

清教徒模式的屬靈操練與現代應用

譚廣海

一、現今香港基督徒屬靈貧乏的現象

戰後香港教會的發展是有目共睹的；她不但在海內外華人教會中扮演著領導的角色，其資源之豐富與事奉的步伐，亦為西方教會所讚賞。然而，香港教會信徒屬靈生命的質素，卻十分令人擔心，牧者常設法補救，思索屬靈惡習的解決方法，期望恢復聖經中那幅生命豐盛，且有敬虔實質的圖畫（約十10；提後三5）。

這樣的擔心並無誇大之嫌。從八十年代起，教會及機構舉行無數的講座與運動，如「八十年代與九十年代的屬靈人」、「教會歷代的靈修傳統與禱告生活」等。今天的情況有否改變？近數月來，筆者與堂會的同工，以及在機構事奉的肢體交談時，他們都有類似的問題和憂慮：

(1) 香港基督徒不重視讀經生活，坊間雖有超過三十餘種靈修輔助資料，分類定篇幅的經文進度，以及中外學者所著的釋經書籍，但信徒對聖經的認識仍是貧乏不堪。

(2) 「禱告生活」的重要性，在信徒皆耳熟能詳，但僅屬頭腦上的認知。教會在週日舉行的禱告聚會，數年來出席率都持續偏低。雖然有時候因一些特別需要、或教會刻意地在形式與內容上有所修改，讓禱告會參與人數稍微增加，但至終仍然缺乏由心發出的禱告動力。

(3)若單以出席率計算，教會的主日崇拜必然是參與率最高的聚會。近年來，因應港人感觀文化的特質，教會的崇拜模式有很多更新，例如在讚美頌唱上有不少突破；可是，信徒的敬拜生活仍有許多破漏之處。舉例來說，某些教會有崇拜點名紙與處理遲到早退的安排，藉此提醒會眾應準時參與聚會，但現實卻令牧者感到難以回應，只得無奈地接受；甚至因此削弱了他們事奉的熱誠。另外，談到基督徒家庭崇拜的觀念時，雖然教會印製了一些建議與程序，連同數本甚具參考價值的崇拜書籍提供信徒在家裡使用，但能夠切實經歷「家庭祭壇」和「以基督為我們家庭之主」的仍是不多。

因此我們需要在提供資源與屬靈操練的技巧上，作深切的反省與前瞻。畢竟信徒靈性貧乏的現象，正反映出香港教牧同工的牧養與策略，需要詳細的檢討與更新（箴二十七23；羅十二1～2）。在眾多評論與建議中，筆者頗同意以下的看法：¹

(1)在過去十年間，靈修神學講座、屬靈操練錄音帶、靜修營等大受香港信徒歡迎，本港教會領袖有引以為喜，亦有引以為憂。不同的作者指出，過去三十年歐美教會聚會人數下降、福音事工停滯不前，社會上卻出現各種追求宗教經驗的趨勢（例如吸食LSD、迷幻藥、瑜珈、靜坐、冥想），反映後現代的人心靈空虛。西方教會的活動亦停留在頭腦的認知和理念的傳遞上，信徒缺乏真實可靠 (authentic) 的宗教經驗，加上物質主義的迷惑，難怪教會的人數直線下降，事工停滯不前。反而一些第三世界的教會人數大增，共產國家的弟兄姊妹見證令人大受感動。

¹葉萬壽：《往心深處》（香港：突破出版社，1995），頁19～21。韋約翰在評論信徒靈命枯竭的現象時，有這樣的說明與補充：「靈命枯竭時的難處比起靈命枯竭的本身，更能給予我們寶貴的功課。在靈命枯竭時，隱而未顯的罪充斥於人的生活中。冷漠和形式主義取代了活潑的信心。教會的力量由於缺乏聖靈的大能而形成真空。因這個世界愈發邪惡和不法，教會也變得愈來愈冷淡、世俗化和容易犯罪。」見韋約翰：《當代靈恩現象》（台北：校園書房出版社，1994），頁259。

信仰在這些地方為何大放異彩？相信是信徒的屬靈經驗真實而充足所致。但我們可以相信，在西方教會，或其他具宗教自由的地方，屬靈追求熱的現象還會繼續。因為信徒的心靈空虛和枯乾，而教會只過分注重理性思維上的供應和外程上的事奉，結果造成反響，使信徒追求另一個極端。

(2) 近年流行的屬靈追求熱或操練熱，其中一個危機是過分注重方法而忘記了禱告的中心應指向上帝。無論獨處、安靜、默想等練習，只是幫助我們親近上帝，信徒在靈修中應謹慎警醒，切勿本末倒置。²

(3) 另一個可能的危機是過分追求經驗和感覺，追求感官上的滿足多於追求基督的靈管治自己的生命，追求上帝滿足自己多於順服祂的要求和帶領。若我們只追求上帝的安慰，而非安慰人的上帝，那我們只是想操縱上帝，而非上帝的跟從者。

筆者撰寫本文，是因上述「心靈復興的期望」所引起的。我們所肯定的是，由於人類在心靈上有極大的需要，因此今日香港教會信徒的屬靈操練實有待重整與更新，好讓基督的教會活出主耶穌所應許的豐盛生命。事實上，作為教牧同工，我們所要面對的挑戰極大，因為在這個物質基礎普遍滲入每樣事物的時代，人對物質境界以外的能力已起了極大的懷疑，並且他們根本不曉得如何探索內在的生命。³ 這樣的困境，在信徒中也極之普遍。筆者會嘗試從較踏實與謹慎角度：(1) 掌握在聖經中屬靈操練的基本理念與目標；(2) 以歷史發展的方向思索在這理念與

² 連達傑：《引往復興的動力——一個聖經及神學的觀點》，第二版（香港：香港亞洲歸主協會，1997），頁192。按連牧師所說全面復蘇活潑起來，或說可望又可及的復興動力，是指著動盪處境、安靜等候、聖靈大能、委身給主、愛神子民、生命回轉、禱告祈求、敬拜讚美、真理話語與主必再來等（見頁193～194）。綜合上述的看法，基督徒生活中的屬靈操練，是關乎操練者個人與三一真神、別人及身處的世界社會等關係，是全面性的，值得留意。

³ 傅士德：《屬靈操練禮讚》，（香港：香港學生福音團契，1994），頁14。

目標上的缺失；(3) 探討今日香港教會在這方面的牧養得失；(4) 使用合乎宗教改革及福音派原則之屬靈操練傳統，在現代景況中更新應用，藉此幫助信徒成長。

二、聖經敬虔的操練與歷代教會牧養得失

基督徒的信仰扎根於聖經；藉著研讀聖經，整理出我們的「教義」（即有層次，易於掌握與宣講的方式），以致我們的信仰，能與生活結合。歷代的基督徒已付上很大代價，為要摸索與上帝親近、得以成聖的路徑。今天，我們應對歷代教會屬靈操練的過程與歷史有所認識，並從中吸取教訓，引用合適的成長模式，幫助我們在這世代中為基督作見證。

(一) 聖經中屬靈生命與操練的意義

首先讓我們從聖經中掌握「屬靈」(spiritual) 與「敬虔」(godliness) 的基本定義。保羅在哥林多前書二章9節至三章3節中，論述「屬靈的人與事」的特質與關係如下：

甲、明白非靠個人力量得救（林前二9）⁴

基督耶穌十字架的救恩是上帝的奧祕與智慧，也是世人無法靠血肉之思想所能洞悉的。所以保羅說我們沒有任何理解的途徑（包括眼、耳及心思），能明白上帝為愛祂的人所預備的美事；畢竟得救完全非由人力所賺取，乃是上帝的恩典。然而這裡說到「愛祂的人」又是甚麼意思呢？使徒約翰有明確的說明：「不是我們愛上帝，乃是上帝愛我們，差

⁴ 有關這經文引用的來源很難確定，最接近的是以賽亞書六十四章4節，也有人覺得部分出自詩篇三十一篇20節、以賽亞書五十二章5節及六十五章17節。或許保羅原本想引用其中一段，卻又想起其他類似經文組合而成，這算是最妥貼的推論了。見莫理斯：《丁道爾新約聖經註釋——哥林多前書》（台北：校園書房出版社，1992），頁63～64。

他的兒子為我們的罪作了挽回祭，這就是愛了。」（約壹四10）這樣的論調，在保羅書信也曾出現：「惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，上帝的愛就在此向我們顯明了。」（羅五8）

當然基督徒應該會有「愛主的表現」，正如保羅說：「若有人不愛主，這人可詛可咒，主必要來。」（林前十六22）可是這卻不能誤倒因果，以為我們愛主在先，其實這是因基督的愛激勵我們，讓我們不再為自己活，卻為替我們死而復活的主而活（林後五13～15）。因此基督徒追求屬靈生命的成長與操練，正表示我們渴慕「為主而活」，並期望繼續經歷分別為聖、更新的恩典；這也意味屬靈操練是蒙恩福的途徑，而並不是屬靈地位的提升與得勝的記號，使操練者在不經意中驕傲起來，甚至成為律法主義者，陷入論斷別人卻心不敬虔的錯誤中。

乙、擁有分辨與洞悉的能力（林前二10～16）

這段聖經將屬靈者與屬血氣者作比較。藉著聖靈的幫助，屬靈者有領悟、識別與洞察十字架福音的能力（參二7、10、12～13及15）。屬靈的見識力不在於個人本身的聰明資賦，卻在於是否有聖靈的內住，判斷（看透）基督的受死、復活，以至祂對他們的呼召與差遣。並且由於他們已屬於聖靈、屬於基督，就完全服在基督的主權下，以基督的角度與觀念（即基督的心）幫助自己建立內在生命的素質——包括謙卑順服、恐懼戰兢與立志行善。⁵ 換句話說，聖經中的屬靈人與有關的操練，不僅建立我們與主的密切關係，更重要是我們與主親近後，「性情」能否被修補與重整（彼後一3～4），以主的法則與理念為生命行事成長的原則。

⁵ 梁家麟：《今日哥林多教會——哥林多前書註釋》（香港：天道書樓，1992），頁65～67。另外值得注意的是保羅在腓立比書第二章中，充分說明了「基督的心」之涵義（詳見腓二1～18）。

丙、結出屬靈生命的好果子（林前三 1～3）

昔日哥林多信徒的生命，被保羅看為「屬肉體，卻非屬聖靈」的原因，是因他們在行事為人的方式上，過著彷彿聖靈並不存在，與教外沒有受過聖靈的人完全一樣的生活。⁶結黨、嫉妒與紛爭，正顯示其內在生命的質素出現問題，不但無法產生上述屬靈的透視能力，也破壞所屬群體的相交關係。屬靈操練後的生命是可以與人分享的，就是讓其所屬的群體，得著因受聖靈管治、順服基督主權的引導；在行事為人上結出聖靈的果子，與蒙召的恩相稱（加五 16～23；弗四 1），使其個人與群體的生命均得著造就。這樣的變更，既自然又使人感到無比興奮。

昔日保羅提醒提摩太說：「操練身體益處還少，惟獨敬虔凡事都有益處。因有今生和來生的應許。」（提前四 8）按英文的字義，敬虔一詞有「敬愛與順服上帝」（loving and obeying God）的意思。這就是說，基督徒敬虔（屬靈）操練的指標，至終是引向我們對上帝產生敬愛與遵行其旨意的路徑。希伯來書十一章所述信心偉人的榜樣，正顯明在世存活的日子，屬靈操練使他們在「今生」得著主的應許；雖然那「來生」的應許，就如「身體得贖」（羅八 23），或「上帝要擦去一切的眼淚，不再有死亡，也不再有悲哀、哭號、疼痛，並一切都更新了」（啟二十一 4～5）等應許還未得著，但屬靈操練與敬虔生命的成效已經彰顯出來；撇下所有跟從主的雖會受逼迫，但卻必得著主自信的賞賜（可十 28～30）。讓我們看看聖經怎樣描述這些信心偉人的賞賜：

（1）亞伯在獻祭與上帝的事上，得著「稱義」的見證（來十一 4）。

（2）以諾因信與上帝同行三百年，並且「不至於見死……被接去以先，已經得了上帝喜悅他的明證」（創五 22；來十一 5）。

⁶ 梁家麟：《今日哥林多教會》，頁 69～70。

(3) 挪亞有敬畏上帝的心，藉造方舟使「全家得救……自己也承受了那因信而來的義」（來十一7）。

(4) 亞伯拉罕、以撒、雅各與約瑟等，在等候領受上帝應許的過程中，肯定了上帝的能力（叫人從死裡復活）、豐富（為後裔祝福，同心敬拜）與引導（預言以色列人出埃及，並將骸骨帶往應許之地）。上述事件，可參創世記二十七章28至29節，四十九章1至33節，五十章24至6節及希伯來書十一章17至22節。

(5) 摩西恆心與忍耐、不願享受罪中之樂，帶領以色列人出埃及，過紅海，前往應許之地，使他們在此事上經歷上帝的拯救和大能（出十五11～18；來十一24～28）。

(6) 以色列人因著信，圍繞耶利哥城七日，城牆就倒塌了；妓女喇合因信接待探子，就不與那些不順從的人一同滅亡（來十一30～31）。

馮蔭坤博士認為基督徒「到上帝面前來」（來十一6），不必也不宜解為特指禮儀的敬拜，也不局限於在禱告中親近上帝；而較可能指籠統或概括意義的親近上帝、與上帝相交。「尋求上帝」也不是指希臘式的哲學探索，而是舊約所言宗教意義上的尋求上帝，即是「渴慕與上帝親近並經歷祂的同在和恩澤」。對於這樣尋求祂的人，上帝就給他們賞賜。⁷因此我們可以概括看，聖經中屬靈操練的兩項重點：一是屬靈生命乃奠基於上帝救贖的恩典上；惟有藉著聖靈的內住與導引，才能產生屬靈的透視力，並結出果子來。二是信徒在日常生活的屬靈操練上，肯

⁷ 馮蔭坤：《希伯來書》，卷下（香港：天道書樓，1995），頁250～251。筆者同意馮博士，以較寬闊的定義理解「到神面前來」。主耶穌基督與舊約中的大衛、以賽亞、哈巴谷、但以理、以斯拉等，與神相交的模式是多樣性的，包括禁食、獨處、敬拜、默想、順服、認罪及等候，均屬於「屬靈操練」的課題。自博士德《屬靈操練禮讚》一書出現後，華人教會的屬靈操練觀念，應該有所拓闊與詮釋，不能單用「靈修讀經」之句語，引導教會信徒追求屬靈生命的成長。

定會有所收穫。藉著對上帝的敬愛與順服，以信心回應上帝的呼召與差遣，將會經歷上帝為他們所預備的賞賜，並使其時代的人得著提醒與祝福，彰顯基督耶穌的信實。

(二) 歷代教會屬靈操練與發展軌跡

在教會二千年的發展歷史中，有不少信徒按著他們身處的時代景況，操練自己成為敬虔事主的門徒。其實我們每個生活在二十一世紀的基督徒，都需要對教會歷史的傳統有所認識和了解，繼往開來，好為基督作見證。屬靈操練也是一樣，藉著實踐過程中的反省、優缺點的整理，讓昔日如同雲彩般的見證人成為我們的激勵，好叫我們能繼續奔走擺在前頭的路程（來十二1～2）。

甲、西方教會的操練

誠如候士庭 (James M. Houston) 所言，我們可以從「記號」這個角度看教會歷史：包括紅色與白色的殉道者（一至三世紀）、封閉式花園（四至十二世紀）、神祕的朝聖者（十三至十六世紀）與基督的士兵（十七世紀），以及實業家（十八世紀以後）等。⁸ 這樣的介紹，幫助我們掌握各時代屬靈操練的特色；並且引導我們，用較廣闊的眼光及角度詮釋文化、政治與基督徒信仰生活的相互關係，藉此加深我們的了解。由於教會歷史肇始的時間，基督教信仰與教義正處於形成的階段，加上希羅文化與哲學思潮的影響，因而出現各種異端的思想（如諾斯底主義與

⁸ 候士庭：《靈修神學發展史》（台北：中國與福音出版社，1995），頁6～9。候氏認為紅色殉道者是指為基督的緣故願意捨棄自己性命的信徒；後者則是那些過著「刻苦禁慾生活」的人，如沙漠教父。至於封閉式的花園，則是指修會中的修道士；而神祕朝聖者則是高舉神祕主義的人；基督的士兵則明顯是指著那些熱衷改革的人；至於實業家，是導致不少宣教機構與基督教學機構興起來的人。另外關於研讀靈修（屬靈操練）的歷史分期與特色，可參候特：《基督教靈修神學簡史》（香港：道風山基督教叢林，1997），頁19～22。這樣的分段方法，與候士庭的理念相若，有互補的參考價值。

新柏拉圖主義)，並發展出靈物二元論，以苦修禁慾等方式進行屬靈操練。這樣的景況一直維持到中世紀後期，才由封閉式的內向角度，展伸至冒險踏入未知的朝聖歷程中，因而導致十四世紀神祕主義的興起。

畢竟持續遠離塵囂、不問政事並不是健全的信仰生活。進入十六世紀宗教改革及十七世紀的多處戰亂後，教會信徒多追求從僵化的教條主義中釋放出來，期望在腐敗與錯誤的困境中得著更新。清教徒主義、循道衛理的聖潔運動與各類型靈性復興浪潮，在世界各地不同的教會接續發生，期望不單有敬虔的外貌，更擁有敬虔的內涵與實質。至此，中古時期的聖俗分離觀念，已為「投入世界」觀念所取代，這現象從啟蒙時期至現代最為顯著。他們不但肯定世界事物對基督徒生活的影響，更嘗試思索這些影響怎樣挑戰基督徒的價值觀，在「這是天父世界」的前提下，不斷思考並更新信仰，讓生命離開道理的開端，更上一層樓。⁹

按溫偉耀的分析，歷代西方教會的屬靈（靈修）操練可分成四種類型：包括婚姻形象（羅馬天主教式）、父親形象（改教運動與更正教式）、母親形象（靈恩運動）與知己形象（曠野教父、拜占庭帝國與俄國東正教）等。¹⁰ 由於不同類型均有其操練的重點與限制，信徒在仿效西方屬靈操練模式時，需要取得適當的平衡，以得著健康的塑造。候特（Bradley P. Holt）嘗試把這些操練描繪為不同的象喻：（1）拯救、救贖、稱義；（2）成長、契合、醫治；（3）行路、旅程、攀爬、返家等，以此為我們詮釋自己生命成長的準則；但是沒有一個象喻是充分完備的，都是彼此互補、共同發揮作用。¹¹ 只要操練者能夠「歡迎神的愛並愛

⁹ 「屬世與屬靈」的觀念發展與轉變狀況，見龐熙榮、關瑞文等編著：《天上人間》（香港：基督徒學會，1994），頁107～118。

¹⁰ 溫偉耀：《神的形像——錄音帶與筆記》（香港：卓越書樓，1995）。

¹¹ 候特：《基督教靈修神學簡史》，頁163～165。

神、愛自己、愛他人與料理全地」，讓這四種關係得著平衡，便是成功的屬靈操練了。¹²

乙、華人教會的優缺

自馬禮遜將福音傳入中國近二百多年以來，華人教會的屬靈傳統繼承了宗教改革的精神，以清教徒主義、敬虔主義與復興運動等為成長的路向。在這父親形象的屬靈操練歷程中，聖經的真理被高舉，也看重神的主權、榮耀與作為，軟弱不配的人需要學習順服與敬畏的功課。這種發展的優劣如下：¹³

華人教會的屬靈操練以聖靈內心 (Spirit-Heart) 為主，注重聖靈在人內心的工作，並以塑造基督徒的品格為追求目標，注重生命多於聖經知識，無論是受弟兄會影響的倪柝聲，或是濃厚清教色彩的王明道，或被復興精神陶鑄的宋尚節，都是敬虔主義者，並有反智傾向，對外在世界抱有輕蔑、悲觀的態度。

正如早前所述，不同的屬靈操練均有其限制與缺失，因此必須經過更多更新與實踐，才能持續地被採用。然而，在華人教會屬靈遺產中所引起的危機與偏差，就必須加以糾正，避免遭誤用。梁家麟博士指出，在聖經解釋、律法觀念、主觀體驗（生活／個人主義）所產生的偏差；甚至有輕忽傳統與知識，只有個人倫理（缺乏社會倫理）、「亮光」壓倒聖經內容、忽略福音使命以外的相對化、文化價值與社會責任，¹⁴ 就必須加以注意了。這些現象，至終影響了現今香港教會牧養的質素。

¹² 候特：《基督教靈修神學簡史》，頁167。聖經中的四種關係，參第二章，頁28～34。

¹³ 伍渭文：〈失樂園的逆轉——崇拜禮儀的屬靈操練〉，《中國神學研究院期刊》第21期（1996年7月），頁55。

¹⁴ 梁家麟：〈華人教會屬靈傳統的衍生與流變講義〉（香港：建道神學院，1999），頁7。

丙、牧養塑造的得失

筆者憶起接受神學院裝備的時候，教牧學的講師曾語重心長的勸勉我們說：「你要詳細知道你羊群的景況，留心料理你的牛群」（箴二十七23）。教牧的挑戰在於信徒景況的多變性，在青年學生時代勇於委身事奉的弟兄，不一定在婚後仍是那樣忠心愛主；可能在敬虔的生活與愛人的熱誠上，也會較前遜色。究其原因，乃信徒的靈程成長存著許多變數，因此不同階段應有不同的供應與教導、實踐與更新。屬靈操練既有不同的模式，受牧養的信徒也因信主階段不同而需要各異；為此，教牧應謹慎地為他們提供整全的成長藍圖，以塑造其生命。基本而言，可從下列四方面塑造：¹⁵

- (1) 靈命的塑造 —— 包括安息(安靜)、默想、閱讀(讀經)與禱告(默觀)的操練。
- (2) 全人的塑造 —— 包括對自我的塑造、認識、醫治及整合，與人的相處、理性思維的發展、情緒的成熟、身體的健康、分辨是非黑白的能力。
- (3) 群體的塑造 —— 屬外程的操練，包括短頌、崇拜、認罪、相愛、分享與寬恕。
- (4) 使命的塑造 —— 藉著福音的廣傳，在地上為主作見證。

環觀今日華人教會，因多承受改革宗「因信稱義、高舉聖經真理與宣揚神的榮耀」的精神傳統，而為牧養工作帶來正面的果效。然而若按上述塑造原則判斷，我們得承認現時的牧養模式仍有缺失：數十年來香港教會發展迅速，事工多元化，但沈重的負擔使信徒的事奉漸趨機械化；在靈命的塑造上，傾向追求個人敬虔、超卓的宗教經驗，而很少提及全人的塑造，也缺乏實踐方法的教導。今天大多數的信徒都有同樣的

¹⁵ 葉萬壽：《靈命更新的實踐》（香港：香港教會更新運動，1995），頁46～47。

疑問，就是如何實踐聖經的教導，好叫我們不僅在頭腦上認知，在心靈上也切實尋求：¹⁶

- 從局限轉而尋求無限——超越的需要
- 從奧祕轉而尋求知解——認知的需要
- 從不安轉而尋求庇護——安穩的需要
- 從罪疚轉而尋求赦宥——釋放的需要
- 從焦慮轉而尋求平靜——寧息的需要
- 從破碎轉而尋求復原——療治的需要
- 從悲傷轉而尋求安慰——受慰的需要
- 從孤單轉而尋求契合——豐盛的需要
- 從歸屬轉而尋求團契——歸宿的需要
- 從欠缺轉而尋求圓滿——完全的需要

因此，為回應信徒各項心靈需要，教牧同工必須提供學習與實踐聖經教導的路向。今天的香港社會正處於相對主義與後現代文化的景況，幫助信徒體認真理的可靠與價值是我們首要關注的課題。屬靈操練的成敗在於操練者能否在基督裡成為新造的人、作主的門徒，藉彼此相愛多結果子榮耀神、為主而活（林前五 17；約十三 35，十五 1～17；加二 20）。誠如安德森 (Ray Anderson) 所言，這樣的操練不應只著重生活與心思的調控，更應建立在愛中的順服、事奉與自由，以完成神在操練者生命中的計劃。¹⁷ 因此基督徒生命塑造的理念與目標，應該是積極向前的；我們要避免過去的偏差與危機，在現有傳統的成果上繼續前進與成

¹⁶ 吳宗文：〈敬拜之心路歷程——華人教會崇拜經驗淺析〉，《中國神學研究院期刊》第 21 期（1996 年 7 月），頁 36。

¹⁷ Ray S. Anderson, *The Soul of Ministry: Forming Leaders for God's People* (Louisville, Kentucky: Westminster John Knox Press, 1997), 32.

長。以下讓我們檢視與省察屬靈操練的傳統與模式，使牧養上的缺失得著修補的機會。

基督徒屬靈生命的塑造與更新，端賴以下兩方面：一是對聖經的信靠與傳統深厚的根基；二是操練本身能切合現代的需求，並有回應的機會。因此屬靈操練必須發揮鑑故知新、繼往開來的果效。十六世紀宗教改革時期的屬靈操練，擔任了中古與現代的橋樑，讓基督徒的屬靈生命得著更新。¹⁸ 進入二十一世紀，基督信仰面對多方面的挑戰，因此幫助信徒裡外更新的屬靈操練便更形重要，好讓信仰與生活能繼續緊扣在一起。由於昔日清教徒敬虔生活興起的時代背景，與我們今天的處境有許多共通要點，以下筆者嘗試將改革宗清教徒的屬靈操練，作為香港信徒靈命更新、回應時代的參考模式。¹⁹ 筆者深信清教徒既能有效回應其時代的需要，今天亦能幫助我們在相同的困境中探求出路。

三、清教徒模式的正誤、涵義與貢獻

清教徒 (Puritans)，意思指清潔、純淨的信徒，他們期望教會能起淨化的作用。閱讀宗教改革時期的教會歷史，都知道在英國亨利八世與血腥瑪莉執政期間，並無徹底改革；直至1560年伊利沙伯時代的英國教會，以教會統一條例 (Act of Uniformity) 宣稱只有聖公會為唯一的教會時(原來當時教會在教義上屬於加爾文派，在崇拜上也近似德國的路德會)，引起許多尋求採納改革宗體制的信徒不滿。及後因著他們只能講道與寫作，翻譯欽定本聖經又被看成政治目的，制定韋斯敏斯德信條 (Westminster Confession of Faith, 1646) 等多項原因，迫使他們不願意參

¹⁸ Alister E. McGrath, *Spirituality in an Age of Change: Rediscovering the Spirits of the Reformers* (Grand Rapids, Michigan: Zondervan Publishing House, 1994), 22-23.

¹⁹ 當時的英國教會生活，因過分著重理性與架構而使信仰變得十分僵化。加上長期內戰及因改革而起的三十年戰爭，信徒對今世文化、社會道德與經濟前景感到絕望。今天的香港，在政治、文化與經濟上，因九七回歸、相對主義及後現代思潮的影響，也出現類似現象。

與聖公會的牧職而離開英國，或作不服從國教的人(Non-conformists)。²⁰ 接著接近兩個世紀的歷史發展，清教徒如巴斯特 (Richard Baxter)、奧雲 (John Owen)、本仁約翰 (John Bunyan)、柏金斯 (William Perkins) 與愛德華滋 (Jonathan Edwards) 等，對其身處的年代均發揮莫大影響；在政治、社會、文化與信仰生活多個層面上，起了積極更新與復興的作用。為了集中認識清教徒的思想，筆者將以愛德華滋的思想與著作為詮釋要據，藉此掌握這模式的內容。

(一) 正誤看法與生活特徵

對廁身二十世紀的信徒而言，清教徒模式的屬靈操練，可能會令許多人感到刻板、呆滯，與缺乏彈性；他們拒絕活動、衣著守舊、思想固執、要求凡事嚴謹、不苟言笑的生活，實在令人難以接受。²¹ 對於這樣的評論，我們宜先了解清教徒生活的模式，並予以公平客觀的對待。以下是一例：

清教徒具有很高的道德意識，對行為的表現要求嚴格。這與其背後所預定論的神學觀點有關。因為堅信上帝的預定揀選，所以人無法最終確定上帝是否預定其得救。為了祛除心中的不安，常常會投射於外在行為，對外表現出已經受到上帝預定得救的聖徒樣式。因此有時在不知不覺中，對行為表現的期許會高過因信稱義，甚至有走向律法主義的危險，這是清教徒往往被詬病的一點。²²

²⁰ 有關上述歷史發展的進程，候士庭 (James Houston) 有很扼要的論述。見候士庭：《靈修神學發展史》(台北：中國與福音出版社，1995)，頁92~94。另參羅賓凱利 (Robin Keeley) 編，楊牧谷譯：《當代信仰手冊》(台北：校園書房出版社，1990)，頁453~454。

²¹ Leland Ryken, *Worldly Saints: The Puritians as They Really Were* (Grand Rapids: Academic Books, 1986), 2-7.

²² 林鴻信：《教理史(下)》(台北：禮記出版社，1995)，頁181。

按上述的論說，清教徒是憑行為得著上帝稱義的嗎？²³ 我們是否要拒絕一切外在行為，和肯定生活中必須有表現的看法呢？筆者認同這種重視行為表現的傳統可能有其缺失與偏差，但是多少也應有一種「共識與規範」，²⁴ 在教會開始轉化，或信仰走向下坡時，作為信徒反省與更新的依歸。事實上，在路德改教的過程中，也從這樣的軌道上修正；約翰衛斯理的聖潔運動與完全主義，也在這模式中獲得啟示與亮光。

如今我們要注意的，是如何在教導與實踐的問題上取得平衡。環觀新舊約與歷代教會，都因這問題產生負面的現象。舊約時代，上帝藉摩西向以色列人頒布律法，但經數世紀的教導與傳遞後，卻演變成只重視外表、宗教禮儀的局面，後人並沒有真正明白律法的意義。除了少數先知文士外，一般以色列人並不明白上帝設立律法的用意。²⁵ 新約時代有加拉太教會的症候群 (Galatians' Syndrome)——既是靠著聖靈入門的，為何還想靠肉身成全（加三3）；至於教會歷史中，如半伯拉糾主義 (Semi-Pelagianism) 理論，至今仍有人相信。其實問題的關鍵，在於信徒在知與行的過程中產生問題，或因其過度的詮釋而產生偏差。這是今天從事基督教教育的同工與事奉者值得留意的。

²³ 事實上清教徒在其信仰思想中，並無靠行為得救之法。在韋斯敏斯德信條第十六章論善行的第5點，有清楚的表明：「我們不能憑著善行從神的手中賺取赦罪或永生，因為在善行與未來榮耀之間有極度的不均衡，而且我們與神之間又有無限的距離。我們既不能憑善行叫神得益處，又不能補償我們以往的罪債；我們盡力而為，我們只不過盡我們當盡的本份，乃是無用的僕人；因為凡良善的行為都是出於神的靈；凡是我們所作的，都有玷污混亂、許多軟弱和不完全，所以經不起神嚴格的審判。」見趙中輝等譯：《歷代教會信條精選》（台北：基督教改革宗翻譯社，1993），頁97。

²⁴ 林鴻信：《教理史（下）》，頁182。

²⁵ 例如猶太人從被擄之地歸回時，以斯拉嚴謹地教導以色列整個民族遵行律法，免離開上帝（拉七6～10）；但因他們未必真正明白律法意義，我們能看見的只是他們屢犯律法（拉9～10章、尼13章）。

持平而言，誠實、開放與單純的氣質是清教徒屬靈操練中最可貴的傳統。對他們來說，要體驗上帝的拯救、呼召與揀選，就應在生活中以祂的話語為準則。這不只是信仰的形態，也是文化表現，追求在上帝與人面前均廣闊的胸襟，一生奉獻給教會，竭力成為聖潔的人，在工作崗位上盡心竭力。²⁶ 因此，候士庭從清教徒的敬虔生活，歸納出下列四項特徵，並說明這種操練模式的價值：²⁷

(1) 注重察驗個人的良知——因良知是靈魂的花園，需要不斷地培育，並剷除雜草；聖靈的工作又多半是通過良知來進行，所以察驗良知發出的動機和態度是相當重要的。

(2) 注重培育屬天的心志——基督徒若不注重天上的事，他在地上根本沒有作用，好像鹽失去了味道一樣。是甚麼在基督徒身上起了鹽的作用、在道上保守他的品格呢？豈不是默想的生活，常常思念天上的事嗎？我們若不在生活中保持永恆的層面，就容易迷失於感性中。永恆的層面乃基督徒生活的骨架，給予我們一個方向度，引導我們走生命之旅。

(3) 看顧家庭生活的人——他們把祭壇建立在自己的家裡，他們的家就是一間小型教會，並以在家中作道德的好管家為己任。

(4) 操練成為敬拜的人——藉重視祈禱和敬拜，從神那裡得著啟發與力量，面對容易頹喪、憤世嫉俗、挫折和攔阻等困難。

²⁶ 林鴻信：《教理史（下）》，頁183～184。

²⁷ 候士庭：《靈修神學發展史》，頁99～101。巴刻(J.I.Packer)對清教徒模式的生活，也提出多項的讚賞，包括：「日常生活的整合、屬靈經歷的質素、生活行動的熱誠、家庭穩固的安排、人類價值的敏銳性、教會復理的理想」等多項功課的學習。詳參 J.I. Packer, *A Quest for Godliness: The Puritan Vision of the Christian Life* (Wheaton, Illinois: Crossway Books, 1990), 23-27。

(二) 操練內涵與相關安排

清教徒模式的生活，追求個人與上帝之間活潑的生命關係，也顧及公眾社會的責任與崗位。套用今天的語句說，他們操練的方向是內在與外在兩程兼備的；並以省察良知與培育愛的情操為核心課題。²⁸ 在這些前提下，悔改歸向上帝便成為人的本分與責任，²⁹ 並且成為教牧同工在屬靈導引中的基本方向。³⁰ 從愛德華滋的講章〈落在忿怒之神手中的罪人〉(Sinners in the Hands of an Angry God) 中，可以看到這論點：

這可怕的題目，是為喚醒這會眾中未悔改的人。你們剛才所聽見的，乃是你們當中每一個在基督以外之人的情形。那淒慘的世界、那燒著硫磺的火湖，正在你們腳下展開。那裡有著神的忿怒熊熊燃燒的火坑；那裡有著地獄將開的大口；你們是無所依憑，無法站立，你們與地獄中間所隔的，只是空氣而已！只有神的權能和美意才把你們維護著……你們的罪惡使你們沉重如鉛，向地獄下垂，神一旦放手，你們就立刻下沉，迅速墮入無底的深淵。你們所靠身體的健康、自己的智慮、上好的謀略，以及所有自己的義，都不能扶持你們不下地獄，正如蛛網不能抵拒滾下的磐石一般。……如今你們有一種非常機會，有基督大開恩門的日子，對可憐的罪人大聲疾呼。在這日有許多人投奔祂，努力進入神的國。每日有許多人從東西南北而來；好些人前不久與你們一樣，處在可憐的情況中，而今卻在幸福之境，心中對那愛他們並以自己的寶血洗滌他們罪惡的基督，充滿了愛，歡歡喜喜盼望神的榮耀。³¹

²⁸ 候士庭認為這兩點是塑造基督徒屬靈品格的關鍵課題，也因內在生命的成長，而產生外在生命的見證。詳見候士庭：《基督徒品格之塑造》(台北：中國與福音出版社，1991)，頁35～66。

²⁹ Carolyn Gratton, "Spiritual Guidance in Today's World," ed. Robert J. Wicks, *Handbook of Spirituality for Ministers* (Mahwah, New Jersey: Paulist Press, 1995), 52.

³⁰ 摘自韋斯敏斯德信條，第十五章第5條。見趙中輝等譯：《歷代教會信條精選》(台北：基督教改革宗翻譯社，1993)，頁96。

³¹ Francis P. Jones 等編：《愛德華滋選集》，六版(香港：基督教文藝出版社，1991)，頁114，122。

關於培育愛的情操，愛德華滋也提出多個層面，以作辨別基督徒在上帝、人與社會間，確實領受了上帝恩典的記號或原則，當中包括下列十二項：³²

- 1) 真正屬靈出自恩典的情感，乃由超自然神聖的靈，在人心中運行所產生的。
- 2) 出自恩典的情感，會喜愛屬神的事，是因為它們的本身可愛，卻不因個人的利益。
- 3) 那對屬神之事激起聖潔情感的，乃是這些事道德上的優美。
- 4) 出自恩典的情感，是從受了光照的心裡發生。
- 5) 出自恩典的情感，有對神真理的確信伴隨。
- 6) 出自恩典的情感，有屬福音的謙卑相伴隨。
- 7) 出自恩典的情感，有性情的更變相伴隨。
- 8) 出自恩典的情感，自然地產生仁愛、溫柔、安寧、饒恕與慈悲。
- 9) 出自恩典的情感，使心裡柔和。
- 10) 出自恩典的情感，具備優美的和諧。
- 11) 出自恩典的情感，使人渴望並求屬靈的長進。
- 12) 由恩典來的聖潔情感，在基督徒行為上開花結果。

從上可見，清教徒在個人與群體的層面上，基本上有兩方面的追求：一是讀經、靈修、禱告與敬拜的生活；二是屬靈閱讀、立志與靈程日記。接著筆者將分析這些模式的操練方法及含義，並嘗試套用在我們的處境中。

³² Francis P. Jones 等編：《愛德華滋選集》，頁 187～203。唐佑之博士對愛德華滋的論點亦十分看重與接納，認為他看到真理的雙重性，以理性來思想，以信心來體驗。見唐佑之：《悅樂神學——從荒原至美地》（香港：卓越書樓，1996），頁 345。

甲、讀經、靈修、禱告與敬拜的生活

因著清教徒相信凡關於神自己的榮耀、人的得救、信仰與生活一切所必須之事的全備旨意，均明明記載於聖經內，所以無論何時都應靠賴聖靈的幫助，領受神預備賜下的恩典。朝著這方向，他們如此操練：³³

在每晚睡覺前、早晨起床後、星期六預備主日崇拜時，甚至主日早晚兩堂崇拜之間，都有默想與禱告。晚間他們回想白天的行為，為神的祝福感恩、認罪悔改、再次降服於神；醒來時，感謝神所賜的生命和救恩。每逢生日、新年，或感受到神明顯的眷顧時，也都是自我省察的時刻。他們常在隱秘的禱告中，心被神溶化了。週間私下的聚會，在傳道人或有經驗的基督徒帶領下進行。在這些聚會中引導個人真正悔改歸向神，鼓勵會友們公開承認信仰，讓父母帶著孩子和僕人經歷神的恩典。信徒因彼此激勵在恩典中成長。家庭靈修通常在早晨工作之前，或用餐前簡短的時間，或在晚上，逐章讀經、認罪與感恩。此外又有小組分家聚會，每週、隔週或一個月一次。因此他們相信，若信徒如此聚會，當離世的時候，天堂對他們並不會是個陌生的地方，因為之前已經到過那裡一千次了。

上述各項默想與禱告敬拜的聚會（無論是個人或群體的），其核心發展均連繫於對聖經的火熱回應。事實上許多資料與評論均已證實，清教徒模式的屬靈操練，其實是熱烈回歸聖經的運動；這是候士庭、巴刻等神學工作者均一致認同的。這樣的聖經運動，實在有賴教會對經文宣講的特定格式與主題分配。按Allen C. Guelzo的分析，清教徒的講章以

³³ 黃玉燕：〈歷史長廊——清教徒知多少？〉，《校園雜誌》（1997年1至2月號），頁25～26。有關這課題，可詳參J.I. Packer: *A Quest for Godliness* 一書中的第七章（清教徒之良知）、第十四章（清教徒與主日）、第十五章（清教徒角度的敬拜生活）及第十六章（清教徒的婚姻與家庭觀）。另外也可參 Charles E. Hambrick - Stowe 所撰的專文 "Ordering Their Private World: What Puritians Did to Grow Spirituality," in *Christian History* 41, Vol. XIII, No. 1, 16-19。其實，在靈修的過程中，除讀經外，更可頌唱詩篇與禱告。相關的操練見作者另一專文 "Puritan Spirituality in America," in Louis Dupre and Don E. Saliers ed., *Christian Spirituality: Post-Reformation and Modern* (New York: Crossroad Publishing Company, 1989), 346-50。

四部分編排為主：經文 (text)——某段經文字義、概念的解釋；教義 (doctrine)——陳述該段經文的神學意義；使用 (uses)——闡釋教義與其他經文的關連，藉此掌握相關或一般性的含義；最後就是應用 (applications)——講員會積極鼓勵會眾將教義用於生活中，使它變成真實。若有一些較難的神學問題或專題，則會放在週間的講壇，藉此幫助信徒的成長。³⁴ 持之以恆，我們不難猜想清教徒的聖經觀念不但紮實，更可用於日常生活中。藉著個人與家庭的靈修生活，在默想與禱告中得著成長，是今天信徒所期盼的。

乙、屬靈閱讀、立志與靈程日記

由於清教徒長期浸淫於靈修式文學作品、講道與寫作中，他們認為閱讀也是得恩典的途徑，因此他們說：「努力閱讀，你會從其中吸取生命」。³⁵ 叫我們感到驚訝的是，以本仁約翰的成長為例，原屬英國貧窮家庭出身，與父親同以修補鐵鍋為業的他並沒有受多少的教育。雖然他生平所讀的幾本書確實是寥寥可數，但坐牢的十二年中卻不斷閱讀聖經，使其屬靈生命具有深度的成長而寫下《天路歷程》此經典著作。³⁶ 因此基督徒屬靈閱讀的核心，仍以聖經為主。往後再看，到了愛德華滋這位精彩的敬虔學者，因較本仁約翰有更多受教育機會，其著作與屬靈

³⁴ Allen C. Guelzo, "When the Sermon Reigned," *Church History* 41, Vol. XIII, No. 1, 23-25. 候士庭對清教徒的解經法提出以下六項特點：(1) 字面的解經、(2) 持續不斷讀經，以經解經、(3) 從教義的角度解經、(4) 以基督為聖經的中心、(5) 實用地解經及(6) 忠心地解經等。見候士庭：《靈修神學發展史》，頁98～99。

³⁵ 黃玉燕：〈歷史長廊——清教徒知多少？〉，頁26。有關英國清教徒靈修式文學作品的成長歷程，可參 Richard C. Lovelace: "The Anatomy of Puritan Piety: English Puritan Devotional Literature 1600-1640," in Louis Dupre and Don E. Saliers ed., *Christian Spirituality: Post-Reformation and Modern* (New York: Crossroad Publishing Company, 1989), 294-323。

³⁶ 雖然清教徒很怕幻想或運用想象力，本仁約翰的著作卻給那時代的信仰以新的演繹方法，其屬靈自傳〈罪魁蒙恩記〉也是如此。見候士庭：《靈修神學發展史》，頁96～97。

生命的表露，擴闊到他的立志 (resolution)、日記 (diary) 與自述 (personal narrative) 中。事實上，這些著作的產生，乃從他每天讀經、閱讀屬靈書本及神學著作而來的；雖然他並沒有寫出系統性的神學巨著，然而其影響力卻延至今天，且得到教會歷史的肯定與認同。在清教徒的歷史中，十九世紀末的司布真與近代的鍾馬田，也受此傳統的影響，擴展並彰顯了閱讀屬靈著作的影響力。對此候士庭有這樣的評論：

十九世紀末期的司布真，講道大有能力，令人震驚，他與神同行的秘訣乃是他擁有十萬多冊的清教徒著作。近代的鍾馬田雖未受過正式的神學訓練，但卻放下醫生的工作，到威爾斯的一間教會傳道，他受的神學教育來自閱讀清教徒的著作。這個現象似乎有些矛盾，就是清教徒運動在十七世紀從英國本土消失，然而他們的著作卻一而再，再而三的影響偉人，導致一些復興運動，這是值得我們深思的。³⁷

看過上述的評論以後，引發筆者不同的思緒，嘗試回答候士庭所提出的問題。歷代信徒深受清教徒著作的影響，是因為每本作品均蘊藏了朝聖者的心路歷程。當中有許多的情節、處境與發展已引起讀者的共鳴；到了某個階段，他們甚至期望作者能作引導，提出解決各人心中的屬靈需要。事實告訴我們，這些靈修著作、日記或自傳，都是由實踐與經驗 (practice and experience) 組合而成的；不僅是表面的大事紀要，更發揮了讓讀者預備迎接死亡、審判與榮耀的作用，是屬靈生命蒙恩的渠道。³⁸ 這樣的看法，在湯清為愛德華滋的著作所寫的簡介與導論中可得引證：

第一是自傳類。我們之所以將這一類如此命名，因為愛氏在這類著述中將自己表白出來了。我們若要認識並瞭解一個偉人，最好是讀他青年時代所立的志願、所寫的筆記、所有的經驗（尤其是宗教經

³⁷ 候士庭：《靈修神學發展史》，頁95。

³⁸ Charles Hambrick-Stowe, "Puritan Spirituality in America", 351-52.

驗)。所以我們若要認識愛德華滋，最好是讀他的立志、日記和自述。以前我們曾提及愛氏以神的至上權教義為首要。從這三篇中我們可知他在青年時期，就已遵奉此一教義，他不僅是在理智上遵奉它為真理，而且在經驗上體會到它的甜美(sweetness)，並且把它作為他身體力行、努力宣揚的目標……立志之作，原是照當時的一般習俗……愛惜光陰，為自己規定時辰表和固定目標，努力以赴。不過愛氏的目標不是為自己的名利權位，而是為神。由立志可知他在青年時代即以神為人生的始終、每日生活的指歸……他寫日記的目的，是在檢討自己在履行立志中所立的志願，有什麼成敗，以警誡並激勵自己。所以我們從本卷所選的日記，可以看見他如何盡心盡意盡智盡力愛神愛人，甚至對於寸陰的耗費，也深自表示羞愧……他寫自述，一方面是為回憶自己歸正的經過或經驗，另一方面是為鼓勵別人歸正。³⁹

霍爾特 (James C. Holte) 認為，無論是愛德華滋的自傳或自述，其歸正的經驗帶出新的性情、氣質與敏悅感，喜悅性的確信與奇妙的改變亦隨之出現。雖然這並不是即時產生的現象，而是連續悔改的歷程導致戲劇性經歷的出現。⁴⁰ 筆者認為這些著作，顯出了愛氏帶來美國大復興的原因。⁴¹ 歷代志下七章14節說：「這稱為我名下的子民，若是自卑、禱告、尋求我的面，轉離他們的惡行，我必從天上垂聽，赦免他們的罪，醫治他們的地。」基督徒屬靈生命的復興，與在罪中悔改是相輔相成的，缺一不可。愛德華滋的生平見證與屬靈操練模式，值得我們加以學習，以致上述經文中的應許，能真實並奇妙地在我們的信仰生活中成就。

³⁹ 湯清：〈導論〉，Francis P. Jones 等編：《愛德華滋選集》，六版（香港：基督教文藝出版社，1991），頁13～15。

⁴⁰ James Craig Holte, *The Conversion Experience in America: A Sourcebook on Religions Conversion Autobiography* (New York: Greenwood Press, 1992), 80-81.

⁴¹ 如上文所述，真正的復興是心靈復興。愛德華滋認定復興的因素是真情 (affection)，外顯的德性並不是得救的因素，必要的是內在真實的改變，在公義的神面前深深地對罪有自覺和自以為不配。見黃玉燕：〈歷史長廊——約拿單·愛德華滋〉，《校園雜誌》(1997年3至4月號)，頁34。

(三) 屬靈操練的貢獻

雖然清教徒運動從興起至衰落只約百餘年，卻對英美兩地的信仰生活起了重要的貢獻。從兩地教會的宗教改革與屬靈復興浪潮觀之，此運動的屬靈操練理念與成果是值得肯定的：

(1) 在操練過程中，清教徒漸漸成為偉大的思想家、生活的敬拜者、屬天的盼望者與屬靈的戰士。⁴² 這眾多的身分，成為我們以神為中心的生活榜樣，不僅生命的全部屬於神，且無論在何地也能與祂相近；既在不同的層面（個人與群體）中靠聖靈而活，凡事皆依據聖經的教導為處事基礎，建立均衡整全的屬靈生活。有時候這些生活模式，雖然顯得簡樸，甚至看來不甚活潑，卻在內中有無數的興奮，與足夠支持的力量。⁴³

(2) 清教徒不斷在良知上省察，這使他們對拯救體驗顯得更實在。他們強調，必須藉不斷地追求聖潔以體驗拯救，而追求聖潔也必須有優良的行為表現為印證，⁴⁴ 這使基督徒在信心與行為上均得著操練與平衡（雅二 17～18）。

(3) 改革宗神學「契約」的觀念，在清教徒生活中也表現無遺。神的揀選、掌權、管治與審判，讓他們活在神的全能下。這就成為基督徒向上的動力，上帝的呼召與應許是真實、活潑與值得順服與信靠的；其中也滿有恩典，使我們在道德生活與倫理實踐上，表達基督徒信仰的義

⁴² Packer, *A Quest for Godliness*, 332-35.

⁴³ Ryken, *Worldly Saints*, Chapter 12, 206-21.

⁴⁴ 見林鴻信：《教理史（下）》，頁 184。巴刻認為清教徒能不斷在良知上省察，原因是他們常以得著恩典與感恩的心面對上帝。他們所表達的既是自然，也是自發性的。因此在教導聖經時，清教徒不會以權威者自居，而是盡量努力地「詮釋與應用」聖經，並且以積極的態度實踐敬虔。見 Packer, *A Quest for Godliness*, 118-19。

務來。⁴⁵ 從這樣的思想看，基督徒在地上的生活並不是獨善其身的。我們不僅重視自己與上帝的關係，對所屬的群體、時代也有一定的責任，期盼以合乎聖經原則的方法，對社會上的困境與不足帶來改造與更正。

四、應用於現代中

歷史上每一個時代、每一種屬靈操練（或基督教的靈修傳統）都是獨具意義的。無論何時，我們都應按著需要，深入認識、了解、掌握、體驗、評估與重整自己所領受的信仰傳統，期望以心意更新而變化的方向，讓自己的靈性有所突破與成長。香港教會承受了宗教改革的影響，對清教徒模式的屬靈操練，我們應嘗試深入應用。為使這模式更切合我們的信仰景況，必須處理並除去當中的障礙。

（一）實踐的前提

香港是國際性的大都會，我們受到速食文化的影響已有多年。許多信徒亦不知不覺將這種生活方式，套進信仰生活中。生活節奏急速，人的心靈根本沒有足夠空間容納和消化所領受的；昔日保羅勸勉以弗所信徒要「愛惜光陰」（弗五 16），意謂要盡量利用機會，因為這是有價值的。因此，我們必須幫助信徒明白，在上帝面前的屬靈操練有其價值，且跟我們的生活與工作並無衝突。

若我們以基督耶穌為榜樣，便會明白適當運用時間的意義與內涵。耶穌在世傳道的日子，所作的事都莊嚴且恰當。雖然他經常被群眾所擁擠，但祂並沒因此顯得忙亂；相反，祂從不使那些尋求幫助的人感到被拒或缺乏關心。祂在適當的時間作合適的事：時候還沒有到，祂就不會行動；若時候到了，就會積極工作，甚至連吃飯的工夫也沒有（可六

⁴⁵ T. Hartley Hall IV, "The Shaped of Reformed Piety," in Robert Mass and Gabriel O'Donnell eds., *Spiritual Traditions for the Contemporary Church* (Nashville: Abingdon Press, 1990), 205-207.

31)。這裡所說的「時候」，若從基督耶穌生平看，是指主為我們的罪釘十字架；怪不得在耶穌快要離世，檢討工作、事奉與生命時，祂向父神宣告說：「你所託付我的事，我已成全了」（約十七4）。

因此當教牧同工鼓勵信徒要愛惜光陰，學習在適當時間作適當的事，回應需要、判別次序，以及作計劃時，也需教導他們明白神在他們生命中的旨意，朝成長的方向作安排，學會取捨和愛惜光陰。惟有這樣才能騰出足夠的空間，讓心靈得著安息與更新。

按上述需要，筆者認為門徒生活的塑造，將會是另一考慮前提。或許我們會質疑，香港教會不是已有很多門訓材料嗎？不錯，這方面的資源的確很豐富，問題是如何選取合適的材料，並有效地用在信徒身上。事實上，要信徒委身上課一年，他們需要考慮的因素極多。當中或許有人會問，門徒訓練的核心意義在哪裡？

克萊布 (Larry Crabb) 認為，人大致可分為兩類型，第一種是漠視內心的痛苦與腐敗，專注於學習有效地應付現實生活；第二種是深覺心靈深處有很大的困擾，人生中不停的掙扎。於是便產生了兩個極端——膚淺的應付者與認真的自省者。⁴⁶ 要幫助信徒重整與檢視內在生命的弱點，門徒（訓）生活是重要的途徑。從某種意義來看，生活主要是由養成習慣與戒除習慣所構成的，因為我們都是習慣的產物。若常缺乏內心意念的省察，會為生命帶來無數破壞品格、心思、價值等的不良因素。為此，門徒訓練的生活模式，能幫助我們活在基督的主權下，這不但使心靈得著教育，也能實際地幫助操練者結出屬靈果子，成為群體的祝福。使徒行傳所記載的信徒生活，讓我們看見教會對基督恆常不變的同在，有新的覺察與領悟；並且信徒的品格呈現出基督的面貌，也經歷其能力的實在。若然我們所使用的門訓教材，並不能產生上述果效，那我

⁴⁶ 克萊布：《裡外更新》（香港：天道書樓，1993），頁34～37。

們就當思想課程的實踐性是否足夠，而不是以外在環境已不適宜進行門訓為理由，拒絕信徒的需要。

綜合對時間的理念與門訓生活的重要性後，我們還得留意以上兩項前提的果效是否理想。惟有基督徒以尊主為大為生活的原則，才能得著真正的心靈喜樂（如馬利亞的見證，參路一46～47；羅五9～11）。昔日在清教徒的生命中是如此，今天香港的信徒若以其模式操練，也該會如此。巴刻呼籲我們，要把樂趣與敬虔結合起來，正當四周的人都盲目地追求享樂之際，如何以不偏不倚的態度看享樂，也就需要更多智慧了。⁴⁷唐佑之博士在其著作《悅樂神學》中，有這樣的提醒：

在教牧同工的職事中，要幫助信徒追求喜樂的生活，必須有兩個重點。第一是一同學習怎樣來慶祝蒙福的人生，有十分豐滿的生活，常常喜樂。第二是我們一同交通，怎樣從我們喜樂的經驗，來服事當代的人。這是我們在主裡所受的囑託。雖然從聖經的新舊約到我們今天的時候，屬神的子民仍有不少在曠野的經歷——不虔不義、憎恨敵對，甚至有破壞與毀滅，神卻要教導、給予塑造的機會。這些都是我們在聖經的真理中可以體會的，歷代的屬靈傳統也值得省思。喜樂是在於與神密切的關係，生活是應該欣賞與珍惜的。只要在曠野的危險與孤寂中，仍然跟隨著主，走向美地，必能享受平安與喜樂。⁴⁸

而我們所領受的經驗與體會，將會是十分相對的景況：

雖是荒涼、無定、危險之地，卻有神與他們同在；
雖是艱苦、孤寂、困乏之地，卻有神與他們同住；
雖是疲倦、失望、無能之地，卻有神給他們力量；
雖是遼闊、遙遠、荒蕪之地，卻有神賜他們勇氣。

⁴⁷ 巴刻：《生命重整》，二版（香港：宣道出版社，1996），頁64、77。

⁴⁸ 唐佑之：《悅樂神學——從荒原至美地》，頁7、10～11、348～356。這樣看來，教牧同工的事奉指標、技巧、重點及路向，應該有所更正、重整，以基督徒內外生命的喜樂，為屬靈生命與教導的核心。

(二) 省思與建議

從上文我們已看到清教徒式屬靈操練的面貌。接著要探討的是怎樣在個人、家庭與群體中應用出來。事實上基督徒生活與真正的屬靈，絕不可能有一套機械化的解決方法。核心的精神是：「要讓自己、家庭與群體，能時時刻刻投入與上帝相近並溝通中，讓基督的真理透過聖靈流貫在我們的身上」。藉清教徒模式的路向，我們可以從以下不同層面學習並運用：

(1) 個人的靈修與讀經，應該以聆聽與省察為主。不應為追趕進度而抹殺了默想的空間，也要避免常將別人對這經文的釋義，代替了個人的領受，甚至把靈修變成研經的時間。這樣只會減少我們被主的話光照、禱告與自我驗證的機會。⁴⁹畢竟內在的先於外在的，內在的也會導致外在的成長，在道德上而言，內在也成為核心。⁵⁰

(2) 在我們被上帝的話引發內心的省察時，我們便可按著經文的提醒，以悔罪、回轉、感恩、立志及等候領受其應許等多方面禱求。這樣的操練，能堅固我們與上帝的關係，並活潑的回應現實。

(3) 當然我們也可以與家人或教會群體中的弟兄姊妹，一同藉讀經與聽道，彼此建立屬靈生命。昔日清教徒刻意設特定的時間，與家人靈修與崇拜；教會主日的各項聚會，斷不能取代家庭的部分。除了以詩篇為群體靈修敬拜的藍本外，筆者建議套用崇拜講章的四部分，由父親撰寫短講的講章，以便更有效領導家庭崇拜。初期若感技巧或知識不足夠時，不妨用教會崇拜的講道筆記為範本，鼓勵討論，加強實踐。

⁴⁹ Hall IV, "The Shape of Reformed Piety," 216.

⁵⁰ 薛華：《屬靈的真義》（台北：橄欖基金會，1989），頁147。

(4) 主日崇拜對基督徒極為重要，這不僅是敬拜，更是禱告與神聖對話的時刻，能讓心靈得著更新與滋潤。⁵¹ 週六晚上的安排，筆者建議無論個人或家庭都要盡量謹慎，免得影響主日的聚會。

(5) 每當個人生命有所領受與學習時，可以將這些讀經與屬靈閱讀的領受寫成札記或短文，並將人生的志向一點點寫下來，⁵² 日後好追尋生命的成長軌跡以求更新與重整。

(6) 教牧同工可留意在牧養的群體中，組成關顧成長小組，分享在靈修、禱告、閱讀、事奉與面對試探時的需要。甚至由牧者帶領，進行個人或群體的教導與治療。

(三) 實際的操練

為讓弟兄姊妹掌握清教徒模式的屬靈操練及有關運作，筆者嘗試提供下列材料，協助有志者在個人或小組中學習。基本上可用退修營會或專題聚會兩種方式進行。當中可分為三個項目，包括：(1) 繪製生命進程圖表，藉此了解現今的屬靈景況；(2) 默想詩篇，操練坦誠迎向神，並藉禱告帶來更新；(3) 選擇一段文章，供弟兄姊妹閱讀，並寫下心得、札記或立志。時間安排方面，退修營會原則是三日兩夜；專題則沒有規定，分早、午、晚三段時間完成，或用三次週會進行也可。以下是上述三個項目的詳細資料：

⁵¹ Hall IV, "The Shape of Reformed Piety," 213-15. 唐佑之博士認為，崇拜其實是朝聖的經歷。在清教徒的革新中，他們極力主張新約的模式，以簡單純正與屬靈進行崇拜。因此會眾的參與、領受與應用所得著的，就顯得十分重要。參唐佑之：《心靈與誠實》（香港：卓越書樓，1992），頁93、114。

⁵² 這些立志正表示順服基督的人，願意討上帝的喜悅，並以謙卑的心仰求主的幫助。如愛德華滋說：「我深知沒有神的扶助，凡事都不能作，所以我虛心懇求神施恩，使我們對以下所立凡與祂旨意相符志願，都能保守貫徹。」

(1) 繪製生命圖表

- 資料來源——陳李穎著：《信是有程——全人成長手冊》（香港：證主出版社，1997），頁11～22
- 目標：掌握個人生命成長的旅程
- 範疇：包括靈性、知識、情緒及人際方面
- 要點：a. 在直線下面，寫下年齡及其分布位置

- b. 畫出圓點，並用SP代表「靈性」、I代表「知識」、E代表「情緒」及SO代表「人際」。

讓圖中的直線代表你「平常的心境」。

直線以下的數字，是代表當時處於「低潮」。

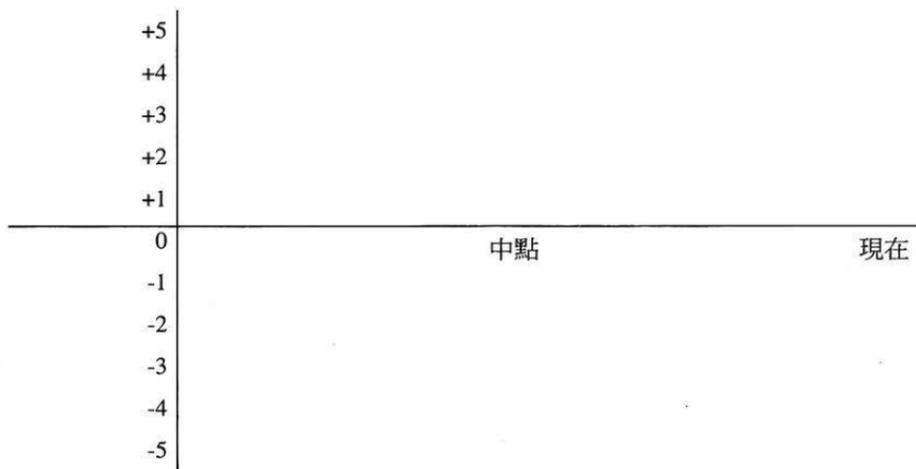
直線以上的數字，是代表當時處於「高潮」。

- c. 用不同的顏色筆或線，將圖中的圓點接起來。

請回答下列問題：我現在這四方面是否平衡呢？

我哪一方面長進最快速？

我哪一方面有待改進？



(2) 經文默想：詩一三九〈一顆透明的心〉

- 資料來源——蔡元雲著：《時代者之歌》，第二版（香港：突破出版社，1997），頁169～176
- 主要步驟：朗讀背誦、默想、默禱與札記（時間長短可彈性安排）
- 內容大綱
 - A. 詩人深知神的無所不知（1～6節）
 - B. 卻也嘗試千方百計逃避神的面（7～12節）
 - C. 然而他深深體驗神創造與救贖的奇妙（13～18節）
 - D. 最終還是歸回，在神的光中自省，再度委身走神的路（19～24節）
- 問題省思、默想與禱告
 - A. 在大衛的眼中，神對他是充滿恩惠——揀選、膏抹、重用、管教、潔淨、接納與眷愛等。你同意嗎？
 - B. 你可曾嘗試向神躲藏？當時的心境如何？是為了甚麼原因？你為何及如何回轉，投入神的鑒察、赦免、慈愛的目光、臉光與懷抱之中？以後碰到同樣境況，會再這樣做嗎？
 - C. 請把您的需要，在禱告中告訴神。
- 金句背誦：「神啊，求你鑒察我，知道我的心思，試煉我，知道我的意念。看在我裡面有甚麼惡行沒有，引導我走永生的道路。」（詩一三九 23～24）
- 寫下心得與札記：字數不限，以精簡明確為適合。

(3) 屬靈閱讀與立志

- 資料來源——金璧士：《效法基督》第20及55章
- 請閱讀下列短文，細嚼思量後，嘗試寫下你的領受、立志或願望。
- 主題：〈認識自己的軟弱與神恩的能力〉
- 短文選讀
 - A. 主啊，我要向你承認我的罪孽，我也要向你承認我的弱點。多少時候，只因一點小事便使我憂愁、煩惱。我決定要膽壯行事，但是每當很小的試探臨到，我便立刻感到困惑。有時原是一點瑣事，竟因此而變成大誘惑。當我正想自己穩當無慮，毫不想到危險時，有時幾乎被一陣風吹倒。

- B. 所以主啊，求你看顧我的卑微，我的弱點你是深知的。求你憐憫我，拯救我脫離泥坑，我便不致於深陷其中全然跌倒起不來了。我常常感到灰心，且在你面前覺得慚愧，就是因為我這樣的容易跌倒，無力抗拒情慾。固然我並非全面失敗，但是它們繼續不斷攻擊我，實在令我感到煩惱痛苦，而且天天生活於矛盾衝突中，我深知自己的弱點。
- C. 主啊，為了開始去做任何的善事，和持守並完成整個過程中，我是多麼急需你的恩典啊！因為若沒有你的恩典，我就甚麼都不能作；但是在你裡面，我就凡事都能作，因為你的恩典激勵我。極美的恩典啊，它使心裡貧窮的人在靈裡和道德上富足，使物質上富足的人，心裡謙卑。你的恩典是真理的主人，是訓蒙的師傅，是心裡的光、是痛苦的安慰者。沒有它，我只不過是一枯乾的枝子，是不結果子的樹，只合被人拋棄。所以主啊，但願你的恩常常保護我，藉著你兒子耶穌基督，使我不斷地獻身善舉，阿們。

五、總結

華人教會邁進新的世紀，若要得著更大的復興，便要竭力在屬靈的見識、真道的追求、信心與心理的感受上更趨成熟。⁵³ 清教徒模式的屬靈操練，正好回應知識（啟示）、道德（聖潔）與肉體（物質）平衡（醫治）的需要，⁵⁴ 使基督徒內程與外程的生命繼續成長。雖然適當安排時間的理念與門訓式的生活，對香港信徒仍是極大的挑戰，然而這屬靈的操練卻能幫助我們享受上帝，並結合敬虔的生活。正如畢德生說：「智慧的基督徒會建立一套日行的儀式，提供時間與空間讓自我與神各得其所。事實上操練本身並不是因順服而作，但它卻為我們的順服鋪路。」⁵⁵ 巴刻指出：「清教徒因重視與神揀選並祂所應許之約，他們的

⁵³ 唐佑之：《悅樂神學——從荒原到美地》，頁346～348。

⁵⁴ 斯托得：《當代基督門徒》（台北：校園書房出版社，1994），頁495～501。

⁵⁵ 畢德生：〈紀律與順性〉，巴刻、高爾遜等編著：《當代信仰實踐手冊》（台北：校園書房出版社，1991），頁363～364。

操練只是預備，並不是律法主義，生命的改變正反映出真實的悔改」，⁵⁶ 這不但是合理的評論，也是筆者強調清教徒模式的屬靈操練，能叫香港信徒蒙福的原因。

當然，我們也要留意一些屬靈操練時常見的不同陷阱；⁵⁷

1. 不要企圖將各項操練變為控制生命的規律；
2. 要了解各項操練的社會涵義；
3. 不將各項操練本身作具善（道德）價值的東西；
4. 勿把注意力集中在各項操練上，而不是集中在基督的身上；
5. 不要試圖把某操練孤立起來，高舉它過於其他操練；
6. 切勿認為某書中所提及的操練，已將上帝施恩的媒介或方法說盡了；
7. 不要只研究這些操練，而不加以體驗。

願主恩待祂的教會，在此經歷更深的成長。

⁵⁶ J.I. Packer, "Theology on Fire: Puritians were not Lukewarm about Anything, Let Alone What They Believed about God," *Church History* 41, Vol. VIII, No. 1, 34.

⁵⁷ 傅士德：《屬靈操練禮讚》，增修版（香港：學生福音團契，1994），頁17～18。