【沙番老师】成为和上帝聊天的人系列 09：聊天中要学习分辨

我们一起来祷告。

天父，谢谢你。主啊，你渴慕我们与你建立亲密的关系，你更渴慕我们行走在正路上。我们知道，在我们的属灵经历和与你的关系当中，经常会有仇敌的搅扰和打岔。主啊，你借着你的仆人约翰说，一切的灵，我们不可都信，总要查验哪些是出于神的、哪些不是。主啊，尤其在我们与你建立亲密关系的过程中，求你使我们拥有更敏锐的灵，能够好好查验。谢谢主，祝福我们这里所有的家人，祝福我们今天晚上的课程。奉耶稣基督的圣名祷告，阿们。

在“与神聊天”的操练当中，最重要、也是最常见的一个问题，就是很多人不知道：现在是我自己在跟自己说话，还是神在跟我说话？这是许多成年人最大的困惑。

对于一个孩子来说，分辨神的声音非常容易；但对于我们这些成年人，尤其在信仰当中年日久的人来说，我们总是不太敢相信——上帝真的在和我说话吗？

一、分辨的必要：一切的灵不可都信

约翰一书 第 4 章第 1 节，老约翰写道：亲爱的弟兄啊，一切的灵，你们不可都信，总要试验那些灵是出于神的不是，因为世上有许多假先知已经出来了。

在我们与神相交的过程中，这是灵里的相交。所以我们必须查验：那个与我们说话、与我们聊天的灵，到底是不是出于神的。若不是出于神的，我们就必须弃绝。

在我过去训练很多人的过程中，我发现一个很现实的现象：出于神的感动，人常常没有信心去接受；而出于魔鬼的意念，人反倒会认同。为什么呢?

因为出于仇敌的，往往合情合理、合乎肉体的需要；而出于神的，往往合乎灵性的需要。所以你会发现，很多人很容易接受仇敌的谎言，甚至仇敌的控告、定罪，一旦进到他里面，他就接纳，结果就造成自身的软弱。

这就是很多基督徒在与神相交、在属灵经历中最常遇到的问题。所以我们一定要学习分辨。因为我们里面不只有神的灵，还有我们人的灵，也有鬼的灵。仇敌会假冒，仇敌会伪装成可以陪伴你对话的存在。

一个真实的例子：

我认识一个学生，从六岁起，就有一个邪灵一直陪伴他。那个邪灵一开始并不伤害他，只是陪他聊天。他有什么烦心的事，就会跟这个“声音”倾诉。一直到初三，这个邪灵开始伤害他。到高一的时候，我去到这个孩子的家中，把那污鬼赶了出去。

从六岁到初三毕业这段时间，他几乎从不认为那是邪灵，因为对方并没有加害他。他也很少跟别人讲；曾经跟父母提过，父母完全不相信，因为他们不了解灵界的事情。很多未信主的人，都有过类似和邪灵对话的经历。

要知道，仇敌是上帝的仿冒者。仇敌常常会假冒上帝，圣经也记载，牠会装作光明的天使（哥林多后书 第 11 章第 14 节）。牠会装作光明的天使来到你身边，甚至陪你聊天、和你对话。

二、超自然经历不等于出于神

很多人会有一个误区：只要我经历了超自然，那一定就是出于神。这是错误的认知。

超自然不独属于神。魔鬼同样属于灵界，也具备超自然层面的作为。凡是灵界的事，相对于物质世界，都属于“超自然”。属灵的世界本就是超越物质世界的。

所以我们不能仅仅因为自己经历了超自然事件，就断定全部都是来自神，不加分辨就全盘接纳，这样会陷入危险。甚至有的人跟随里面冒出来的声音到处奔走、做各样事情，到头来毫无意义，自己却还以为是“跟随神的带领”。

一个真实的例子：

大约二十年前，有一位姊妹，听从里面的声音，跟着那个指引奔波了整整一个月。回来之后，别人问她:“你这一个月都做了什么呢？”她说:“神告诉我上这辆车，我就上这辆车；神叫我在哪里下，我就在哪里下；神让我去哪里，我就去哪里。”

可问题是：奔波一个月，究竟完成了什么？

请记住：**神不做无意义的事情。** 如果只是叫你到处辗转，坐车、下车、进饭店，忙碌整整一个月，却没有任何属灵的目的，这样的引导不会是出于神。

很多人缺乏分辨，就把这类经历当成神的带领。所以我常说：一个基督徒，当开始认识灵界、追求成为属灵人的时候，生命成长会非常迅速；可一旦分辨出错，危险也会极大。

关于分辨的主题，我在三年前写过一本书，叫《属灵分辨力》。书中内容更加全面，一共二十六课。今晚这一小时分享，只是聚焦“与神对话当中的分辨”，无法把全部内容讲透。

三、分辨不清会带来的后果

我们必须从多个维度学习分辨。倘若不去分辨，就会被邪灵欺骗、蒙蔽；若是把自己的想法当成神的话语，同样十分危险。

有些时候，明明是神在对你说话，你却以为只是自己脑子里的想法，因此拒绝、不去顺服。

还有一种场景：你正在和神交通，中间仇敌忽然插进几句话，但你依然可以继续与神对话。很多人会疑惑：“我正在跟神说话，仇敌怎么还能插进来？”

我曾经读过一本书，里面记录一位神的仆人：他正和神交通，忽然冒出几句感觉不对劲的话。凭借对圣经的熟悉和属灵经验，他很快分辨出这不是来自神。他就向主发问：“主啊，为什么我在与你说话的时候，仇敌还可以插进话语？”

神对他说，这有两方面的许可：第一，训练人时刻警醒；第二，提升人分辨灵的能力。

在一些看重灵的开放、强调先知事工的教会当中，不少牧者走入歧途，根源就是不懂得分辨。圣经提到：“愚蒙人是话都信”（参考箴言 第 14 章第 15 节）。如果不加查验，凡是从里面冒出来的感动，都一概当作来自神，这是很大的问题。

另外，当我们对一件事怀有强烈的盼望、强烈的私欲，此时你的对话对象，很可能已经不再是神，而是被私欲辖制的你自己的人的灵，这就更需要分辨。

我常常劝弟兄姊妹，要操练**直觉性的生命**。当你的灵里操练出这种生命，可以随时感知神的引导，就不必每一次都反复揣摩纠结，能够紧紧地跟随主。

四、神与人说话的几种方式

神与人沟通的方式有很多种。

第一种：肉耳可听的声音

撒母耳记上 第 3 章第 4 至 10 节记载：耶和华呼唤撒母耳，撒母耳说：“我在这里！”就跑到以利那里，说：“你呼唤我，我在这里。”以利回答说：“我没有呼唤你，你去睡吧。”他就去睡了。耶和华又呼唤撒母耳，撒母耳起来，到以利那里，说：“你呼唤我，我在这里。”以利回答说：“我儿，我没有呼唤你，你去睡吧。”那时撒母耳还未认识耶和华，也未得耶和华的默示。耶和华第三次呼唤撒母耳，撒母耳起来，到以利那里，说：“你又呼唤我，我在这里。”以利才明白是耶和华呼唤童子。因此，以利对撒母耳说：“你仍去睡吧！若再呼唤你，你就说：‘耶和华啊，请说，仆人敬听。’”撒母耳就仍旧睡在原处。耶和华又来站着，像前三次呼唤撒母耳，撒母耳回答说：“请说，仆人敬听。”

撒母耳是肉耳实实在在听见呼唤，不然他不会屡次跑去以利那里，以为是以利在叫他。

圣经有这样的记载，现实当中，也有不少弟兄姊妹有类似见证：独自在家的时候，忽然听见有人呼喊自己的名字，四处查看却看不到任何人；过一段时间又再次听见。

弟兄姊妹，如果你遇到这种经历，独处时听见呼喊却找不到人，就当学习撒母耳的回应：“耶和华啊，请说，仆人敬听。”那天夜里，神就向撒母耳启示重要的事。

但这种肉耳听见声音的经历相对稀少。保罗在大马士革路上蒙呼召，是在异象中听见声音，同行的人也听见声响，却听不清话语的内容。

第二种：在异象、异梦中说话

民数记 第 12 章第 6 节，耶和华说：“你们且听我的话：你们中间若有先知，我耶和华必在异象中向他显现，在梦中与他说话。”

神会借着异象和异梦向人说话，这是很多信徒会经历的方式。以西结、但以理、老约翰，都在异象、异梦当中领受神的话语，明白神的心意。《但以理书》《启示录》很多关于未来的启示，都是这样领受的。

要记住：异象是天国的生活法则。人若轻视、拒绝异象的领域，就是拒绝天国生活的一部分。

第三种：微小的声音

列王纪上 第 19 章第 12 节，神向以利亚显现：“地震后有火，耶和华也不在火中；火后有微小的声音。”以利亚听见，就用外衣蒙上脸，出来站在洞口，有声音向他说：“以利亚啊，你在这里做什么？”他说：“我为耶和华万军之神大发热心，因为以色列人背弃了你的约，毁坏了你

的坛，用刀杀了你的先知，只剩下我一个人，他们还要寻索我的命。”上帝就呼召他去膏立两个王，膏立先知以利沙。

这个微小的声音，不是肉体耳朵听见的声响，也不完全等同于头脑的意念，是人的**灵耳**所接收，发自内里，因为神住在信徒的里面，从内里向人说话。

第四种：在人的意念里面说话（意会）

以赛亚书 第 55 章第 8 至 9 节，耶和华说：“我的意念非同你们的意念，我的道路非同你们的道路。天怎样高过地，照样，我的道路高过你们的道路，我的意念高过你们的意念。”

我们大多数和神的交通，都是借着意念层面的意会，或是上面提到的微小的声音。

很多时候，神会把一个意念闪现给你，有的人抓不住，甚至不相信，就忽略了神的带领。我们要学习分辨从神而来的意念。当你能够分辨，顺着这个意念与神对话，就会领受许多启示，解决很多难题；你和神的关系，也会随之更加亲密。所以我们要留心内里的感动。

第五种：面对面说话，不用谜语

民数记 第 12 章第 8 节，耶和华说：“我要与他面对面说话，乃是明说，不用谜语，并且他必见我的形像。你们毁谤我的仆人摩西，为何不惧怕呢？”

第 6 节讲到，普通先知，神借着异象异梦向他们说话；但摩西不一样，神与他面对面明说，不用暗喻谜语。这是非常宝贵的经历。

何为与神面对面？就是主亲自显现，与人直接对话。雷克·乔纳的著作当中就记录过这类亲身经历：他住进宾馆准备聚会，坐在床上，耶稣亲自显现，面对面和他交谈。

回到撒母耳记上 第 3 章，前三次只是听见呼唤；第四次，耶和华**站着**向他说话，这就是显现出来与人对话。

摩西在西乃山上四十昼夜不吃不喝，就是与神面对面相交。下山之后，面皮发光，必须用帕子遮盖，因为他直面过神的荣光，神的荣耀反照在他身上，旁人不能直视。这就是面对面遇见神的光景。

五、分辨各类意念的三个源头

本课核心重点，学习分辨哪些感动是出于神。

先要明白一件事实：人头脑当中所有的思想意念，并不全是来自自己。一共存在三个源头：**出于神、出于鬼、出于人。**

很多人陷入误区：“只要是我脑子里冒出来的，就都是我自己想的。”这并不正确。一个普通人，头脑当中有六七成的念头并非源于自身，是来自灵界。很多人不懂这点，仇敌送来消极意念，就全盘接纳，陷入软弱；神送来感动，却怀疑、拒绝，造成很大亏损。

出于人的意念

人的意念，是**理性分析得来**，经过思考、推理、认知，具备逻辑连贯性，会被个人的知识、阅历、经验所限制。你没有学习过、没有经历过的，依靠自己的理性很难凭空产生。

很多创作、发明的灵感，就不完全属于人的理性。例如元素周期表的发明者，就是在梦中得到图像启发，才整理出成果。

记住：出于人的，是理性思考推演而来；**来自灵界的念头，大多是忽然闪现进来，不是你一步步推理出来的。** 灵界无论是神还是邪灵，都可以把意念忽然放到人的里面。

出于鬼的意念

邪灵送来的，也是忽然闪现进入里面，但内容是**消极的**。撒旦本身就是控告者。

牠常常带来控告、定罪。我接触过不少年轻人，常常自我定罪、自我控告，被罪疚感捆绑。接纳这些控告之后，就会灰心、沮丧、失去信心、软弱失败，甚至对救恩产生怀疑。

要牢记：**一切控告、定罪的意念，源头都是魔鬼。**

哪怕控告的内容是你真实犯过的错，也不代表这份定罪的感动来自神。比如你犯了罪，里面冒出来声音:“你还配做基督徒吗?”这类定罪、压垮你的感受，就是仇敌的工作。

总结：所有使人灰心、沮丧、跌倒、想要放弃的意念，都是来自魔鬼。

不少抑郁、精神受搅扰的人，根源就是不断接纳撒旦送来的消极、定罪的意念。接收越多，神的话语越难以进入；仇敌的思想占据内心，先是思想被败坏，之后情感被偷窃毁坏，最后连身体也会出现问题。

出于神的意念

从神而来的意念，同样可能是忽然闪现，但本质是**积极的**。带来安慰、劝勉、造就。圣灵是保惠师、安慰者、医治者、生命赐予者。从神而来的声音、意念，会带来安慰、引导、生命的力量。

分辨不清，就会拒绝神的感动，接纳仇敌的谎言，生命每况愈下。

从主观感受的位置参考分辨

出于神：从你灵的深处，内里生发出来。
出于撒旦：大多从外部忽然闪入你的思想。
天使带来的声音：感觉如同身旁有人对你说话，从旁边传来。

以上属于主观经历，只作参考，不能作为唯一判断标准。

六、用时间来检验感动

出于神的感动，经得起时间的考验。

仇敌带来的往往是冲动，强烈催促你**立刻做决定**。如果你稍微迟疑，里面就会附上控告、定罪的压力；一开始感受很强，只要你等候一段时间，这份感动就消散不见。这就是仇敌的工作。

来自神的感动，强弱会有变化；但当你选择等候查验，这份感动会越来越清晰，直到你愿意顺服、忠心去行。

真实例证：

有一位姊妹，圣诞节回到老家教会，里面出现感动，叫她把微信里全部钱财都奉献出去。当时账户有一千多元，她就全部扫码奉献，事后很喜乐，认为是神的带领。

发完工资之后，到第二个礼拜聚会，同样的感动再次出现：把微信全部的钱奉献出去。感动很强烈，她分不清来源，就来寻求建议。

我告诉她：不要急着行动，等候一两天，看这份感动是否还持续存在。

等到第二天询问，她说感动已经完全消失。由此可以判断，这份催促一次性掏空生活费的感动，来自撒旦。如果顺着冲动去做，她就没有维持生活的开支。

弟兄姊妹，面对奉献这类事，一定要谨慎分辨。

七、分辨的三大原则：合理、合情、合乎灵性需要

如何系统分辨感动的源头？参考马太福音 第 4 章第 1 至 10 节，耶稣三次抵挡撒旦试探，给我们留下三个分辨原则：**合理、合情、合乎灵性需要。** 耶稣胜过试探之后，天使就来伺候祂。

第一，合理：合乎圣经真理

真正出于神的，一定合乎圣经真理。

现实中会遇见一种情况：有人高举某件事带来的果效、美好的见证，却无视这件事本身并不符合圣经。我曾经和同工就此辩论，对方不断拿见证、果效说话。

我的观点是：**真理高于经历。不能用经历、见证取代圣经的标准。**

刚信主的人都知道，圣经是基督徒行事为人的是非准则。圣灵是真理的圣灵，神一切的启示、带领，都不能违背圣经。

看马太福音 第 4 章，撒旦试探耶稣，耶稣每一次都引用“经上记着说”抵挡。很多弟兄姊妹对圣经不熟，仇敌来试探的时候，内里就没有话语可以抵挡。

魔鬼不怕人高声喊叫；牠惧怕人宣告神的话语，惧怕被神的话语更新、拥有权柄的生命。

注意：**撒旦也会引用经文，但会断章取义。** 第二次试探，魔鬼就引用经文叫耶稣从殿顶跳下去。耶稣就用“经上又记着说”，用完整的真理抵挡断章取义的引诱。

重要原则：**圣经高过一切启示。圣经可以查验所有先知的启示；先知的启示不能来查验圣经。**

现实有这样的案例：有姊妹求助，说有两位先知祷告，宣告她女儿的婚姻不是出于神，可以直接离婚；但女婿并没有出轨、家暴等圣经允许离婚的情形。这就是违背圣经的所谓启示。

神的一切启示、超自然经历，都必须以圣经作为总标准。如果一份感动、启示和圣经冲突，可以直接否定，神不会做违背自己话语的事。

那仇敌的“合理”是什么？是**合乎世界的常理、人情世故**，不是神的真理。牠会用人世间的道理劝诱你，听起来很合乎人情，却背离圣经。

第二，合情：合乎现实的情况

合情，就是感动要对应你真实所处的现实处境。

如果领受的引导，和你当下面对的实际状况完全脱节，基本可以判定不是出于神。

当然，仇敌的引诱也会贴合现实处境，不然人不会落入网罗；但牠会断章取义扭曲事实。就像叫耶稣从殿顶跳下，引用经文，却无视经文的使用场景。

寻求神的旨意，不能只祷告，还要尽可能掌握事情完整的实况。

参考撒母耳记上 第 26 章第 1 至 6 节，大卫面对扫罗的追杀，不单单祷告，还差人出去探听敌情，进一步掌握现场真实情况，再寻求神。

反面案例：有教会聚会，赞美声音太大，物业上门告知吵到楼上住户。有姊妹没有核实实际情况，单单凭里面的感动，坚称楼上住的不是老人，指责物业说谎。

大卫给我们榜样：祷告的同时，也要去了解客观事实。神很多时候，是在你把情况了解清楚之后，才向你显明祂的旨意。

新约圣徒内里都有圣灵，不应当轻易替别人做出人生决断。如果有人来找你寻求指引，却不肯讲清事情的全貌，不要贸然给他“来自神的启示”，避免越过他里面的圣灵，代替他寻求神。仇敌也会借着现实处境，包装欺骗，我们要小心断章取义。

第三，合乎灵性需要

出于神的带领，要合乎相关所有人的灵性需要。包括当事人，以及这件事涉及到的其他相关的人。神的旨意不会顾此失彼，伤害某个人的生命成长。

神来，是叫人得生命，并且得更丰盛的生命。一份从神来的带领，会促进人的生命成长。

举例：当你被人伤害，神感动你去饶恕对方。饶恕这件事，不是叫加害者占便宜，而是保护你的灵性，让你的生命可以成长，这就是合乎灵性需要。

参考约翰福音 第 21 章第 15 至 17 节，耶稣三次问彼得是否爱祂，托付彼得喂养、牧养主的羊，核心目标就是生命的牧养与建造。如果一件事做完，不能带来生命长进，就不属于圣灵的工作。

仇敌给的，则是**合乎肉体的需要**：满足私欲、维护面子、迎合肉体的喜好。这也是为什么很多人很容易接纳仇敌的话语——听起来很贴合自己肉体的渴望。

所以我们要两件事：第一，熟悉圣经，用真理去衡量一切感动；第二，看这份带领是否带来灵性生命的建造。

八、其他分辨的标记

有平安喜乐，多是出于神

歌罗西书 第 3 章第 15 节：又要叫基督的平安在你们心里作主。

仇敌可以模仿智慧、模仿恩赐、模仿很多外在现象，**唯独平安喜乐，牠不能假冒。** 天使堕落之后，就失去了平安与喜乐。

祷告、敬拜之后，如果灵里充满平安、喜乐、释放、亮光，多半是出于神。

如果里面出现紧张、惧怕、厌烦、沉重，就要停下来查验。

敬畏神不等于害怕神。神的爱里面没有刑罚。和神相交，就算神责备、纠正你，也不会带来恐惧烦躁；而是带来光照、悔改、释放。

出于神的，必对生命有益处

和上面“合乎灵性需要”一致，会促进生命成长，使人更像基督。

感动要合乎神的属性

感动、话语的内容，不能和圣经启示的神的属性互相矛盾。

很多人对神的认识有偏差：以为神常常发怒、刑罚人、击打儿女。这种错误认知，会让人很容易接收仇敌恐吓式的意念。

要正确理解圣经的“管教”：原文本意是**训练、雕塑、提升**，不是刑罚打击。刑罚是使人灰心毁灭；管教是为了塑造儿女。对神的认识错了，领受的属灵经历也会被扭曲。

结语

分辨是很深的功课，一小时的分享只能讲个梗概。我们与神相交、经历属灵层面的事，一定要学习查验：

- 这份感动带给你的内心感受是什么？有没有平安喜乐？
- 内容是否符合圣经真理？
- 意念带来的果效是积极建造，还是使人灰心沮丧？

属灵的领域如同高速路，走对了，生命快速长进；分辨走错，就会带来极大的亏损。

今天的分享到此结束，愿神祝福大家。

附录一：核心要点总结

1. **分辨是信徒的本分**：约翰一书 第 4 章第 1 节明确吩咐“一切的灵不可都信，总要试验”。灵与灵相交，必须查验源头。
2. **人里面意念有三个源头**：神的灵、人的灵、鬼的灵。常见误区：出于神的感动不敢接纳，仇敌的谎言、控告反倒轻易认同，原因是仇敌的话语常合乎肉体需要。
3. **超自然经历不等于来自神**：魔鬼同样拥有超自然层面的作为；牠会装作光明的天使。不要单凭超自然现象判定源头。
4. **神不做无意义的事**：若所谓的神的带领，只叫人到处奔波，没有任何属灵目的，需要高度警惕。
5. **神向人说话的五种模式**：肉耳可听的声音（撒母耳记上 第 3 章）；异象异梦（民数记 第 12 章第 6 节）；微小的灵里声音（列王纪

上 第19章第12节）；意念层面的意会（以赛亚书 第55章第8-9节）；面对面明说，不用谜语（民数记 第12章第8节）。

6. **意念的分辨**

   - 出于人：来自理性推理，受知识、阅历限制。
   - 出于鬼：大多忽然闪现，内容消极，带来控告、定罪，结果使人灰心、软弱、跌倒。
   - 出于神：也会忽然闪现，带来安慰、劝勉、造就，带来生命力量。
   - 主观参考：神的感动发自灵的深处；撒旦多从外部闪入；天使声音如同身旁有人说话（仅作参考，不作为唯一标准）。

7. **用时间检验感动**：仇敌多是冲动式催促，一等候感动就消散；神的感动经过等候，会越发清晰。
8. **三大分辨原则**

   - **合理**：合乎完整的圣经真理。圣经高于一切启示，防备断章取义引用经文。
   - **合情**：贴合客观现实处境，寻求旨意要先了解事实全貌。
   - **合乎灵性需要**：造就当事人以及相关之人的生命；仇敌的引诱合乎肉体私欲。

9. **其他查验标记**：基督的平安喜乐是仇敌无法假冒的；感动要对生命有益；感动不能违背神的属性。圣经中“管教”是训练雕塑，不是刑罚打击。
10. **属灵领域存在风险**：认识灵界可以使生命快速成长；缺少分辨，会带来严重亏损。

附录二：经文列表（和合本简体新标点，格式统一）

约翰一书 第 4 章第 1 节 哥林多后书 第 11 章第 14 节 箴言 第 14 章第 15 节 撒母耳记上 第 3 章第 4 至 10 节 民数记 第 12 章第 6 节 民数记 第 12 章第 8 节 列王纪上 第 19 章第 12 节 以赛亚书 第 55 章第 8 至 9 节 马太福音 第 4 章第 1 至 10 节 撒母耳记上 第 26 章第 1 至 6 节 约翰福音 第 21 章第 15 至 17 节 歌罗西书 第 3 章第 15 节

经文原文（和合本）：

约翰一书 第 4 章第 1 节：亲爱的弟兄啊，一切的灵，你们不可都信，总要试验那些灵是出于神的不是，因为世上有许多假先知已经出来了。

哥林多后书 第 11 章第 14 节：这也不足为怪，因为连撒但也装作光明的天使。

箴言 第 14 章第 15 节：愚蒙人是话都信；通达人步步谨慎。

撒母耳记上 第 3 章第 4 至 10 节：耶和华呼唤撒母耳。撒母耳说：“我在这里！”就跑到以利那里，说：“你呼唤我，我在这里。”以利回答说：

“我没有呼唤你，你去睡吧。”他就去睡了。耶和华又呼唤撒母耳。撒母耳起来，到以利那里，说：“你呼唤我，我在这里。”以利回答说：“我儿，我没有呼唤你，你去睡吧。”那时撒母耳还未认识耶和华，也未得耶和华的默示。耶和华第三次呼唤撒母耳。撒母耳起来，到以利那里，说：“你又呼唤我，我在这里。”以利才明白是耶和华呼唤童子。因此以利对撒母耳说：“你仍去睡吧！若再呼唤你，你就说：‘耶和华啊，请说，仆人敬听。’”撒母耳就仍旧睡在原处。耶和华又来站着，像前三次呼唤撒母耳。撒母耳回答说：“请说，仆人敬听。”

民数记 第 12 章第 6 节：耶和华说：“你们且听我的话：你们中间若有先知，我耶和华必在异象中向他显现，在梦中与他说话。”

民数记 第 12 章第 8 节：我要与他面对面说话，乃是明说，不用谜语，并且他必见我的形像。你们毁谤我的仆人摩西，为何不惧怕呢？

列王纪上 第 19 章第 12 节：地震后有火，耶和华也不在火中；火后有微小的声音。

以赛亚书 第 55 章第 8 至 9 节：耶和华说：“我的意念非同你们的意念，我的道路非同你们的道路。天怎样高过地，照样，我的道路高过你们的道路，我的意念高过你们的意念。”

马太福音 第 4 章第 1 至 10 节：当时，耶稣被圣灵引到旷野，受魔鬼的试探。祂禁食四十昼夜，后来就饿了。那试探人的进前来，对祂说：“你若是神的儿子，可以吩咐这些石头变成食物。”耶稣却回答说：“经上记

着说：人活着，不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。”魔鬼就带祂进了圣城，叫祂站在殿顶上，对祂说：“你若是神的儿子，可以跳下去，因为经上记着说：主要为你吩咐祂的使者用手托着你，免得你的脚碰在石头上。”耶稣对他说：“经上又记着说：不可试探主你的神。”魔鬼又带祂上了一座最高的山，将世上的万国与万国的荣华都指给祂看，对祂说：“你若俯伏拜我，我就把这一切都赐给你。”耶稣说：“撒但，退去吧！因为经上记着说：当拜主你的神，单要事奉祂。”于是魔鬼离了耶稣，有天使来伺候祂。

撒母耳记上 第 26 章第 1 至 6 节：西弗人到基比亚见扫罗，说：“大卫不是在旷野前的哈基拉山藏着吗？”扫罗就起身，带领以色列人中挑选的三千精兵下到西弗的旷野，要在那里寻索大卫。扫罗在旷野前的哈基拉山，在道路上安营。大卫住在旷野，听说扫罗到旷野来追寻他，就打发人探听，便知道扫罗果然来了。大卫起来，到扫罗安营的地方，看见扫罗和他的元帅、尼珥的儿子押尼珥躺卧之处；扫罗睡在辎重营里，百姓安营在他周围。大卫对赫人亚希米勒和他兄弟洗鲁雅的儿子约押说：“谁肯同我下去，进到扫罗那里？”亚比筛说：“我同你下去。”

约翰福音 第 21 章第 15 至 17 节：他们吃完了早饭，耶稣对西门彼得说：“约翰的儿子西门，你爱我比这些更深吗？”彼得说：“主啊，是的，你知道我爱你。”耶稣对他说：“你喂养我的小羊。”耶稣第二次又对他说：“约翰的儿子西门，你爱我吗？”彼得说：“主啊，是的，你知道我爱你。”耶稣说：“你牧养我的羊。”第三次对他说：“约翰的儿子西门，你爱我

吗？”彼得因为耶稣第三次对他说“你爱我吗”，就忧愁，对耶稣说：“主啊，你是无所不知的，你知道我爱你。”耶稣说：“你喂养我的羊。”

歌罗西书 第 3 章第 15 节：又要叫基督的平安在你们心里作主；你们也为此蒙召，归为一体；且要存感谢的心。

附录三：默想

1. 我是否也出现过：出于神的感动我不敢接纳，仇敌带来的控告我却轻易认同？是什么原因让我容易接收定罪的声音？
2. 以往我是不是默认“我脑子里冒出来的念头全部都是我自己的想法”？我是否明白意念有神、人、鬼三个源头？
3. 我有没有经历过跟随里面声音忙碌奔走，最后却没有属灵果效的经历？回头看，我学到什么功课？
4. 当有消极的意念忽然闪入内心，我通常是接纳顺服，还是靠着神的话语抵挡？
5. 我会不会被美好的见证、外在果效迷惑，把经历放在圣经真理之上？在我心中真理与经历，哪一个才是最高标准？
6. 寻求神旨意的时候，我是只祷告，还是会效法大卫，先去了解客观完整的现实情况？
7. 当我要做一个决定，我会查验这件事是会造就生命，还是只是满足肉体、维护面子？
8. 在与神交通之后，我内心的状态更多是平安喜乐释放，还是紧张、惧怕、沉重？

9. 我对神“管教”的理解是刑罚打击，还是训练雕塑？这个认知来自哪里？

附录四：实际应用

1. **建立三源分辨的日常习惯**：每出现强烈念头，先问三句：是否合乎圣经？会使我爱主还是灰心？内心带来平安还是惧怕。
2. **操练等候的纪律**：凡是强烈催促你立刻行动、不行动就带来定罪压力的感动，先搁置一段时间。真正来自神的感动，可以经得起等候，等候中会越发清晰。
3. **熟悉“经上记着说”与“经上又记着说”**：坚持读经，遇到被引用的经文，一定要查看上下文，防备断章取义的欺骗，学习马太福音 第 4 章的抵挡模式。
4. **真理优先于经历见证**：无论经历多么神奇，先用圣经核对；与圣经冲突的，不以见证作为行事依据。
5. **寻求旨意先掌握客观实情**：效法大卫，先探听事实，再祷告寻求；不要在信息不全的情况下，凭着感动下结论，也不要轻易替别人做人生决断。新约信徒内里都有圣灵，鼓励他人自己来寻求主。
6. **以平安喜乐作为查验标记**：祷告、敬拜之后，查验内心状态；出现惧怕、紧张、沉重，就要暂停，回到神的话语中查验。记住平安喜乐是仇敌无法假冒的印记。
7. **更正对管教的认知**：牢记管教是神的训练、雕塑、提升，不是刑罚打击；靠着真理抵挡一切假借神名而来的恐吓、定罪。

8. **复盘过往属灵经历**：把过去让自己走弯路的感动记录下来，用“合理、合情、合乎灵性需要”三条原则复盘，作为日后的警戒。

附录五：回应祷告

慈爱的天父，我来到你的面前。

谢谢你借着你的话语提醒我：一切的灵不可都信，总要试验。求你赦免我，很多时候我不懂得分辨：出于你的感动，我不肯相信、不肯顺服；仇敌带来的控告、定罪、谎言，我却一一接纳，以致活在灰心、沮丧、软弱、失败当中。求你赦免我常常把自己的想法当成你的话语，也赦免我因为对经文一知半解，被仇敌断章取义的话语欺哄。

主啊，求你赐给我敏锐的灵，使我可以分辨内心意念的三个源头：出于你的、出于我自己的、出于恶者的。求你不让我做愚蒙人什么都信，让我做通达人步步谨慎。

求你把我的心扎根在你的话语上面，让圣经成为我行事为人的是非准则，也成为我查验一切启示、一切属灵经历的总标准。叫我不被果效、见证迷惑，单单把真理高举。求你使我熟悉“经上记着说”，也熟悉“经上又记着说”，当仇敌来试探我的时候，我内里就有神的话语可以抵挡。

主啊，赐我等候的耐心。凡是激动我、催促我立刻行动，又附带控告压力的感动，求你保守我不动；凡是真正出于你的，求你让它在我里面越发清晰，直到我甘心顺服。

也求你赐我智慧，寻求你的旨意之前，帮助我看清、掌握现实的实情，不凭一时感动就轻易下判断，不随意替别人指引人生道路，让每一个人可以自己来寻求你、依靠你。

求我所作的每一个判断，都合乎圣经真理，合乎现实处境，也合乎我自己以及所有相关之人的灵性需要，使人的生命可以被牧养、得以成长、进入更丰盛。

主啊，求你保守我不被肉体的欲望、面子、私欲牵引，这些是仇敌最容易攻破我的地方。

每一次与你相交之后，求你赐下从你而来的平安和喜乐，这是仇敌无法假冒的印记。如果我的内心充满紧张、害怕、厌烦、沉重，求你提醒我立刻停下来查验。

求你更正我对你的认识，使我明白你的管教是训练、雕塑、提升，不是刑罚打击；让我不再活在害怕被责罚的心态里，活在被你塑造的儿女的身份之中。

属灵的道路充满危险，求你保护我不走错路，赐给我分辨的智慧，叫我不致亏损；带领我走在你的正道当中，抵达你为我预备的目标。

愿我这一生所听见的，都是你的声音。奉主耶稣基督的名祷告，阿们。