

簡約：不受噪音干擾

第三主日

閱讀經文：列王記上19:1-13

1亞哈將以利亞一切所行的和他用刀殺眾先知的事都告訴耶洗別。2耶洗別就差遣人去見以利亞，告訴他說：「明日約在這時候，我若不使你的性命像那些人的性命一樣，願神明重重地降罰與我。」3以利亞見這光景就起來逃命，到了猶大的別是巴，將僕人留在那裏，4自己在曠野走了一日的路程，來到一棵羅騰樹下，就坐在那裏求死，說：「耶和華啊，罷了！求你取我的性命，因為我不勝於我的列祖。」5他就躺在羅騰樹下，睡着了。有一個天使拍他，說：「起來吃吧！」6他觀看，見頭旁有一瓶水與炭火燒的餅，他就吃了喝了，仍然躺下。7耶和華的使者第二次來拍他，說：「起來吃吧！因為你當走的路甚遠。」8他就起來吃了喝了，仗着這飲食的力，走了四十晝夜，到了神的山，就是何烈山。9他在那裏進了一個洞，就住在洞中。耶和華的話臨到他說：「以利亞啊，你在這裏做甚麼？」10他說：「我為耶和華—萬軍之神大發熱心；因為以色列人背棄了你的約，毀壞了你的壇，用刀殺了你的先知，只剩下我一個人，他們還要尋索我的命。」11耶和華說：「你出來站在山上，在我面前。」那時耶和華從那裏經過，在他面前有烈風大作，崩山碎石，耶和華卻不在風中；風後地震，耶和華卻不在其中；12地震後有火，耶和華也不在火中；火後有微小的聲音。13以利亞聽見，就用外衣蒙上臉，出來站在洞口。有聲音向他說：「以利亞啊，你在這裏做甚麼？」

我們生活在嘈雜的世界之中。現在我們有比以往更多的機會來避免生活中任何可能的靜默。電視、廣播和音樂——我們當中許多人一天中忙碌地從一個噪音轉到另一個噪音。還有那些我們無法避免的噪音：公交車上的人們用手機播放的音樂、每家商店和飯店播放的音樂，以及（如果我們住在城市環境中的）無處不在的汽笛聲、警報聲和飛機飛過的噪音。

儘管我們不能確定以利亞到何烈山時的期望是什麼，但從字裡行間我們看得出似他乎認為耶和華上帝會出現在雷電之中。事實上，祂為什麼不呢？以利亞知道摩西與上帝的相遇以及荊棘叢中的烈火的故事（出埃及記3：2）；他也知道上帝帶領著以色列人隨著雲柱火柱戲劇性地穿越曠野（出埃及記13:21）。而事實上就在不久之前，上帝在以利亞的生活中做了一件引人注目的事情：在眾人與假先知的見證下，在一片光輝的大火中點燃了浸泡在水中的木頭和動物的祭物（列王記上 18）。

然而，當耶和華經過以利亞時，祂並沒有出現在狂風、地震或大火中。上帝的同在以「溫柔的耳語」或「微小的聲音」來顯示。甚至有一種翻譯為「純粹的寂靜之聲」。

想像：聽到「純粹的寂靜之聲」會是怎樣的體會？

我們當中的許多人都來自的教會習慣藉著大型合唱團、宏偉的管風琴或是洪亮的電吉他，大聲而戲劇性地表達上帝的同在：人群站立提聲高唱，詩班的歌聲在會眾中迴盪，陣陣的鼓聲

響起.....也許，我們要像以利亞一樣改變我們的期望？也許我們需要思考，在我們靜默和祈禱中神與我們同在的可能性，就和我們參加主日慶典一樣多？

在曠野中敬拜本身，就是一件安靜而隱秘的事件。在這裡，我們沒有找到喧鬧的人群，而是尋求主的沉默與獨處的心。這裡沒有響亮的管風琴或訓練有素的樂隊，而是個人謙卑地來到上帝面前，身後沒有任何需要隱藏的噪音。

挑戰：嘗試一下在靜默中渡過越來越長的時間，這有點像為跑步比賽而訓練。讓我們除了安靜地坐在上帝面前，再沒有其他的干擾。試著從很短的時間開始，慢慢增加靜默的時間最多到五分鐘。然後，記錄下這段時間的感受以及你學習到什麼。記住這個挑戰，並在大齋節期間嘗試重複操練自己。

30秒靜默	日期/ 時間	記錄:
1分鐘靜默	日期/ 時間	記錄:
2分鐘靜默	日期/ 時間	記錄:
3分鐘靜默	日期/ 時間	記錄:
4分鐘靜默	日期/ 時間	記錄:
5分鐘靜默	日期/ 時間	記錄: