

# 与神同在的操练

（与神交谈的习惯）

（摘自《与神同在》劳伦斯弟兄）

我想把保持与神同在作为我人生追求的目标。就是只须要简单的注意神的同在，普通的意识和浸沐于神的同在。我会称称之为与神实在的同在，换句话说就是习惯性、沉默及隐秘的在灵里与神对话。

神不是要求我们作大事宜，只是不时一点点的回想祂，一点点的尊崇，有时祈求祂的恩典，有时把痛苦献上给祂，及为祂所赐的好处感谢祂，在困苦时祂仍然施恩予你。向神献上你的心，有时在你用膳中及与他人相处时，即使是小小的纪念神的心，神也会接纳。你不需要大声呐喊，神比我们想象的更接近我们。

要与神同在并不意味着我们必须常返教堂。我们可以在心中建立圣堂，让我们能每时每刻在爱中和谦卑的与神交谈。人人都能这样与神作个人交谈，有人多些，有人少些。祂知道我们的能力差异。

调节自己尽可能的去敬拜神，去求祂的恩典，在你每天的事务中常常把心献给神。若可能的话，每时每刻都做。你并不须要保持一定的规则和追求特定的形式，最重要是有信靠神的心，用爱和谦卑与神同行。

我不建议你用太多的词汇去祷告。保持自己在神面前祈祷时像一个哑吧或富人门前的瘫子般沉默，让事情简单，只要将心思保持于神的同在中。

## 使它成为习惯

我们知道我们无法逃避人生众多的危险，必须倚靠神实际和持续的帮助。让我们不断祈求神的帮助，我们怎能祷告而不需要神的同在？我们怎能与神同在而不思想神？并且我们怎能经常想起祂而没有刻意建立在我们的生活习惯上？

日夜常思想神，无论是工作中或休息中。祂常紧贴我们，与我们同行，不要忽略祂让祂孤独。你应该知道，留下来探望你的朋友孤身一人是十分无礼貌的。为何要忽略神呢？所以不可忘记祂，要常常思念祂、不断地尊崇祂。与神生死同步。这是信徒光荣的职分。

若我们要建立保持于神同在的习惯，我们身体的疾患都会大大减少。神常容许我们受点苦去洁净心灵及逼使我们保持与祂的联系。

要有勇气，时常将自己的痛苦带到神那里，祷告求神赐你力量去面对。最重要的是建立与神为乐的习惯。所以你最好不要忘记祂。即使软弱时也去敬拜神，常常把自己献给神。并在极痛苦时谦卑和亲密的（像孩子般）去贴紧神，领受神的旨意和安慰。

## 祂的同在是甜美的

世上最甜美和喜悦人心的，就是持续与神交谈。只有你去实践和经历它才能真正的明白，当然我不建议你以此为操练的动机。操练不是为了自己的喜悦，而是为了爱的原则及因为神想我们这样做。

当我们忠心的保持于神同在中，并以神在我们前方。这不仅阻止我们不去得罪神或作任何神所不悦的事（至少在心志上要如此）。这更会在我们心里产生出自由。容许我这样说，与神熟络，我们就可以舒畅地向祂祈求我们生活上需要的恩典，并深感神的乐意回应。总括来说，透过这样的经常重复，就会养成习惯，神的同在就会成为十分自然的事。

若我是讲道者，我会以宣讲操练神的同在为最重要的信息。若我是辅导员，我会提醒全世界的人去做这样的操练。我真的这样想，神同在的操练是很容易的。

若我们真的知道我们需要神的恩典和帮助，我们就不会忽略神，连一分钟都不会。相信我！！现在就立即作出坚实的立志，永不忘记神，并将余生置放在神的同在中。

让我们的精力用于认识神；人越认识神就会越想认识神。认识多少成为爱的量度。我们越深越多的认识神，表明我越深爱神。