

# 自省更新加速系列 7-克服焦躁、專心跟隨主

講道-蔡維恩牧師

## 前言：「老二哲學」

有些人一輩子一直處於爭功諉過之中，而不能心平靜氣，在事業中如果能發揮「老二哲學」的效應，周遭的人將會尊敬你，並且樂於與你相處。

第一次登上月球的太空人，其實共有三位，除了大家所熟知的阿姆斯壯外，還有一位是奧德倫。當時阿姆斯壯所說的一句話：「我個人的一小步，是全人類的一大步。」早已成為全世界家喻戶曉的名言。在慶祝登陸月球成功的記者會中，有一個記者突然向奧德倫提出一個很特別的問題：「由阿姆斯壯先下去成為登陸月球的第一個人，你會不會覺得有點遺憾？」

在全場有點尷尬的注目下，奧德倫很有風度地回答：「各位，千萬別忘了，回到地球時，我可是最先出太空艙的，」他環顧四周笑著說：「所以我是由別的星球來到地球的第一個人。」大家在笑聲中給予他最熱烈的掌聲。

人都喜歡做老大，不喜歡做老二，因此華人有句俗諺「寧為雞首，不為牛後」。其實做老二的人，好像一位副主管、一座橋、一瓶潤滑油，一個團體若能有這樣的靈魂人物，氣氛必定和諧，政令也易通達實施。做老大，要有做老大的條件，若條件不足，擔子也挑不起來。但一個優秀的老二，比主管還難當，第一、輔助主管領導：主管在領導上若有不圓滿，或是欠缺之處，做老二的人就要輔助主管，上下協調，讓團體平安。

第二、幫助屬下建功：做屬下的人，都希望被提攜，或是有磨練表現的機會。身為副主管，與屬下更親近，自然了解如何激勵手下，使他們更願意投入工作，獲得成就。為人主管者愛護屬下、提拔屬下、凝聚團體力量的基本胸襟。團體有了成長力，必定處處朝氣蓬勃。

第三、代人承擔過失：做人要能功成不居，過失不諉。一個團體中，如果人人爭功諉過，則不能和諧，無法發展。做老二的

人，要替屬下多承擔一點；有時，為了大局發展與未來，做老二的人，也要懂得為主管多擔當一些，表示自己有力量承擔。

第四、功勞與人分享：「這個功勞是大家成就的，應該分享给大家，將光榮歸於大眾。」一間公司、一個團體，會因有一位好的老二人才，而得到很大的利益。

其實在舊約聖經中，約瑟、但以理和以斯帖，這三個人分別將「老二哲學」的精神發揮到淋漓盡致，這三個人身上具備了什麼特質，他們又是如何透過「老二哲學」，深深影響他們所處的那一整個世代呢？

無論約瑟、但以理或以斯帖，他們的共通點是同樣身處異鄉，卻十分貼近整個國家中最核心的君王；而即使身處在截然不同文化、信仰，甚至充滿敵意的環境中，他們仍然「服事領袖彷彿服事主一樣」。

在今天經文中，談到「迦勒」的故事，他就是「約書亞記」中的第二重要人物，卻因奉行「老二哲學」，成為約書亞最重要的幫手。也在成功之道路中，尋求主找到自己的位置（不搶上舞台，不刷存在感），意志堅固，能克服焦躁、專心跟隨主。他是「約書亞記成功故事」背後的成全者。

## 一、思考的爭點：

1. 在走向迦南地的路上，我們是否有學習「老二哲學」、「克服焦躁」的訓練專心跟隨主？
2. 是否有一個心志如迦勒 — 專心跟從主，四十五年如一日？

## 二、經文：約書亞十四：7-13

14:7 耶和華的僕人摩西從加低斯·巴尼亞打發我窺探這地，那時我正四十歲；我按著心意回報他。

14:8 然而，同我上去的眾弟兄使百姓的心消化；但我專心跟從耶和華—我的 神。

14:9 當日摩西起誓說：『你腳所踏之地定要歸你和你的子孫永遠為業，因為你專心跟從耶和華—我的 神。』

14:10 自從耶和華對摩西說這話的時候，耶和華照他所應許的使我存活這四十五年；其間以色列人在曠野行走。看哪，現今我八十五歲了，

14:11 我還是強壯，像摩西打發我去的那天一樣；無論是爭戰，是出入，我的力量那時如何，現在還是如何。

14:12 求你將耶和華那日應許我的這山地給我；那裡有亞納族人，並寬大堅固的城，你也曾聽見了。或者耶和華照他所應許的與我同在，我就把他們趕出去。」

14:13 於是約書亞為耶孚尼的兒子迦勒祝福，將希伯崙給他為業。

### 經文背景

迦勒得到神的稱讚和賞賜，完全是後天的，創世記十五章 19 節提到基尼洗族人，原是迦南一族的人，是屬於以色列以外的，而迦勒就是基尼洗族人，但他憑信加入了以色列人群中，在他一生的信仰裡，從來沒有離棄神，甚至比以色列本族還要一心一意地跟從神。他是十二個支派的族長之一，屬猶大支派的。論到支派的排名，他比約書亞更加顯赫。約書亞是屬以法蓮支派的，在十二支派的排名及地位上，猶大支派遠遠超乎以法蓮支派之上。而且主耶穌還是從猶大支派出來的，在家譜的排名上，他也遠超越約書亞。

他又是所有從埃及地出來，經歷了四十年曠野漂流生活之後唯一能進迦南美地的兩人之一，也就是兩位元老之一。因此，他的地位與身分是何等顯赫，能夠和約書亞平起平坐的人物。但他卻虛懷若谷，沒自感自負，對約書亞被選為領袖沒有不服，沒有抱怨，沒有嫉妒，他完全存着一個謙卑順服的心，服在約書亞領導之下，他甚至連作約書亞副手的地位都沒有，但他卻甘心順服。

### 三、啟示

#### (一) 在眾人反對中專心跟從神

書十四:7-8 「耶和華的僕人摩西從加低斯巴尼亞打發我窺探這地，那時我正四十歲；我按著心意回報他。然而，同我上去的眾

弟兄使百姓的心消化；但我專心跟從耶和華我的神。」

當時神派他和另外 11 個探子去窺探迦南全地，他們窺探時發現那地的確是流奶與蜜之地，但是那地的民也確實非常高大，城牆非常堅固，軍隊也非常強大，儘管這樣，迦勒和約書亞也認定，既然神把這地應許賜給他們，他們就一定能把這地拿到。迦勒專心跟從神，不受任何影響和騷擾，只認定神的應許。就像奧運比賽，不管是哪個項目，對運動員的要求就是不能分心，要專心認定一個目標，不受外界影響。

但其他 10 位探子夥伴都因害怕而不信神的應許，他們的立場使以色列百姓對神失去信心。但迦勒、約書亞卻在 10 位探子的反對中專心跟從神。他們苦苦勸導會眾，但會眾向他們生氣，要拿石頭打死他們。所以，不祇 10 個探子反對進迦南，全以色列會眾都反對，而且要除掉約書亞及迦勒兩個唱反調的。但約書亞及迦勒專心跟從神，他們要聽的是神的話語和指示而不是聽眾人的聲音，但眾人聲音的壓力是大的。在一團體中誰都不喜歡是少數，是異類。但專心跟從神的往往是群眾中的少數，是不受他人歡迎，但卻是討神喜歡。約書亞及迦勒在眾人反對中明確地表態。他們是不畏犧牲地表示立場，並勸導會眾跟從神。他們願為跟從神來付代價。

約書亞為何能帶領以色列百姓離開約旦河以東，過約旦河，攻下耶利城進迦南地，最重要的就是專心跟從神，這必須突破眾人的心理懼怕與壓力的。只聽神的聲音，就能帶動群眾，否則只聽世俗的軟弱聲，最後還是成為曠野中的失敗選民而已。在新約有個重要例子。徒四:18-20 於是叫了他們來，禁止他們總不可奉耶穌的名講論教訓人。彼得、約翰說：「聽從你們，不聽從神，這在神面前合理不合理，你們自己酌量吧！我們所看見所聽見的，不能不說。」

## （二）在漫長等待中專心跟從神

書十四:9-10 當日摩西起誓說：『你腳所踏之地定要歸你和你的子孫永遠為業，因為你專心跟從耶和華我的神。』自從耶和華對摩西說這話的時候，耶和華照他所應許的使我存活這四十五年；

其間以色列人在曠野行走。看哪，現今我八十五歲了。

迦勒深信神的應許一定會成就，四十五年前窺探迦南地，他沒有因那地人強馬壯而膽脅，四十五年來從沒有動搖，堅信自己一定能承受神所賜的希伯崙山地為業。有不少人對神的應許隨著時間的轉移而愈來愈模糊，以至慢慢地失去了鬥志和信心。我們應當深信，只要做好自己的本分，神一定會按著祂的應許賜福給我們。

書十四:11 「我還是強壯，像摩西打發我去的那天一樣。無論是爭戰，是出入，我的力量那時如何，現在還是如何。」迦勒說「我還是強壯……。」要成為一個老當益壯的人，就要緊握神的應許，堅持操練自己，專心的操練。

你記得神給我們在困境中的應許是什麼嗎？林前十 13: 「你們所遇見的試探，無非是人所能受的；神是信實的，必不叫你們受試探過於所能受的；在受試探的時候，總要給你們開一條出路，叫你們能忍受得住。」

### （三）在難處挑戰中專心跟從神

書十四:12 求你將耶和華那日應許我的這山地給我；那裡有亞納族人，並寬大堅固的城，你也曾聽見了。或者耶和華照他所應許的與我同在，我就把他們趕出去。」

迦勒向約書亞提到神曾應許給他那希伯崙山地的情形。是的，在希伯崙山地，高大強壯的亞納族人仍然住在那裡，他們的城牆也仍然寬大堅固。要攻破城壘，打敗趕走亞納族人，這那裡是簡單的事？45年前，那 10 位探子，加上全以色列人會眾，都因對方的強壯高大而害怕軟弱，對神失去信心，他們對摩西亞倫埋怨，想回埃及。45年後，神並沒將當年的難處挑戰拿走。但迦勒知道，也持續認定神的應許，在任何情況下神都一定與他的兒女同在。

迦勒的操練不單在信心上，還有身體、體力的操練。迦勒說：「我現今已經八十五歲了，四十五年前我的力量是什麼樣，現在還是一樣的強壯。」如果迦勒看見再不需要打仗，便躺下貪圖舒服，不操練身體，那麼體力只會一天不如一天。但迦勒不是這

樣，希伯侖的爭戰一共用了七年時間，迦勒從七十八歲打到八十五歲時，終於把希伯侖取下了，他的力量仍和四十五年前一樣。迦勒的操練還有心志上的，他不是坐享其成，而是請戰；也不是找容易攻打之地，而是攻打那不易的希伯侖的高山。

今天什麼是我們的「高山」呢？我們的性格中有沒有一些壞習慣、一些罪、一些弱點是我們現在還沒有征服的，我們有沒有向神求，去征服這些「高山」，去把這些「高山」拿下來呢？願我們都能像迦勒一樣得神的賞賜。

「為何你總是能在對的時刻做對的人，說對的話，做對的事。」的故事思考。

改編自史實的電影「辛德勒的名單 (Schindler's List)」中，奧斯卡·辛德勒 (Oskar Schindler) 有位生意夥伴：猶太籍的伊薩克斯特恩 (Itzhak Stern)，他是辛德勒的會計師，在公司成立初期主動提議雇用猶太人擔任工廠員工，藉此大舉增加猶太人員工的數量，是一手促成辛德勒開始保護猶太人的關鍵人物。

#### 四、自己的感受

比爾·強生牧師在他所著得《顛覆世界的力量》一書中這樣分析：「不論是約瑟，但以理，還是以斯帖，他們都沒有真正地掌管某個國家。約瑟之所以能夠得到他的權位，是因為服事了另一個擁有極高智慧之人的夢想；但以理不僅運用了自己先知性的恩賜來服事，甚至保有極高的誠信正直；以斯帖憑著內外兼顧的美貌取得影響力，加上叔叔末底改所提供的建議，運行在非凡的智慧中，而她身上的恩典也是使她走入命定的關鍵。」

他們並沒有活在恐懼中，同時也不會受環境所影響和限制，而是在當中尋求神的心意。正是這樣的生命態度，使他們在神面前蒙恩、在君王面前受寵，而他們所擁有的核心價值觀，其實也正呼應了「以僕人的心服事、以君王的心治理」的重要觀念。

簡單來說，其實我們不需要成為公司老闆、一國之君、或是某個團體的負責人，才能夠在所在的環境中帶出影響力。神國度衡

量影響力的方式，向來與世界的價值觀不同，而我們需要將眼光對準永恆，即使處在人眼中次要的位置，甚至是生活在充滿對立價值觀的環境，依舊做出正確的選擇，相信我們也能夠顛覆世界，帶來真正的轉化。即使位居僕人也能發揮生命影響力，敘利亞軍隊的統帥乃縵因婢女的建議而信主故事就是一例。（列王紀下五章 1-15）

「我的力量那時如何，現在還是如何。」「專心跟從神是我們生命裡很重要部分，怎能做到專心呢？就是無論在什麼環境，你仍然將你的心思意念放在神身上。人的常情是看見這樣的環境、狀態，心就動搖，信心就消失。

迦勒面對神，他卻可以將這環境看得很輕；因為他看見神比敵人更大，就能放下人本能上的反應。他用信心超越人本能上的反應，所以他有能力相信，有能力跟從。其實這點也是我們在信仰上很重要需要學習的地方，我們能否專心跟從神，放下自己的想法、感受。這就是「老我至聖靈新我」釘十字架的過程。甚至會因為愛神愛人，將自己生命（老我）犧牲釘在十字架上。成為樂於「為人生命加值」的祝福者。

迦勒這個專心跟從神的心志就使他有一個謙卑順服，虛懷若谷的人生，不爭強好勝，不抱怨，不嫉妒，甘之如飴，他自己也活得非常快樂和滿足。但另一方面，他並不灰心消極，仍然奮戰不懈，至八十五歲高齡，仍然雄心萬丈，請纓出戰亞衲族人。按理，他此時應在家享清福，頤養天年，但他沒有。他的身體仍然健壯，證明他沒有放縱肉體，以至攪到身體衰敗；他的靈命仍然如此活潑，證明他沒有離開神；他的信心仍然如此堅強，證明他和神的關係親密，對神的話絕無懷疑；他的心志也沒有老，證明他一生專心跟從神的心沒有變質。他真是奮戰不懈。迦勒的人生，是我們基督徒人生的榜樣。「原本我們服事上帝是沒有退休的日子」。

## 五、結論

我們也要學習克服枯燥、釘死老我的訓練？使我們面對艱難時，我們的心不致被我們的感覺、我們的看法融化，我們需要用信心學習專心跟從神，認定神要我們做的事情，使我們的心能歸向祂。

我們都希望我們的生命，因信主有好的開始，也要有個好的結束，並且是一個強而有力的結束。迦勒的生命不但有一個好的開始，也有一個美好的結束，並且是一個強而有力的結束，因為迦勒有一個心志 — 專心跟從主。這個心志讓他不因環境而喪膽、不因時間而冷淡。這個心志在神眼中看為寶貴，也特別蒙神的喜悅。這也是目前岡山長老教會所需要的，有更多的「年青」迦勒、「中午」迦勒，「老人」迦勒站出來，為復興教會作貢獻。

。

### 討論題綱：

1. 神說，惟獨我的僕人迦勒，因他另有一個心志。什麼迦勒的心志呢？這個心志對你的啟發是什麼？
2. 為什麼迦勒可以一直保持專心跟從主的心志呢？你是不是也有這樣的心志，釘死老我，有聖靈新我的出現呢？有什麼方法可以幫助你呢？
3. 跟從主，必須是主走到哪裡，你也走到哪裡。你認為要如何才能跟得上呢？有什麼原因是攔阻你，使你在跟隨的路上落後的呢？
4. 你覺得跟隨主的好處是什麼？有什麼具體的見證分享呢？透由專心跟隨主、克服焦慮，你最大的感動與啟示是什麼？

### 代禱事項：

1. 求主安靜我們的心，帶領我們在「培養專注力」有新的啟示。

幫助我們認識「迦勒心志」的意義與「我的力量那時如何，現在還是如何」的態度與角色，讓主成為我們的幫助，透由約書亞記第十四章，看到「專心跟隨主」與「克服焦慮」的重要性

2. 求主讓我們在生活上有反省信仰的能力、有實踐信仰的動力，學習「迦勒心志」的功課，對上帝意願謙卑，順服的事事，永不退休。
3. 為目前「幸福小組、門訓、RPG」的推動順利，以及牧師推動過程有主保守同行，面對困境與問題能夠有智慧處理。

### 祈禱文：

「神阿！感謝祢！感謝祢讓迦勒成為我們的榜樣，在眾人心裡都軟弱時，迦勒的心能堅定跟從祢；當眾人看見很多困難的環境，迦勒看見祢自己。主阿！求祢幫助我們，讓我們的眼目都專注在祢身上，使我們能專心跟從祢，放下自己的感受，放下所有困難，只是單單定睛在祢身上；以致祢能使用我們、建立我們。求祢繼續祝福我們的生命，照經上說：你的日子如何，你的力量也必如何。因為祢在我們中間。感謝祢！聽我們祈禱，是奉靠主耶穌名求，阿們。」

### 行動參考方案：

1. 每天花點時間寫單獨會主，靈修日記，記下生活的瑣事、當下的心情，藉此檢視自己在這當中放入多少信仰的反省，完成多少信仰的實踐。如何學習「專注力」的功課？
2. 審查自己是否願意學習青年、壯年、老人的「迦勒」全然獻祭，為主所用。是否願意參加目前教會的小組服事以及早禱會的服事？