

## 《清教徒的默想操练》

### 9. 拦阻默想的障碍

清教徒领袖经常警告人们关于默想的拦阻，下面是他们对这些拦阻回应的总结：

拦阻1: 没有预备好，或者无知。这样的人说他们不能把思想集中在一个对象上，他们的思想轻飘，被抛来抛去。

回应: 没有能力，无知，飘忽的思想并不能使人免除义务。你失去能力，这不等于神失去了权利。老实说，你没有预备好，这是因为你忽略了默想，不爱真理。有罪的人性并不废除我们与神的约定，正如一个仆人喝醉酒，这并不能让他可以不工作一样，曼顿写道。把被神成圣的知识好好收集起来，来解决你这个问题。不断操练这知识，同时倚靠圣灵，求他帮助，你就会逐步发现默想变得更容易，更甘甜。

拦阻2: 忙碌。这些人说他们被这世界上的工作如此烦扰，以致不能严肃认真地花时间在这个责任上。

回应: 真正的信仰不是只是在空闲的时候才去行出来的。极大的忙碌应当驱动我们更加去默想，因为这时我们有更多的需要带到神面前去默想。

拦阻3: 灵性消沉。这样的人承认，尽管他们有好的愿望，但他们的心很容易离开默想。

回应: 马太福音11:12 说天国是给那些努力的人，要努力得着的人的奖赏。为什么你疏懒于那可以带来直到永远的赏赐的属灵追求，却不疏懒去追求那只能带来暂时的赏赐的这世上的工作呢？灵里沉睡会让一个人穿破烂衣服（箴23:21）。正如曼顿所说，下苦功夫强于受苦，被责任的绳索捆绑胜过被黑暗的铁链捆绑。）

拦阻4: 世界的欢乐和友情。这样的人说他们不想行义过分，因此不希望抛弃虚空的娱乐和朋友。

回应: 世界的欢乐败坏我们的心，使我们的身体不能去尽默想的责任。贝兹写道，要记住，信仰的甘甜无与伦比，胜过感官一切的快乐。（102）

拦阻5: 内心背离。这样的人说他们不希望负上这么困难的任务的轭。在罪的重担下，他们害怕与神单独相处。

回应: 曼顿建议，真心用基督的宝血洁净你的良心，然而让自己负上包括默想在内的恩典之道的轭（诗19:14）。

柯乐麦警告说，疏忽默想的后果是很严重的。这导致内心刚硬。为什么神的应许和警告不能打动我们？这是因为我们没有默想这些应许和警告。为什么我们对神的祝福如此不心存感恩？为什么他的作为和施加的苦难不能在我们的生命中结出义的果子？为什么我们不能从神的话语和圣礼中受益，为什么我们如此判断人，为什么我们为永世做预备时如此软弱？在很大程度上这岂不是因为我们缺乏默想吗？

我们必须操练自己去默想。绝大多数的清教徒牧师都是这样说的。然而即使是在清教徒的年代，相对来说几乎很少人把这看作是他们的责任。巴斯特写道，很多人因为错失了一次公开听道，一次禁食，一个公开或私下的祷告而心里不安，然而从来却不会因着错过默想而内心不安，也许在他们一生中，直到今日也是如此。

（选自《清教徒的默想操练》，本文收录在《周毕克文集》里，需要纸质版，微信联系：271087029）