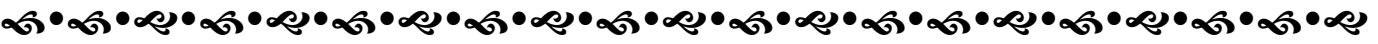


基督教宣道會油塘堂崇拜

【二零一九年五月十八及十九日】

全年主題：身心靈全人醫治 信望愛更新成長



回歸安靜

葉國強牧師

主耶和華以色列的聖者曾如此說：「你們得救在乎歸回安息，你們得力在乎平靜安穩，你們竟自不肯。」（以賽亞書 30:15）

現代人最大的試探，就是不斷追求外在的成就，而忽略了內心的平靜和滿足。當我們不斷追求物質或外在成就的富足時，身心就容易落在緊張和焦慮當中。人越長時間處在緊張的狀態，就越難進入安息。假若我們被焦慮和重擔佔據我們的心思意念的時候，我們甚至拒絕進入安息裡面。

現時坊間也有不少教人安靜的操練和理論，但與聖經的看法最不同的地方，聖經指真正的安息是一份從神而來的恩典，不是來我們內心的產物；意思是我們不能為自己製造安息，只有當我們相信神已經為我們預備一切我們所需要的，並且相信祂樂意供應我們，在我們與神相交的時候，我們才能領受和進入真正的安息。正如在創造與救贖的工作上，一切都是神為我們成就的，我們只是憑著信心去領取神所賜的恩典，安息也正是如此。

所以一切安靜的操練，也必須建基在神的聖言上，因為它是神的啓示，使我們知道真正得著安息的途徑。在耶穌平靜風浪的事蹟中，我們看見真正使人得到安息的，不是外在的環境，乃是內在的信心和信念。假若我們內心失去正確的信念，就會被外在環境，內心的私慾，眼目的情慾，今生的驕傲所主導。所以潘霍華曾說：「信徒一天之中需要有個獨處的時間，是為了下述三件事情：默想經文、禱告、代禱……我們將神的道當作神向我們所說的話便可以了。我們不問這段經文對別人有甚麼意義，而是留心這段經文對我們有甚麼特別的教導。」

因此有關安靜的操練，如：專注呼吸、放下思慮和執著等等，其實都是進入安息的基本功。進入聖言，被神的道光照，引導、充滿，潔淨、更新，在聖言中與主相遇才是進入安息的真道。