

## 《与神同行》 如何保存平安（1）

弟兄姊妹，上一次是时候，你经历到内心有说不出来极大的平安呢？它持续了多久呢？为你会失去它呢？这种的平安，是不是很久才在你内心出现一次，或者是经常你都感觉得到，是常存在你内心里呢？这种平安是只在你灵性高超的时候才出现呢？还是你认为基督徒的生命，应该时刻充满着平安呢？你最后的结论是呢？你是否觉得“平安”在我们生活的这个世代中，是偶而才会出现，并且稍纵即逝，难以长久，而且是很难察觉得到的，因此不必对平安抱太大的期望，免得自己陷入失望之中呢？

在这里我要告诉你，“平安”是基督徒可以不断拥有和享受得到的。今天我们要看的经文，是腓 4 章，这里保罗教导我们该怎样保存，或者说保守平安。作为神的儿女，我们必须明白自己可以拥有怎样的平安，怎样去保守它，以及怎样每天可以不断的活在平安之中。腓立比书这卷书不是一个躺在沙滩上，悠闲生活，无忧无虑，显赫富有的大文豪所写的；它乃是出自一个囚犯的手笔。作者被囚禁在罗马的监牢之里，被铁链锁着，二十四小时有罗马的士兵在看守。他受到不公平的对待和控诉，并且有可能性命难保。他就是我们所敬爱和熟悉的使徒保罗。

保罗在监狱里，写信给腓立比教会的弟兄姐妹，用了四章的篇幅，其中就是不断的，按捺不住的要和他们分享他内心涌流出的喜乐和欢欣。保罗在腓 4:4 那里说：“你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐。”保罗不单在信里谈到喜乐，也谈到了平安，这两样都是每一个时代的人所渴望和追求，却又感到难以获得的。保罗告诉我们，他学习处各种不同的环境，因此他已经超越环境而不受它的影响，无论在景况之下，他都可以知足，保罗说这是他已经学会的。

到底一个二十四小时被士兵监管着，身上又带着锁炼的人，怎样才可以有平安呢？那不是天方夜谭吗？你能想象到一个快乐而满足的囚犯吗？“快乐”这两个字，跟“囚犯”好像是格格不入，无论如何都连不在一起的。“喜乐”也是一样让人费解，保罗身在狱中，已经无法继续神吩咐他作的事，他怎么能依然喜乐，依然有这么大的平安和满足呢？原来保罗不是疯了，他是很清醒的，他在信里就给了我们他喜乐和得平安的秘诀，这正是我们今天要学习和体会的。亲爱的弟兄姐妹，如果你觉得平安难求，平安经常远离你，是你可望而不可得的时候，请你留心保罗在这里所分享的，好让你不但知道如何去得到，而且学会怎样去持守，不让它失去。

好，我们要看的经文，是腓 4:4-7，保罗在这里说：“你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐。当叫众人知道你们谦让的心，主已经近了。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。”到底这是怎样的一种平安呢？是真实的呢？还是只是一种理念呢？保罗所分享的平安是真实无比的，神从来不会把一些不真实的事记载在圣经里，并且鼓励我们去追求和获得的。神所赐的平安，是真实无比的。

我们能不能享受平安，是在于我们各人的选择，我们可以选择过一个满有平安的生活，也可以选择过一个烦扰不安的生活，这是个人的决定。到底保罗所得着的平安，是怎样性质的平安呢？“平安”二字在希腊文的意思是“绑在一起”，把两样分开的东西绑在一起，这叫做“平安”。而平安所带出来的，就是宁静，就是安息，就是平稳，就是祥和，它是停在一个人的心灵和精神里面，是真实的，是神给每一个信祂的人无上的应许。

一个有平安在心里的人，不表示他从此以后再不会有困难和试炼，不是这个意思。但是心中有这平安的人，却可以在祸患和困境中，在焦虑和不安中，在重重的试炼和难关中，依旧有安宁和平稳。很多人都不相信有这个可能，即使是基督徒也不例外，他们以为必然是在顺境的时候才可以享有的。但是像一个被囚在监牢里，身体被锁炼锁着，有士兵在看守的人，似乎怎样也不能跟平安扯上关系，因为环境这么恶劣，当时的心情又怎能安息和平稳呢？然而，这正是保罗要跟我们分享的信息。要是一个信耶稣的人，基督徒只是在顺境中才有平安，这跟一般不信的世人有分别呢？任何人在平顺的日子里，心情都会平稳都会快乐的。但是保罗要分享的，就是当他处在患难和无助，四处黑暗无光的时候，他依然能喜乐，依然能享有平安，那就不一样了，保罗学会了那秘诀，怎样去得到平安和保守着这平安。

到底这超然的平安是从那里来的呢？原来当我们相信接受耶稣做救主的那一刻，耶稣基督就成为我们的平安，这是圣经所说的。主耶稣在约 14:27 曾说：“我留下我的平安给你们。”因此有了耶稣，我们就有了平安。这就好像葡萄树和枝子那样，从我们一开始相信接受耶稣基督做救主的那一刻起，圣灵就把我们的生命连结到主那里，好像将枝子连在葡萄树的树身上一样，我们在主里面，主也在我们里面，我们与主有了合一的关系。保罗在他的书信里，经常提醒弟兄姐妹要“在基督里”活着，要“在基督里”怎样怎样，不断的提醒我们要记得我们是“在基督里”，而基督也在我们里面，我们与基督的生命是连结在一起，不能分割的。

所以，从我们接受耶稣做救主的那一刻起，平安就是神给我们的一份礼物，神把它放在我们心里。当基督成为我们的生命的时候，里面的平安就自然涌流出来，足够我们在生活中享用。不管我们享用与否，它已经在我们里面，是属于我们所有的了。每一位弟兄姐妹从信耶稣的那一刻开始，就已经领受了平安，因为那是神给每一个信祂的人的礼物，就在我们的心里。它不用我们努力去赚取，才可以得着，或者付出代价，才可以把它买来，它是神给人的恩典，是神给一切信耶稣的人的礼物。它是直接从神来的，耶稣基督就是我们的平安。

既然平安早在我们信耶稣的时候，就已经在我们心里，那么我们要问的只是：“怎样去经历这样的平安呢？”我们可以隔多久才经历到一次呢？它是不是来了就会去的呢？它是偶而才在我们生命中出现一次，或者是长久在我们里面，不会离去的呢？保罗说这份平安是“出人意外的平安”，意思就是我们人的头脑是无法明白的，是超出我们可以理解和想象的，然而这却是真实而又具体的平安，它不但存在在我们的心里，而且更能保守我们的心怀意念。

为保罗要用“保守”这个词来形容呢？“保守”原来的意思就是“护卫”，是用在军事上的。当时的腓立比，是罗马的殖民地，而罗马在各个殖民地都有派军队驻守，都有他们负责护卫的士兵，要驻守住城市，免得敌人有机可乘。保罗指出神的平安，也能够发挥护卫的作用，去保卫我们的心灵，保卫我们的思想，让我们在基督耶稣里，得着完全的平安。

神所赐给人的平安，是能够保护人，叫人的心思意念都得蒙保守的，具体来说，就是这平安能够保守着我们的思想，叫我们不至于去想那些我们不应该想的事，以致让我们的平安失去。我再说一遍，神所给人的平安，是很特别的，那是一种出人意外的平安，是我们无法解释的，但却可以发挥“保护”的作用，保护我们的心思意念，免我们去想一些我们不应该想的事，兴起一些我们不应该有的念头，以致于让这些破坏了我们所得到的平安。

当我们的心思不受控制，我们的思想越过了神所定的范围的时候，我们就有危险了。因为这些不应该有的意念，是会危害我们心中已有的平安的。然而，奇妙的是，神所给我们的平安，能够发挥“保守”的作用，就好像站在大门口，发挥守卫的作用那样，把一切不合神心意的思念都一一赶走。当我们陷在危机之中，周围困难重重，试炼接连而来，让我们不知所措

的时候，神出人意外的平安，就会在基督耶稣里，保守我们的心怀意念，给我们有力量去作出立即的反应，帮助我们依旧处在平稳和安息的状态中，不受外界的改变和动荡所影响。

弟兄姊妹，当我们对神所赐的平安有了多点认识之后，我们再回到起初的问题，我们诚实的问自己：“到底上次是时候，我们经历到这份非比寻常的平安呢？”虽然环境凶险，虽然逆境依然包围着我们，但是我们却不因此而满怀忧愁，我们内心反而有出奇的平静和安稳，那是从心里面发出来的，那是奇妙无比，又真实无比的经历。那不是因为我们的环境顺利，也不是因为我们有坚固的靠山，但是我们却确实的经历到，内心有说不出来，我们无法解释的平安。上次是什么时候经历到的呢？而你拥有它多久呢？它会不会失去呢？事情发生了呢？

保罗在腓 4:6 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。”保罗教导我们“应当一无挂虑”，那就是包括了一切的事，无论是事情临到，都不用挂虑。也许有不少人会觉得这说法简直可笑，人生怎么会没有忧虑呢？生活上有种种的问题和困难，除非是不正常的，才不懂得忧虑，正常人哪有能不忧虑的呢？其实，经文中所出现的“挂虑”一词，原来的意思乃是对一件事物的牵挂和焦虑，达到让人痛苦的程度。那就是说，保罗所说的挂虑，不是单单牵挂，或者为某些事操心铺排那么轻微，而是因着担忧虑而达到让人痛苦的程度，保罗教导我们不要这样，无论遇到事情，我们都不必让内心承受因焦虑而带来的苦楚，因为这是具有非常大的杀伤力的。

事实上，适当程度的焦虑是需要的，那是合理的焦虑，像父母挂心孩子的教育，品行，或者交友，因而会担心，也会作出适当的安排，这是好的，也是需要的，因为父母看重孩子，所以才会上为他们的一切紧张。但是，要是过份焦虑，变成对自己的伤害，让自己陷入痛苦当中，那又另当别论了，保罗提醒我们要放下，因为那种焦虑能够把我们内心的平安和喜乐夺去，叫我们失去内心的平安和满足。

保罗在讲到“应当一无挂虑”的时候，他特别是指为未来的事焦虑，害怕自己将不能控制环境，因而有很多的惧怕，疑惑和忧心，让我们的感情失去平衡，这忧虑就能夺去我们的平安，能够影响我们的健康，也能够叫我们的精神和心灵都受损。在医学上，焦虑是无形的杀手，会损害我们身心灵的健康，是我们不可不留意的。神透过保罗劝勉我们，“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”，这是一条有效的出路，能够叫我们不但心灵获得轻省，并且神所赐出人意外的平安，可以护卫保守我们的心怀意念。

人的身心灵是有着互相的影响和关连的，我们的心灵如果健壮，我们的身体也会得着益处。我不是说人所有的毛病都是由焦虑而来，不是这个意思，但我们不能否认的，就是焦虑的确是人类的大敌，能够直接间接的伤害我们。起码焦虑能够把我们内心的平安喜乐，本来有的平静安稳夺走，让它消失。因此保罗提醒我们，不论事，都不必忧虑，应当一无挂虑，我们不要让任何事情，夺走内心的平安。

我们可以关心某些事情，可以为某些情况作出安排，但却不必忧虑。我们可以关心家人，关心自己，关心工作，关心身边的朋友，这些都是合情合理，是我们应该做的事，但却不可无止尽的，变成了焦虑，为这样事情那样事情焦虑，让我们的身心灵受损，那就不对了。我们要清楚“适当的关怀”，跟“过份的焦虑”，两者之间的分别。举个例子来说，孩子扭伤了脚踝，你不知道他的骨头有没有折断，或者只是扭伤，你关心他的伤势，你只是关心，但没有焦虑，所以在你里面依然有平安和喜乐，那是真正的关怀，而不是过份的焦虑。但是如果你焦虑得不得了，要马上送孩子进医院，又急得哭起来，嚷着说孩子的骨头一定是断了，以后一定影响他的行动了，他以后怎么办？怎么谋生，这又是另一回事，那就成为了过份的焦虑，

害得自己和身边的人的情绪都跟着紧张起来。那就是不必的。

要是我们察觉自己把“关怀”转化成了“恐惧”，以及忙乱，那就已经是成为焦虑了。神不希望我们生活在焦虑之中，这不是说我们对身边所有的事情都抱着“漠不关心”的态度，不理别人死活，变得毫无恻隐之心，不是这样。但适当和适度的关怀即可，千万不要变成焦虑。也许有些人会说，“焦虑是与生俱来的，我从小就是一个很神经质的人，事事都焦虑和担心，那怎么办呢？”或者保罗天生不是焦虑的人，所以他不明白某些人的心理和处境，但其实保罗明白，他在坐牢过程中的处境怎样，我们可以凭想象去推想，但即使在那样的环境底下，他却依然满有平安。

其实，保罗知道自己处境的危险和前途的未卜，他不是不去想，但更重要的，是他信靠神，他知道神在掌管他的一生，所以他交托给神以后，就不再焦虑，心里就有无上的平安了。保罗既没有能力去改变他所处的环境，他也不知道明天将要发生的事，着急也帮不了忙，保罗知道神会看顾一切也知道神有祂的时间，神是全能的，又是慈爱的，他就安息在神大能和慈爱的手下，不再焦虑，反而充满着喜乐和平安，以及满足了。

亲爱的弟兄姐妹，环境永远不会尽如人意，也不会完全合我们的意愿。有些人以为只要退休了，生活就会变得写意，因为再没有作的压力，可以做自己喜欢做的事，因为他们现在所承受的工作压力很大，但不做也不行，因为有经济上的各种开支，有各样生活的需要。然而，许多退休人士，他们的生活比有工做的时候更忙碌更紧张，因为他们尝试过都不做，只是在享受生活的那种苦闷和无聊，所以宁可过着忙碌的生活，也不要无聊。我们不必奢望环境会如人意，但是在逆境中我们却要信靠神而继续享受平安。

怎样才能判断自己只是关怀而不是焦虑呢？首先，我们要问自己，我们所关心的，是自己所渴望的，还是神的旨意呢？要是我们关心自己过于关心神的旨意，我们就得容易会变得焦虑，因为重点是在自己身上，而不是在神身上。我们就会朝着自己所想的去做，怎样驾驭环境，怎样控制事情，做着许多我们不知道有后果的事，这样我们的情绪就会受牵动，我们就会成为焦虑。因此我们要小心，不要让自己关心个人的事，过于关心神的旨意。

第二，要是我们发现自己过于匆忙的去作出决定，我们就要小心，因为那已经踏进焦虑的范围了。我们越是急着要作决定，我们就越会失去智慧，而所作的决定往往都是错的，神不希望我们作错决定，因为神知道我们将会为此而付出代价，也会经历痛苦。因此我们要小心，不要因为环境的压迫，或者周围的人所加的意见，就在急躁的情绪下做决定，我们应当安静下来，试着从神的角度去看环境和事物。求主在这个时刻对我们的心说话，参与我们的处境，引导我们，叫祂的名得着荣耀。神借着先知以赛亚说“你们得力是在乎平静安稳。”

耶稣之所以时刻有平安，是因为祂的平安是超越环境，跟环境无关的。耶稣的秘诀就是祂经常注目在神的观点上，祂只作父吩咐祂作的事，我们如果要生活中得享平安，也要凡事从神的角度去看，认定神是掌管我们一生的主，我们就可以不急躁，不狂妄，不忙乱，因为神总有祂的时间和方式，是最好的，也是最适合我们的。

第三，我们要是不停的想着自己一心想要得的，我们也会变得焦虑。我们必须留心神的旨意，认定自己是走在神的旨意和计划中，任由神作出最美好的安排，这样我们的心就必得享安息和宁静。要是我们任由自己的情绪作主，我们就会失去平安，这其实也是我们个人的决定，到底我们要让神作主，还是让自己的情绪作主呢？作为神的儿女，没有任何环境可以伤害我们，林前 10:13 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。”

亲爱的弟兄姐妹，要是能认定神主宰一切，我们就必能享受生活中的平安。赛 40:28-31 说：“你岂不曾知道么？你岂不曾听见么？永在的神耶和华，创造地极的主，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。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。”