

**为了自身以及更大的益处
强迫自己去做不喜欢做的事**



**Rev. Ian A Arnold
2025年9月**

请预先阅读创世记16:7-9

当我们驻足思索、静心反思便会明白，人类无疑蒙受了主赐予的无数恩赐。

惊叹于造物主所创造的美好与奇妙，诗篇的作者曾感慨：“我观看你指头所造的天，并你所陈设的月亮星宿，便说：‘人算什么，你竟顾念他？世人算什么，你竟眷顾他？’”（诗篇8:3-4）。面对壮丽的景色或绚烂的日落，我们中又有谁不会为之动容呢？



再说说**我们的身体**，有一段描述极为贴切：
“人体常被称作奇迹，因其具备复杂的功能，以及自愈与适应的能力。从微观的细胞层面，到宏观的器官与系统层面，人体同时执行无数任务的能力令人惊叹。例如心脏泵血、眼睛辨别数百万种颜色、大脑储存海量信息等。”（人工智能概述）

但创造和我们的身体，绝非主赐予我们的唯一恩赐与奇迹。主的恩赐远不止于此。但在本次讲道中，我们将聚焦于一项常被忽视的恩赐与奇迹——那便是人类的“**自由意志**”。我们有充分的理由将自由意志视为所有恩赐与奇迹中最伟大的一项。



无需大肆宣扬，圣经通篇都默认一个事实：我们拥有自由意志，即做出选择的自由。这种选择并非仅仅是日常的选择，比如穿什么衣服，而是**关乎我们永恒归宿的选择**，希望天堂是我们最终的归宿。回溯到旧约时代，当古代以色列人刚在应许之地定居不久，年迈且即将离世的约书亚曾向民众发出这样的呼吁：

“现在你们要敬畏耶和华，诚心实意地事奉他，将你们列祖在大河那边和在埃及所事奉的神除掉，去事奉耶和华。若是你们以事奉耶和华为不好，**今日就可以选择所要事奉的**：是你们列祖在大河那边所事奉的神，是你们所住这地的亚摩利人的神，还是耶和华。至于我和我家，我们必定事奉耶和华。”（约书亚记24:14-15）



再回想伊甸园的故事：神曾警告亚当和夏娃，不可吃分别善恶树上的果子。然而，他们却选择违背这一告诫（创世记3:6）。

此外，先知以利亚曾发起一场大挑战，当时偶像崇拜在民中盛行，他便向民众发出挑战：“以利亚前来，对众人说：‘**你们心持两意要到几时呢？**若耶和华是神，就当顺从耶和华；若巴力是神，就当顺从巴力。’”

（列王纪上18:21）
民众必须做出自己的选择。



我们有选择的自由是耶稣教导的核心。你是否记得他在“登山宝训”中所说的话？

“一个人不能事奉两个主，不是恶这个爱那个，就是重这个轻那个。你们不能又事奉神，又事奉玛门。”（马太福音6:24）**再一次，我们被挑战去做出选择**



新教会的教义指出，自由与理性是主赐予我们的珍贵礼物。这意味着，我们始终面临着必须做出选择的挑战——自由，同时也拥有思考这些选择的能力——理性。我们不断在 **黑暗与光明、爱与恨、宽恕与怨恨、谦卑与自负之间做出选择**。自由与理性这两项恩赐如此珍贵，以至于在新教会教导中写道：“在整个圣治的进程中，主会守护我们内心深处的这两种能力，使其不受侵扰，并视之为神圣的



主对于我们选择的自由，守护得如此周到，以至于“他不会直接向人传授真理，而是**借着善引导人思考何为真理**；他还会在人毫无察觉的情况下，赋予人辨别能力，使人因着圣经如此宣告、因着与圣经相吻合，便接纳其为真理。”（天堂的奥秘5952）这意味着，**主会启发我们领悟何为善**；当我们受到这种启发时，便会去**探寻支撑这种善的真理**，并最终貌似凭自己，**在圣经中找到它**。这一切，都是主在我们生命中隐秘地运作。



在当今时代，有些宠物主人试图让他们的狗“人性化”，这提醒我们动物并不具备自由与理性。动物的生存完全依赖本能——若我们顺应它们的本能，给予食物、关注与照料，猫狗等动物便会表现出所谓的情感，但这并不是选择的回应，或情感。新教会的教导再次指出：“动物的生命仅受生理本能支配，其认知也仅与本能相符。”（圣治161）

为何会如此呢？答案是：动物仅有自然层面的心智，而人类的心智则是多层次的。这使得我们能够超越单纯的本能——可以说，我们能从更高层次的心智视角审视本能。也正因如此，我们能够自主选择：在自然的、外在的层面上，究竟去唤醒什么，或者让我们受哪种力量驱动。





然而，人类与动物的区别、人类能够做出抉择的能力，并非仅源于“多层次的心智”的存在。人类还与灵性世界有着独特的联系，存在着各种影响和推动，有些来自天堂，有些来自地狱，它们始终作用于我们、试图影响我们。在清醒的每一刻，我们都需对它们保持警醒，奋起选择要受哪方影响。若我们选择唤醒生命中的善与真，并始终坚守，那么善与真便会逐渐根植于我们的心灵与思想之中；反之，若我们对恶与假有反应，并选择它们，那么恶与假也会在我们心中扎根。

许多人都有这样的体会：尽管人类拥有自由与理性的恩赐，但主用老、渴望、道和行

为何会如此？

从圣经与新教会的教导中，我总结出四个原因：

第一，我们感受到来自地狱恶灵的影响与诱惑，远比感受到天堂天使的影响更容易，甚至会产生“邪灵的影响似乎更强大”这样一种表象。但事实并非如此。是我们赋予了邪灵影响我们的力量，任由自己被说服，相信它必占上风。

了解这一点或许会有所帮助：邪灵接近我们时，往往喧嚣而猛烈；而天使的影响则更安静。邪灵迎合我们对即时快感与满足的渴望，而天使则试图在更深层次上影响我们。正因如



第二，铭记耶稣的教导至关重要：“你们的话，是，就说是；不是，就说不是；若再多说，就是出于那恶者。”（马太福音5:37）一旦我们在脑海中与邪灵的怂恿展开对话，便会迅速陷入牠们设下的网罗。因此，**态度模棱两可或犹豫不决是危险的**。对自私的想法、感受与行为**坚定地说“不”**，是绝对必要的。



第三，我们都需亲近主，常在祂的话语中，省察自己，审视自己的生活准则是否有所偏离。若我们不**按照主的真理与价值观，持续地审视自己的生活**，便极易走上冷漠、找借口与合理化自己的下滑之路。



第四，我们在灵性上的惰性，使我们不愿付出努力去摒弃魔鬼诱惑我们导致的想法与欲望，也会是个问题。在这种情况下，即便内心毫不愿意，我们也需要 **强迫自己去思想、渴望、言说并践行主所喜悦的事**。起初，这种自我强迫可能会让人觉得是一种没有任何回报的责任，但只要坚持下去，这种枯燥的责任感便会逐渐转化为充实与喜乐。

主无法、也不会强迫我们过真正属灵的生活。外在的强迫只能停留在表面，无法真正改变我们内心的本质。 “ **在自由中所播种的善，会恒久留存**，因为它深深植根于人的真实意愿中——而意愿是人的生命不可或缺的元素，但强迫之下所播种的善，却无法留存



然而，外在的强迫与自我强迫有着天壤之别：**自我强迫源于我们自身**，是由我们自己发起的。

有趣的是，当我们自我强迫时，我们比任何时候都更深地操练了自由或自由意志。我们读到：“**当人践行自我强迫，奋力对抗邪灵所植入、所怂恿的恶与假时，他所拥有的自由，远胜于任何不处于试探时状态。**”
(天堂的奥秘1937:5)



亚伯拉罕的妻子撒拉一直渴望能有一个孩子，然而他们却数十年无子。正因如此，撒拉劝说亚伯拉罕与她的使女夏甲同房生子。夏甲怀孕后，便开始傲慢地对待撒拉，还暗自嘲笑撒拉无法生育。

撒拉感受到夏甲的轻蔑，便恳求亚伯拉罕将夏甲送走——亚伯拉罕照做了。不久后，夏甲发现自己身处荒漠，“在去往书珥的路上，到了旷野的一口水井旁”（创世记16:7）。



我们无从知晓夏甲在那里待了多久，但其处境必定十分绝望——要知道，她腹中怀着亚伯拉罕的孩子。若她继续沿着当时的方向前行，无疑会走向死亡。

但出于怜悯，主的使者找到了她。使者问她从何处来、要往何处去，随后吩咐她：

“你回到你主母那里，服在她手下。”（创世记16:7-9）这是否是夏甲愿意听到的话，我们不知道，但使者的话语绝非简单的建议，而是**明确的命令**——没有任何“如果”或“但是”。

有趣的是，新教会的教导在提及这个故事时指出，希伯来文中“服在……手下”一词的本义是“俯伏在地”。这暗示着，夏甲需要**放下自己的骄傲**，强迫她自己接受撒拉作为她的主母。



自我强迫的核心，便是强迫自己去做我们本心不愿做的事，但这么做是为了更大的益处。而这，正是这个故事被纳入圣经的核心意义。

从灵性意义来看，撒拉代表着我们对“神性真理”的认知，例如：

◆ 唯有一位是善的，那就是主（马可福音10:18）；

◆ “黄金法则”——你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人（马太福音7:12）；

◆ 你们若赦免人的过犯，你们的天父也必赦免你们的过犯（马太福音6:14）；

◆ 有人强逼你走一里路，你就同他走二里（马太福音5:41）。



有时，我们不愿顺服这些真理的权威，总认为自己更明智，能信靠自己错误的判断——于是我们选择“逃离”。这种“逃离”不仅会将我们带入灵性的旷野，若我们执意继续前行，还会导致灵性的死亡。

就在此时，主的使者会向我们显现并说话。**主的使者，便是我们的良心**。我们的良心会让我们停下脚步，坚定地告诉我们回转，“服从”主所教导、所催促我们的更高真理的权威。我们不仅要“服从”，更要努力践行，甚至强迫自己去践行——**怀着谦卑的心俯伏在真理面前**，即便此前我们曾暗自轻视、嘲笑过这真理。



要做到这一点，我们必须 **放下骄傲与自以为是的心态**。我们或许不喜欢良心所指引的道路，但若不听从良心的声音，我们只会在灵性的荒漠中越走越远，最终倒毙在旷野。



阅读：

创世纪16

1 亚伯兰的妻子撒莱不给他生儿女。撒莱有一个使女，名叫夏甲，是埃及人。 **2** 撒莱对亚伯兰说，耶和华使我不能生育。求你和我的使女同房，或者我可以因她得孩子。亚伯兰听从了撒莱的话。 **3** 于是亚伯兰的妻子撒莱将使女埃及人夏甲给了丈夫为妾。那时亚伯兰在迦南已经住了十年。 **4** 亚伯兰与夏甲同房，夏甲就怀了孕。她见自己有孕，就小看她的主母。 **5** 撒莱对亚伯兰说，我因你受屈。我将我的使女放在你怀中，她见自己有了孕，就小看我。愿耶和华在你我中间判断。 **6** 亚伯兰对撒莱说，使女在你手下，你可以随意待她。撒莱苦待她，她就从撒莱面前逃走了。 **7** 耶和华的使者对哈





野书珥路上的水泉旁遇见她，**8**对她说，撒莱的使女夏甲，你从哪里来，要往哪里去。夏甲说，我从我的主母撒莱面前逃出来。**9**耶和华的使者对她说，你回到你主母那里，服在她手下。**10**又说，我必使你的后裔极其繁多，甚至不可胜数。**11**并说，你如今怀孕要生一个儿子，可以给他起名叫以实玛利，因为耶和華听见了你的苦情。**12**他为人必像野驴。他的手要攻打人，人的手也要攻打他。他必住在众弟兄的东边。**13**夏甲就称那对她说话的耶和華為看顾人的神。因而说，在这里我也看见那看顾我的吗？**14**所以这井名叫庇耳拉海莱。这井正在加低斯和巴列中间。**15**后来夏甲给亚伯兰生了一个儿子。亚伯兰给他起名叫以实玛利。**16**夏甲给亚伯兰生以实玛利的时候，亚伯兰年八十六岁。

诗篇119:105-112

105 你的话是我脚前的灯，是我路上的光。 **106** 你公义的典章，我曾起誓遵守，我必按誓而行。 **107** 我甚是受苦。耶和华阿，求你照你的话将我救活。 **108** 耶和华阿，求你悦纳我口中的赞美为供物，又将你的典章教训我。 **109** 我的性命常在危险之中，我却不忘记你的律法。 **110** 恶人为我设下网罗。我却没有偏离你的训词。 **111** 我以你的法度为永远的产业。因这是我心中所喜爱的。 **112** 我的心专向你的律例，永远遵行，一直到底。



天堂的奥秘1937:3

那些通过自我约束、与邪恶与虚假争战的人，尽管起初他们以为是凭借自己的力量，但后来他们被开启明白，他们的努力，哪怕只是其中最微小的一点努力，都来自主。在来世，他们不再被邪灵支配，而是蒙恩之人。这表明一个人应当迫使自己去践行良善，言说真理。这个奥秘在于，通过这样做，人们会从主那里被赐予一个“属天的自我”。



THE END

