

LET NOT YOUR HEARTS BE TROUBLED

# 你们心里不要忧愁



理查德·薛伯斯  
(RICHARD SIBBES) 著  
想主译

清教徒文献翻译社

# 你们心里不要忧愁

Let Not Your Hearts Be Troubled

1635 年

理查德·薛伯斯 (Richard Sibbes) 著

想主 译



清教徒文献翻译社

PTF

## 你们心里不要忧愁<sup>1</sup>

---

作者：理查德·薛伯斯  
译者：想主  
编辑：康克尔 冬青  
校对：乐清 话梅  
出版：清教徒文献翻译社  
电邮：PuritanTF@hotmail.com  
字数：23 千字  
版次：二〇二六年 三月 初版

**版权所有 请勿商用**

## Let Not Your Hearts Be Troubled

---

Author: RICHARD SIBBES  
Translator: Mary Lai  
Published by: Puritanism Translation Fellowship  
E-Mail: PuritanTF@hotmail.com

Copyright ©2026 Published by Puritanism Translation Fellowship  
Chinese Translation Copyright ©2026 by Bonisa

1st edition, March 2026

**All Rights Reserved.**

---

<sup>1</sup> 这两篇讲道是薛伯斯人生最后的两篇讲道。——编注

“你们心里不要忧愁，你们信神，也当信我。”

——约翰福音 14:1



理查德·薛伯斯 (RICHARD SIBBES, 1577–1635)

## 目录

你们心里不要忧愁 .....	1
讲道前的祷告 .....	1
第一篇讲道 .....	2
第二篇讲道 .....	16

## 讲道前的祷告

仁慈圣洁的父，你将这日定为圣日，是为了侍奉和敬拜你，是为让我们在救恩之路上长进。你既赐下最仁慈的应许：“因为无论在哪里，有两三个人奉我的名聚会，那里就有我在他们中间。”（太 18:20）如今我们奉你的名聚集，向你祷告，聆听、传讲你圣洁蒙福的话语，就求你的应许成就在我们身上；求你此刻藉着圣灵洁净我们的心，使我们能以最荣耀你、也最安慰我们的方式，来履行这些圣洁的侍奉。我们凭自己本不配出现在你至圣的面光中——既因为我们本性的罪，也因为我们生活中的罪，甚至在认识你神圣的真理后也是如此。我们未曾像当行的那样，去领受和宣告这圣洁的真理，反倒常常抵挡你藉着圣言和圣灵在我们心中点燃的亮光。我们犯下诸多过犯；其中，我们承认自己违背你圣洁律例的罪，因我们未曾预备自己的心来领受它，也没有得到本应得到、可能得到的益处；因此，这实在让您这位至尊之王有正当的理由，可以藉你的圣洁律例咒诅我们。然而，在耶稣基督里，你以丰盛的慈爱和怜悯，作我们亲切慈悲的父；我们是藉着基督来到你面前，求你为祂的缘故，不将我们交付于内心和属灵的审判；求你让我们看见自己真实的光景，不至欺哄自己的心，并由此生发出真正的谦卑。求你藉着基督向我们宣告和平，并藉着圣灵向我们的灵魂说，你就是我们的拯救。为了使我们确知自己已经蒙了你的悦纳，求你让圣灵在我们心中成就这蒙福的工作——开启我们的悟性，厘清我们的判断，点燃我们的情感，显明我们的败坏，用各种方式塑造我们，使我们成为你所喜悦的人。因为你已经命定“你的话是我脚前的灯，是我路上的光”（诗 119:105），你又将你的话作为大能的工具，使我们一步步脱离罪恶和撒但的捆绑，进入你儿女蒙福的自由。因此，我们恳求你赐福于你的圣道，成就你所定的一切良善目的和旨意。求你赐恩给我们——使我们现在就能明白你神圣的旨意，并竭力按此建造我们的生命，从而最能使你得荣耀，也最能使我们得安慰！为了你的独生子、我们蒙福的救主耶稣基督的缘故！阿们！

## 第一篇讲道

“你们心里不要忧愁，你们信神，也当信我。”

——约翰福音 14:1

圣洁之人如同“公义树”（赛 61:3），在任何时候都渴望多结果子，临终时尤为如此；他们在世上的时间有限，愿带着馨香之气离开世界。雅各如此，摩西也亦然——他临终前创作的荣美诗歌便是明证。你也能在大卫王和所罗门王临终的言行中看到这一点。而在我们救主身上，这一点尤为显著。人越是接近天堂，心就越是属天。当恩典和荣耀即将相连，恩典即将被荣耀吞没时，恩典就显得最为荣耀。

基督所有的话语均安慰人心，但其中最使人得安慰的，莫过于祂临终前的教导。在慈爱者对其心爱之人所说的一切话中，同样是他们的临终之言最值得铭记于心。因彼时他们最为严肃——他们正面对着最严肃之事；彼时他们最有智慧，也最具判断力——对自身结局的思考使他们变得更智慧。因此，神指着祂的百姓说：“惟愿他们有智慧，能明白这事，肯思念他们的结局。”（申 32:29）摩西也说：“求你指教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。”（诗 90:12）事实上，没有比这更重要的智慧了；因为它教导人们对世间万物做出正确的判断。他们不再沉醉于世间的虚华，不再被他人的看法左右，而能对事物本来的面目做出评价。

此外，在临终前，爱会格外彰显其力量。因此，我们蒙福的救主在即将上十字架献自己为祭时，温柔地说出了这句话：“你们心里不要忧愁。”让我们聆听这句话，这是我们救主临终前对祂门徒所说的，也藉着他们临到我们众人，正如圣约翰所记载的：“我不但为这些人祈求，也为那些因他们的话信我的人祈求。”（约 17:20）主的安慰关乎我们所有人，正如祂的祷告一样。

这章经文甜美地融合了安慰、劝勉和恩典的应许，但它尤其提供了安慰。请留心赐下这安慰的是谁——是我们的救主。这安慰何时赐下——在祂即将献上自己为

祭的时候。

在我们这位慈悲的大祭司身上，有着多么令人钦佩的爱、关怀和怜悯啊！祂此时所思所想的，都是如何安慰祂的门徒们，以至于竟忘记了祂自己和即将来临的死亡！这正是爱之本性所发出的行动；我们应该在此效法我们的救主。你们看，祂是何等竭力地坚固他们，特别是在祂即将离世之时。祂知道那时他们最需要安慰，因此祂竭力通过各种手段坚固他们，包括这里的劝勉、逾越节以及设立圣餐（林前 11:23）。

然而，我们何须对我们配得称颂救主的这一举动感到惊奇？祂如此看重我们，竟甘愿离开天堂，取了我们的本性，成为人；又将自己置于律法之下，成为罪。

这句话包含了两层意思：一是劝诫人不要过度忧愁，二是引导人信靠神和基督。安慰必须建立在强有力的理由之上。因为我们都是有理性和理解力的受造物，神也会根据我们的本性对我们做工。祂用比患难更强有力的理由来安抚我们的心。安慰的本质是什么呢？不就是用更强有力的理由来稳固并支撑灵魂，使其能够抵御所害怕或所感受到的祸患吗？如果患难与安慰势均力敌，那么安慰就不起作用了，但基督的安慰超越一切患难。因为祂不仅劝人不要忧愁，还劝人相信：“但你们可以放心，我已经胜了世界。”（约 16:33）

基督如此安慰他们，驱散他们的灰心，是有原因的。在前一章中，祂曾告诉他们，祂即将要离开他们，他们也要离弃祂；就连他们中最优秀的人，比如彼得，也要伤害、否认祂，其余的人也都要离开祂。由此，他们可以推断，即将来临的患难会很大，甚至连彼得都会不认祂，众人都会离弃祂，这必然会引发极大的羞辱。我们的救主凭借着祂神性的大能看透了他们的心，同样很可能，祂也从他们的神情中看到了他们因祂的离去、彼得的跌倒、他们对祂的离弃、随之而来的逼迫而产生的灰心丧气。基督察觉到了他们灵里的沮丧，因此就用这句话来鼓舞他们：“你们心里不要忧愁。”我们灵魂的属天医生，总是会在最适当的时候施行治疗。

在门徒的忧愁中，存在着一些益处——既有自然的益处，也有属灵的益处。他

们既失去这样一位挚友，并听闻如此严重的逼迫，生出自然的忧愁也是合情合理。因为我们是血肉而非钢铁之躯，就此而言，基督自己也有忧愁，显明祂真实的人性。事实上，忧愁是一切属天安慰的调味剂，如果没有忧愁，也就没有安慰；因此，基督并不否认这种自然的忧愁。同样，这种忧愁也有一些属灵的益处。他们深爱他们的主，既意识到祂即将离去，也知道离弃主是可耻的。这期间，他们心中仍存着对主的爱。基督能从矿石中看到金子，能从诸多罪恶中看出一些良善。因此，祂仍旧爱他们，并通过安慰他们“你们心里不要忧愁”来展现出这份爱。门徒拥有正确的动因，即一切的安慰都源于基督的同在。因此，他们忧愁的主要原因是美好的。因为正如所有天上的光、热和能量都来自太阳（所有这些都汇聚在这天体里）；同样，所有天上的安慰也都汇聚在基督里，因此我们必须从基督的同在中寻求安慰——无论是身体上的安慰，还是属灵上的安慰。门徒的错误，乃是在于将所有安慰都与基督的肉身同在联系在一起；仿佛太阳必须降下来，停留于大地之上，才能赐下它的光和热。因此，基督告诉他们，虽然祂要离开，但祂会差来另一位保惠师，就是圣灵。

此外，他们还被另一种想法困扰，即认为基督离开后，他们的光景肯定会变得更糟。因此，基督告诉他们，祂去是对他们有益，而事实也确实如此。基督收回祂肉身有福的同在，并非为使他们受亏损，而是为了他们的益处。神绝不从祂儿女手中夺走任何东西，除非是以更好的东西替代。基督若收回了祂肉身的同在，必定会留下祂属灵的同在，而且更加丰盛。

因此，尽管他们被“可见之事”引导，又难以相信“不可见之事”，但基督仍看见了他们里面的善，并予以接纳。祂看见了门徒里面的不好，就有意去洁净；祂看见了门徒本性上的软弱，就有意要坚固。因此，祂劝勉他们说：“你们心里不要忧愁。”

在这句话中，我首先观察到的是，即或是最好的基督徒，也难免会忧愁、哀伤、消沉，且程度往往远超本应有的。

事实上，我们的救主基督自己也会忧愁，但祂的忧愁宛如水晶杯中摇晃的清水

一样——杯底毫无淤泥。然而我们的忧愁却是另一种性质，常常倾向于混乱、没有节制。

我们可以从整本圣经中印证这一真理：哈拿曾心里愁苦，其程度之深，甚至连义人以利都误会了她，“以为她喝醉了。”（撒上 1:13）

希西家是位好王，却因心里的苦楚，以至于他“像燕子呢喃，像白鹤鸣叫”（赛 38:14）。大卫也曾抱怨自己“沉吟悲伤，心便发昏”（诗 77:3）。约拿也曾“在阴间的深处呼求”（拿 2:2）。

神允许我们忧愁，一方面是为了让我们效法元首基督，另一方面是为了让我们认清自己。如此，我们便能发现自己的软弱，从而更好地被教导，去寻求那位赐我们力量的主。

同样，神允许我们经历忧愁，是为了防备属灵上的罪，如骄傲、安逸等。

还有部分原因是关乎他人，是为了使我们能生出怜悯之心。基督成为人的目的之一，就是要作怜悯我们的大祭司；我们更需要认识和体会自己的软弱，才能对他人怀有怜悯，不至于苛责他人的忧愁；以利之所以轻率地指责哈拿，正是因为缺乏这种考虑。

但我们如何知道，我们的忧愁超过了应有的程度呢？我要先立定一个根基：对于某些事，我们毫不忧愁是罪，但过于忧愁也是罪。如果门徒对基督的离去毫无感觉，这就是罪，甚至不亚于愚蠢；然而，如果他们对基督的离去太过忧愁，这也是罪。总而言之，答案是：当忧愁妨碍我们履行本分，或使我们远离本分时，它就是罪；当它妨碍我们对神或他人履行本分时，它就是罪；当它使我们远离本分，即灵魂被忧愁扰乱，如同乐器失了调，不适合演奏，又像肢体脱了臼，就会动作不协调、疼痛难忍，不适合行动，它就是罪。我们若忧愁到这般地步，就知道这忧愁超过了应有的程度。

有几种情感，尤其会使我们过度忧愁。例如：对未来灾祸的恐惧，对当下患难

的忧伤。这些情感妨碍我们尽本分，或使我们远离本分时，就成了过度 and 失序的情感。

在自然情况下，情感应该是人履行本分的助推剂，它们是推动灵魂前行的风，是灵魂属灵的翅膀。因此，没有情感的人就如死海，完全不动。但情感也必须受到规范和约束，它们的激发和平息，都应听从属灵悟性的指挥。情感若因自身冲动而兴起，或被肤浅和虚假的念头所驱动，就是失序。但情感若是因对事物的正确判断而被激发，并在应该平息的时候平息，就是正当且有序。

此外，不仅这些失序情感本身会带来伤害，撒但也喜欢在其中浑水摸鱼。只要撒但加入其中，情感就会被激发和搅动得无比失常、过激。因此，我们必须将忧愁和恐惧等情感约束在合宜的范围内。撒但会密切观察我们的情感是否越界；或用最温和的说法，作为一种公义的管教，神许可撒但介入这种过度的情感中。因此，使徒明智地说：“不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步。”（弗 4:26-27）因为我们一旦放纵任何情感过度，撒但就会浑水摸鱼，与这种情感联合。撒但是黑暗的灵，喜欢在灵魂陷入黑暗时盘踞其中。因此，当灵魂被超出合理范围的情感蒙上阴影，当所有情感如乌云压城般使灵魂黑暗时，撒但，这位在黑暗中行事者，便会趁机夺取灵魂。

扫罗就是如此。他嫉妒大卫，他性情骄傲自大，不能忍受存在竞争者；撒但就趁机在他身上做工。因此经上记载，有恶魔来扰乱他（撒上 16:23）。

但“心灵的忧愁”是一个太大的话题，我在此不会深入探讨；我只说明我们不应该在任何方面屈服于过度的忧愁。原因如下：

1. 当我们陷入过度的忧愁和悲伤时，我们是在伤害自己。过度的忧愁和悲伤会使灵魂像脱了臼一样，使我们的行动变得困难，灵魂的轮子因此被拆卸。对灵魂来说，喜乐和安慰就像油一样。因此，尼希米说：“因靠耶和华而得的喜乐是你们的力量。”（尼 8:10）因此，当我们屈服于恐惧、忧愁等强烈的情感时，就会削弱灵魂的行动力。此外，这些情感就像是一层乌云，隔绝了我们与神的爱，灵魂因

此不能得到更多的安慰和舒展。喜乐使灵魂扩张，忧愁使灵魂紧缩。安慰使灵魂昂扬，忧愁和悲伤使灵魂低沉。基督徒本应有一颗端正、正直、开阔的心。因此，当心灵狭隘、发沉、沮丧时，基督徒就偏离了他应有的正常状态。

2. 我们若看重神，就不应让灵魂陷入这样的忧愁；因为过度的悲伤和忧愁，源于对神的良善和护理的误解，这确实是对神的极大羞辱！而过度的恐惧和忧愁，总会伴随着抱怨和不满，并会滋生一颗不愿顺服神和圣灵的心。这既辜负了神护理中的关怀，也轻慢了祂应许中的恩典。这会使神圣善的灵担忧；这是在质疑神的统治，仿佛祂没有按照应有的方式安排事情；仿佛我们要以一种方式来行事时，神却偏要以另一种方式来行。沮丧和不满中还藏着极大的骄傲。这世界上最不满、最骄傲的灵，便是魔鬼。刻意装出来的悲伤，显明人的内心充满了骄傲与不悦，仿佛我们这样优秀的人不该如此受苦，或者我们沮丧的理由比振作的理由更充分。然而，如果我们能够以安慰的理由加以平衡（这是我们身为基督徒当做的），这些安慰的理由就会远超过沮丧的理由。因此，屈服于沮丧和忧闷，就是对神、神的真理和祂慈爱甜蜜统治的冒犯。

这同样也冒犯他人。因为，当我们在不满中苦苦挣扎、耗尽心力、内心愁苦时，我们就无法履行任何爱人的职分了。这使灵魂失去能力——不仅夺走灵魂的力量，更夺走灵魂的意愿。此外，这还会最有效地使真信仰蒙羞，好像信仰并不足以安慰人的灵魂。

但你们可能会说，信仰会导致许多忧愁和悲伤。这的确是世上浅薄之人的言论：“信仰让人悲伤。”

诚然，我们的救主也曾让门徒悲伤——祂告诉门徒，祂将要离开他们，并且祂的十字架和可耻的受难将会招致极大的非议。但与此同时，祂又吩咐他们不要忧愁，并赐给他们安慰的理由。因此，信仰确实会让人悲伤，因为它揭示了真理，包括令人悲伤的真理。然而，相同的信仰会再次振兴他们。是的，信仰先使人降卑，为要后使人升高。清晨的太阳升起时，会有许多云彩伴随，但当阳光变强烈时，就会将云彩驱散。神想要赐下坚固而充实的安慰，祂会先带来忧愁，并揭示忧愁的真正原

因，让我们看到一切并非那么美好。但信仰在带来忧愁的同时，也必带来解决忧愁的良方；神引导灵魂看见理当忧愁的事，也必藉着祂的灵向灵魂显出恰当、应有的安慰。因此，在某种程度上，信仰确实会带来悲伤和忧愁；但信仰确实也防止过度的悲伤和忧愁。

因此，过度沮丧是对信仰的羞辱。

3. 虽然我们应当为罪忧愁，但过度为罪忧愁是对基督的不敬，也是对神在基督里大爱的不敬；因为这仿佛是在说，在基督里没有足够的良药，可以医治罪这严重的疾病。过度为教会遭遇的苦难忧愁，就像不为约瑟所受的苦难忧愁一样，二者都是罪。过度沮丧是罪，因这仿佛是在说，“基督已将政权从祂肩上卸下”或“祂在天上没有教会的名字刻在祂胸上”（就像大祭司的胸牌上没有十二个支派的名字一样）；如此沮丧，以致不再祷告，放弃使用一切良善的方法帮助教会，这也是罪。所以，当为罪忧愁，使我们忘记神在基督里向我们所施的怜悯，使我们忘记基督作为我们的铜蛇所具有的医治功效，使我们不再寻求我们的安慰之源并屈服于撒但的试探，这就是罪。即使是为罪或为教会而过度忧愁，也是有害和可耻的。

约书亚看见以色列人战况不顺，就大大沮丧。但神说：“约书亚，起来！你为何这样俯伏在地呢？起来，尽你的本分！想想是哪里出了问题！营中有一个亚干。”因此，当我们遭遇不顺时，不要沉浸在忧愁里，而要多多关注自己的本分。因此，我们看到神的子民极易过度忧愁，我们也看到不应过度忧愁的原因——这在各个方面伤害神、自己、他人。

综上所述，基督确实有很多禁止忧愁的理由说：“你们心里不要忧愁。”

**异议：**但基督是神，祂本有能力治愈人的忧愁，就像祂禁止人忧愁一样容易。

**回答：**确实如此，但基督是藉着禁止忧愁来治愈忧愁。基督的话一出口，安慰之灵就进入他们的心里；恩典的果效总是伴随祂的命令而来，因为圣言和圣灵总是一同做工。基督是用人的方式来处理人的问题。安慰的灵是真理的灵；因此神乃是用真理来安慰我们。祂先赐给我们分别为圣的悟性和情感；然后又藉着分别为圣

的真理对它们做工。

有时基督会藉着实际的安慰来治愈忧愁。因为安慰有两种：一种是“理性的安慰”，源于信心所领受的真理根基。另一种是“实际的安慰”，源于能给我们带来安慰的实际事物，比如朋友的相见，或物质上的供应——从中我们能感受到神的爱。神在我们走天路时提供各样便利，让我们在其中感受到祂的爱，祂确实赐给我们诸多实际的安慰！神不仅用祂的应许、祂的话语、祂的圣礼来安慰我们，赐予我们属天的安慰，祂也藉着外在的安慰来向我们传递祂自己和祂的爱。尽管属肉体的人会滥用这些安慰（使一切都变得更糟）；然而，对于以天国为目标的神的儿女而言，神的爱让天路旅程中的一切事物变得更加甜蜜，他们能从最小的安慰中看到神的爱。

其次，观察“你们心里不要忧愁”这句话——安慰的居所在哪？在于心。安慰的居所，亦是忧愁的居所。因此，人忧愁时，必须有相应的安慰临到，人心才能安舒。

因此，神在以赛亚书 40 章 1-2 节中说：“你们要安慰、安慰我的百姓，要对他们的心说话。”（直译）正如忧愁能深深渗入心的根部，基督那如同强心剂般的安慰，也必抵达忧愁所及之处。忧愁若深入人心，安慰也必深入人心。如今，作为“万灵的父”的神和作为“保惠师”的圣灵知道并查验我们的心。祂们知晓我们内心的每一个角落，祂们能将每一个角落的恐惧和悲伤驱逐出去，并给灵魂的每一个部分带来光明、温暖和力量。因此，基督说：“你们心里不要忧愁。”

现在，我仅列举几个方法（虽然我可以列举很多方法），使我们能竭力安慰自己的心。

1. 我们必须正当地察验己心，探寻我们忧愁的根源。因为基督徒经常感到忧愁，却说不清楚原因；他们就像孩子一样抱怨，却不知道为何抱怨。我这话不是指着假冒为善者说的——因他们会为那些“并不真正让他们忧愁的事”抱怨，就像有些鸟离巢越远，发出的叫声越大。我的话乃是指着一些可怜的基督徒说的，他们确实感到忧愁，却不知道忧愁的原因。你们要扪心自问，看看营中是否有亚干，心中

是否有未除之罪（因为罪就像风一样，一旦进入经脉，必要找到宣泄的出口，带来痛苦与麻烦。<sup>2</sup>罪进入灵魂中，也会如此），这确实是导致一切忧愁的原因。因此，你们要彻底察验自己的心，看是否还有什么罪，是你没有为之悔改、没有为之在神面前降卑的。

2. 当你们找出自己的罪时，要通过向神认罪（在某些情况下也向人认罪），给它一个宣泄的出口。

3. 认罪之后，要思想：在神的话语中有哪些应许和安慰适合我们当前的状况。因为无论我们处于何种景况，神的应许中总有相应的安慰，能医治每一种心灵的顽疾。对于基督徒而言，根据自己心灵的疼痛对症下药，是明智的表现。因此，我们必须对神的话语熟悉、有洞见，如此才能预先“储备”安慰。我们的救主预先告诉门徒“十字架的羞辱”和“彼得的不认主”，是为了让他们积蓄属灵的力量，披戴属灵的军装，好预备面对试炼的日子。通常而言，人在顺境时不积蓄安慰，在逆境时就很难持守。就如古语所云：*Non durant in adversis quæ non in pace quærita*——“未在平安时寻求的，在逆境中也无法持久。”需要运用信仰时才去学习信仰，并非明智之举。因此，让我们做自己灵魂的好管家，及早从神的话语中储备安慰；这样，到真正急需之时，我们只需回想自己预先所积存的安慰，就足够了。

还有一些应许具有更普遍的用途，它们是通用的，适用于各种忧愁。我们想不到特定的应许时，就该使用这些，比如关于赦罪的应许。我们要满怀惊奇地思想神赦罪的怜悯，因为罪以极其可怕的色彩显现，若神不以同等程度的恩典色彩显现，我们就会消沉。因此，当罪被加重到极其可憎、无比邪恶、无法衡量的时候，就更彰显基督的怜悯和富足了，正如先知弥迦所说：“神啊，有何神像你，赦免罪孽，饶恕你产业之余民的罪过，不永远怀怒，喜爱施恩？”（弥 7:18）同样，在“何况天父，岂不更将圣灵给求他的人吗？”（路 11:13）在这一应许中，包含了多少应许与安慰啊！在这应许中，我们的救主应许要差遣一位保惠师，一切恩典和安慰

---

<sup>2</sup> 可能的解释：在当时的医学上，人们相信，风或气（wind）如果进入血管或经脉（veins），会引起剧烈的痛风、抽搐或胀气。——编注

都汇聚在这位施恩和赐安慰的圣灵里了。祂的灵是满有一切恩典的灵；因此，我们的救主认为，当祂应许要差遣保惠师给门徒时，祂的应许就已经足够了。而在“万事都互相效力，叫爱神的人得益处”（罗 8:28）这一应许中，又蕴含着何等丰富的安慰啊！是的，连那些最糟糕的事也必互相效力，虽然它们看似彼此冲突、相互敌对，却在“叫神的百姓得益处”上达成合一；就像钟表的齿轮朝着不同的方向转动，却合力让时钟敲响。因此，在处理和安排事情时，一件事情可能会与另一件事情冲突，但最终我们却可说：“万事都互相效力。”我发现，神将一切都变作于我有益；而若没有这样的十字架，没有这样的苦难，我就不能达至此境。此外，为了让你们在当下的呼召或困境中得到随时帮助，请你们牢记神向约书亚所作的应许（这应许在希伯来书 13 章被重新提及）：“我总不撇下你，也不丢弃你。”（来 13:5）——这一应许在圣经中被重复了五次。

无论我们身处何境，神都会藉着祂的灵，在恩典中与我们同在，这是多么大的安慰啊！正如大卫说：“我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在。”（诗 23:4）即便境况如此可怕——“我虽然行过死荫的幽谷”，大卫的宣告却无比坚定——“却不怕遭害”；当我们细细思想这些应许时，我们的灵魂就必充满信心，足以应对任何困境。正如在诗篇 27 篇 1-3，大卫如此说道：“耶和华是我的力量，耶和华是我脸上的光，我还惧怕谁呢？虽有千万的人起来攻击我，我必仍旧安稳。”如果我们的内心被神的话建造，被神的灵坚立在应许的真理上，我们就可以倚靠神和祂的真理，对抗一切忧愁——无论这忧愁是来自撒但、地狱、撒但的差役，或是来自我们自己的心。因此，我们若不了解神赐给我们的安慰，也不在必要时加以善用，便是对神和祂的真理的极大冒犯。更多的应许我就不再列举，留待你们自己去寻求考察吧；圣经中满是应许和安慰。

4. 当我们得着这些应许时，就要竭力透彻理解它们。要竭力理解我们在应许中得安慰的根基，并相信这些应许的真实性，因它们和真理之神一样真实。然后我们又要爱慕这些应许，并在我们的情感中深刻吸收它们，使它们成为我们的一部分，并要行在它们带给我们的力量和安慰中。

5. 此外，我还要牢记这些应许，竭力使之常存如新。基督徒的一大失败，就是忘记了他们的安慰，正如希伯来书所言：“你们又忘了那劝你们如同劝儿子的话。”（来 12:5）虽然我们知道许多真理，却只能从记得的安慰中得益处。

6. 然而，最重要的是，我们若想保守自己的心远离忧愁，我们就要努力保持无玷污的良心。清洁和勤勉是保守安慰的奇妙力量。因此，良心若被玷污而不洁净，就要用基督的宝血洗净它，这宝血先清除罪恶（purging），然后使心纯净（purifying）。首先，神用这宝血洁净我们的灵魂，促使我们努力去察验罪、承认罪；这会使我们看到自己需要基督——这基督乃为满足神的公义而舍命。然后，神又将基督的宝血洒在我们的心上——这血乃为一切悔改的罪人而流；藉这宝血，心灵被洁净的同时，良心也就立即得了平安。当心被洁净、得安宁后，我们就要保持它的清洁。因为污秽的灵必是忧愁的灵；虽然污秽的灵可能暂时安宁，却在不久之后必会爆发。

7. 因为我们对本分的关注程度，决定了我们能享有多少安慰；因此，我们不仅要保守良心的清洁，还应当在各种关系中谨慎履行一切本分。要思想自己正处于何种关系中，自己应当尽上何种责任，并谨慎地履行它们。疏忽本分就是欠了债，而债务必定使人忧愁。当灵魂回想到，自己的确疏忽了某项当尽的责任时——“哦，我的确应对某人尽本分，我的确应在某段关系中做某事，但我却忽略了。”——这的确会给人带来不安，且这不安有着充分理由。你若曾疏忽本分，就必须更新你与神所立之约，并着手履行你当尽的责任，以新的努力来弥补从前的过失；否则，你的灵魂必不能得安慰，神也必不容许你享有安慰。因此，“就当恐惧战兢，作成你们得救的工夫。”（腓 2:12）但如今，人之所以恐惧战兢，并因各样的疑惑和恐惧而心里忧愁，正是因为他得救的工夫仍未做成；尚有未尽的本分，良心就要提醒他们。

8. 但最重要的是，为了得到安慰，我们要竭力操练信心。为此，基督又说：“你们信神，也当信我。”（约 14:1）基督引导他们藉着信心寻求安慰。祂指明了信心的双重对象：神，即圣父、圣子、圣灵；以及作为中保的基督；基督将信徒

引向祂自己：“你们……也当信我”，祂要帮助他们抵挡祂受难时所带来的困惑。祂仿佛是在说，将来，你们看到我这样受死，被挂在十字架上时，可能会怀疑和质疑我是否是神，是否是弥赛亚；但是，“你们信神，也当信我。”因为无论如何，出于对你们和世人的爱，我取了人的本性，甘愿降卑虚己，但即便在我最降卑之时，你们仍要记住这一点：我是神！确实，没有什么比思想“神在第二位格中道成肉身、降卑、被钉于十字架，并为我们成为咒诅和罪；这位天地间至大的神，其荣美远超我们的理解，然而祂竟取了我们的本性，并在我们的本性中为我们承受了一切苦难”更能安抚灵魂的了。这确实会坚固人的灵魂。难道人会认为，神如此行乃是为了微不足道的目的吗？至大的神定意成为人，甚至为罪而死，试问还有什么忧愁和罪恶，能拦阻我们得到安慰，阻碍我们相信赦罪吗？我们可用这真理抵御一切忧愁。因此，“你们信神，也当信我。”——无论你们如何看待我的降卑，你们都可从我的降卑中得安慰，因这降卑乃是为了你们。因此，保罗说：“我曾定了主意，在你们中间不知道别的，只知道耶稣基督并他钉十字架。”（林前 2:2）那些骄傲不信的异教徒所反感的，保罗却乐在其中：“但我断不以别的夸口，只夸我们主耶稣基督的十字架。”（加 6:14）良心的平安、圣灵中的喜乐、与神和好、享受福乐的权利——这一切全都建立在被钉十字架的基督之上。

然后，你看到基督把这两句话连在一起（“你们信神，也当信我”），以显明三位一体中各个位格（即圣父、圣子和圣灵）之间的区别。我们所有的信心都最终归结于一位神，同时也归结于此神性的三个位格。因为既有一位被冒犯的神，就必须有神的一个位格来满足这位父神的公义，也必须有神的一位格来揭示和应用这满足。灵魂充满了疑惑，除了既高于灵魂也高于魔鬼的神，再没有任何事物能让它安息。因此，为了我们的救赎，为了给我们安慰，神必须有三个位格。圣父被冒犯，神的第二位格必须满足受冒犯之圣父的公义，而神的第三位格必须揭示和应用此满足，以便能安慰我们。因此，基督明确提及了这三个位格：“你们信神。”又因我们若不相信基督，就不能相信父神，所以祂便将二者连在一起：“你们信神，也当信我。”“若不藉着子，没有人能到父那里去。”（约 14:6）父神住在人不能靠近的光里，祂只在子里面将自己表明出来；子是神本体的真像，神的荣耀显在

基督的面上，祂只藉着祂儿子向我们表明祂自己，因此我们必须藉着祂儿子到祂那里去，正如基督随后所说：“我就是道路、真理、生命；若不藉着我，没有人能到父那里去。”（约 14:6）脱离基督来认识神——没有比这更可怕的事了，因为神乃是“烈火”（来 12:29）。因此，要在基督里，把神当作我们的神。让我们披戴我们的长兄基督，祈求神透过祂的儿子看待我们。

**问题：**那么，对基督的信心，是如何减轻灵魂的忧愁呢？

**回答：**有许多方式，我列举几个。

1. 对基督的信心能驱逐忧愁、带来安慰，因为它是一种倒空的恩典。信心能使我们倒空自我，从而紧紧依附于基督。因此，它也是一种联合的恩典，是将灵魂和基督结合的恩典。基督既是安慰的泉源，因神已将一切安慰藏在祂里面（“因为神本性一切的丰盛都有形有体地居住在基督里面” [西 1:19]），而信心使基督居住在我们里面，将灵魂与基督紧密相连，所以信心必然为安慰预备道路。因为信心使我们与安慰的源头合而为一，藉着反复的信心行动，不断汲取新的安慰。

2. 对基督的信心也能坚固心灵。灵魂若想被坚固，就必须有坚实的根基，如同盖房子要有地基，从地基上建造。现今，已有根基（即神和基督），然后就必须有一种恩典，将灵魂在这根基之上建造，这恩典就是信心；如此，灵魂便被坚固。其中因果的关系如下：父神在基督里，藉着圣灵，藉着信心所特定的圣道传递安慰。这并非仅仅藉着圣道本身，因话语不过如同运输血液和精气的静脉和动脉，且是藉着所应许的圣灵，帮助灵魂藉着信心将自己交托基督。信心是如此一种联合的恩典，藉着信心，灵魂与基督联合，从而得以坚固。

3. 此外，信心还能激发那些能够安慰灵魂的其他恩典，例如对一切应许之美好的盼望。因此，基督为了安慰他们，就在下一节经文说：“在我父的家里有许多住处。”（约 14:2）信心是使人领会那住处之喜乐的恩典，盼望则是让人期待信心所信之事的恩典，如此盼望便成为了灵魂的锚，能在世界的一切风浪和患难中稳定心灵。而盼望的根基若不是信心，还能是什么呢？信心激发了盼望，盼望则建立

在应许之上，尤其是建立在永生的应许之上。这样，信心就成了使人平静安稳的恩典，因它使灵魂升高，向灵魂展现比世上一切更美好的真实之事（有时会展现比世间一切威胁更可怕之事）。信心将这些事都呈于灵魂的面前，并且因它抓住比世间任何事物都大的神圣之事，所以它能胜过世界并其上的一切，甚至胜过地狱！是的，因它抓住了天堂和福乐，抓住了神的大能，抓住了神在基督里的怜悯，抓住了那些神丰富的应许。世间的一切美物，信心都能以天堂与之相比，从而战胜对它们的渴望！世间的一切邪恶，信心都能以地狱与之相比，从而战胜对它们的恐惧！人会说：“我若屈服于这私欲，就必能得着某种好处。”信心回答：“的确如此，然而这对天堂而言，又算得了什么呢？”因信心是未见之事的实底和确据，能让将来的事在灵魂中变得真实而显然，仿佛它们已经存在（因信心是在神话语的确定无疑中看见这些事）。因此，信心深深影响灵魂，有力地支撑着它，好像将来之事已经显明于眼前，因此信心便驱散并消除了一切不安。希伯来书 11 章以摩西和其他人为例，论述了这一真理。对人而言，还有什么比暴君的怒容更令人恐惧呢？然而，当摩西藉着信心的眼睛，看见那不能看见的神，再看法老时，法老在神面前又算得了什么呢？当米该雅看见神坐在宝座上时，亚哈与神相比，又算得了什么呢？当灵魂进入幔内，得见天上的荣耀和福乐时，地上的一切又算得了什么呢？信心将灵魂安置于磐石之上，使一切风浪都不能触及，这磐石就是神在基督里对我们的爱。因此，要让信心的恩典运作，使其展翼飞翔，藉着操练保持运行。信心经过操练就能安慰世上最沮丧的灵魂，并将其提升超乎我们所能想象或经历的一切困难之上。

## 第二篇讲道

“你们心里不要忧愁；你们信神，也当信我。”

——约翰福音 14:1

临终之人离世时，其所说的话往往最为严肃、最有分量，也最应重视。神的儿女越是就近天堂，就越与他们在天堂的状态相称——我们的救主基督也是如此！因此，祂离世前竭力赐给门徒（也包括我们）良善的忠告，好坚固他们的心，以应对即将来临的患难和忧愁。你们若想一想祂说这些话的时间，就会明白这一点。彼时，祂自己即将面临的忧患，比任何受造之人所能面临的更甚。然而，祂忘记了自己，忘记了即将来临的患难，反倒想着如何鼓励、安慰他们。祂预见彼得会不认祂，其余人也会离弃祂；祂预见在祂离去时，他们会陷入消沉。即便如此，祂仍对他们说：“你们心里不要忧愁。”

哦，我们有一位多么配得称颂、多么可爱的救主啊！祂顾念我们，胜过顾念祂自己，祂忘记了自己的忧患、苦难和绝境，一心只想扶持和坚固祂的门徒！

这源自同一深沉之爱，这爱曾使祂裂天而降，取了我们的人性，并在这人性中为我们而死。我们在这甜蜜的大爱中还有什么不能盼望的呢？正是出于这同一怜悯和同情之心（为了使他们不至沮丧过度），祂说：“你们心里不要忧愁。”

基督虽知道门徒已经处于蒙恩的状态中，但也预见他们即将犯罪，彼得甚至会否认祂。然而，即或预见了他和门徒的不善，祂对他们的爱、怜悯和同情也没有丝毫减损，仍赐给他们甜蜜的忠告。即便在他们确实以无情和否认离弃祂之后，主也没有以此作为他们的软肋。基督知道门徒对祂怀有隐秘的爱，知道他们内心深处仍有爱祂的根基。祂完全没有提及他们的软弱，而是复活后显现说：“你往我弟兄那里去，告诉他们：我要升上去见我的父，也是你们的父；见我的神，也是你们的神。”（约 20:17）是的，“也要告诉彼得”，尽管他对我最不义。哦，我们的

救主何等仁慈怜悯！祂虽预见我们会犯罪，但我们确实犯罪后，祂并不为此报复我们，反而留心防止我们过度沮丧，即便祂知道我们会对祂行不善之事！诚然，基督特意取了我们的本性，为要成为满有怜悯的大祭司。

基督徒必须辨别灰心与忧愁。对他们而言，毫不忧愁是罪，过度忧愁同样是罪。再没有比基督徒更敏锐的人了。“得胜时亦在感受”（*Sentit dum vincit*）——他战胜忧愁时，仍感忧愁。

基督是在对心说话，因为心是忧愁的居所：“你们心里不要忧愁。”

基督能同时对人耳和人心说话。祂的话语大有功效，并带来安慰。随着祂的话语，祂也赐下祂的圣灵，以此来安慰他们。关于圣道事工中所宣告的神命令，不要以为我们自己有能力遵行，而是伴随祂的话语，有能力随之而来。就像基督说：“拉撒路，起来！”就有能力发出，使拉撒路起来，正如祂在创造时说“要有光”一样；因为圣言和圣灵总是一同做工。

祂既要的门徒从忧愁中解救出来，就指明一条振奋他们的道路，那就是藉着信心：“你们信神，也当信我。”

信心的对象是神和中保基督。我们的信心必须以这两者为基础。除非我们相信基督，否则我们无法相信神。因为神必须由神来满足，而这满足也只能由同样是神的圣灵来施行；圣灵在人心中做工生发信心，使人心在沮丧时振作起来。信心中的一切，都是超自然的。我们所信之事，超乎自然；我们所信之应许，超乎自然；以及在信心中做工的圣灵，超乎自然；信心中的一切，全都超乎自然。必须有一位我们所信靠的神，也必须有一位我们藉其而信的神。若没有神来满足神，良心就永远不得满足，疑虑也将挥之不去。然而，若非圣灵来平定人心，让人确信那满足是全然充足的，人心也永远无法相信。因此，“你们信神，也当信我”——因为我也是神。

我们知道基督是神，不仅因为基督所行的神迹（除了神，没有人能行这些事），还因为人们对基督所行的事。人们对基督行了两件事，显明祂是神，即信心和祷告。

我们必须单单相信神，必须单单向神祷告，但基督却是这两者的对象。在圣司提反的祷告中，祂被显为是信心和祷告的对象：“求主耶稣接收我的灵魂！”（徒 7:59）因此，祂是神，因为唯有神才配得上这些事。

我现在要说的是：我们必须记住，我们的信心有着怎样坚固的根基、底座和基础。那是圣父、圣子和圣灵的神，以及作为中保的基督。为了支撑我们的信心，我们有支撑天地的基督可以相信，正如希伯来书 1 章 2-3 和歌罗西书 1 章 16-17 所言。祂与天父一同创造了万有；祂与天父一样配受万有的尊崇。那位托住天地柱子的主，也必能托住你们灵魂的柱子。

然而，对基督的信心，如何能减轻灵魂的忧愁呢？

一言以蔽之，因为信心使灵魂脱离自己，并将之引向在基督里的神和基督自己，使我们与基督联合成为一，如此灵魂就能超越一切忧愁。因着与基督成为一，我们就已是与基督同在天上了。再者，信心是一种能将未来之事呈于眼前的恩典，因此信心能坚固灵魂。信心是将来之事的实底，使应许之事成为实在，而且它会持续如此，直至事物真正存在。信心是一种跟随灵魂奔向天堂的恩典，并使灵魂在那位本身就是真理者的话语中看待事物，从而赋予事物存在——信心贯穿通向天堂的整个过程，直到它们真正存在。到那时，信心便会下岗退休，让位于眼见和对一切的全然享受。

**异议：**但门徒不是已经相信了吗？

**回答：**是的，他们的确相信了。但随着环境的变化和忧愁的加增，他们需要更新自己的信心。“也当信我”——这话仿佛是在说：“现在正是你们运用信心的时刻。我必然会离开你们的眼前，你们也必然会看到我的受难。而你们需要一种超凡的信心，才能在我如此降卑时，仍然相信我是神。”

我们必须“本于信，以至于信”，才能不断地凭信心而活。我们的信心，必须随着对神认识的加增而加增；这样，当我们的困难加增时，我们克服困难的力量才会加增。正如他们祷告说：“求主加增我们的信心。”（路 17:5）

在此，我将提供一些避免陷入忧愁的指导。

首要的，我们必须竭力确保我们与基督有份，否则，我们就只配拥有忧愁。在教会里有两类人，一类人攫取着虚假的平安，自以为脱离了忧愁，仿佛喜乐和安慰已是他们的份。撒但足够狡猾，不去搅扰这些人，因他们与自己的良心达成了虚假的和解，自以为能安享太平，直到临终或遭遇大变故时，那迟来的忧愁才会如洪水般涌来。对于这类人，经历忧愁才是他们唯一的出路，如此他们的忧愁才能成为他们安慰的根基。因为对于那些违背良心而活在罪中（明显到人人都能看出）却仍不感到忧愁的人而言，他们根本就无份于这安慰。属于他们的，只有患难和愁苦。确实，基督来，是为拯救罪人，但祂拯救的，是心灵破碎的罪人，是忧伤痛悔的罪人，是在罪的重担下疲惫不堪、举步维艰的罪人。因此，即便他们自我安慰说“平安了！平安了！”，我们却不敢从基督那里对他们说任何安慰的话。正如耶户对约兰说的：“你母亲耶洗别的淫行邪术这样多，焉能平安呢？”（王下 9:22）你们若仍是爱咒骂、褻渎、恶毒，并反对一切真正的良善，又有什么资格谈论平安呢？平安与你们又有何相干呢？

在有形教会中，尚有一类人是撒但要竭力搅扰的。由于撒但无法使他们一直停留在自然状态中，他们已经脱离了他的辖制——因基督用祂所设立的蒙恩之道和圣灵的大能，将他们从撒但的国度里搭救出来——撒但就竭尽所能地搅扰他们的平安。他们虽活在这个世界上，却超越这个世界；撒但嫉妒他们的状态，嫉妒他们能够享受他曾经离开的乐园，享有他曾经拥有的安慰。因此，他就竭力搅扰他们的安慰。

这些人在这世上的状态是复杂的。他们的内在与外在，皆有引起忧愁的根源与诱因。他们的里面有尚未被治服的败坏；外面有撒但的攻击和世人的反对。尽管这些人内在有必须被治服的地方，但也有必须被珍视和坚固的地方。因此，这些人才是应得安慰的人。

在天堂里，我们无需再被安慰，因为那里的平安，是没有任何仇敌的平安。在这里，我们的平安则是在困境中得安慰，在忧愁中仍有宽广的心。

基督这话，是对我们中间已经相信的人说的（“你们信神”），祂知道信的人不应该陷入忧愁（“你们心里不要忧愁”）。因此，为了成为最终领受安慰的人，我们必须因信与基督成为一，这样才能与神和好。一切运动终将归于静止，而灵魂的一切安息也终将归于神——我们灵魂的归宿。因此，灵魂若想得着安息，就必须藉着基督来到神面前。这一点必须成为安慰的根基。

如今，我们面临着三重的病症，针对这些病症，我们必须拥有三重的平安作为安慰的根基。

（1）当灵魂一旦苏醒，意识到自己与神处于敌对状态，并感受到神的愤怒以及不悦时，灵魂就会感到忧愁。

（2）当灵魂省察自己时，只看到内在的混乱与纷争时，灵魂也会感到忧愁。

（3）当灵魂看到世界的变化无常时，便会对当下的处境充满不安，并会对未来充满惧怕，担心事情会每况愈下。因此，当灵魂还在世上时，它就会为自己与神的和平，自己与自己的和平，以及为这邪恶世界而忧愁。

在灵魂得到安息之前，必须先解决这些争端。

（1）我们与神之间的和平，必须由那位被称为“我们的和睦”（弗 2:14）的基督成就。当我们因基督的血得称为义、罪得赦免时，基督的血就在赦罪中向灵魂宣告和平——这血藉着信心洒在我们的灵魂上：“我们既因信称义，就藉着我们的主耶稣基督得与神相和。”（罗 5:1）

（2）灵魂内部必须建立另一种和平，即恩典掌权所带来的和平。恩典必须高于败坏。在今生，恩典和败坏会在灵魂中共存，但我们绝不可让罪恶掌权。这和平并非绝不允许冲突，而是恩典必须占据上风；而当恩典占据上风时，它就能治服败坏。神把祂的儿子赐给谁，也必把圣灵赐给谁；神既让我们与神和好，也要让我们的本性变得像祂，好让我们能爱祂所爱的，喜悦祂所喜悦的。这样，我们就能与神像朋友一样，享受彼此的相识和相交。

(3) 诚然，世间充满乱象，未来变数丛生，确实使我们对未来感到不安。而灵魂若想在此得到平安，首先必须知道，一旦我们在基督里与神和好，并拥有神的灵，就已经处在神良善的统治和护理之下了；神使万事互相效力，叫爱祂的人得益处，并使一切都变得平安。*Tranquillus Deus tranquillat omnia*——“平安的神使万物平安。”当神是平安的时，万有就都平安；是的，以至于平安到万有都带来祝福。基督亲身承担了诅咒，满足了神的愤怒，祂把诅咒和毒液从万有中除去。如今万有不仅是无害的，反是有疗效的、有助益的，因此它们全然属乎我们，并在某种程度上促进我们属灵的益处。

当我们的丈夫在天上或地上拥有所有权柄时，祂会容忍任何对祂深爱的妻子不利、损害其根本益处的事情吗？不，绝对不会！祂不会容忍任何对她不利之事，祂绝不会不为教会的益处而管理、安排并主宰一切。如此，第三种和平便成就了。

至于将来如何，基督徒知道：“他既然爱世间属自己的人，就爱他们到底”（约 13:1）；“我深信那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子”（腓 1:6）。他深知他已与他的头一同坐在天上。“信子的人有永生”（约 3:36），并且已在他的头中荣耀得胜。

因此，没有什么能使真正在基督里的基督徒沮丧。只要“在基督里”的根基立定，一切便都稳固。与基督和睦，与神和好，就没有什么能伤害到你。

但当我们试图安慰那些本应得安慰的人时，安慰的话往往卡在这里：“如果我是神的儿女，或者如果我真的相信，这些安慰才有意义。”“这些安慰确实美好、确切且真实，因它们是神的话语；但这与我有什么相干呢？”我发现，安慰的话语总是这样被噎住，所以我们必须努力消除这些反对的声音。

因此，我们首先要竭力对核心真理有正确的判断，要能判断出：这些安慰是圣灵的安慰，这些话语是神的话语。要对应许的真实性具有总体的认知，这样你才能更好地把它们应用己身。你若只是死守教义，却并不了解、也不相信它们，那就谈不上运用信心应用它们了。我们必须先在总体上相信神的真理，然后再将之具体应

用在自己身上。因此，基督徒必须首先对圣经和其中的应许有充分了解，如此他们才能知道哪些应许属于自己，并将其应用在自己身上。

**“你说的对，但我的信心太软弱了。”**

1. 对此，我回答说，信心的功效就是与基督联合，即便是最软弱的信心，也与最刚强的信心一样，可以做到这一点。一旦我们与基督合而为一，就能在祂里面找到我们的完全。信心的功用是把我们带到基督面前，然后我们要藉着仰望祂，而非藉着仰望信心，获得一切所需的完全和通往天堂的资格。即便是最小程度的信心，也是真信心。正如我们所说的元素，每一滴水都是水，每一丝火花都是火。因此，“如果我们的信心不多，就等于没有信心；如果我们没有感觉，就等于没有信心”这种论点是站不住脚的。我们必须消除许多常见的错误（比如区分刚强的恩典和真正的恩典），以免它们在我们应用基督（application of Christ）时阻碍我们。最重要的是，要努力认识和明白恩典之约。这约的要旨并不要求恩典必须达到某种强度，而是“我们若信，就必不至灭亡，反得永生”，我们乃是处于如此丰盛恩典、满有怜悯的盟约之下。

2. 然而，这仍不够满足灵魂。依附基督确实是我们得安慰的充分根基，但我们若想获得确实的安慰，就必须确知自己确实与基督联合，自己确实相信。人可能确实与基督联合，自己却没有确据；因此我们需要藉着反思之举，来促成信心的确据。我们必须确信自己确实相信，然后才能享受安慰；尽管我们或许已是真基督徒，没有这确据能进天堂。因此，让我们竭力使“所蒙的恩召和拣选坚定不移”（彼后 1:10）；即，在我们自己的心里、在自己的悟性中坚定不移。虽然这恩召和拣选在神的心是绝对确定无疑的，但我们必须竭力确保它在我们心中坚定不移——自己良心中感到罪得赦免；自己心里感到一切都已和好；天上所成就的也都在我们心里成就——让这些成为我们的确据！你们看，使徒的忠告是“应当更加殷勤”，我们不可能在不加努力的情况下得着确据，而是必须分外殷勤，使“所蒙的恩召和拣选坚定不移”，即藉着我们的恩召使我们的拣选坚定不移，并且要“恩上加恩”为达成此目的（约壹 1:16）。只有生命不断成长的基督徒，才会成为拥有确据的基督

徒。正如使徒所说，当我们各样的恩典不断加增时，我们必“丰丰富富地得以进入我们主救主耶稣基督永远的国”（彼后 1:11）。

3. 当我们获得任何真信心的凭据时，要竭力保持这凭据的清晰，不要让它被任何罪行玷污或弄脏。许多人曾拥有美好的确据，却因疏忽大意和日常言行中的过失而使其变得模糊不清，以至于当他们自我省察时，便得出结论：“像我这样一个口无遮拦、内心缺乏警醒的可怜虫，怎么可能有信心呢？”因此，神暂且收回了他们的安慰，他们虽整体状态仍然良好，自己却意识不到。这都是因为他们不留心保守自己的确据。我们应该保持确据的清晰和明亮，以便在任何时候都能看到和读到。我们应该保持确据的光洁，好让我们的良心与我们同作见证，也让圣灵和神的话与我们的良心同作见证。神的话说，“爱弟兄的，就是住在光明中”（约壹 2:10），凡听从圣道并按圣道而行的人，就是基督的羊。现在，你的良心是否告诉你，虽然程度衰微，但你确实在如此行呢？若是如此，神的话语和你的良心就都为你作见证了。圣灵是否也与你的良心同作见证，证实事情确实如此呢？若是如此，那便再好不过了。你有效地保守住了你的确据。

4. 我们做到这一切后，不要让良心屈服于撒但并我们心中任何卑劣的怀疑、恐惧和反对。我们察觉到任何恩典的工作时，切勿否认这正是神的工作，免得神的灵忧伤。就像有些忧郁的基督徒，虽然每个人都可以看到神在他们身上的工作，但他们自己却奴仆般屈服于心中的疑虑和撒但的试探，以至于断定自己没有信心，没有爱心；尽管其他更能明辨凭据的基督徒，已经看出他们的信心和爱心。让一种阴暗的情绪胜过神的话语，胜过真理本身，这对神和神的灵是何等不敬啊！这是撒但对灵魂的极大捆绑：当信心的果实显出凭据时，人却宁愿相信乖僻的情绪，而不愿相信圣灵光照之下圣道和良心的见证。当我们屈服于一种顽固、阴暗、不受抑制的情绪，而非顺从确据本身时，要当心，这实乃我们心中的极大骄傲。

因此，在这种情况下，不要听从恐惧、情绪、撒但、世界的声音，而要听从真理本身、被圣灵光照时良心的声音，正如在顺境时我们处于最佳状态时所听到的。真基督徒纵使有所疏忽，仍会获得足以支撑他们免于陷入绝望的安慰；然而这安慰

却不足以坚固他们，不足以引领他们进入充满活力的基督徒生活。

5. 当我们察觉到任何恩典的工作，并由此确认自己的信心是真实时，我们就应该安慰自己，并使用一切方法来维系这安慰。每种恩典都从信心的运作而来。当我们的救主说“你们信神，也当信我”时，祂本可具体吩咐说：“要忍耐，要知足，要得安慰。”但祂指出这一切的根源——信心——一切恩典皆源于信心。因此，从信心的果子就能辨认出信心来。所以，如果发现任何恩典，比如对弟兄的爱、对永生的盼望等，其中就有信心的存在。因为根和枝是连在一起的，即便根不能总被辨认出来。因此，当我们在信心的果子中发现真信心时，就要以此来扶持和安慰自己。

当一个人在基督里，藉着基督成为天国的继承人和神的儿女时，世上还有什么事临到他，能使他过度沮丧和灰心丧气呢？是遭遇损失、患难、或是缺乏朋友吗？他岂不是在神里面、在基督里面、在应许里面拥有了一切吗？难道神的应许不足以压倒一切沮丧吗？当然可以！因此，我们必须竭力抵挡沮丧。除了我上次讲道所说的，沮丧是对信仰宣告的羞辱，因为信仰本身是如此荣耀；沮丧也是对神和基督的羞辱，因为我们拥有如此荣耀的特权和恩待，就连天使们都羡慕——然而世上任何一个微小的患难和一点点损失，居然就使我们沮丧。我们应当对此格外警惕，应当每天竭力更清晰看明属于我们的应许，更清晰认识基督徒的特权，并不断更新我们对它们（应许和特权）的信心，好让它们在一切试探和任何场合中，都给我们带来新的力量。

我恳求你们，只需思想任何一个重要应许，它若扎根于灵魂之中，就能扶持灵魂抵御一切忧愁。比如这句：“你们这小群，不要惧怕，因为你们的父乐意把国赐给你们。”（路 12:32）又如另一句：“神既不爱惜自己的儿子为我们众人舍了，岂不也把万物和他一同白白地赐给我们吗？”（罗 8:32）

要竭力让这些应许以及基督徒的特权在你的记忆中保持鲜活！要思考成为神的儿女和天国的继承人，对你意味着什么！

我们不能只盯着自己处境中隐蔽和黑暗的一面。基督徒有两面，一面朝向天堂

和神，这面是充满荣耀、坚定不移。另一面朝向世界，这面常常充满卑微、羞耻和沮丧。世界这面是可变的，时好时坏，正如神随己意对教会的治理。让我们仰望恩典，仰望恩典所带来的安慰！仰望应许！仰望那好的一面！不要被另一面的黑暗胜过。

注目罪、苦难、地狱、将来的审判，诚然让人恐惧，但对于在基督里并看到这一切都已被基督征服的信徒而言，这些又算得了什么呢？世间的苦难和十字架，对于因信已在天上并看到这一切都已在他的元首基督里被胜过的灵魂来说，这些又算得了什么呢？“但你们可以放心，我已经胜了世界。”（约 16:33）因此，我们不应心怀不满，只盯着基督徒属乎感官、较坏的那一面。真是羞耻，我们不应凭感觉而活！我们既是基督徒，就当凭信心而活，看好的一面；向上看、向前看，望向那永恒之事。

6. 同时，也要竭力在所有境遇中不断运用圣灵的恩典。因为运用恩典会带来确实的安慰。基督徒有时会像世上最糟糕的人一样忧愁，但这只能怪他自己疏忽大意、迟钝麻木，怪他没有挑旺在他里面神所赐的恩典。正因如此，他才会每个微小的患难和各种境遇中一蹶不振。要时刻竭力预备自己的心，以便随时随地运用相应的恩典。因为恩典若在诚实的心中加以运用，便会反射（reflection）出甜美；单凭真诚不足以安慰人，除非真诚能结出果子；而果子则源于对恩典的运用，如此恩典就会在灵魂中反射出甜美。希西家说：“耶和华啊，求你记念我在你面前怎样存完全的心，按诚实行事，又作你眼中所看为善的。”（王下 20:3）他正处于最需要安慰的时刻，而他对自己从前诚实的回想，便成了他的安慰。所以当一个人能够像彼得一样向神呼求说：“主啊……你知道我爱你。”（约 21:17）在这种情况下，对神有多真诚，就在神面前有多坦然无惧。因此，让我们保持不断运用恩典，好让我们的生命与行事为人都能结出果子，如此我们便能总享安慰。

7. 再补充一点，基督徒生命中的恩典只要被运用，即便是在今生，也能给他带来相应的安慰。这是 *præmium ante præmium*——“奖赏前的奖赏”。甚至是异教徒（比如苏格拉底以及他们中的佼佼者），只要运用了他们里面的自然美德，他们

的良心就会反射出平安；他们越良善，越行善，就越有平安，这平安远超恶人所能拥有的。即使是异教徒，神也会在他们尽本分时给予他们一些奖赏；对于任何按心中良善程度而行善的人，神都不会让他白白付出。因此，当神的儿女在任何试探中运用他的恩典时，他就更能得享平安。当他胜过任何不洁、世俗、虚荣、报复，或其他卑劣的欲望时，他的良心必能得享相应的平安。他为将来的日子所积蓄的力量和决心越发增长，他内心的平安就越发深厚。“公义和平安彼此相亲”，这公义和平安不仅指基督的义和我们在神面前的平安，也指圣洁生活的义和我们良心的平安。

基督的义使我得进天堂；而圣洁生活的义则是我得享安慰的凭据。信靠基督的义会带来平安，成圣同样也带来平安。基督先是“公义王”（KJV 直译，和合本作“仁义王”），然后才是“平安王”（来 7:2）。因此，哪里没有义，那里就没有平安。反之，正如热出于火，光出于太阳，安慰也出于恩典，特别是被运用的恩典。

因此，凡渴望拥有内心平安的人，就当竭力成为蒙恩之人。这不仅要体现在内心的状态上，更要在各种场合中运用恩典。“凡照此理而行的，愿平安、怜悯加给他们和神的以色列民。”（加 6:16）这里的“此理”就是“新造的人”（15 节）的生命原则。严谨审慎的生活必会带来持久的平安。

因此，让我们首先竭力有份于基督的义，然后再去追求圣洁生活的义；以此使我们的良心向我们见证，我们无意活在任何罪中；而不指控人的良心，就是称我们为义的良心。我们若在基督里，并深知自己确实在祂里面，这是何等有福的景况啊！哦，处于这种光景的人，就是在地如在天了！因为无论他看向何处，都能找到安慰的理由。他若回顾过去，回想圣灵在他过往人生的治理，他就可以像圣保罗一样说：“那美好的仗我已经打过了，当跑的路我已经跑尽了，所信的道我已经守住了。”（提后 4:7）这是何等甜美的追忆啊！他不像其他人那样，害怕回顾自己曾经的生活。他若展望未来，就会看到天上为他预备的地方，看到自己已在基督里。他会说：“从此以后，有公义的冠冕为我存留，就是按着公义审判的主到了那日要赐给我的，不但赐给我，也赐给凡爱慕他显现的人。”（提后 4:8）当海内外教会传来坏消息时，他也不会过度沮丧，他心坚定，因他相信神和基督，这使他不像芦苇一样随风

摇动。他若因信仰和良善的缘故，在世上遭受责难和羞辱，他就将其当作冠冕戴上。因为他的见证人在天上，也在自己的良心里。天上的神和他自己的良心都为他辩护，宣告他的清白；他若因自己的罪受苦，但在所有苦难中，神仍是一位管教的父。他深知自己配受这些苦难，能视苦难来自与那位与他立约的父。从父亲那里而得的，岂不都是甜蜜吗？在他看来，苦难已被神调和并浸润了甘甜，最终必使他更加圣洁。他又看苦难的刺已被拔除，并满有神的祝福，使他受益。因此，当基督徒有了基督的灵和作为恩典根基的信心时，还有什么能令他忧愁呢？

这些安慰若经默想之火的温育，必会深深扎根在我们心里。只有经过“消化”的安慰，才能真正发挥功效。因此，不要让它们只进入我们的头脑，在那里浮掠而过，要让它们深入内心。这需要我们常常思想神在基督里的爱，以及基督徒在地上和天上的特权。我们的头在哪里，不久之后，我们也会抵达那里。用这些真理来温暖你们的心，看看是否还有任何琐事能使你们沮丧！



