



習慣性的靈修生活

沈蔣麗青師母

今年夏令會閉幕禮中，幾位弟兄姊妹上台分享一些感受，其中有營友勇敢地分享，這幾天有機會靈修是十分美好，因半年已沒有靈修。聽後，心裏有很多疑問，為何基督徒生活中缺少靈修時間？我在中學信主後，已學曉每天靈修。那時，我和一些弟兄姊妹在早上六時多返教會一起靈修，至七時多就各自返工或返學。這良好的習慣，讓我直到今天仍看重靈修生活。最近從丈夫和兒子的談話中提到一篇文章「習慣說」，令我想起要跟大家分享「習慣性的靈修生活」。

「習慣說」提到作者劉蓉年少時，在養晦堂西側一間屋子裏讀書的趣事。劉蓉低下頭讀書，遇到不懂地方就仰頭思索，想不出答案便在屋內踱來踱去。這屋有處窪坑，直徑一尺，逐漸地越來越大。每次經過，劉蓉都被絆一下。起初，劉蓉感到很別扭，時間久了也就習慣了。一天，父親來到屋子裏，向四周看，發現這屋地面的窪坑，笑著對劉蓉說：「你連一間屋子都不能治理，憑借什麼治理國家呢？」隨後叫僕童將窪坑填平。父親走後，劉蓉讀書思索問題又在屋裏踱起步來，走到原來窪坑處，感覺地面突然凸起一塊，心裏一驚，低頭看，地面卻是平平整整，劉蓉很別扭地走了許多天才漸漸適應。劉蓉天天面對着屋地面的窪坑，本來是有問題的，不理會，久而久之，就習慣了。正如基督徒不靈修，似乎不影響生活，也就算了，久而久之，就習慣了。這樣，就不覺得有問題了。

順安。順安。順安。順安。順安。順安。順安。

有很多弟兄姊妹都同意，靈修生活是每個信徒必須有而且是十分重要的，但在生活上卻不能好好地持守。有否想過或立志每天要有靈修時間呢？有否想過每天都要與神談心呢？若市儈地想想，神掌管我們的一生，是否多跟神打打交道，更會得到來自神的福氣呢？在我來說，每天的靈修能體會到來自神賜的平安、喜樂和力量去完成每天的工作。如果有習慣性的靈修生活，我們就能與神有更好的關係；即或有重重的難處和重擔，都可以交給神，有信心地讓祂掌管。

何謂「習慣性的靈修生活」？重點是每天要有固定的靈修時間親近神，常常把神放在心裏，無論任何事情，隨時隨地交託神。秘訣如下：首先，把神放在第一位，即是《四律》中所講基督坐在生命的寶座上。每天的生活由親近神開始，讓祂掌管每天的生活。前幾天，有一位姊妹大聲說：「每一日當我一起身時就向神感恩。」看重神在我們心中的位置，就會自然撥出時間靈修。從一些經文，可以看到一些屬靈偉人常常親近神：「亞伯拉罕清早起來，到了他從前站在耶和華前的地方。」(創十九 27)；以西結：「次日早晨，耶和華的話臨到我說……」(結十二 8)；摩西：「求你使我們早晨飽得你的慈愛，好叫我們一生一世歡呼喜樂。」(詩九十 14)；還有大衛：「耶和華啊，早晨你必聽我的聲音，早晨我必向你陳明我的心意，並要儆醒。」(詩五 3)第二，實際地操練和有恆心。找一個安靜的地方和時間靈修。起初，實踐時會有很大的難處，但慢慢地調較，就可以成為習慣，持之以恆，必能成功。第三，對神要有信心。在靈修時，無論對當天的經文、禱告或其他內容沒有甚麼特別感動，也要相信神必與我同在，因祂是一位有位格的

順安。順安。順安。順安。順安。順安。順安。

神，祂感覺我們的需要，也知道我們需要祂，絕不會離開我們。最後，

我們要有一個合適自己的計劃，按自己的程度和能力去實踐自己的靈修生活。靈修的大忌是生活顛倒，沒有固定作息的時間。(這不是指輪班制的人，乃是指晚上常上網、打機、追劇……等等)若停了一天也不要灰心，繼續努力。

耶穌說：「一天的難處一天當就夠，」所以，早上起來的時候可以把當天要處理的事交給神，讓祂掌管那天的路程，同時，也可以為一些特別的人或事情交託禱告，讓我們看見神的作為是何等偉大。當完成靈修時，就帶着愉快的心情面對當天的生活。



順安。順安。順安。順安。順安。順安。順安