

## 治失眠

經驗過的人會知道，長期失眠是痛苦的事。對於沒失眠過的人，也許不知道，自己是何等蒙神賜福。

曾有一個朋友，生活與家庭都很好，床也很舒適，臥室不錯，高枕卻不能安眠，不知哪裏得來的秘方一誦讀郎斐羅(Henry Wadsworth Longfellow, 1807-1882)所作“夜的頌詩”(Hymn to the Night)，就可以治好不眠之苦。那可容易了。詩卷，不難找到；惟不知是否果真有如此奇效。未久，他就長眠了。

大衛有一段時間，處境很困難，仿佛是四面荊棘，身底下的臥床呢，祇以金革(把武器放在身邊)，枕戈待旦，不見得舒適。但他可以向上仰望神。禱告過後，睡去了。

### 蒙神揀選

大衛在早年的時候，神就差遣先知撒母耳去膏他；他總是記得，有膏油的冠冕。世人不知道，看這個牧童，仍然是“昔日阿蒙”。那些“村霸”們，佔據高位；喜愛各樣的金銀偶像，照世俗的眼光，作為衡量的標準。

“你們要知道，耶和華已經分別虔誠人歸祂自己。”因神“不像人看人，人是看外貌，耶和華是看內心。”從那天開始，鄉野的牧童不一樣了。“耶和華的靈就大大感動大衛。”(撒上一六:7, 13 詩四:3)

蒙神揀選呼召的人，總是肩上有那奇妙的負擔，是可以感受的；有這信念：“我求告耶和華，祂必聽我。”

### 敬畏神

有神的同时，會知道“伴君如伴虎”的真義。神有完全的主權。但不是給你利用，“狐假虎威”。更要知道畏懼，不可侵犯祂的聖潔——“在床上的時候，要心裏思想，並要肅靜。”(詩四:4)這似乎可以感覺，幼年撒母耳的經驗；肅靜聽見神的聲音。這經驗伴隨他一生，到他年老退休，交代國事的時候說：

“我在這裏，你們要在耶和華和祂的受膏者面前，給我作見證——我奪過誰的牛，搶過誰的驢，欺負過誰，虐待過誰，從誰手裏受過賄賂因而眼瞎呢？若有，我必償還。”衆人說：“你未曾欺負我們，虐待我們，也未曾...”(撒上一一:3, 4)

在床上，私下沒有人打擾，也不必面對誰，該是脫卸下面具，誠實檢討自己，對人對神；這樣，肅靜的時候，神的

言語不稀少，可以聽到神的聲音，從神領受，才可以傳揚出去。

### 心清手潔

神的僕人，絕不受賄賂以致眼瞎；因為他是順從神的法則。要知道，甚麼樣的人才可以見神，靠神：“當獻上公義的祭，又當倚靠耶和華。”（詩四：5）

耶和華啊！誰能寄居你的帳幕？  
誰能住在你的聖山？  
就是行為正直，作事公義，  
心裏說實話的人。（詩一五：1, 2）

在神的帳幕，瞻仰祂的榮美，是最大的福分。大衛不爭取王位，不貪慕財富，也不以得勝拓展疆土為最大的成功；他惟以神為樂，無憂無慮，神清夢穩。

你使我心裏快樂，  
勝過豐收五穀新酒的人。  
我必安然躺下睡覺，  
因為獨有你耶和華使我安然居住。（詩四：7, 8）

作者：于中旻  
©2025 James C. M. Yu

聖經網  
[aboutbible.net](http://aboutbible.net)