

## 《清教徒的默想操练》

### 1. 默想应用，默想医治，默想教导

灵性成长应当成为信徒基督徒生命的一部分。彼得鼓励信徒在恩典里长进，在我们主救主耶稣基督的知识上长进。（彼后 3:18）。海德堡要理问答说，真正的基督徒，籍着信心成为基督的肢体，在他的恩膏上有份。因着基督的大能，他们被兴起得到一个新生命，有圣灵作为保证赐给他们；靠着圣灵的能力他们求上面的事（西 3:1）。基督徒灵性要成长，这是理所当然的，因为凡是藉着真信心被接在基督里的人，不能不结出感恩的果子。

拦阻当今基督徒成长的其中一点就是我们没有学习属灵知识。我们没有花足够的时间在祷告和读经上，而且我们放弃了默想的操练。默想从前被认为是基督教一种核心的操练，是祷告操练至关重要的预备和帮手，但这个词现在却和不合乎圣经的新纪元运动联系在一起，这是何等一个悲剧。我们批判那些参与超然默想和其他放松思想操练的人，这是很应当的，因为这些操练是和那些虚假的宗教，比如佛教和印度教联系在一起的，和圣经毫无关系。这种形式的默想注重倒空思想，与世界脱离，与所谓的宇宙思想联系在一起，而不是和一位永活，有位格的神联系在一起，听他的话，为他积极生活。然而，我们可以从这些人身上学习到安静沉思和长时间默想的重要性。

有一段时间，基督教教会曾经尽情投入在合乎圣经的默想之中，这包括与罪分离，与神和邻舍相合。在清教徒时代，无数的牧师传道，写书，论述如何默想。在本章中，我们要看看清教徒默想的艺术，思考默想的实质，责任，方法，主题，益处，障碍和自我反省。以清教徒为我们的导师，我们也许可以为这个时代重新恢复默想这种圣经所讲的操练。

（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）