

《与神同行》 当孤单时（1）

神不希望我们生活得孤单，神乃是希望我们有朋友作伴，而我们也成为别人的朋友。而在众多的朋友当中，主耶稣基督又是我们一生的挚友，是我们的知心好友，远胜于世间一切的朋友。从神造人的时候开始，神所造的人就是需要有伴，需要有朋友，需要有彼此交往的生活，人是这样被造的。人需要发展跟神之间亲密的关系和交往，以及和人之间的交往和建立关系。这是父神的心意，是祂看为好的事。可是，今天我们环顾四周，我们却看见许多寂寞的心灵，到处都有孤单的人。而很多时候，我们自己也陷在极度的孤单之中。当然，导致人感到孤单的原因很多，今天我们就来思想一下，神是我们能力之源，到底神的能力怎样帮助和应付我们这孤单的需要。

请我们打开圣经，我们一起来看来 13:5。来 13 章一开始，作者是谈到关系的问题，指出务要常存弟兄相爱的心，不但这样，也不可忽略那些作客旅的，要用爱心接待他们，用爱心对待他们。同时，作者又提醒信徒要记念那些受捆绑的人，然后又谈到了婚姻的问题。跟着在第五节那里作者这样说：“你们存心不可贪爱钱财，要以自己所有的为足；因为主曾说：我总不撇下你，也不丢弃你。”

就在来 13 章这一章讲到“关系”的信息中，提出了神极大的应许，作者说“主曾说：我总不撇下你，也不丢弃你。”要知道，唯一有资格作出这应许和承诺的，只有耶稣基督，再没有任何人。世间没有人能够作出这样的承诺，因为我们都有时空上的限制，我们也有死亡的限制，谁能够陪伴我们度过这一生呢？谁能长久与我们同在呢？除了永在的神以外，无人能够。即使是最爱我们的人，最要好的朋友，也无法作出这样的承诺，或是作了承诺，结果做不到。因为人都是有限的。

孤单是现代每一个人都经历着的，我们很希望驱走孤单；有些人付出很大的代价，就是为了赶走孤单。孤单是一种感觉，是情感上的一种经验，是让人感到痛苦的。有些人一生受孤单的煎熬，感到很痛苦，像活在地狱一样；但懂得怎样去处理和回应的，却只是过度时期的一种情绪而已。我们怎样处理孤单的情绪，是一个很重要的关键，这也是我们今天要来探讨的目的，到底我们怎样靠着神去除孤单呢？到底神的能力怎样在这方面帮助我们呢？

相信我们都经验过孤单的侵袭，都受过它所带给我们的痛楚。每一个人在他的一生中，或多或少都经历到孤单，有时候它会延续得很长，像我们进入一个极长极深，而且没有尽头的深谷之中，里面一片漆黑，叫人感到可怕。不过，有些时候，孤单来一阵子就走掉了。但是，无论如何，我们都明白孤单的感受和滋味，那是不好受的，也是我们不想遇见的。

感到孤单的人，通常都不快乐，反而是感到痛苦。今天，我们活在一个相当多人都感到极度孤单的世代中，他们感到和家人疏离，关系不好，回到家里，看见家人，好像看见陌生人一样，一点感觉都没有。即使和最亲密的配偶，都是疏离的，有隔膜的，和父母、儿女更是这样。有时候和一群人相处，虽然表面上是一大群人，但是内心知道和他们也是疏离的，没有关连的。他们没有归属感，不知道自己属于那个团体，或是属于那个地方，他们觉得自己像浮萍一样生活，没有根，没有归属。他们觉得自己跟任何人都格格不入，象是被分割出来一样。又或者他们心中怀有焦虑，很怕跟自己所爱的隔离，又或者失去自己所拥有的。这是作为一个人的悲哀，觉得不能永远拥有自己所得到的，心里经常患得患失，这大概是因为现代人的离婚率特别高，所以感到每事每物都不能长久，所谓合久必分，这好像是宇宙的一个定律，没有人能够攻破。

这些遭遇，其实人人平等，每个人都会有机会遇到。无论你的学识怎样，地位怎样，是否有钱，是不是有权势，是否知名，都没有分别，它是一视同仁的。孤单经常在我们不知觉的时候，突如其来的袭击我们，叫我们措手不及，而且当我们不知道怎样还击的时候，我们就受到它的伤害，因为孤单的破坏力很强，有时会让人陷入一个自己无法驾驭的环境之中。

或者让我们来分辨一下，到底“孤单”和“独处”有什么分别。孤单是一种害怕被分割的感觉和焦虑，这是因为他感到自己被孤立，或者是被割断和被遗弃所导致。那是每一个人都不喜欢的感觉，是希望可以避免和努力去逃避的。而“独处”却是个人的选择，要独自在一处，不受别人打扰，好让自己的思想和情绪能够在独处中获得净化，消除一切的压力，以及别人所加的要求。独处往往是人获得精力和更新的时刻，对生活是好的，有积极和正面作用的，也是人获得创作灵感的时刻。很多人都同意，人所获得的灵感和创作力，往往是在个人独处的时间得到的。

然而，孤单就截然不同了。你可以一个人独处，然而不感到孤单；相反的，你可以身处一群人之中，这些人是你所认识的，而他们也认识你的，但你依然感到无比的孤单，被孤单这种浓烈的感觉所笼罩，所侵蚀。我们若是留心观察，就看见孤单感实在是渗透着地球的每一个角落，有人在的地方，就会有人呼喊孤单。

前面我们说，孤单感很多时候是来自跟人关系的割离，所以婚姻失败的人，与配偶离婚的人，往往会感到加倍的孤单。今天，离婚率之高，是过去的世代所没有过的，甚至有些地方，离婚的人比不离婚的人更，所以孤单的人实际上是越来越多的。这种感到和最心爱的人，关系最亲密的人的割离，是让人痛心。当然，离婚的当下，两个人已不再相爱，所以才导致离婚收场；但起码这两个人是曾经相爱过，而且愿意在一起生活，但现在这种关系结束了，这不但是身体不再有接触，就是感情和心灵也不再有沟通，那是种彻底的分割，是失去至亲的感觉，是失去了亲密的接触，是一种非常痛苦的感受。

谈到孤单，除了想到离婚的男女之外，也想到一些在家带孩子的母亲，她们整天在家里，对着一个初生的婴孩，或者是两三个小孩，整天就是独自一人在照顾着他们，无法与大人交谈，或者跟邻居也不熟悉，所以很自然会感到孤单，可能有时候还无法克服这种孤单的感觉。因为丈夫在外做工，很晚才回家。

又或者有些父母都出外工作的家庭，父母很早就出外，很晚才回来。他们的孩子上学回家之后，只是中午时分，但父母还没有回来，他们会感到很的孤寂。这些父母为了生计，为了养家，不得不从早到晚工作，维持家庭的庞大开支，所以没有时间照顾孩子，也没有足够的爱给孩子，以致于孩子感到孤单寂寞。孩子觉得父母好像遗弃了他们，他们不感到被爱，也不感到被关心，这是一群非常孤单的孩子。

今天，社会上有很多这一类的孩子，父母因为工作的缘故，把他们丢在家里，无法亲自照料，他们不知道孩子会感到孤单，会感到惧怕，因为放学回家之后，就是独自一人在家里。打开电视机，吸收所有未经过滤的电视节目，里面可能有暴力，流血，犯罪，以及恐怖的镜头，有可怕的片段，让孩子纯洁的心灵受到伤害，他们可能会惧怕或者是有说不出的恐慌，但因为父母都不在家，所以无法获得实时的安慰和支持。久而久之，问题就会衍生。

今天，我们都活在一个充满惧怕的年代，把孩子们独自留在家里，其实是很危险的，因为想不到的危险事情，随时会发生，孩子们没有足够的应变能力，很容易会出事意外。这些经常独自一人的孩子，有时候性格会变得很孤僻，很愤怒，很害羞。我们要是不明白他们背后的

原因，会怪他们的性格这样怪僻，但其实是有原因的，因为他们已经厌倦了经常独自一人，但却没有能力去改变现状。

同样，退休的老年人也会感到特别孤单。虽然，很多人在忙于工作的时候，都会向往退休的生活，他们甚至计划在退休之后会实现什么理想，做做些什么事情。但是一旦到退休的时候，情况可能并不这么理想。有配偶在的，情况还好过一些，因为有人陪伴，可以一起消磨日子，共度时光。要是独居的，或者是配偶已经离世的，那就只剩下空洞的房子，好不寂寞。回想上班的日子，所做的事情，如今已经不用再做了，虽说是轻松度日，但是那种孤寂感却无时不在骚扰，日子变得很难过。突然之间，他们被孤单的乌云所遮盖和笼罩，他怀念往昔上班工作的日子，和同事一起共处，虽说有磨擦，但总比现在一个人过日子好。起初同事可能仍怀念他，但过不久，他们很自然会把他给淡忘了，这也是无奈的事实。他跟他们再不能像过去那样，有美好的接触和关系，这种关系将会因为他退了休而变得疏离或者是中止。这是退休人士的无奈和悲哀。

还有做牧师传道的，有时也会有特别的孤单。很多信徒都觉得，牧师是不可亲近的，好像他们是权威人物，或者是圣职人员，不能接触，他们好像是不食人间烟火那样，是高高在上，不能和他谈心或者是沟通的，他们只是站在讲台上教导人。而另一方面，牧者对自己的形象塑造也往往有了错误的观念，认为不应该和信徒打成一片，应该跟他们保持距离，因为你是教导别人的，是特别神圣的，是要分别出来的。所以你连在感情上，也和你的会众分隔出来，结果形成你虽然拥有许多信众，却感到无比的孤寂。不少人总以为，一个成功的牧师，是不能和他的信众成为密友的，但这想法实在错误和有所偏差。

弟兄姊妹，如果你用这样的眼光看你的牧师和传道人，你就是在感情上伤害了他们。每一个人都需要朋友，需要伙伴，牧师和传道人也不例外，他们也需要有亲密的朋友，正如我们一样。只是有些人会在背后批评牧师，当他看见这牧师和某个信徒特别熟络，关系特别亲密的时候，就会说牧师偏心，对待这个人比对待我好，因而产生嫉妒和纷争，于是觉得最好是换一个牧者，这是不对的。牧师也是人，同样有作为人一样的需要。

另外就是到外地宣教的宣教士，也是孤单的一群。他们为了应主的呼召，甘愿到外地去宣教，到一个没有亲人，没有朋友的地方去传扬福音，也许有些人更离开他们的子女，只是夫妻二人前去，一去就是三年或五年的日子。他们在外地饱受孤单的煎熬，是我们无法想象得到的，而这种孤单感往往会影响着他们。有些人还残酷的说：他们是宣教士，早就应该作好心理准备，能够耐得住寂寞，这不应该成为他们的问题，其实这样的批评也是不对的。

一个做牧师的，分享他童年的往事，他说他头一次感到孤单，是在他大概两岁的时候，因为他的父亲在他九个月大的时候就离开了世界，在他幼小的心灵中，他不懂得怎样去处理，但却知道父亲永远离开了他，他不能再和父亲有连系了。他独自一人坐在房间，还记得当年的摆设，但内心感到孤单，这是他能回忆到最早期的感觉，而这种在潜意识的感觉，是影响了他的整生。虽然在他这幼小的年纪，还未了解到死亡是一回什么事，但却知道父亲一去不返，他永远失去了父亲。

至于第二个印象深刻，觉得孤单的时刻，是他在五岁左右时的一个玩伴。由于他的父亲早逝，母亲得出外作工，而且工作时间很长，所以童年的他常常是一个人度过。他母亲请来了一个保母，这个保母对他很仁慈，而他有一个住在隔壁的玩伴，平日也经常来和他一起玩的。他还清楚的记得，每次当这个朋友离去的时候，他都依依不舍，请求他不要这么快就走，因为他感到孤单。

这是那牧师童年时候的回忆，印象犹新，他童年是在孤单中度过的，那是由于环境是这样子，不能改变。而那个时候的他虽然只是几岁大的孩子，已经明白和感受到孤单是什么。他的母亲为了养活他，整天忙得不可开交。除了工作赚钱之外，回家还得做饭，和做各种的家务。

后来，他进了学校，他还记得母亲教他怎样做早餐。因为工作的关系，他母亲早上七时就得离家，只剩下他一个人，起来之后，自己煮早餐给自己吃，之后才自个儿上学去。到放学回家之后，母亲还没有回来，他又再独自一人的度过中午。当他拿着钥匙开门的时候，他必须开两个锁才可以将门打开。每次当开到第二把锁的时候，他内心总是对自己说：“里面没有人，只得我一个。”然后，他又独自一人的在家，直到母亲下班回来。

其实，当年实际的情况，远比他后来能回忆起的要什。幸好，神很恩待他，在他上学的头一天，就为他预备了一个很关心他的老师，在点名的时候，说到我的名，然后说，“某某人，我喜欢你”。这句话一直深刻的留在他的脑海中，一生不能忘记，因为在孤单感一直在笼罩的岁月中，他竟然发现，原来这个老师是那样的慈祥，那样的可亲，那样的可接近，这是他毕生难忘的事。所以这位牧师很知道孤单是一种怎样痛楚的感受，因为实在受够了，他明白到神不希望人活得很孤单，因为祂爱我们，祂希望我们感受到祂的同在，而不是时刻感到孤单，独自一人。

当一个人感到孤单的时候，他可能会做出很多伤害自己的事，但也可能因此去亲近神，这是两种截然不同的结果。为什么人要去喝酒，喝得酩酊大醉呢？是因为熬不住孤单，为了忘记孤单，所以要喝酒去麻醉自己。特别是那些受到感情创伤的人，离婚或失恋的，更是借酒消愁，希望藉此忘掉心中的不快以及孤单。他们很想摆脱心中不愉快的情绪，但可惜方法是用错了，所谓借酒浇愁愁更愁，这不是彻底的解决方法，只是暂时麻醉自己吧了。

孤单是感到被割离，是亲密关系的终止，不再有接触的那种失落。很多人抵不住这种孤寂，就借助药物，或者是放纵自己肉体的情欲，又或者离了婚的人，随便找另一个伴侣，再度结婚，企图去摆脱孤单的感觉，而不知道自己正踏进另一个更可怕的深渊中，这些都不是健康的做法。不过，最可怕的，还是人在孤单之时，万念俱灰，觉得人生再没有留恋的价值，因而走上自毁的道路，自己结束生命，这是最可惜的，也是最错误的。

亲爱的弟兄姐妹，亲爱的朋友，要是你今天也落在类似的景况之中，感到人生无可依恋，觉得人人都遗弃了你，孤立了你，你觉得自己无论怎样做，也摆脱不了孤寂的缠绕，它就像阴魂不息的在你上下左右，令你不胜其烦。其实外界的环境并不重要，最重要的乃是你的心境，因为孤单的感觉是发自内心的，跟外界没有必然的关系。然而，自杀绝对不是解决问题的方法，耶稣基督才是问题的唯一答案，祂不但能够使你心中不再孤单，并且你可以寻得一个长久亲密的关系，就是与耶稣基督建立生命的关系，祂会藉着圣灵一生住在你心中，给你满足和平安，给你快乐和安稳，这是任何方法都不能给予你的。

我们是神所创造的，神爱我们，乐意和我们交往，建立亲密的关系，所以你所需要的，是神无条件的爱，一生不变的爱，随时相伴的爱，祂能够给你真正的满足和安全，那是建立在与神的关系中。作为神的儿女，我们永远不会孤单，虽然所有人都离弃你，但是神总不会。约14:15-18，主耶稣说：“你们若爱我，就必遵守我的命令。我要求父，父就另外赐给你们一位保惠师，叫祂永远与你们同在。就是真理的圣灵，乃世人不能接受的，因为不见祂，也不认识祂；你们却认识祂，因祂常与你们同在，也要在你们里面。我不撇下你们为孤儿，我必到你们这里来。”