

逢星期五傍晚，兩個兒子都會到運動場上田徑課，一般下班後我也會趕到球場上看看他們。好幾次，小兒子也邀請我一起在球場上和他一起追追跑跑，通常我也鼓勵他和其他小朋友走走吧！說穿了也是懶得走走吧！

教練每次的訓練其實也是大同小異，但不知怎的，兩個兒子也實在是在慢慢的進步，走得愈來愈快、也跑得愈來愈遠……

每個星期到教會聚會崇拜也許都是信徒的習慣，若然只是每星期到教會坐坐，聽聽道卻不實踐上帝的話，那麼可能怎樣跑也追趕不了上帝的道路。

要向著標竿直跑相信也需要不停裝備自己，我們要了解怎樣鍛鍊好自己的體能、要清楚怎樣才能順利地走到目的地、在每一個階段要好好休息重新預備走下一段路。預備奔跑的過程也像極我們裝備屬靈生命吧！

在經歷過長時間的網上崇拜後，相信教會也需要一些時間讓所有的會眾返到實體崇拜中。隨著疫情的反反覆覆，也許有些弟兄姊妹也習慣待在家中敬拜，部分甚至主動的選擇待在家中，打開手機或平板電腦與上帝連線。當然，若是被動的情況(如身體不適、家人或自己確診、強檢等等)未能返到教會敬拜實在無可奈何，但如果已經習慣於選擇留家敬拜，我們也須想想，好像田徑訓練一樣，與一班有著相同步伐的隊友一起訓練和操練，也許能成為我們一種鞭策，像我們在教會中與肢體相交、彼此支持一樣。

但願我們在社會進入「後疫情」的階段時也好好思考、沉澱一下，緊緊握著我們屬靈的教練，拚命奔跑天國的路。