

2018年10月21日

主日講台信息

「操練敬虔」

／康來昌牧師

經文：〈提摩太前書〉四章 7-8 節

「只是要棄絕那世俗的言語和老婦荒渺的話，在敬虔上操練自己。操練身體，益處還少；惟獨敬虔，凡事都有益處，因有今生和來生的應許。」

弟兄姊妹平安。「操練」兩個字現在比較少用，一般用的是「鍛鍊」，鍛鍊身體。在社會上這是一個很流行的事，只要能夠做一些事讓身體更健康，我們就會去做。保羅說那是有益處的，但比起敬虔，那益處還少，比鍛鍊身體要更重要的，是鍛鍊敬虔。

什麼是「敬虔」？

什麼是「敬虔」？在現代社會、西方、東方，可能不只限於現在，很早的時候就開始有，說到「敬虔、屬靈」這兩個字，常常是比較貶抑、負面，好像比較虛偽、無知。我在神學院裡也常碰到一些比較進步的人，當他說：「哼，好敬虔喔，天天都在讀聖經；好屬靈喔」，都是否定的意思，認為其實是不食人間煙火。

也看過有神學家說，「我是真正的屬靈、真正的敬虔，廿四小時隨時隨地每個地方都敬虔，沒有兩副臉孔，我在每個地方都一樣的敬畏上帝。所以我早上是不讀聖經的，當我讀紐約時報時，就跟讀聖經一樣敬虔」。這是鬼話！各位，如果一個人說「我愛我太太，廿四小時都愛，隨時隨處都愛，我沒有兩副嘴臉，我對我太太跟對我女秘書都一樣」。鬼話！

我承認我們注重讀經、禱告、敬拜、敬虔這些事，有時候會流於形式。提摩太後書 3：5，保羅也講，有些人是只有「敬虔的外貌，卻背了敬虔的實意」。那是不對、不好的。真正的敬虔、屬靈，是敬畏上帝、喜悅上帝、有聖靈的果子，這是有今生和來生的應許。

基本的敬虔操練需要花時間、下工夫

所以我還是要重複這老話，弟兄姊妹，要有敬虔的操練、鍛鍊，也就是希望我們都能夠養成讀經、禱告、好好崇拜的習慣，這是基本的敬虔操練。也不只是這些，一切美好的事情都需要花時間、下工夫，包括結出聖靈的果子。

我們都希望快、希望速成。就如今天唱的詩歌，「我願像耶穌」，如果是外表的像，找到一個醫美醫院，就能做很好的改變。有個美容院的廣告說：「你不要向從我們這裡出來的女人調情，她可能是你的祖母」。意思就是你進去之前是迦勒團契的，出來變成青契的。

屬靈的事不會這樣，屬靈的事需要時間、需要操練、需要工夫。聖經講到屬靈的事，沒有說是生產線上的產品，把東西調一調就可以快速的出產。那些也許都有他的價值和必要，有時我們也會希望快一點，但基本上，我們的生命是一個植物的生命，聖經用的形容是葡萄樹、無花果樹。要結出果子，不可以用打針成法，是需要時間來耕耘、澆灌、施肥、除草，是需要工夫的。希望我們在讀經、禱告、崇拜的事上操練。

語言上的操練，存乎於心

不只是這一方面操練，保羅也講到語言上的操練，就是今天的經文，提摩太前書 4：7，「**棄絕那世俗的言語和荒渺的話**」。這個，保羅在以弗所書第 4 章講得更多，4：25，「**所以你們要棄絕謊言，各人與鄰舍說實話**」，4：15，「**惟用愛心說誠實話**」。

這裡的「實話、誠實話」，我自己覺得更好的翻譯是「真理」。因為「實話」不一定造就人。我講的都是老實話或真實的話、事實，但不一定造就人。很多時候，有些人的小道消息是真的，但是是傷害人的。很多傷害人的真話，我們不必講出來。

譬如，你的鄰居小孩頭腦不清楚、很笨，你不必跟他講他是一個很笨的小孩。你的朋友得了小兒麻痺症，走路很難看，你不必跟他講老實話：「你走路真是夠難看」。真實的話不一定要講，事實上不用講。我們要講的是造就人的真理，帶著愛心、對他有益處的我們講，「用愛心說真理、與鄰舍說真理」。以弗所書 4：29「**污穢的言語一句不可出口，只要隨事說造就人的好話，叫聽見的人得益處**」。

聖經上注意這些事，保羅講說話的重要，耶穌也講說話的重要，並不是在訓練、強調我們基督徒都要成為超級好的外交官。講話很得體，講話的用字、時間、

速度、字正腔圓。不是，聖經不是在講這些。如果我們講話要講得恰當，重要是我們的心要美好，這更需要操練。耶穌說：人「**心裡所充滿的，口裡就說出來；善人從他心裡所存的善就發出善來；惡人從他心裡所存的惡就發出惡來**」。「存」這個字很重要，需要時間，不是一天的。

現在台灣還是有這情形，我想全世界都有，大家都很希望一個突然的復興、一個大復興。一個名嘴或聖靈的工作，在一場講道之後，就讓教會有十年、百年的復興。我自己覺得這種可能性是非常低的。如果真的有這復興，我覺得恐怕也是幾百年才有一次。我們不能期望那些，不能期望每一棵樹都像傑克的魔豆一樣，一個晚上就長起來。一個晚上就長起來的樹，第二天就死掉了。的確有這種神奇的樹，就是約拿書裡的蓖麻。

敬虔需要操練

樹如果不結果子，反而會被咒詛死掉，這是真的。就是我們不能求聖靈的工作讓我們在生活中可以偷懶，可以有神奇的結果。一定是奇妙的結果、東西，但我們的操練不可以少。這不管是夫妻之間、教會裡、或社會上，我們都需要在工作上、生活中操練自己的舌頭。不，不是操練自己的舌頭而已，操練自己的心。讓我們的心越來越多充滿上帝的愛和恩典。這也不只是讀聖經、看屬靈書籍而已，這些東西都像是我們身體上的營養。你可以吃得非常營養、健康，但身體仍然不好。如果你吃得非常健康但不鍛鍊，就是累積很多健康的東西，這反而對身體造成傷害。你需要的是鍛鍊、操練。

就用「愛」來講，你我都希望有愛，希望能活出愛。要活出愛，第一個條件一定要領受愛。就是我說的，屬靈是對主的一種渴慕，如果沒有渴慕，不想得到好東西，怎麼會得好東西？我們渴慕主的聖靈充滿我們，渴慕主的恩典、神的愛、神的豐富充滿我們，他是充滿我們，不過我也說，我也覺得神給我們的恩典通常都是原料，原料要成為成品，就需要時間、需要工夫、需要操練。

在神學院也有一次，有個學生跟我講，那時候我們神學院學生大概是七八個人一間房間，這個學生脾氣也不好，他請老師禱告：「老師，請你為我禱告，讓主把愛澆灌在我心裡，使我能夠有愛，不要天天跟同寢室的人吵架」。我說。「好啊」。禱告了大概一個禮拜，他氣沖沖的來找我，「老師，你不是義人，你的禱告沒有功效」。我問怎麼回事，他說：「今年分配宿舍，我的室友更難相處，我已經發了好幾次脾氣，一點愛心都沒有」，我說：「感謝主，老師的確不是義人，不過這一次神也聽禱告」。他說：「哪有聽禱告？我求愛，但沒有愛，常常發脾氣」。我說：「愛是恆久忍耐的」。

你要得到愛，上帝就給你很多事要你學習忍耐。上帝用一些最不好的人、環境，逼得你要結出愛的果子。愛的果子必須要在恆久忍耐的環境中才有。如果你以為神聽你禱告給你愛，就是把你調到維也納森林，伊甸園，沒有不好的事，一切都很順利、平順，你所住的宿舍是一人房，沒有人吵你，又可以按鈴有人來服務你。各位，在一個凡事順利的地方不是不好，但以我們這些罪人而言，那不大培養得出美好的聖靈果子。你要愛，神常常把你放在一個非常醜惡的環境裡。你要智慧：「主啊，給我智慧，像所羅門那樣」，往往神就把你放在一群笨蛋的當中，因為他們笨，所以逼得你要用腦筋。如果他們都很聰明、都用腦筋，你不用腦筋很舒服，但就慢慢笨下去了。

我不能說一定是這樣，但我們還是求主幫助，在這世界上要得到美好的東西，神往往給我們原料、恩典，然後要我們去操練，包括我們操練勒住自己的舌頭。這，再一次說，我們操練勒住自己的舌頭，不是一個修養而已，這是聖靈給我們恩典，但是需要花工夫，需要對付自己。

成聖需用工夫

有一種神學很有害處，就是：「我們成聖不需要工夫，順其自然就好，讓聖靈像水流一樣帶領就好」。聖靈的水流通常要不然就是很乾，要不然就是大洪水氾濫。每件事需要聖靈，但我們一定有操練，一定要有對付，我們一定要學習勒住舌頭。這些都不是舒服的，都不是我們純粹靠自己的修養，完全是在主的恩典下學習對付。

我們能不能，包括夫妻、同工當中，我們能不能多說一些我們從小就教小孩子，但自己卻不實踐的：「謝謝，請，對不起」？大家都說這幾個字太簡單，卻說不出來：「唉呀，我沒有那麼虛偽。老夫老妻了還講這些幹什麼」？的確，你不想講，講了覺得虛偽，這是因為你心裡沒有存感恩的心。「善人從他心裡存的善」，存的，不是一天、馬上就有的，需要累積、需要對付、需要耕耘而結出來。

我去年到法國（我曾提過這事），弟兄姊妹有一天下午帶我去波爾多有名的產酒地。我們只有一個鐘頭時間參觀一個很漂亮的酒莊。看了一下葡萄園。當地負責人跟我講：「這些葡萄樹要做出好酒，有幾個條件，第一個，葡萄樹必須夠老。所以你看這裡的葡萄樹都是老的，沒有年輕的」。這是第一個，要時間。

下面就讓我毛骨悚然，跟耶穌講的真的怎麼這麼像？「枝子若不連在葡萄樹上，自己就不能結果子。不結果子就砍掉，結果子呢？就修理」。各位，修理要用台灣話來瞭解。你多結果子就要多修理，你不結果子就砍掉，很辛苦的。

他說：「一棵老樹，春天發芽的時候，所有的枝子都砍掉，只留一根。一棵葡萄樹只有一個枝子，要讓所有的營養都在這枝子上。一根枝子結了多少串的葡萄，通通掐掉，只留一串。一串葡萄裡，只留最好的七、八顆，其他的都做醋去了」。一棵樹只允許一根枝子長，一個枝子只允許一串葡萄長，一串葡萄只有七八顆。如果這樣講，各位，我們這裡這麼多，不知道有幾個能做波爾多天國的酒。

不要繼續講這些了，我只是在說，人間美好的事，藝術、文化、科技，包括美好的個性、包括聖靈的果子，需要有良好的來源，必須有神給我們的恩典，必須重生，必須聖靈充滿，必須有神的話，必須有神的聖經，必須有靈修，但是另外一個條件，生活的磨練。生活中的磨練不是叫我們只是很會說話、很會對答，而是讓我們的心能夠越來越美善。

聖經裡說了壞話的負面例子——元帥押尼珥

當我們說話說得不恰當而傷人的時候，在聖經很多這例子。我也必須再提醒各位，我不是在講說話的技巧，我是在講我們的心。大衛和掃羅的國度有很大的爭執，掃羅死了以後，大衛作了猶大王，掃羅的兒子作了以色列王。兩邊七年半沒有和好。被耽誤了七年半，可能就是因為一件事，就是掃羅的元帥押尼珥說了一句逞氣的話。

各位，夫妻有時候感情受到傷害，就是因為有時候說了一句要爽一點的話，要把心裡的話說出來；要所謂的誠實一點、不虛偽；不要勒住舌頭，要釋放舌頭，講一點痛快的話。我覺得現在的文化都是這樣，大家都會說台灣的媒體、政壇就是攻擊、謾罵，我覺得文化在鼓勵這樣的事，越會罵人，越多人聽。

基督徒不要這樣，我們要學習以善勝惡。不是說你一定要勒住舌頭不講話，或一定是說一些假的、虛偽的應酬的話，你看屬靈的人，包括保羅，從來不說應酬的話，說的是能夠造就人的真話。

押尼珥說的一句痛快話，造成很多麻煩。為什麼會這樣。我覺得就是他生活中沒有操練，他是一個元帥，而且他是一個實際上的王，一個 **king maker**，他是操縱國王的。這樣的人大權在握，驕縱。驕縱常常就是「老子高興做什麼就做什麼」。有時候沒辦法做，就「高興說什麼就說什麼」。各位，不要逞一時之快，任何人都不要逞一時之快，學習讓我們的舌頭、生命操練美好的事。這些操練、被管教，都不舒服。

我得巴金森以後，康師母特別（以前就是，但得病以後更是）照顧我很仔細，不管是吃的，睡的，各樣事都很仔細照顧我，還有一個一定要我做的，就是操練

散步、走路。吃過晚飯好想賴在沙發上不想走。去走，不舒服，對你有益。這只是一個例子。有人也許喜歡走路，那你學習坐在電視機旁陪老婆，也是一個操練。操練沒有說一定要怎麼樣，我們是攻克己身，叫身服我。

押尼珥這個元帥太驕縱。掃羅的兒子對他說了一句話，他就大發脾氣。聽不得別人說什麼，尤其聽不得別人說他的不對，然後自己又喜歡亂講話。撒母耳記下 2：12，押尼珥帶著一隊兵，和大衛的一隊兵相遇在池邊。我們不知道這件事什麼時候發生的，不過照聖經的次序，似乎是掃羅死了以後就發生。也就是這兩個國度，以色列和猶大，在掃羅死了以後可以馬上就和好，大衛去作王，兩邊就和好，但可能因為這件事就沒有和好。

的確，掃羅是一直在攻擊大衛，所以猶大支派和便雅憫支派有一些嫌隙，但猶大支派(就是大衛這邊)並沒有要惡化這種情形，而便雅憫支派能不能不惡化？有一天，猶大支派元帥帶著很少一些兵，和掃羅元帥帶的一隊兵相遇了。大概都人不多，兩隊兵相遇，有一點可以擦槍走火。這時候怎麼樣比較好？這需要努力。

我在想，如果他們當中有人，可能是押尼珥自己，能夠把自己的軍帽脫下來，跟亞歷山大大帝有一次做的一樣，然後去水池邊舀一盆水給猶大的兵喝：「兄弟，走這麼遠的路辛苦了，喝點水吧」。如果他願意更降貴紆尊說：「我幫你洗洗腳吧」，那是多麼美的事。

但沒有人做這事，兩邊的人在池邊都不講話，掃羅的元帥要逞一時之快，就說了一句話。他對對方的元帥說：「**讓少年人起來，在我們面前戲耍吧！**」這句話我們不大懂他的意思，不過從後面可以看到，意思就是，「我們比畫比畫吧，我們兩個打一打，讓少年人在我們面前輕鬆的打一打吧」。

不和好，反而要打，打的結果，那一天戰事就非常猛烈，死了三百八十個人。恐怕從那天開始，兩邊就越來越多仇恨，越來越多攻擊。在那天戰事越來越厲害時，押尼珥又對對方說了一句話，這一次他說得很對、很智慧、很感動人，可是他前面那句話已經造成了傷害。撒母耳記下 2：26，「**押尼珥呼叫約押說：刀劍豈可永遠殺人嗎？你豈不知終久必有苦楚嗎？你要等何時才叫百姓回去、不追趕弟兄呢？**」「唉呀，大衛的元帥，我們不要再殺了，不要再追趕了」。其實押尼珥是因為他自己敗了才說這話，他如果勝了，恐怕還要繼續追趕。但他敗了，就說不要繼續打下去。約押說：「**我指著永生的神起誓：你若不說戲耍的那句話，今日早晨百姓就回去，不追趕弟兄了。**」你如果不先說「讓少年人起來比畫比畫吧」，今天就沒有這悲劇了。

各位，多說造就人的好話。不是說我們天天都要說虛偽的話。我再次說，我們要把上帝的福音、上帝的真理，多多的領受，心裡充滿的，口裡就說出來。領

受上帝的愛，在艱難的環境裡，這愛就生得更好；修理乾淨，就結果子更多。

這是一個負面的事，因為一句話，就像我們中國人講的，「一言可以喪邦，一言可以敗家，一言可以興家」。不過，一言能不能興家我不知道，但一言敗家真是很容易。

好話也有意思，壞話我剛才講了，我們不是在說說話的技巧，我們是在說希望有一顆善良的心，一顆被上帝對付的心。而押尼珥元帥太心高氣傲，不大有機會操練自己的舌頭和心。

各位，要學習操練。如果實在沒有機會，我們也要有自知之明。不操練，請別人在我們身上做操練的工作。唐太宗就是這樣，他不是基督徒，但他希望有人責備他，指出他的錯誤。指出來他也不高興，但他願意學習在盛怒之下克制自己。

求主幫助，這機會實在太多了。我們每天生活裡，包括看得見的、看不見的，我們都需要學習操練。我們看到電視一些醜惡的鏡頭，難免想罵人，有兩個辦法，一個就是以後不要看了，但奇怪，我們一邊看一邊罵：「這是什麼爛節目，哪個白癡會看」，然後又看了兩個鐘頭。就是不好的東西不要看了。

另外，如果我們是在立法院那種環境，不能不看、不能不聽，我們就求主讓我們像蓮花一樣，出淤泥而不染。越是淤泥，開花開得越好，你因為連於基督，是有這個能力的，求主幫助。

聖經裡說了好話的正面例子—先知拿單

好話來造成好的結果也有益，在撒母耳記下 12：1，講到先知拿單被耶和華差遣去責備大衛。拿單，照我知道，做的事有三件，第一件事，當大衛要建聖殿時，神藉著拿單對他說了一些話。第二件事情，就是大衛犯了淫亂、殺了烏利亞，耶和華差遣拿單去講。拿單非常勇敢的責備王的過錯。如果拿單這麼勇敢責備王的過錯，我想他跟所有的先知都一樣，有個特點、個性，就是嫉惡如仇。如果他是（他顯然是）嫉惡如仇，他甚至不怕丟掉性命去責備大衛，恐怕他對拔示巴的印象也非常壞，「都是你這壞女人，勾引我的王，讓這件事發生」。

我也提過，大衛犯淫亂，拔示巴有多少責任？除了她在接到王的召令不應該去以外，她首先就不應該在王的附近洗澡，老公又不在，這有沒有勾引的意思我不曉得，但起碼她有責任。拿單應該很不喜歡她，拿單對她和她的家應該很不滿意。

可是拿單後來出現的時候，第三件事，撒母耳記下 12：25，神讓拔示巴第二次懷孕，生了一個孩子，就是所羅門。神讓拿單去給所羅門另外取了一個名字，叫「耶底底亞」。「所羅門」是「和平之君」的意思，「耶底底亞」是「耶和華愛他」。可能拿單對拔示巴和她所生的沒有好感，但神吩咐他去表示上帝的愛，他就去了。這都不太容易。如果神叫你報好信息給你所不喜歡的人，不太容易。報好信息給你喜歡的人，錦上添花，人都很喜歡。我們跟這世界為敵的，世人恨我們，可是我們需要把愛和真理的福音傳給他們。

拿單後來又做了一件事，這件事我們不太熟悉，但這件事跟以斯帖記太像了。在列王紀上第一章，我們看到大衛晚年的時候朝政不太好。大衛晚年時寵愛一個女子亞比煞，非常漂亮，雖然他們中間沒有關係，但大衛很喜愛她。

大衛向來都寵愛，第一個是羊群，第二個是女人，第三個是小孩。大衛這個個性算好，也算不好。他憐香惜玉，但憐香惜玉如果太過分，就是好色。他愛小孩也很好，但只愛而不管教，就不對了。他對他的兒子（第一個暗嫩，第二個押沙龍）從來不管教，現在第三個兒子亞多尼雅自立為王，大衛不管。聖經上用一句話形容大衛對兒子的態度，說：「**他父親素來沒有使他憂悶，說：你是做什麼呢？**」大衛從來沒有說甚麼話，使他的兒子煩惱，包括這個兒子自立為王要篡位了，大衛也不管。

各位年輕的弟兄姊妹，你的爸爸媽媽或你，也是這樣嗎？從來沒有做什麼事使你的兒女煩惱、憂愁，什麼事都不講他。各位，大衛不講他的兒子，對惡的事情不加以制止，害死了好幾個兒子，包括亞多尼雅。亞多尼雅要自立為王，也造勢，大衛都不管。

各位，他要作王，我們今天看會想，你要作王就作王，你要接董事長就接董事長啊。但沒有，即使看王永慶家也知道，沒有那麼簡單。你要接、繼承遺產，難免一番鬥爭，而且這難免一番鬥爭可能幾十年。

亞多尼雅如果要作王，他會殺拔示巴，也會殺所羅門。拔示巴曾經很漂亮。有人說，「女人的美貌跟她的智商是成反比」，這一定是醜女講出來的話，不過，拔示巴好像不怎麼聰明，聽到亞多尼雅要作王，她沒有反應，不知道要做什麼。拿單就在這個時候去找拔示巴，他說：「亞多尼雅要作王了，你知不知道？我們的主不知道，**現在我可以給你出個主意，好保全你和你兒子所羅門的性命**」（王上一 12）。你現在要進去跟王講話，講到恰當的時候我就進來講話，要挽回這件事。

「拔示巴見大衛」像極了「以斯帖見亞哈隨魯王」

拿單勸拔示巴跟大衛講話，和末底改勸以斯帖跟亞哈隨魯王講，非常的像，那個時候都是替人求情。末底改要以斯帖見亞哈隨魯王，是要替以色列人求情。拔示巴和所羅門現在危險，如同當年以斯帖和以色列人危險。可是如果以斯帖要去向亞哈隨魯王求情有困難，以斯帖有卅天王沒有召見她。

各位姊妹，你老公三十天沒有跟你講話，不是一個好現象。雖然我知道有人三百天也沒有講話，但這更不是好現象。

而且王有第二次召處女的紀錄，這都顯示以斯帖失寵了。當時王是寵哈曼，現在大衛是寵亞比煞、亞多尼雅。看起來拔示巴也不能過去，要去見，也有點困難。以斯帖不敢去見王。各位姊妹，我們家應該沒有這樣的事情，你老公卅天不跟你講話，你去跟他講話會冒生命危險。可是當時波斯王宮居然就是這樣。不召你，而你去見，可能會被處死。

我想這有兩個理由，一個是皇帝怕被刺殺，另外一個是可能皇帝正在做一些事，不宜被別人看見。拔示巴去見大衛的時候就是這樣，聖經上講，拔示巴去見大衛的時候，「**童女亞比煞正伺候王**」。妙極了，伺候是什麼意思？是台語的「沙必思，service」，他正在服務大衛。換尿布嗎？餵他吃飯嗎？或是什麼親密的動作嗎？大衛看到拔示巴進來，我們中文聖經翻得也非常的妙，大衛就說了一句話：「你要什麼」？我覺得很冷酷。可能拔示巴也會想當年，「想當年你會這樣跟我講話嗎」？當年你跟我講話是：「你要天上的星星我會給你」，現在，「你要什麼」？

在這種很艱難的環境下，拔示巴開始講。講到恰當時，拿單就進來又講。這些話我們現在不去看，但我們需要知道結果。講的結果是，拔示巴和所羅門獲救了。拿單可能很討厭拔示巴，但上帝愛所羅門，可能也是很愛拔示巴，拿單就學習去替她講好話。

結語

好話要出自好心，路加福音 6：45，「**善人從他心裡所存的善就發出善來；惡人從他心裡所存的惡就發出惡來；因為心裡所充滿的，口裡就說出來。**」如果我們說骯髒、污穢、暴戾的話，因為我們心裡充滿了這些。操練的重要就在於，美好的事都需要時間、要工夫、要領受聖靈的充滿。

聖靈給我們的，應該不是聖靈的果子，而是聖靈的種子，那生長出果子，需要修剪、需要鍛鍊。仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制，這九種聖靈的果子，我想並不涵蓋所有的，我可以馬上加上三個，智慧、勇敢、

公義，也應該是聖靈的果子。

這些果子，我們真是需要平常多多的操練。領受上帝的恩典，思想上帝的恩典，不要讓我們的心思意念想那些邪惡、下流的事，這都是需要對付的。你可以放縱你的私欲去想、去看，但求主幫助我們不去想、不去看，多去思想主的恩典、慈愛、權柄和聖潔，然後在生活中操練、爭戰、鍛鍊。

希望最後我們能夠鍛鍊出不僅是對上帝的渴慕，也對上帝的喜悅；不僅是對付老我、攻克己身、不任性、不縱欲，而且我們操練求神滿足我們、喜悅上帝。基督徒希望活出一個喜悅的生活。我們會受委屈，會有艱難，會像世界上、社會上（包括台灣社會）所遭遇到的，每個人的態度好像都是一樣：「我受傷了，我被你侮辱了；我很生氣、我很憤怒」。各位，我們可能也有這些經驗，但希望我們的反應是，「我蒙恩」。

以賽亞書 61：10，「**我因耶和華大大歡喜；我的心靠神快樂。**」求神幫助我們，我們在教會裡看到的，我們自己生活的，我們沒有辦法把環境都改變，甚至我們的個性也不一定能改。我們碰到傷害人的事也許很多，但所有傷害人的事，碰到一個願意被對付，領受上帝恩典的，醜惡的事在他身上就變成美好的。

我因耶和華，如果不因耶和華，我們沒有辦法如此：我因耶和華大大的歡喜，我的心靠神快樂。我的心不是靠娛樂節目快樂，甚至我的心不是靠著我兒女的成就快樂，因為那些都短暫；是好的，但是短暫。我的心甚至不是因為我丈夫對我好而快樂；那是很好，但那也是短暫。我的心靠神快樂。馬利亞的名言，路加福音 1：47，「**我靈以神我的救主為樂**」。羅馬書 5：11，「**我們既藉著我主耶穌基督得與神和好，也就藉著他以神為樂。**」以神為樂！以酒為樂的人很多，以書本為樂的人很多，以數錢為樂的人很多，以女人為樂的人很多，每個基督徒操練、鍛鍊，以神為樂。

禱告

天父，我們謝謝你的恩典，願你這個教會、你的葡萄園有各樣聖靈的果子，是結滿了果子，是結滿了喜樂的果子，結滿了聖靈的果子。如果結滿了喜樂的果子，就必定有很多眼淚。如果結滿了聖潔的果子，就必定要常常對付邪惡，求主教我們，求主幫助。奉耶穌基督的名禱告，阿們。

（呂琪姊妹整理）