

《与神同行》 如何保守平安（2）

你怎样形容你今天所过的生活呢？你的生活是否充满着平安呢？还是你心中充满着愁烦，焦虑，不安，甚至在某些情况之下会满腔愤怒的呢？神应许要给你出人意外的平安，这平安不论在任何环境，都不会变质，也不会减弱，它能够令你战胜一切的不安和焦虑，帮助你勇往直前，你经历到这份平安吗？

我们不晓得弟兄姐妹是否曾经在逆境中享受过平安，如果有，那是一种怎样的感觉，是怎样的平安呢？这平安是否保持到今天，没有失落过呢？还是你已经失去了这平安，而不知道为什么会失去的呢？怎样才能够持续保持心中的平安呢？到底平安是否真的可以成为我们的生活特色，无论环境怎样变迁，我们都可以安然度过，一点也没有失去心中的安宁呢？

人生的确有很多值得忧虑的事，因为环绕在我们身边的事物，实在太复杂了，只是我们可以靠着主不受环境的摆布和影响。今天我们仍然要来思想腓 4:4-7，这几节经文所包含的信息非常丰富，让我们在其中可以有很多的学习。保罗在这里也提到怎样可以保持心中那份长久的平安。到底我们可以怎样保存这份平安，以及怎样在生活中应用它。要是你感到自己很容易会让平安失去，今天的信息你就要特别留意了，留意保罗在这里所分享的秘诀，从其中学习得不让平安失去的原则。

保罗在腓 4:6-7 这样说：“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。”圣经告诉我们，当我们相信接受了耶稣基督做救主之后，我们一切的罪，就得到了完全的赦免，我们与神和好，从敌对的位置转移到作神儿女的地位。我们相信圣经神的话，知道神救赎的恩典，祂赦免我们的罪，不是因为我们有什么好行为，完全是因为耶稣基督在十字架上的死，流出祂的宝血。圣经说，“若不流血罪就不得赦免。”是因着耶稣基督为我们的罪流血，所以我们的罪才能被涂抹、遮盖。我们只要向神承认罪，就可以获得祂的赦免和洗净，这救恩是一生有功效的，也是奇妙无比的。

不但这样，当我们相信接受耶稣做救主之后，我们的内心也必然起了变化。保罗在经文里讲到了平安，这其实是现代人每一个都在追寻的。如果你问说我们今天生活在地上，最渴想的是什么？相信很多人都会回答说，是平安。人生充满了各种的变量和祸患，到处都有战乱和灾难，到底平安何处寻呢？人间真的有平安吗？或者这只是个梦想吧了。很多人都越来越不敢奢望有平安，因为知道世界上没有一处可以安居的地方，平安实在只是空谈而已。然而，神所应许给予我们的平安，却是超越环境，在环境之上，不受环境所摆布和影响的。我们不但不用焦虑，不用惧怕，反而我们内心可以拥有稳定的平安和安息。

也许有人会说：“生活中怎么能不担心和焦虑呢？有这么多的事情，不到我不担心的。”不错，生活中的确有很多大小事情，需要我们去关心，但是“关心”不等于“焦虑”。这两者是不同的。关心是对某事情的关怀，但却同时认识到，神在其中参与，神没有撇下我，也没有丢弃我。然而“焦虑”却截然不同。我们要关心身边的人和事物，像关心我们的家庭，我们的工作，我们的前途，我们的健康等等，这是必须的，也是很重要的，神也希望我们负起做人的各种责任，付出关怀和努力；然而在我们关心许多人和事物的同时，我们是应该享有平安的，那是没有冲突的。

我们不是说要逃避现实，不是说要推卸责任，又或者不理会所发生的事情，好像否认自己处在困境之中。我们所要学习的，是懂得从神的角度去看事物，有和神一样的看法，而且能保持内心的平安，这才是重要的。我们不应因为环境变坏了，变得失去了控制，无法收拾就失去了平安。没有人可以夺走我们内心的平安，除非我们自愿放弃。是我们选择把平安放下，除非我们选择有那种的感觉，否则平安是一直存留在我们心中，不会离开的。如果我们选择焦虑，我们就会失去平安，那是肯定的，因为焦虑无法和平安并存。我们任由自己的感被困在一个框框里，那是我们的决定。而当我们任由焦虑侵蚀自己的心灵的时候，我们就会失去平安。这同样是自己意志的选择和决定。没有环境可以迫使我们失去平安，迫使我们把自己困在狭小的框框里。基督徒绝对不会屈服在环境之下，因为我们有抗拒逆境的能力，除非我们自愿如此。

保罗在林前 10:13 那里说：“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。”在这里保罗很清楚传达给我们一个信息，这信息就是神是掌管一切的神，所有环境都是在祂的控制之下，祂有能力在我们无路可走的时候，替我们开一条出路，叫我们可以从其中走过。神能在旷野开道路，在沙漠开江河。在以色列人的历史中，神借着摩西带领以色列人过红海如走干地就是一个很明显的例子，神为以色列人开了一条生路，让他们在险境中经历神大能的保守。

问题不在于神的能力足够不足够，问题只在于我们的反应，到底应该怎样才是对的。焦虑是有害的，是有损我们的身心灵的。到底焦虑会怎样影响我们呢？

首先、焦虑会分化我们的思想。当一个人焦虑的时候，他们的心思就会被拉到两个不同的方向上，这会影响到人无法专注于做一件事情，这就是为什么很多心境焦虑的人，在工作上都表现得非常差劲，这是因为他们忧虑生活中的一些事情，所以无法专心于做好自己的工作。他们的心被分化，一方面想完成所分配的工作，但心底深处却在忧虑某件令他感到烦恼的事。这样的人，永远没有办法把手中的工作做好，所谓“一心不能二用”。无论他们做什么，都因为心中存有焦虑而致一事无成，到最后他们可能因此很不喜欢自己。

我们要是任由自己陷在焦虑中而不自拔的话，这焦虑就会影响我们生活的每一个方面。

除了刚才所说我们的心思被分化，无法集中工作之外，第二就是我们害怕有所行动。一个焦虑的人，在行动上可以说是瘫痪了的。他们不知道怎么做才是，他自己决定不了。身边的朋友，有的说这样做好，有的说那样做是，读圣经和祷告也很读不出个所以，虽然四处去问别人的意见，但到最后要自己作决定之时，依然是一点头绪都没有，因为焦虑使他心力耗尽，以致于失去了决断的能力，不懂得作出决定。弟兄姊妹，这绝对不是神的心意，神不希望我们活得这样可怜。基督徒若是被焦虑所充满，就失去了为主作见证的能力，无法见证基督在他们身上，是怎样的有能力和有平安。

第三方面的影响，焦虑会使人容易放弃。许多人由于心里挂虑生活中的事情，不知道怎样去处理，最后就选择放弃。有时候，因为他放弃了，情绪就陷入忧郁之中，这就是为什么很多忧郁的原因都是来自焦虑。一个人越是忧虑，不知道如何去面对，他们就会处在抑郁之中，而抑郁又会使人倍加焦虑，这实在是个恶性的循环。结果，人越焦虑，就越抑郁；越抑郁就越焦虑，没有终了的一天，最后就是毁灭了自己也不自觉。神实在不希望看见祂的儿女们生活得像这个样子，自己残害自己的生命。

每一个领受了神生命的人，生活应该跟以前有很大的不同，但是为什么我们的生活的这样不健康呢？其中一个很基本的原因，是我们不够依靠神。我们得承认，我们是生活在一个充满敌视神，到处都是与神原的则相违背的社会中，然而我们拥有神的生命，我们不属于这世界，却不离开世界，我们该怎样活着才是呢？神期望我们过着怎样的生活，神对我们有怎样的期望呢？如果我们是跟从神的，我们应该照着神所指示的去生活，而不是依从世俗的方式和原则。

主耶稣在约 14:27 那里说：“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。你们心里不要忧愁，也不要胆怯。”主耶稣说祂把祂的平安给予我们，而这平安能够支持和鼓励我们，又能护卫我们的心思，使我们免除不应该的思想和念头和感觉。

事实上，我们的心思和感觉上是应该有所护卫。一个在心思上毫无防范的人，一个不能控制自己情绪和感觉的人，是很可怜的。然而，主耶稣所给我们的平安，能够发挥这样的作用。

现在一个很重要的问题就是：我们怎样才可以保守所得着的平安，我们到底该怎样生活。在困境之中，在试炼里面，在压力和攻击底下，在许多我们无法控制的环境中，我们该怎样去面对和应付呢？我们凭什么才可以保住内心的那份平安呢？

保罗说：“应当一无挂虑”，这不表示我们要逃避责任和问题，不是这个意思，我们是要以积极的态度去面对和解决，因为神要我们做一个积极和有责任感的人，这是我们的本份，是应该做的事。这也不是说，我们的人生不再有试炼和烦恼，只是保罗说我们“不要焦虑，应当一无挂虑。”有问题来到，有困难来到，但可以不用忧虑，这就是保罗的意思。怎样才可以不忧虑呢？保罗所提供的方法就是，“只要凡事借着祷告，祈求和感谢，将你们所要的告诉神。”留意保罗所说的是“凡事”，而不是某些事，某一类的事，而是每一件事，事无大小，都带到神面前交托祂。我们借着祷告，祈求和感谢，将一切所要的告诉神，这是可以令我们不焦虑的方法。

保罗鼓励我们去实践，这也是保罗的秘诀。保罗是自己试过之后，发现确实可行，现在以“过来人”的身份鼓励我们也照着去做。保罗写腓立比书的时候，身在牢狱中，他是过来人，知道逆境和焦虑是一回什么事，但是他靠着这样的方法，来学会了享受平安，以及充满喜乐并知足，这给我们看见，保罗的方法不是纸上谈兵，而是实际可以经历的事。

当然，人如果刻意活在神旨意以外，刻意叛逆神和偏行己路，这样的人是得不到平安的。我再说，一个叛逆神，走在神旨意以外的人，是得不到平安的。所以，千万不要以为，你可以一面走出神的旨意，而神还会赐给你内心的平安，这是绝对不可能的事。比方说，你恼恨一个人，心里对他怀有苦毒，这不是神的旨意，因为神的旨意是要你饶恕，但你如果不听从，你没有办法得到内心的平安，直到你愿意降服在神的旨意之下，才能重新得回平安。

可是，如果我们活在神的旨意之中，任何临到我们身上的坏消息和不幸的事，不论是什么，我们都可以借着祷告，祈求和感谢，把这一切交托给神，然后享受神给我们超越环境的平安。这就是保罗所说“应当一无挂虑”的秘诀，是可行的事。当我们面对试探，又或者突然遇到一些逆境的时候，首先要做的，是来到神面前交托给祂，到底是什么事令我们烦恼，或者是心中的任何感受，都可以在神面前向祂倾诉，神必定关心和处理。神是无所不知，无所不在，又无所不能的，祂会帮助我们处理一切的事，因为祂是无条件的爱着我们，祂又乐意把最好的赐给我们。

留意保罗提到我们将事情交托给神的时候，所用的三个词，那是三个在意义上都有点不同的词，我所指的是不同的强调和重点，就是祷告，祈求，感谢。

先是祷告，这其实是指我们一般性的祷告，就是每天亲近神的时候，默想神的话，和向神说话祷告的祷告。一个能够保守我们有平安的秘诀，就每天来到神面前与祂交往，读神的话，在其中默想，以及向祂祷告，透过祷告向祂敬拜。就是这么简单，并不是很复杂的过程。

每天我们起来，我们都与神交谈，告诉神我们今天的计划，今天的行程，今天我们打算要做的事。我们将这些细节告诉神，不是因为神不知道，需要我们去禀告和提醒，乃是因为我们相信神主宰一切，我们愿意交托给祂，让祂依照祂的旨意去为我们成全，去参与我们生命中的大小事情。我们感谢神，因为神是那样的全能又慈爱，我们交托给神的事，神一定会看顾，并且照祂的心意来待我们。

诗 145:9 说诗人说：“耶和华善待万民，他的慈悲覆庇他一切所造的。”

诗 46:10，神借着诗人的口说：“你们要休息，要知道我是上帝；我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。”

第二是祈求。那是指一些让我们感到焦虑和心烦的事，这些事催迫我们到神面前呼求，因为我们的内心感到不安和烦躁，我们不知道该怎么办，所以我们要到神面前祈求祂的帮助。事实上，我们可以为任何事到神面前呼求，神必要垂听，因为神乐意怜恤我们，垂听和帮助我们。我们可以为着自己的需要，为着别人的需要，为着教会的事，为着神的国度，为着各样的困境和问题，带到神面前来，祈求祂的帮助，告诉神我们是如何的焦虑，如何的无助，这是祈求的意思。

除了祷告和祈求之外，经文还提到了感谢，为什么感谢也是可以帮助我们获得平安呢？因为感谢能够帮助我们把目光和焦点，从我们所焦虑的事上转移，并提醒我们神过去的恩典和赐福。感谢也能够提醒我们神今天所给予我们的应许，提醒我们神的关怀和帮助。当我们感谢神的时候，我们是尊崇神，称赞神，我们的心会因此得到平安，因为在感谢当中，我们的焦点是在神身上，而不是在自己身上，或者是在那些需要上。当我们的内心以神为重，以神为中心的时候，平安就进入我们的心充满我们。

我们不但可以来到神面前，我们还可以放胆到神面前来，因为这是神给我们的权利。约壹 5:14 说：“我们若照祂的旨意求什么，祂就听我们，这是我们向祂所存坦然无惧的心。”跟着的 15 节又说：“既然知道祂听我们一切所求的，就知道我们所求于祂的，无不得着。”我们来到神面前，可以放胆，坦然无惧，因为我们不是苦苦哀求，乞求神的帮助，我们因着明白神的心意，按着祂所允许的放胆的向神求。同时我们因着知道神是乐意帮助我们的，因为我们是祂蒙爱的儿女，我们就可以带着这特权来到神面前。使徒约翰说，“我们若照着祂的旨意求什么，祂就听我们，这是我们向祂所存坦然无惧的心。”保罗说：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。

弟兄姐妹，你想保守心中的平安，不让他失去吗？只要我们心里尊主为大，一遇到问题，一遇到麻烦事的时候，就马上来到神面前求告祂，把一切交托给祂，知道神许可这样的事情发生，必然有祂的美意，然后信靠神的安排和指引，我们心中就能够保持平静安稳。不论环境怎样，不论所遇见的是什麼，我们都能够处之泰然，以平安的心去度过。

亲爱的弟兄姊妹，试在你所在的处境中，无论任何一样你认为是最难的事，这件你认为是连神也无法解决的难题。就在这个时刻，交在神的手中，祂一定能解决，祂一定可以作出妥善和美好的安排。

今天照着应许，主耶稣已经把平安留下给我们，而主所赐的平安，不像世人所赐的，我们的心可以不必忧愁，也不用焦虑。我们将一切交托祂，信靠祂，祂会赐给我们出人意外的平安，这平安能够保守我们的心怀意念，这是圣经说的。只有耶稣基督才能够赐给人真正的平安，只有祂才能够让我们得享永久的平安，这一切都是在基督耶稣里面享有的。真正的平安，是不论环境怎样，什么事情发生，都不能夺去的，都依然存在于心底的。虽然外人看，在这样恶劣的情况之下，不可能有平安；但是属神的人却是真正享受得到，从神而来的平安以及喜乐，这就证明我们的信仰是真实的，是活的，是有生命力的。

当烦恼向我们侵袭的时候，也许我们会感到孤单，感到被遗弃，但是诗 37:18-19 说：“耶和华知道完全人的日子，他们的产业，要存到永远。他们在急难的时候，不至于羞愧，在饥荒的日子，必得饱足。”然后，22 到 24 节又说：“蒙耶和华赐福的，必承受地土；被祂咒诅的，必被剪除。义人的脚步，被耶和华立定；祂的道路，耶和华也喜爱。他虽失脚，也不至于全身仆倒；因为耶和华用手搀扶他。”