

来跟从我——从作主门徒到训练门徒

督印人 : 冯兆成
编辑 : 潘玉萍 孙小慧
封面设计 : 邓美思
排版 : 邓美思
出版 : 中国宣道神学院
香港新界元朗洪屋 130 号
电话 : 5802 5300 / 2986 5433
传真 : 3117 6043
电邮 : info@cms.org.hk
网址 : http://www.cms.org.hk
承印 : 阳光印刷制本厂
国际书号 : 978-988-15455-8-9
修订版 © 中国宣道神学院 2014 年 7 月
版权所有 请勿翻印

Come, Follow me: Disciples in the Making

Publishing Supervisor : Daniel S. S. Fung
Editors : Rita Y. P. Pun and Sara S. W. Suen
Cover Designer : Meisy M. S. Tang
Production : Meisy M. S. Tang
Publisher : Chinese Mission Seminary
130, Hung Uk, Yuen Long, New Territories, Hong Kong
Tel: 5802 5300 / 2986 5433
Fax: 3117 6043
Email: info@cms.org.hk
Website: http://www.cms.org.hk
Printer : Sun Light Printing & Bookbinding Factory Limited
ISBN : 978-988-15455-8-9
Revised edition, copyright © July, 2014 by Chinese Mission Seminary
All rights reserved

目录

冯序	冯兆成	4
余序	余国鸿	7
潘序	潘玉萍	9
作主门徒		
1. 在恩典中回应召命	冯兆成	13
2. 「门徒」一词在旧约	锺东升	16
3. 到那更深之处——试炼与成长	黄韵妍	24
4. 门徒的召命与身分	潘隆成	34
5. 常在主里面——依纳爵的「意识省察」祷告操练	赖玉芳	51
6. 门徒——面向「他者」的生命实践	陈广培	62
训练门徒		
1. 门徒训练——保罗与提摩太	冯兆成	77
2. 潘霍华的门徒训练概念与实践	彭顺强	82
3. 从《论语》看师生情——孔子和他的弟子	李淑文	98
4. 教会在门徒成圣路上的角色	陈凯欣	108
5. 门徒培训与教会历史杂思	麦炳坤	124
实践分享		
1. 训练堂会信众作耶稣门徒	区伯平	139
2. 作主门徒道路上四位重要人物——我的三位师傅与我的妻子	欧阳万璋	149
3. 践信于行——门徒训练小组的培育理念	潘玉萍	163
4. 门徒训练小组问与答	陆惠芬	179
5. 推动青少年门训——教会经验分享（访问）	胡家豪	189
6. 宣教新平台——职场门训初探	余隽瑞	196

冯序

寻找师傅的呼声

耶稣在世传道的时候，有众多人跟随着祂，耶稣却特意拣选十二门徒，细心培育他们。这种师徒式的培育，是全人的培育，透过师傅言行的榜样，跟随者所学习的，包括真理知识、心志品格、事奉技巧、人神关系等全方位生命的建立。耶稣从死里复活后，向门徒显现，把大使命留给他们，说：「天上地下所有的权柄都赐给我了，所以，你们要去，使万民作我的门徒，奉父、子、圣灵的名给他们施洗。凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守，我就常与你们同在，直到世界的末了。」（太二十八 18-20）大使命的核心，就是要学效耶稣建立和培育门徒。

多年以前，笔者身为某青年团契导师，一位团契职员跟我分享，他说在教会中已听闻不少圣经道理，但他最期望的，是能够看见长辈生命的榜样，让他得见在现实生活中，如何活出信仰。这位职员之言，已反映期待师徒培训的呼声。

过去几年，笔者有机会接触内地教会领袖，聆听他

们牧养中的挣扎，常听到他们心底一个呼喊——期盼有师傅。这些教会领袖，当中不少年纪颇轻，部分也受过高等教育，只是谈到生命成长与事奉教会，却感到茫然无措，甚至越事奉越枯干。他们期盼，若能有师傅带着他们，让他们边学边做，边做边学，这样他们便得以有根有基的成长。

有一次，一位笔者颇熟识的年青内地牧者，其会友中有亲人濒危，会友期望牧者探望及协助传福音。那牧者缺乏此经验，却想起笔者以前往当地培训时曾分享类近内容，遂不惜拨长途电话过来，咨询笔者若与病人会面时，什么可说，什么不可说，有什么经文可以应用，要注意什么等。笔者尝试尽量在电话中解说，及至要挂线时，那牧者感慨地说：「假若你在这里就好了！」然后再补充说：「这样我便可以看着你如何作这样的探望，就可以逐渐的掌握了。」传来的又是寻找师傅的呼声。

事实上，今天内地教会的培训，有如雨后春笋，发展非常急速，从大城小镇以至农村，到处都有神学班或信徒培训班。这些培训虽是良莠不齐，但总体来说相信对教会大多有帮助，不过仍多限于知识与技巧层次；而内地教会的牧养，也多侧重于讲台的教导。惟牧养涉及建立生命的工程，头脑的成长并不等于生命的成长（这是「知」与「是」的差距）；况且现今中国社会越趋复杂，工作与生活

所遇上的压力，致使内心面对的挣扎与试探，日益沉重，牧养的素质需要全面提升，才能帮助信徒在急变的社会中从神得力，生命成长，活出美好见证。难怪在笔者有限的经验里，发现从信徒到领袖到牧者，寻找师傅的呼声不绝于耳。

再进一步想，寻找师傅作门徒培训，不单是信徒的呼声、领袖的呼声、牧者的呼声，也是神的呼声——呼唤更多属祂的儿女起来，接受师傅给予培训，以至他们的心志、生命、知识、技巧都得以成长，从而逐渐也成为别人的师傅，培训门徒，代代相传，让华人教会真的可以有根基健康地成长起来。

冯兆成

(中国宣道神学院院长)

余序

福音在香港已传播了百多年，但仍有近 95% 的居民在福音门外，如同无牧的羊在世上飘泊。原因之一，相信是不少教会不太专注使信徒成为门徒。这不是说教会没有教导信徒作门徒，而是较少专注在差遣门徒到万民当中，与他们一同生活，作他们的师父，引导归信者实践主所吩咐的一切（包括太二十八 19-20），帮助他们不单成为传福音的人，更成为愿意委身培训门徒的人。庄稼多，作工的人少，这是信徒们要奋起跟从耶稣的时代。

强调专业，细致分工的社会氛围，使教会在培育门徒上举步为艰。教会都在寻找更多有恩赐的领袖以承担教会的不同工作，门训也成了菁英的工作，不经意间，轻忽了广大信徒群体建立门徒的力量。另一方面，又将门徒培训「零碎化」——每人都给受训者一点好东西，却没有一个师父可供受训者学习跟从。

耶稣曾明确地对祂的跟随者说：「若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架来跟从我。」（可八 34）教会要继续教导作耶稣门徒的真理，更要引导每一个信徒成为

主的门徒。学习成为主的门徒是一条颇长的路，需要一面学，一面做。学习成为门徒培训者，则是一面做，一面学。若舍己就是虚己，像仆人之歌所描写的耶稣一样，为成就天父的旨意而抛开一切¹，这对学习成为门徒培训者而又极忙碌的教会领袖而言，可能是放下或放轻某些与门训无关，却是自己喜爱的事奉，以便腾出时间与心力，更专注地走到群羊中间，挑战、引导、培育他们委身成为主的门徒。简单说，就是重复主耶稣所曾作的，这也是马可在他写的福音书结束部分给我们的鼓励。²

盼望主使用这书，叫读者们能从圣经的教导上重拾门训的亮光，从别人的经验分享上得着激励，能在这末后的日子，为主多得鱼，也为主建立每一个蒙恩得救者成为主的忠心门徒，一同起来为主收祂的庄稼。

余国鸿

(中国宣道神学院院长，

基督教中国布道会九龙迦南堂主任牧师)

1 参本书潘隆成博士的文章〈门徒的召命与身份〉，页34-50。

2 在可十六6-7使者所传的话：「不要惊恐……祂已经复活了……『祂在你们以先往加利利去，在那里你们要见祂，正如祂从前所告诉你们的。』」。马可鼓励读者，当明白主复活这叫人震惊的事实后，就要效法主所作的。到加利利去见主，意思是到加利利去学习实践耶稣曾走过的路。昔日，耶稣在加利利展开祂的服事，呼召门徒，常和他们同在，在真实处境中教导他们实践神的道，耶稣一直以生命实践所见证的道。让被召者从门徒培训者生命中学习——学习舍己叫主的心意满足，学习倾出生命，以帮助门徒成为新的门徒培训者。

潘序

「来！跟从我」是主耶稣基督的呼召，历久常新。门徒训练不是一个新鲜的课题，这却是一个值得深思与切实遵行的召命。笔者带领门徒训练小组多年，越发体会到门训本质上不是「课程」，也不是促进教会增长的「工具」，这实在是一项有笑有泪的生命工程。

神学教育所为何事？岂不是为训练基督忠心的跟从者？感谢主让我们的学院过去有机会参与门徒训练事工，今天我们更能透过文字工作传递门训异象。本书集结了中国宣道神学院众老师与前线教牧同工的努力：众老师从圣经、神学、灵命成长与中国文化四个角度去讨论门徒成长与门徒训练的理念；前线教牧同工则从实践角度分享培育经验。部分文章更提供了思考问题，鼓励读者作进一步反思与回应；也可作为小组讨论的材料，在群体中探讨门徒训练的理念及实践方向。

我们盼望藉此书能清晰传递门徒训练的异象，深化其培育理念，推动门训的实践。在这个高举个人主义的社会中，挑战更多信徒付代价、作门徒，活出以基督为中心的

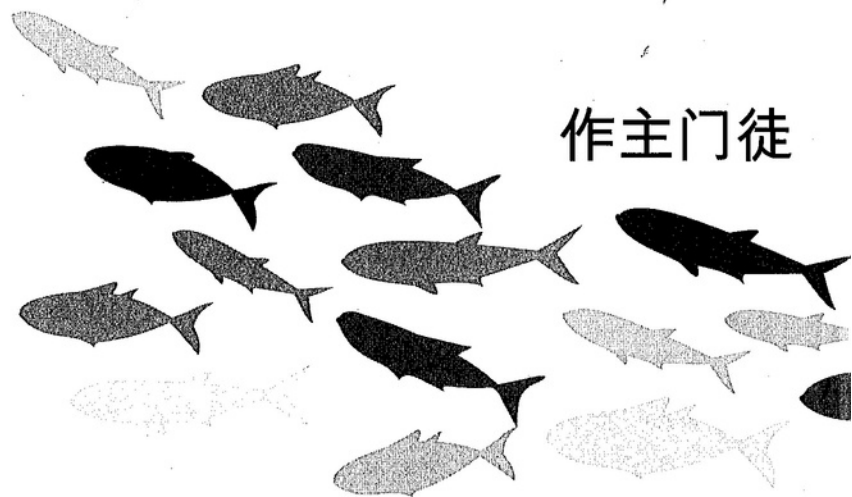
生活。亦激励牧者、信徒领袖委身作师傅，以为父的心培育门徒。

秉承中国宣道神学院服侍华人教会的使命，本书同时出版繁体版与简体版。蒙主恩典，我们得到世界传道会/那打素基金资助简体版的编辑经费及印刷费用。我们亦特别感谢孙小慧姊妹在编辑工作上的帮助，还有邓美思姊妹协助封面设计与排版工作。盼望此书能被神所用，建立门徒，祝福教会。

潘玉萍

(中国宣道神学院信徒神学培育部主任)

作主门徒



在恩典中回应召命

冯兆成

(中国宣道神学院院长)

倘若我们有机会安静下来，回望过去二十年自己走过的路。二十年前，你会想象自己成为今天的你的这个样子吗？你又会用什么词汇去描绘这段历程呢？

保罗在哥林多前书十五章 8-10 节这样写道：「末了也显给我看，我如同未到产期而生的人一般。我原是使徒中最小的，不配称为使徒，因为我从前逼迫神的教会。然而我今日成了何等人，是蒙神的恩才成的，并且祂所赐我的恩，不是徒然的。我比众使徒格外劳苦；这原不是我，乃是神的恩与我同在。」这段经文描述保罗与复活的主相遇后，从而领受召命投入事奉的人生。从保罗悔改归主，到现在执笔写哥林多前书，估计大概历时二十载。在描绘这段历程时，单在第 10 节，「恩典」一词竟重复出现三次。换句话说，当保罗回望他回应召命的二十载人生，最能够表达他走过的路的词汇，就是「恩典」！这条恩典之路，究竟包括什么恩典呢？

首先，当保罗对比他以往逼迫神的教会，到现在他作了耶稣基督的使徒，便说：「我今日成了何等人（《新汉语译本》翻为「我得以成为今天的我」），是蒙神的恩才成的。」这第一个「恩典」的描述，乃指向一种「扭转生命方向的恩典」。很多基督徒回望自己的人生时，都会清楚指出他之得以认识神，不是因为他主动的要寻找神，而是神找到了他。保罗也是如此，是他往大马士革准备搜捕信徒的路上，复活的主忽然向他显现，得着了祂，并呼召祂作外邦人的使徒。从此保罗生命的方向全然扭转，从逼害耶稣的门徒转化成要为耶稣得着门徒。或许保罗回望他过去怎样逼迫信徒，心中仍存愧疚，所以他说自己不配称为使徒，但现在却成了今日的他——实在蒙召成了基督的使徒，这不是恩典，还可以是什么！

其次，保罗又提到这份恩典的功用，说：「并且祂所赐我的恩，不是徒然的，我比众使徒格外劳苦……」换句话说，保罗领受这份恩典后，在他生命中生发强大的动力，使他甚至愿意为主受苦。这第二个「恩典」的表达，乃指向一种「激发生命委身的恩典」。虽然恩典意味着这并非领受者所当配得的，不过这并不表示这恩典对我们的生命无关紧要；反之，耶稣宝血重价买赎之恩，正是要在信众身上带来彻底的更新，从过往以自己为主及自我中心的人生，改变为以基督为主并为主而活的生命。保罗悔改

归主，领受召命，从此清心志于一事，忠于所托，甚至为之受苦。原来这充满内涵和动力的生命，也正是神赐给保罗的恩典的外现。

最后，当保罗讲述他格外所付出的劳苦后，立即补上一句：「这原不是我，乃是神的恩与我同在。」换句话说，保罗之所以能够这样服侍，承担苦难，为主结果，原来一切都是靠赖神的恩典与祂同在。因此，这第三个「恩典」的描述，乃指向一份「承托生命事奉的恩典」。差不多每一位服侍主的人都深深经历过，事奉主困难重重，有来自环境的，有来自人际的，更有不少是来自自己的，以至每一个事奉的果效，回头望都是神的恩典。保罗也如是，从哥林多后书十一章 23-28 节，可以窥见保罗宣教的内外辛酸，但随后却以神的能力在人的软弱上显得完全作结（林后十二 9），明显道出他一切的事奉都是靠赖神恩典的承托。

「扭转生命方向的恩典」，「激发生命委身的恩典」，「承托生命事奉的恩典」，这是保罗总结他跟主相遇和受主召命以后二十年的经历，简单来说，是一条恩典之路。让我们尝试再安静下来，幻想二十年以后的你，又会成为一个怎样的人？那时，你能够好像保罗一样，可以确切地说，所走过的路也是一条恩典之路吗？

「门徒」一词在旧约

锺东升

(中国宣道神学院前旧约讲师)

「门徒」一词在一般中文圣经翻译版本中的旧约部分出现十四次，包括列王纪上二十章 35 节、37 节；列王纪下二章 3 节、5 节、7 节、15 节；四章 1 节、38 节两次；五章 22 节；六章 1 节；九章 1 节；以赛亚书八章 16 节及阿摩司书七章 14 节。全部都直接与先知有关，除了广为人所熟悉的以利沙和以赛亚之外，也包括无名的先知。然而，「门徒」一词在旧约圣经中不但明显地不是常用词，这词事实上的翻译并不正确。严格来说，「门徒」一词在旧约圣经中并不存在，而在中文圣经翻译版本中的「门徒」一词在绝大部分情况下原本的意思是「儿子(们)」，换句话说，在大部分这些经文中正确地按字面直接翻译的意思应该为「先知(们)的儿子(们)」〔或「(众)先知的(众)儿子」〕。

虽然在旧约中似乎有一些关于先知学校和智慧学校的线索，但一方面这些机构的实际运作如何并无准确资料

可以追寻，而另一方面即使真的有这些机构存在，里面的学生也未必像现代人心目中所想的那种门徒，有师傅的指导。

在今日教会和信徒的圈子中常谈及「门徒」，这概念大致上是来自在新约圣经中的理解，在一般日常生活中的基督徒群体，甚至是在圣经翻译时不自觉地勉强把这概念读进旧约，这习惯是否能帮助信徒属灵生命增长呢？那么正确学习圣经还重要吗？这做法对我们阅读圣经的影响可从以赛亚书第八章的段落中看到。

我以赛亚与妻子(原文作女先知)同室；他怀孕生子，耶和華就对我说：「给他起名叫玛黑珥沙拉勒哈施罢斯；因为在这小孩子不晓得叫父叫母之先，大马色的财宝和撒玛利亚的掳物必在亚述王面前搬了去。」(中文翻译和合本，赛八 3-4)

这段落中的「儿子」被正确地翻译下来，不然的话，像阿摩司书七章 14 节¹和其他地方的翻译，这妇人是生下一个「门徒」，在他不晓得叫父叫母之先已是一个「门徒」。然而，无奈地，我们不可把每次在旧约中文翻译版本的先知的「门徒」都可自动更正为「先知(们)的儿子(们)」，因为在原文中的同一个词语，在不同的段落中常

¹ 阿摩司书七章 14 节和合本翻译为：阿摩司对亚玛谢说：「我原不是先知，也不是先知的门徒(原文作「儿子」)。我是牧人，又是修理桑树的。」

被翻译为不同的字眼，反之亦然，同一个中文字眼的翻译，很多时候是源自原文中不同的词语。把以赛亚书八章继续阅读下去便会发现：

你要卷起律法书，在我门徒中间封住训诲。(赛八 16)

我们都知道先知以赛亚起码有两个儿子，除了在以赛亚书八章 4 节的这一位，还有在前面七章 3 节的另一位名为施亚雅述，所以或许我们会误以为这次在八章 16 节的「门徒中间」应该是这两位儿子中间，特别是当我们读到后面八章 18 节的「我与耶和华所给我的儿女」的时候，会以为真的应该这样更正八章 16 节的翻译。然而，在八章 16 节的「门徒」一词，的确是在旧约中最接近基督徒日常所谈及的「门徒」的概念！所以表面看来，「门徒」一词在八章 16 节的翻译无需更改，不过，当这词在以赛亚书五十五章 4 节出现的时候，却被翻译为「受教者」，使我们或许错过了在旧约中学习最接近「门徒」一词的意义。有见及此，我们应当仔细了解一下「受教者」这词语和相关的经文。

普遍被中文旧约圣经翻译为「受教者」的这词语基本意思是「受训练的、受教导的、习惯于」；这个词语出现过只有六次，包括四次在以赛亚书(八章 16 节；五十五章 4 节两次及五十四章 13 节)和两次在耶利米书(二章 24

节²和十三章 23 节³)。在耶利米书的使用中都是用作负面的象征性话语，比喻以色列人顽梗的罪性，可以理解为习惯了犯罪，不肯悔过，并非一些关于正面的学习的意思，也不是相关段落中要表达的核心信息。在以赛亚书中，根据第五十四章 13 节「你的儿女都要受耶和华的教训；你的儿女必大享平安。」似乎八章 16 节的「门徒」在以赛亚书第七至八章的上下文处境中，有可能被视为以赛亚先知的儿子们，因为在八章 18 节以赛亚便讲及他和他儿女的工作，所以把第 16 节的「门徒」理解为他的儿女似乎是顺理成章。话虽如此，这两节经文却没有详细阐述 למוד 一词的意义。

最能够阐述 למוד 的意义的旧约经文是以赛亚书五十五章 4 至 11 节，即是广被称为「仆人之歌」的第三首，在这段落中我们可以看到这「仆人/受教者/门徒」的特质、他的工作和态度、他面对的困难、他对上主的坚忍倚靠及与他一起跟从上主的呼吁：

一 · למוד 的特质 (赛五十 4-5)

受教者有特定的任务去做，而在做任何工作之前受教者首先要学习一些东西，得到属灵装备，他的学习是直接

2 耶二 24：在和合本这词翻译为「惯在」。

3 耶十三 23：在和合本这词翻译为「惯行」。

来自他的主；上主亲自来向他说话，每早晨提醒他，他一定是很用心去聆听，他所听见的定必十分清楚，并紧记在心中。这里用到一种很好的比喻，形象化地表达来自上主的提醒，上主打开受教者的耳朵，使他能用心聆听，同时他也主动积极学习上主的教导。

二 · למור 的工作和态度 (赛五十 4-5)

受教者是忠心的仆人，与他的主有密切关系，他不单要全心全意去聆听，并且要甘心乐意的事奉上主，完全顺服这位选召他的主。受教者完全以上主的教导作为自己事奉的基础。他作为一位门徒，也模仿主人的做事方法，成为他自己的习惯，不会偏离上主的吩咐。每人都有自己的意念，但这受教者却能够完全顺服。

受教者的指定工作是用上主的话语去帮助人，他用舌头说出话语是上主特别给他的恩赐。在第二首仆人之歌中告诉我们「他使我的口如快刀」(赛四十九 2 上)，仆人的口有这么快的能力到底有什么作用、有什么目的呢？在这里尚未清楚表明，但现在以赛亚书五十章的第三首仆人之歌却指明这用处(参考来十 10-12)。

三 · למור 面对的困难 (赛五十 6)

有了足够的准备，受教者能有效地工作。虽然他是受指派去帮助别人，但他的工作遇到的阻力很大、挑战很多，他不但没有得到认同，而且受到攻击，包括身体受严重损害，在第二首仆人之歌中已说到他的工作是徒然的(赛四十九 4)，但这里同样尚未具体讲解，现在第三首仆人之歌便进一步阐述这主题，受众对他的攻击，表达他们的拒绝，因此，他的工作乃变为徒然。纵使如此，他仍然没有违背上主的呼召，他没有退后。

受众对他的攻击，表达他们的拒绝，「拔胡须」是一种轻蔑的举动(参考撒下十 4)，「辱我、吐我」表示憎恶、耻辱(参考伯三十 10)，这一切都是最不尊重、最侮辱性的行动，但受教者仍不退后，不违背上主的托付。

四 · למור 坚忍倚靠上主 (赛五十 7-9)

这里用了另一个比喻，就是他的脸如石头般坚硬，我们都知道当人击打石头的时候，只是人的手感到疼痛，石头却没有反应。此外，受教者并不觉得羞耻，因他对上主有完全的信心，上主必会称他为义，别人没能力、也没资格去审判他。他能勇敢地面对那些迫害他的人。

五·与למוד一起跟从上帝的呼吁（赛五十 10-11）

受教者给我们美好的见证，经文向人发出一个呼吁，就是听从这受教者，都来跟从他，藉着他发出的话语，我们都应当离开黑暗，行在光明中。那些自以为找到光，自己点火的人最终必定会自招恶果，被火围着自己，烧毁净尽。

最完美地活出受教者的角色的人当然是耶稣基督。马可福音十五章 6 至 20 节记载基督在上十架前遇到最痛苦难受的攻击，被鞭打，但祂默然忍受，正是这位受苦的仆人。

要学习成为耶稣的门徒，除了效法祂如何活出完美仆人的典范，我们也记得在马太福音二十八章的大使命中主的吩咐。我们要教导上主的话语，必须先自己努力学习圣经。现今基督徒常用的术语中，包括「神今日早上在灵修的时候向我怎样怎样说话」，但有些人其实有否认真看经文都成疑问，有些时候或许只靠自己的想象，徘徊于默想和幻想之间。从字面表面意思看来，或许有些人会以为以赛亚书五十章 4 节告诉我们能够像这受教者般，每早上主来向我们说话，却忽略了上帝已经明明写下在圣经的话语，祂给人的启示已完全了，祂给我们各人个别的指引都

不会离开圣经的原则，自称有新的启示的话，要小心有违正统信仰。

既然作门徒的必须像这受教者般学习顺服上主的话语，基督徒可以怎样更准确学习圣经的意思呢？除了在坊间和网上寻找资料外，他们也应该得到牧者的帮助，所以传道人除了醉心于追求层出不穷的课程和学位，以为能怎样自我提升，倒不如先专心学习上主的话语，谨守祂的诫命，作谦卑的仆人。



思考问题：

在旧约中那些人物最能活出门徒的样式？

到那更深之处 ——试炼与成长

黄韵妍

(中国宣道神学院灵修神学、实用神学讲师)

一·前言

「二零零九年香港教会普查」报告指出，信徒面对的主要困扰，除了工作压力、子女教育外，有关身体及心灵疾病，近年更有明显的升幅。在〈门徒训练的挑战〉一文中，作者提出门徒训练的内容，有更新的需要：

「面对高压力的城市和情绪病的加剧，门徒生命的建立必要顾及身、心、灵健康的成长，而不只偏重装备堂会事奉人才，也不单是着重布道的训练」。¹

信徒和大众市民一样，需要面对生活的各种挑战，人生的困苦与试炼，在信仰中占有什么位置？信徒在其中可否经历灵命的进深成长？还是不堪一击，以致停滞倒退？

1 张慧玲著，在〈门徒训练的挑战〉一文中，作者特别强调需要有灵命成熟的信徒委身于训练有生命质素的门徒。刊于《回归十年，使命再思——香港教会研究2009》（香港：香港教会更新运动），59。

以下笔者尝试从圣经及灵程的角度，对以上的课题作出探讨。

二·从圣经看——试炼于我有益？

自从罪入了世界，破坏了上帝原先创造宇宙万物的秩序，世上就充满各样的困苦与危机。耶稣在被卖前，就向门徒作了这样的忠告及应许：「在世上你们有苦难，但你们可以放心，我已经胜了世界。」（约十六 33）在此我们清楚看见，尽管患难会带来损伤，但主的能力却在这一切破坏势力之上。雅各书的作者更勉励我们，「……在百般试炼中，都要以为大喜乐，因为知道你们的信心经过试验，就生忍耐，但忍耐也当成功，使你们成全完备，毫无欠缺。」（雅一 2-3）这是一个对我们固有观念的挑战。在困苦中又如何可以喜乐？这说明了喜乐并不是心理或情绪上的悦愉反应，而是人在遇到试炼的态度。这牵涉我们对上帝的观念与认识，其中当然与我们的信心息息相关。所以作者指出这是信心的试验，亦是品格的塑造，上帝的心意是要我们更完备、更成熟。彼得前书的作者更进一步形容，这份经过考验的信心，比被火试验的金子更宝贵。约伯也自言：「然而祂知道我所行的路，祂试验我之后，我必如精金。」（伯二十三 10）

若上帝容让困苦艰难临到我们身上，并非祂对我们的境况漠不关心，或是祂「打盹」了、或是「放假」了，反而是祂对我们用心良苦、为我们度身订造的信心课程。希伯来书十二章以赛程的比喻去形容信徒的成长过程，这亦是一个成圣的历程（来十二 10）。作者提醒我们不要把眼目放在艰难困苦上，却要专注于那为我们信心创始又成终的主耶稣身上（来十二 2）。若我们要走得轻省，必要脱去容易缠扰我们的罪与重担，无论是自己的罪，或是别人的罪，难免带来损伤及痛苦，经历的过程当然不会快乐，但很多时却是父神对祂的爱儿爱女设计的管教，管教除了含有责备、责罚的意味，亦有操练、训练的意思，为的是我们的益处，叫经炼过的人，生命结出平安和义的果子（来十二 11）。

三·灵程路上——试炼的不可少！

除了圣经对试炼的教导，罗马天主教亦提到「炼净」「光明」及「联合」为成圣的三路。其中炼净之路，即人在其中省察认罪、除掉恶习，寻求主的释放及赦免，亦是属灵生命成长的必经之途。至于更正教的有关著作，则有古历殊与夏白兰的《危机旅程》（*The Critical Journey*）。² 作

² Janet O. Hagberg & Robert A. Guelich, *The Critical Journey* (Salem: Sheffield Publishing Company), 1995.

者提出灵程的发展可分六个阶段，首三阶段为灵命的发展与建立期，成长的元素与较外在的标准有关，例如守教条、教会领袖的牧养、事奉的参与及果效。进入第四阶段，亦是更深之旅（*The Journey Inward*），牵涉个人与上帝建立更深关系的内在旅程，能够进程到第五阶段：外向之旅（*The Journey Outward*），关键元素是墙的经历（*The Wall Experience*）。简单而言，这是指信徒在此阶段遇到一些前进的障碍，其实墙的比喻很鲜明的点出了人生试炼的特色：一方面令人有压迫、阻挡的联想，蕴含撞击、损伤的危险；另一方面亦带来跨越、突破的契机。

作者进一步指出，这些试炼，通常造成生命的危机（*life crisis*），带来重要的损失（*losses*），具体而言，例如：重病、失学、失业、失婚等，在这些哀伤的经历里，亦可能引致信仰的危机（*faith crisis*），令我们怀疑主的信实。不过亦是在这心灵的黑夜期，在迷网、困惑、失落的时候，我们在伟大而神秘的造物主前，承认自己的无助、无知、无能，并重新检视过去所相信的，在其中不仅对自己有更深更真的了解，更对那位我们一直以为熟悉的上帝，有新而又深的认识，作者指出我们习惯把上帝放在我们自制的盒子中（*Put God in boxes*），墙的经历让我们重新检视过去所持的神观，并在其中调校整理，真正让上帝成为我们生命的神（*Let God be God*），并离弃先前自造的偶像。

四·化危为机——重寻失落的宝藏！

魏乐德博士没有提出阶段式的灵程理论，但同样指出人生的试炼，在信徒生命成长中的重要角色。他特别强调在试炼过程中，信徒需要学习忍耐与信靠。他进一步提出导向灵命更新的另外两个元素：圣灵的工作及属灵的操练。这三大支柱他称之为灵命成长的金三角 (Golden Triangle)。³ 他指出圣灵的工作是一切成长的基础，临到我们的困苦遭遇，我们未必有选择的余地，但我们可以决定如何面对这些经历，而属灵操练的实践，就是其中的重要出路。操练不是凭一己的努力去赚取什么，而是腾出空间，让圣灵的工作得到显露。正如种子发芽生长，需要足够的时间与空间，属灵生命成长亦然，与神关系的进深，需要心力、时间。

如何能从幽暗进入光明？这绝非一蹴即至的事，亦没有捷径或秘方。属灵的操练有不同的分类，包括个人的、群体的，对在面对试炼的信徒而言，接受群体的支援，是极其重要的操练；不过在现实环境中，我们得承认，支援的质素，并非我们能够控制；既然圣灵已在每个信徒心中，主动的导引我们进入一切的真理，且不住的为众圣徒祈求，我们理应可以在危难中得到释放与帮助。到底有什么阻隔，令我们未能更自由、更轻省的到主的施恩座

3 Dallas Willard, *The Great Omission* (New York: HarperSanFrancisco), 26.

前，得到随时的帮助？笔者根据过往在牧养及教学上一些体验，发现有些操练，似乎逐渐在信徒群体中被遗忘了，若能重拾以下这些失落了的宝藏，将会带来灵命进深的契机。

(一) 独处与省察

在经历人生艰难的时刻，人容易倾向感到孤单、自怜，觉得周围的人都比自己幸福，亦没有人真正明白自己的处境。不少人会以各种方法去填补内心的空洞，甚至陷入一个沉溺的程度，例如上网、打机、购物、工作，甚至事奉，为的是要逃避内心的声音，不去接触那些令人伤痛失落的记忆，及其中牵起的负面思想与情绪。其实逃避或抗拒的态度，只会令存在的问题恶化，不但于事无补，更引致身心俱疲。唯有正视内心的声音，接触令自己困扰、痛苦的感受，进而省察背后的思想、期望、观念，才是积极面对之法，这亦是回转的开始。从孤单到独处，不在乎我们的努力，因为在我们接纳自己之前，主已经接纳我们，祂早已在我们一切的不堪与混乱中，等待我们，呼唤我们：「看哪，我站在门外叩门……」（启三 20）。我们只需要怀着信心，那怕是很小很小，像芥菜种的信心，打开心门，让主进入。正如卢云说：

「我们独处时的首要任务……要用我们的心眼定睛在

我们神圣的救主。我们只有在恩典的处境中才能面对自己的罪；唯有在医治之处才敢暴露自己的伤口；唯有一心一意注视基督，才能放开缠累我们的恐惧，面对自己的真实性。当我们醒觉不再是我们，乃是基督在我们里面活着，我们才可以慢慢让心里的强迫意欲消解，从而经历作神儿女的自由。」⁴

在独处的过程中，我们学习与自己相处，不单能重拾真我，更重要是重投父神的怀抱，回复作父神儿女的宝贵身分。

（二）归回与安静

在今日事事讲求增值、较率，成就及果效的社会文化，信徒群体是否可以分别为圣，还是一样的营营役役，不知为谁辛苦为谁忙？回归父神的怀抱，看似简单，但其实毫不容易。「你们得救在乎归回安息，你们得力在乎平静安稳，你们竟自不肯。」（赛三十 15）原来休息与悔改有如此紧密的关系。让我们惯常急促的步伐慢下来，止息手中的工作，安息主前、实践安静的操练，其实是尊主为大的表现，但抚心自问，很多时这并不是我们的取向。这却是主耶稣对我们的呼唤——学习主柔和谦卑的样式，就

4 Henri J. M. Nouwen, *The Way of the Heart: Desert Spirituality and Contemporary Ministry* (San Francisco: HarperCollins, 1981), 30.

是得享安息的秘诀（太十一 28-29）。

不过这些醒悟，得来不易，很多时亦是在人生的试炼中，才能有更深切的体会，正如上文提及墙的经历，特别在失望、失败及失落中，我们不得不承认自己不过是人，有限制、无知、软弱及过错；唯有面对自己的人性真相，我们才能停止做神，放下那些操控的意欲，心悦诚服的归向那独一的真神，体会何为：「你们要休息，要知道我是神。」（诗四十六 10）。唯有放下我们一直抓紧的东西，我们的手才有空间接收从上而来的各样恩典与礼物；唯有刻意离开周围容易纷扰我们的噪音，我们才能倾听圣灵的微声。除了每天恒常的操练，更可安排定期的退修，进入宁静的环境，例如修院或退修中心。安静并非为静而静，而是要聆听主的声音。独处安静的操练，目的是要制造好的土壤，让上帝的话在其中生根成长。

（三）聆听与默想

在经历人生的低谷的信徒，若能在主前倾心吐意，像圣经中的哈拿、约伯，当然是件美事，但亦不要忘记去聆听。内住人心的圣灵，必定引导我们，让我们想起主所说的一切话（约十四 26）。在我们属灵生命的旷野，上帝的话就是活水，先知呼唤一切干渴的人就近耶和華，要侧耳留心祂的话，就得存活（赛五十五 1-3）；诗人更指出喜

爱并昼夜默想上帝的话的人是有福的，他们必得到滋润及喂养，按时结出生命的果子（诗一 1-6）。圣经中更多处形容上帝话语的能力：像两刃的剑，能洞察、辨明人心（来四 12）；为蜂房的蜜，有舒解、医治的作用（诗十九 10）；更是脚前的灯，路上的光，能提供指引及方向（诗一一九 105）。

由此可见，上帝的说话就是生命的粮，绝非单是一门学问，一堆我们研究的资料。但我们的生活太匆忙，加上快餐文化、功利主义的影响，主的话很多时只停留在知识的层面（informational），未能真正发挥其启涤、医治、光照、生命陶造的作用（formational）。道成肉身的主耶稣，不单是历史的主，祂今日仍然活着，并且要「成形」在我们心里（formed in us）（加四 19）。正如塞尔马·霍尔（Thelma Hall）所说：

「耶稣是上帝的启示，透过我能够明白的语言及我能够认识及去爱的人的样式，不但在历史上活过、并且受死，祂今日仍然活着……并透过那曾应许、已赐予我们的圣灵，祂确实仍向我说话。」⁵

若我们存着谦卑、顺服、开放的态度，让经文成为主体，我们的生命成为客体，鉴察人心的圣灵，必定向我们

5 Thelma Hall, *Too Deep For Words: Rediscover Lectio Divina* (New York: Paulist Press, 1988), 38-39.

今日的处境、心灵状况说话，以致我们的生命，得以被塑造及转化。

五·总结

信徒遇到人生的试炼，若掉以轻心，或持抗拒、逃避的态度，实在容易中了撒旦的诡计，陷入各样的试探；但若能抓紧时机，勇敢面对这些危难，可以成为灵命更新成长的重要契机。这不单是头脑上的认知，更是信心的功课；从认知到确信，从危机到转机，需要身体力行的实践属灵的操练。对经历生命及信仰危机的信徒，尤其需要在独处中正视内心的幽暗，在安静中回归父神的怀抱，及在聆听默想主话的过程中，经历主的陶造与更新。



思考问题：

1. 回顾过往所曾面对人生的试炼，助你顺利过渡的重要因素是什麼？
2. 今日你在实践哪些操练，以保持你属灵生命的健康成长？
3. 文中提及的操练，对你有何帮助或挑战？