祂。话语尽量简单，例如：「主，求你向我显现！」不要用头脑想很多的话，而是用心去讲，重复几遍的说。也可以问神：「主，我有没有什么地方拦阻你的？你告诉我，我愿意改，主我要你！」祷告时要带着充足的信心，因为到神面前得奖赏最重要的就是有充足的信心。有时唱一首歌后再呼求也很有帮助。也可以带着爱慕呼唤祂的名字：「耶稣！耶稣！」

④ 再用心里面的声音和神对话

当外面开口说或唱，有了一定的专注后，就可转到里面向神继续呼求，或默诵渴慕的经文，例如：

诗 62：1 我的心默默无声、专等候神，我的救恩是从他而来。

诗 63：1 神阿、你是裁的神、我要切切的寻求你，在干旱疲乏无水之地、我渴想你、我的心切慕你。

诗 63：2 我在圣所中曾如此瞻仰你、为要见你的能力、和你的荣耀。

- ⊙ 安静下来，亲近祂。

到了一个地步，好象不想再说了，有时也许灵里感到神的同在，就安静下来，这时候就是「无声胜有声」，单单注视祂，和祂相交。

- ⊙ 结束时可以作一个祷告，对主说：「主啊！谢谢你让我亲近你，你也亲近我，相信你在我里面做了远超过我所求所想的工作。」

4. 其他建议

- ⊙ 等候神音乐

等候神的操练，可以配合一些等候的音乐，但并非绝对必要。有膏抹的音乐能帮助我们更容易进入，尤其是对刚开始操练的人。

- ⊙ 把握大家一起操练的机会

众人齐心的渴慕神，会带来神更丰富的同在，比自己一个人在家等候来得容易，且更享受。所以尽量把握参加等候神的聚会。

等候神睡着了怎么办？

1. 继续操练，不定罪自己(别人)，永不放弃

每个人都会打盹，神知道我们不是故意的，也知道我们很累，只要一醒来，赶紧开口呼求：「主，你再来吸引我。」再来亲近神、爱神就好了。特别是一个人真的很疲倦时，仍然竭尽所能地来亲近主，就算睡着，神还是会继续做工在他身上的，所以偶尔睡着没关系，不需要自责，也不要定别人的罪。但是也要留意，不要习惯性的睡着。

2. 如何避免睡着？

⊙ 时间

用精神最好的时间等候神，把最好的献给神，例如刚睡饱或清醒的时候，可以帮助我们拥有一段较高品质的等候神时间。

⊙ 姿势

没有特别的规定，找一个姿势，是你比较能持久的来等候神。但有些特别容易睡着的姿势要避免，尽量找一个不容易睡着的姿势，例如，跪着、站着或坐着等。

④ 呼求

告诉神你对祂渴慕，且多多的述说主的荣美、可爱。

3. 等候神睡着，和边睡边等候神有何不同？

等候神外表看似安静，灵里却是在渴慕祂、爱祂、与祂连在一起，是在行动中的。睡觉时心中都在亲近神，是一个积极主动的态度。本来该睡觉的时候，却仍然在亲近神、寻求祂、渴慕祂，这是一个更高层次的与神相交。可是如果在该等候的时候却睡着了，那就另当别论。有人把等候神(和神相交)比喻成和神约会。交往中的男女朋友，在睡觉的时候仍然想念着对方，和每次约会的时候都睡着，是非常不同的两件事。

等候神是在注视什么？

1. 灵里的相交

神是个灵，祂在我们里面，我们是用心灵来注视祂，神向我们吹气，使我们成为有灵的活人，这个灵是用来与神相交的。可是自从亚当吃了分别善恶树的果子以后，我们的灵就死了，看不见神、摸不着神、对神很陌生、也没兴趣。接受耶稣为救主后，我们的灵觉就活过来了，其实神一直在对我们说话，但我们的灵却常常是昏睡的，忽明忽暗，不习惯寻求祂，以至无法察觉。等候神就是承认我的无助、无能，而来寻求祂，里面的灵就开始苏醒过来了。

2. 开始于心思和情感对神的注视

注视神就是把我们的思想、情感转回到里面，开始与神相交。我们天然人习惯用思想来分析我们所听的道和读的书，太少进入灵里面。思想是属于魂的，如果操练我们的魂更多的来思想神，能帮助我们进入灵里面。透过读神的话

语、祷告、等候神、敬拜，神的灵更多地充满我们的灵，我们的灵就一直醒过来，而且长大、茁壮起来。例如：读到耶稣说：「父怎样爱我，我也照样爱你们。」你可以用这一节圣经来思想：「主耶稣你是如何爱我的？阿爸父那么爱你。你也是这样在爱我吗？」就用这一节圣经，开始与神对话，持续的跟神说话，越说灵觉就越活过来，就越容易进入神的同在，有时会感受到里面有一个平安、宁静，有时是感受到喜乐，或者觉得温暖。此时要开始宝贵祂，对祂说：「主啊，谢谢你这么爱我，谢谢你给我这个机会来亲近你，主啊，使我对我不再陌生，你要向我显现，来夺我的心，主啊，你再来充满我，更丰富地充满我。」

3. 等候神就是操练常常回到里面

等候神就是跟神约会，好象雅歌所描述的，王带我进了内室，是一个内里的世界。但我们天然人常被外面吸引，被五官所带动。等候神就是借着回到里面来注视神，把你的思想、情感回到爱你、创造你的这位神身上，再来连于

祂。借着常常操练回到里面，里面的灵就会越来越敏锐，进入丰富的内里生活。

4. 持续地停留在同在中，与祂面对面

我们常常在祷告、敬拜中被圣灵浇灌，或者摸到神的同在，就觉得得着了，不再继续停留在祂的同在中，如此的生命不够深刻。等候主一开始可以借着祷告、敬拜、或者祷读一节经文进入，但是一旦进入神的同在，就安静下来，一直瞻仰祂的荣美，与祂面对面，吃祂、喝祂、吸取祂的生命、祂的爱，也把爱浇奠在祂身上。与神面对面就是感受到祂的同在，且继续停留在祂的同在里，停留时间越久越好。注视祂就是继续地爱祂、宝贵祂。

5. 注视神自己

神彰显祂的同在有很多方式：像光、火、风；有时像美酒一样，使人陶醉；有时是极重无比永远的荣耀，使你一直想俯伏下去；有时是很大的喜乐。但我们不要去注意这些现象，乃要注视神自己。有时等候的经历，可能是一个奇

妙的现象，或是看到一幅图画、一个场景，那也有可能是神的引领，吸引我们来靠近祂。吸引的目的在于连于祂，单单注视祂。但如果这些经历转移了我们的目标，从此一坐下来就等着奇妙的经历发生，或等着看图片，却不是主自己，这是非常可惜的，就好象因吃零食而破坏了对正餐的胃口，要非常留意。当我们很在乎奇妙的经历，而非注意这位爱我们的神时，我们要警觉可能有些偏离了，神是爱，祂渴望与我们有更深的相交。我们被造的目的，就是要成为神爱的对象，享受神，也让神享受。

等候神的时候，心思意念不集中，思绪乱跑，怎么办？

1. 相信应许，持续操练

刚开始时心思意念会不集中是正常的，每一个人都会经历这个阶段，因为属地的人就是不习惯集中注意力在神的身上。一个没有操练亲近神的人，他的魂很强(魂就是指我们的思想、意志、情感)，常常想怎么样就怎么样，没有降服于神。操练等候神能使老我衰微下来，就

是我们的意志、思想、情感..一直衰微下来，降服于神，让圣灵来管制。这种专注力需要持续操练才能得着，对某些人可能容易一些，有些人需要的时间长一点，但只要持续操练，都能克服。刚开始可能会有许多挣扎，每个人都是这样经历过来的，但是会越来越越好。其实若没有神的同在，基本上人是坐不住的。所以只要坐得住，安静得下来，就代表已经摸到神的同在了。

2. 等候主思绪不集中时，该怎么办？

(几点建议:)

一开始等候，先和神对话、祷告或唱爱的诗歌。刚开始可以用一节经文来祷告，帮助你的思想能够集中。例如：「耶和华我的力量阿！我爱你，你是我渴慕的力量，你是我寻求的力量...，你要来向我显现。你可以带着情感、闭上眼睛来向祂唱爱的诗歌，使你的情感、心思转向祂。还有一个办法，就是求主耶稣倒空我的思想，充满我的心思意念。因为我们自己无

法控制自己，但是可以呼求圣灵、呼求耶稣来管理、来帮助。

- ⊙ 等候中如果又想到别的地方去了，可以开口说：「耶稣，我爱你。这段时间是属于你的。我的心思意念都要再归给你。」或者开口说：「耶稣我渴慕你！」思想就可以马上回到耶稣的身上 4 日果思想又跑了，就再开口。
- ⊙ 想到该办的事-等候神的时候，可以预备纸笔在旁边，想到一些该做的事，就简短记下来，再来亲近神。但心思不要一直停留在那件事的上面，要快一点再进到渴慕的里面。
- ⊙ 其他一些情况，例如想到代祷的事项，可以为那人或事代祷。有时圣灵感动我们要为某个人、某件事祷告，祷告完了，再来爱祂、亲近祂。有时想到童年过往的一些事，可以求问主，跟随圣灵，或许神要在那件事上医治我们。也可记下来事后祷告或者寻求辅导的咨询等等，但重点是持续等候、渴慕祂、爱祂。
- ⊙ 平常的操练，习惯成自然

- 常用方言祷告：如果有方言，平常可以多用方言一直祷告。方言祷告不需用力，是神的灵在我们里面做的，会让我们的灵觉越来越敏锐，也会使我们灵里与神越来越亲密。
- 多赞美神 和祂讲话：生活中常常跟神说：「主耶稣，赞美你，我爱你。」不管做什么，都为这事或那事感谢赞美神。多多的把主当作谈话的对象，常常跟她讲话，我们的思想才会聪明起来，才会开始将焦距对准在神身上。

3. 没有一分钟是徒然的

刚开始操练，因为思绪乱飞，所以感觉不到神的同在，可是祂一直做工在我们身上。有时忽然间，神就大大向我们显现。每次等候神好象是在储蓄，除非去查存款数目，否则也没有感觉。很多弟兄姐妹的见证都是如此，有时在开车、有时在睡觉，忽然间神很大的临到。所以没有一分钟等候神是徒然的。

祂的同在只给那些真心要祂、渴慕祂的人。有些人操练的方法，是每一小时用五分钟或十分

钟亲近神。也可以每做完一件事，就亲近神一、两分钟，久而久之，会发现我们等候神时，会比较容易把心思意念集中在神身上。

等候神会不会等出更大的老自己？

1. 有可能

如果有人以操练等候神为傲，连操练等候神都拿来争竞比较，这样的操练当然会等出一个更大的老自己。另外有些人灵比较敞开，所以比较容易感觉到神的同在。又以为有神同在就很保险，反而没有警醒地活在神面前，这样的人很容易被自己的感觉欺骗，以为自己很完美，却忽略了对付老自己。还有些人很内向，因各种原因或天生就不喜欢与人交往。他们认为等候神时很甘甜，而且可以避免和人相处产生各种不愉快，因而非常喜欢等候但却不去服事。这是一个自以为属灵的老我：只喜欢做我喜欢的事，其实是一种逃避，却把它属灵化了。这样很危险，人会渐渐活在蒙蔽里，神的心意是要我们长大成熟、可以彰显神的荣美，而不是不食人间烟火，或行动举止越来越怪异。

2. 求神光照的重要性

等候神的人一定要读第五章信息：「在神行审判的路上等候祂」。一个正确等候神的人，一定会有从神而来的光照。我们一方面领受神同在与的甘甜，另一方面，在同在中求主光照显明我们的亏欠、过犯及软弱。祂爱我们，在爱里会光照、提醒我们，使我们的生命更成熟。

有的人因为懂得亲近神，就以为自己很属灵，觉得自己永远是对的，不太听得进别人的建议，也很少有神的光照，又不愿意去面对自己过去的伤害。这样的人并不愿意在生命上对付自己，只是体贴自己的肉体和感觉，肯定会等出更大的老自己。

3. 越等候应越爱服事

如果只停留在享受神的同在，却不去服事人，或者一定要有神的感动才肯服事，这样的人，也很容易等出更大的老我。因为和人接触才更能显出我们生命的软弱点，更能凸显我们需要对付的地方。我们需要进入幔内，也需要出到

营外，与祂同去，与祂一起走十字架的道路。借着服事使我们平时亲近神时，吃主、喝主所得来的，可以消化、吸收，真实地成为我们生命的一部份。

如果一个人真的在与神相交，神的爱火会烧在他里面..他会对别人产生负担，火热的去服事人。这不是一个天然人的热心，而是从神来的爱。

4. 越等候神越柔软、谦卑

一个真实等候神的人应该会产生真实爱人，服事人、谦卑与主同行的生命。耶稣是柔和谦卑的。祂说我们当负祂的轭，学祂的样式。祂所做的是父要祂做的，即使被人骂，祂还是一样地柔和谦卑。一个人若真正地亲近神，应该变得更柔软、更谦卑、更顺服、更有能听的耳、更容易向人道歉。

一棵树就看它的果子，果子不对，表示你现在的追求是不对的。如果神感动人让他去向某一位道歉，或者向某一位传福音，去探访人、帮

助人，服事人，他都不肯去做，渐渐的等候神对于他不过是一种形式，一种虚幻的感觉，因为生命并没有真实的被改变像耶稣。

5. 正确的等候应带来生命的改变

等候神时，最主要的不是要一个感觉，神的同在要真实的改变我们每一个人。

内在生活不是只有等候神，还要加上顺服、谦卑、争战得胜之方、服事...等。等候神并不是全部，而是祷告的一种方式，祷告包括代求、宣告、赞美、等候，等候是不可少的，一定要给神时间让祂默默地在你身上运行、工作，等候神最宝贵的是能让人变得越来越有爱火，越来越渴慕神，里面与神有更亲密的关系，以致于更容易明白神的旨意，更有力量服事，真实地成为侍立在祂面前、守祂所吩咐的器皿。