

## 《与神同行》 培养忍耐（1）

忍耐是我们每一个人都需要的特质，然而忍耐却又是最难培养，最难活出，也是最难表达的。我们之所以需要忍耐，是因为忍耐具有无比的能力，一旦我们拥有，它就会影响我们生活的每一方面。不但影响我们跟人之间的关系，同时也影响我们与神之间的关系，也影响我们的经济状况，以及生活中的所有决定。有时候我们未必察觉到忍耐的重要，但它实在是我们生命中的一个很重要的元素。

这几天我们都在思想“忍耐”这个题目，看过了有关忍耐的很多方面，今天我们集中来思想的，是“如何培养忍耐”，这是一个非常实际的课题。今天我们要看的经文，记载在西 3 章。过去我们已经说过了，忍耐并不是与生俱来的，也不是我们一得救就可以拥有的，它乃是一种我们必须自己培养出来的特质和性情。保罗在西 3:12-13 这样说：“所以你们既是神的选民，圣洁蒙爱的人，就要存怜悯、恩慈、谦虚、温柔、忍耐的心。倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕。主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。”

保罗说“你们要存怜悯，恩慈，谦虚，温柔，忍耐的心。”这里所说的“要存”，原文是“穿上”的意思，原来忍耐的心是要穿上的，意思就是要披上，要用忍耐来包围自己。你看见某人有忍耐的性情，觉得很羡慕吗？其实他是自己穿上的，是他把忍耐披上身上的。箴 3:3 说：“不可使慈爱诚实离开你，要系在你颈项上，刻在你心版上。”这里说“不可使慈爱诚实离开你”，同样，我们也不可使忍耐离开我们，因为忍耐是我们极需要的，因为忍耐能够影响我们生活的各个方面。

既然忍耐这么重要，那么怎样才可以发展出一颗忍耐的心，怎样才能够培养自己忍耐的能力呢？我们知道，如果我们有忍耐，我们人生中所作的决定就必定是智慧的，合时的，以及有益处的，这样我们就能够和别人维系一种恒久的爱的关系，我们就可以享受人生，也就是我们可以拥有一个快乐美满的人生。如果我们不能忍耐，我们就得不到快乐，你见过一个不能忍耐的人是快乐的吗？如果我们没有忍耐的心，就无法享受神给我们的福乐，因为我们会因为不能忍耐而走出神的旨意之外，我们不能做神要我们做的事。而我们所作的决定，都显得愚昧，显得不合时宜，显得无益，因为我们走在神的计划和旨意之外。我们不能跟神和人建立稳固和恒久的关系，因为没有忍耐，我们就失去了这一切。

那么要怎样才能够培养出忍耐的品格呢？如果弟兄姐妹渴望知道，请你预备好纸和笔，把待会儿听到的要点记录下来，不但好好温习，更要去实践，照着去行，用诚实的心跟神祷告，求祂帮助你，先改变你的思想。要是你的思想能够先有改变，你会发现自己变得越来越有耐性，因为更多的明白了神的心意，基督徒的生命也会渐趋成熟，你能够更容易和别人相处，更懂得如何处理失意，焦虑以及愤怒等等的情绪。要记得，这些信息不但是单单给弟兄姐妹听听和明白了就算的，更重要的是去实践，把所听见的实行在生活之中。要懂得怎样去应用，而且在应用的时候，留意所产生的果效。多少时候，我们没有真正好好的去实践真理，不过即使我们是认真的去实践，不等于就会一帆风顺，我们也会遇到挫折和失败，但是至少我们努力过和付出过，这是很不同的。到底怎样才可以使自己成为一个有耐性的人呢？

首先，让我来澄清一件事，我们的一切需要，基本上都可以透过祷告来得着，可是忍耐显然是例外。你不可能透过祷告来得到忍耐，你不能因为祷告了而变得能忍耐了。也许你会反驳说，神不是在圣经里面说，“你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门”的

吗？这不是主耶稣所给我们的应许吗？是的，但是却不包括忍耐在内。你不能祷告对神说，“神阿，我需要忍耐，求你把忍耐赐给我，叫我作个能忍耐的人。”圣经从来没有说如果你祷告求忍耐，你就可以得着。

通常我们祷告求神在不同的方面帮助我们，我们说要培养忍耐，我们的确要为每一样我们所提到的步骤祷告，但是我们不能简单的对神说，“神阿，求你给我能忍耐”，这样我自然就能忍耐了。不要以为祷告得长久，祷告得恳切，祷告得大声，或者是集中在一个题目上，神就会把忍耐赐给我，神不会这样做，而忍耐也不是这样去培养的。忍耐具有无比的能力，但是忍耐是透过什么途径得来的呢？我们应该怎样做，才可以真正发展和培养忍耐呢？

头一样我要分享的，就是要把困难看作是我们培养和发展忍耐的好机会。我再说一遍，要把困难看作是培养和发展忍耐的好机会。通常当我们遇见困难和问题的时候，我们会怎样呢？常常我们会问神说，“神阿，为什么这事情要临到我身上，又或者为什么神要容许我受这样的挫折，前面到底还会如何，你为何不垂听我的祷告，难道我应该受这些苦吗？你为什么看着我受苦而不理会呢？”很多时候，我们忘记了神原来在我们身上有祂的计划和旨意，我们忘记了这个事实。而神在我们身上的计划和旨意，并不是要我们过着舒适享乐的生活，神的旨意乃是要我们成长，要我们日趋成熟。神不要我们生活在安乐窝里，只懂得接受福气而不懂成长，像温室里的花朵。圣经说神预定我们，祂要每一个属祂的儿女，就是祂所救赎回来的人，都效法祂儿子主耶稣的模样。

我们不但没有从神的角度去看困难和挫折，反而很想在困境中责怪别人，责怪自己以及责怪神，有时也会责怪撒但。不论环境怎样，总之是跟我个人的计划和期望有冲突的时候，我们就会显得不耐烦，我们就想能免就免，能躲就躲，而完全没有领会神到底在其中会有什么心意。因为困境实在是影响了我们平静安乐和舒适的生活，我们不想计划受阻，所以讨厌困难和逆境。但是如果我们要培养忍耐，我们就得把困难和冲突，逼迫和试炼等，看作是提供给我们，帮助我们发展忍耐的好机会。这样做容易吗？其实一点也不容易。保罗教导我们要“穿上忍耐”，但他没有说这是容易的事，或者不用经历挣扎。

弟兄姐妹，如果把忍耐分成十个等级，你认为自己是处在哪一个等级呢？我们忍耐的程度究竟如何呢？当困难，试炼，逼迫，别人的指责，闲言闲语中伤你的时候，你头一个反应是什么？你实时会有怎样的回应？你是否愿意对神说，“神阿，我感谢你，因为这是我成长的好机会。没有困难，我就没有机会成长，所以我感谢你。”我们有多少人能够做到？如果我们诚实的面对自己，相信我们都承认，我们不是作出这样的反应来。

圣经不断提醒和教导我们，要从神的角度去看事物，要明白神的旨意，然而我们往往都没有从神的角度去思想，没有体会神的心肠。为什么呢？这是因为我们平常的功夫下得不够，我们没有好好训练自己多去留心神的看法和想法，我们没有以圣经作为我们思想的基础。我们在遇到困难的时候，很自然就会想，怎样才可以摆脱眼前的困境，怎样才可以减少受苦。我们总是希望过舒适享乐的生活，时刻受到神的庇荫，保佑，享受祂的爱，享受祂所赐的平安，喜乐，和满足。但是神却不要我们这样生活，神要我们禁得起风浪，要我们接受磨练，以至我们可以成长和成熟。

许多基督徒对自己生命的认识，其实是不合圣经的，是不符合神在我们身上的计划和旨意，也不符合圣经的真理的。很多时候，弟兄姐妹习惯这么说，“如果你多信靠神，如果你凭信心生活，如果你生活得够虔诚，你就不会有诸多的试炼，不会有烦恼，不会有灾祸，不会有逼迫，你的人生就能够享有舒适，喜乐，就能够自由自在了。”到底这样的说法有什么依据和支

持呢？完全没有。圣经不是这么说的，这完全是出于人的意思，是人的见解而不是圣经的真理。

也有些基督徒说，“如果你在生活中遇到困难和逆境，一定因为你有问题，是你犯了罪，又或者是因为你做了什么而招来的报应。”弟兄姊妹，我们要认真的研读圣经，以整本圣经的总原则作为我们生活的基础，掌握圣经的要义，我们就不会受撒但的迷惑。如果我们要在生命中培养忍耐，发展忍耐，我们就要学习把困难和逆境，看作是我们成长的好机会，好好把握这些机会，去学习忍耐，叫自己在主里面成长，让神在你生命中彰显祂的作为，这是第一点我们要留意的。

第二样我要分享的，就是接受一个事实，就是在我们里面没有忍耐，培养忍耐是我们的责任。我再说一遍，我们得承认自己是有责任去培养忍耐的。保罗怎么说呢？保罗说你们要“穿上”，这是我们个别的责任，没有人可以代替我们去穿上，这是个人的行动。我个人有责任去发展和培养自己的这个特质，我们想有忍耐，不必羡慕别人，也不是透过祷告求神赐下就够了，而是要负起责任去努力培养自己有忍耐的性格和特质。我们每个人都有责任，培养自己作个能忍耐的人。

要知道，我们生到世上来的时候，是带着亚当堕落犯罪的性情的，我们与生俱来是带着罪性，自然不会忍耐。所以，我们若是要培养忍耐，就要努力，而且要不断努力，是终其一生的努力，靠着圣灵不断与自己的旧性情抗争。只要我们领受了神的生命，又凡事按着神的指示去行，用正确的态度去响应挑战，我们自然会慢慢学会忍耐，而且比以前越来越能忍耐，在忍耐中满有喜乐和盼望。但是我们要承认，忍耐是不容易学会的功课，不是那么容易得来的，需要我们付出很大的代价和努力，才可以有。因此我们必须知道和承认，忍耐是自己的责任，这样我们就要正视它和负起这个责任。

好，第三样我要分享的，就是接受自己是被造，有限的人。我再说，我们要接受自己是一个有限的人，是被造有限的人，我们会犯错，我们会不耐烦，我们会冲动。我们的生命会常有软弱，正因为这些都是真实的事，我们可以怎么做呢？那我们就要慢慢学习，要存心忍耐，付出出忍耐去学习忍耐的功课。到底我们感到多么需要忍耐呢？我们又多看重忍耐呢？我们又有着多深的渴望能有忍耐这个美德呢？要是我们内心有很大的渴望，那我们自然乐意付出努力的代价，因为期望要培养自己有忍耐的性情。

要知道，属灵的事物是要我们力争上游才可以获得的，因为我们人有着天然的惰性，很容易出错，很容易会偏离正路，所以我们才需要提起精神，不断努力，不断胜过自己，才可以逆流而上。如果我们没有这份坚持和努力，我们就会像世人那样，虚度光阴，得过且过，不求进取。我们受环境的支配，让世俗来影响我们的生命，让时光在不知不觉之间飞逝，我们属灵的生命越来越弱，没有能力，没有见证，没有异象。有些弟兄姐妹则只满足于得救，认为只要能够上天堂，不至下地狱，那就已经足够了，而没有追求成圣，和得胜的生活。

当我们相信接受耶稣做救主的时候，我们在圣灵里重生，领受了神的生命，成为神的儿女。过去我们活在罪中，叛逆神，给罪做奴仆，顺着情欲撒种，服事肉体的岁月，所思所想和所做的都是污秽的，但是因着神的恩典临到我们，我们领受了神的生命，所以整个人就有了改变，是彻底的改变。林后 5:17 说：“若有人在基督里，他就是新造的人；旧事已过，都变成新的了。”这不是说我们旧有的坏习惯和错误的思想，一下子都有了戏剧性的改变，不是这样。我们重生，就好像在主里一个初生的婴孩那样，成长是需要时间和耐性的，彼得形容我们是在基督的恩典和知识上渐渐长进。

保罗教导我们要脱去旧人，穿上新人，而新人的样式，就包括了仁爱，温柔，谦虚和忍耐。我们都有自己不同的性格和性情，所以当我们要改变的时候，总会遇到阻力，因此是需要时间去慢慢改变的。就像你放弃多年来的习惯，虽然知道那是不好，但那也得需要时间去作出改变。问题是，我们渴望成为一个有主样式的人吗？我们真的希望自己的生活可以讨神喜悦吗？我们渴慕在知识渐渐更新吗？我们必须作出改变，而这改变不是靠我们个人的努力和克制就可以达到的，我们得靠圣灵的力量，才可以做到。

有些人从小接受了错误的教导，以为救恩是靠自己的“好行为”来维持的。也就是说即使人信了耶稣，如果没有好行为，这救恩就会失去，他依然可以再度成为失丧的人，最终不得救。但是圣经的真理并不是这样的，弗 2:8-9 说：“你们得救是本乎恩，也因着信，这并不是出于自己，乃是神所赐的；也不是出于行为，免得有人自夸。”我们所得的救恩，从头到末了全都是神的恩典，跟我们的行为毫无关系，我们不是因着行为怎样而得到或者是失去救恩的，这一点我们必须牢牢抓住。

神拯救了我们，给了我们真正的自由，我们不再受罪的束缚，也不再活在撒但的辖制之下，我们乃是属于神，心灵是得释放和得自由的。只是我们在生活上仍得学习主的样式，让主的道理藏在我们的的心中，影响我们的生活，思想和行为，我们要学习去爱，学习去饶恕，学习去忍耐，有许多许多属灵的功课，我们要不断学习，有些可能终其一生都在学习。属灵的品格是我们本来的性情中没有的，因为那不是与生俱来的，我们也不能求神把这些东西赐给我们，就自然有了，这乃是我们个人的责任，去好好学习，去透过神所给的磨炼和在逆境中学习，渐渐成长。

我们都很容易发脾气，特别在不如意的時候，环境不顺利的时候，当有人把事情弄糟而这件事对我们又是很重要的时候，我们就会大发脾气，这其实是人之常情。但是，如果我们能忍耐，懂得以另外的方式去作出响应，不是乱发脾气，而是能体谅对方，用爱心去包容，那就是一个很有影响力的见证，因为我们表现出来的，是跟一般人截然不同的，基督的荣美就借着我们彰显出来了。当每一个人都依着同一个模式生活，而我们却有主的样式的时候，神就因此而得荣耀，而我们也为祂作了美好的见证了。

当事事顺利的时候，人人都可以说自己很有耐性，很有爱心和温柔，因为没有受过任何的考验，我们都可以唱高调，说风凉话，以为自己的脾气和个性都不错；但是逆境来到，事与愿违，我们又被别人激怒，紧要关头大失所望的时候，真正的我才表露无遗。要是我们在这些时刻中真的能够有不同的表现，我们才真正知道我们的情况到底怎样。我们生命珍贵之处就在这里。试想在我们过去的岁月中，有什么人是在我们受到伤害，处在困境之中的时候，能够明白我们，接纳安慰我们，爱我们，乐意聆听我们的呢？你是否能够感受到他对你的爱呢？同样，我们也要去作一个能给别人爱，温暖和关怀的人，不论在什么情况下，我们都有耐性去聆听别人，关怀别人，爱别人和安慰别人。神要使用我们去把祂的爱和恩典与人分享。

主耶稣说，“你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人。”这其实就是将心比己的原则，对别人的遭遇要感同身受，要设身处地的去感受别人的感受，然后作出适当的响应，这是很重要的。要是每一个人都能够这样，人世间就会有更多的爱和温暖，人与人之间的隔膜必然大大减少，因为人都学会不单顾自己的事，而是愿意去顾别人的事。我们渴望别人怎样待我们，我们就得先去怎样待人。

也许在你成长的过程中，你失去过很多的爱，你觉得父母不明白你，他们也不愿意听你倾诉，

你感觉很孤单很寂寞，或者因为你父母不懂得怎样去培育你，又或者他们在成长的过程中也失去了别人的关怀，但是无论怎样，我们领受过神的大爱和拯救之后，就要学习去爱别人，去关怀别人，去用忍耐去待别人，活出耶稣基督的生命，让周围的人，因着你的存在而得着好处，这是神对我们的期望和要求。耶稣说，“你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。”

保罗在罗 5:1 提醒我们，我们在逆境中可以怎样成长，罗 5:1-5 说：“我们既因信称义，就借着我们的主耶稣基督，得与神相和。我们又借着祂，因信得进入现在所站的这恩典中，并且欢欢喜喜盼望神的荣耀。不但如此，就是在患难中，也是欢欢喜喜的，因为知道患难生忍耐，忍耐生老练，老练生盼望，盼望不至于羞耻，因为所赐给我们的圣灵，将神的爱浇灌在我们心里。”