

屬靈的呼吸

文／微光 圖／Alice chen

接受神的安排的屬靈呼吸治療，必能夠感受到靈裡面的呼吸暢快！

信仰
專欄

青心吐義



夜間，每逢交更的時候要起來呼喊，在主面前傾心如水。
你的孩童在各市口上受餓發昏；你要為他們的性命向主舉手禱告。

應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心懷意念（腓四6-7）。

去年感冒季節的病毒特強，在一波波強力病毒攻勢下，還是淪陷生病了。原本想到醫院看病吃藥，就可以痊癒，沒想到卻因藥劑量過高，引起氣管過度收縮而造成呼吸困難，必須接受呼吸治療。

當我呼吸困難，上氣不接下氣、身體輕飄飄、頭腦昏沉沉的時候，想到有一年母親生病住院，在加護病房待六個星期，因為肺炎和併發症，必須長時間使用呼吸器。每次到病房探望她時，我的眼睛總是盯著呼吸器的數據不放，希望數字能夠好轉，期待母親能夠早日自己呼吸，完全沒想到呼吸困難竟是如此難受，讓人虛弱無力。

回想當時最常跟母親說：「媽媽，要跟主耶穌禱告！禱告是屬靈的呼吸！大家幫妳禱告的力量可以扶持妳，妳要自己禱告，才能夠強健起來，自己呼吸。」現在想起那段看似信心的勉勵，實在是強人所難，母親當時口中插管，無法糾正我的無知。感謝全能的醫生主耶穌，以祂的奇妙恩手，親自帶領母親走過呼吸器的最高上限（人體完全沒有肺部呼吸功能）後，給予母親全新的肺細胞，重得呼吸功能，脫離呼吸器，再得自主呼吸的自由。事後腦中深刻的一幕，母親的主治醫師拿著神醫治母親後所拍的胸腔X光片，讚嘆地說：「新造的肺！新造的肺！」

當我接受呼吸治療，藥效發作的時候，全身上下出現顫抖、發麻的奇怪感受，胸腔更是覺得有股莫名的抖動，如此亢奮的感覺持續到呼吸治療完成後一段時間才消退，之後出現的無比自在的呼吸順暢。想到女兒出生那年，因為氣管發育未成熟而氣喘，必須每天幫她做兩三次的呼吸治療。





想起當年不到一歲，白白胖胖、活潑可愛的女兒，還不會爬，不會說話，趴在床上作呼吸治療的模樣，讓人覺得不捨。當年的新手媽媽，雖然努力照書養小孩，也盡力禱告求主幫助，直納悶為什麼女兒還是那麼難帶?!當我有生以來第一次接受呼吸治療的時候，我全懂了，孩子難帶，是因為孩子難受。感謝神，女兒兩歲的時候，氣管「長大」了，從「呼吸治療」的功課中畢業了！

「禱告是屬靈的呼吸」，是個常見的信仰比喻。呼吸是與生俱來維繫生命的重要基本功能。如果禱告就像呼吸一樣簡單自然，基督徒以呼吸的頻率天天跟神禱告，應該會是造就身強體健，屬靈生命活潑的基督徒。為什麼反倒常遇到聽道乏味、行道無力、信仰方向迷惘、禱告不下去，好像得到「屬靈呼吸困難症」的基督徒呢？

「屬靈呼吸困難」可能來自於自身成長過程的考驗，也可能來自外在環境的挑戰，旁觀者很難揣摩、理解這分屬靈呼吸困難的難受，而承受屬靈呼吸困難的當事人，可能無法明白自己所經歷苦楚的緣由，然而在愛與被愛的人之間不斷的拉鋸戰，有時候卻使得彼此的屬靈的呼吸更加不順暢，如此苦上加苦，怎麼辦呢？

記得，禱告就是屬靈的呼吸！主耶穌是我們最偉大的醫生，祂曾應許「失喪的，我必尋找；被逐的，我必領回；受傷的，我必纏裹；有病的，我必醫治」（結三四16）。所以，「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心懷意念」（腓四6-7）。當我們願意倚靠神，接受神的安排的屬靈呼吸治療，必能夠感受到靈裡面的呼吸暢快！

