



亙古常新

——清教徒的聖經輔導實務



Helpful Truth in Past Places:

The Puritan Practice of Biblical Counseling

馬克·德卡得 *Mark A. Deckard* 著

林千俐 譯

亙古常新

——清教徒的聖經輔導實務

作者：馬克·德卡得 (Mark Deckard)

翻譯：林千俐

責任編輯：彭彥華、徐嘉徽

封面設計排版：林怡吟

發行人：麥安迪

出版發行：改革宗出版有限公司

TEL：(886)2-2718-3110 FAX：(886) 2-2718-3112

通訊處：台北市105松山區南京東路4段133巷6弄40號1樓

劃撥帳號：19902327 戶名：改革宗出版有限公司

承印者：永望文化事業有限公司

行政院新聞局出版事業登記證局版北市業字1731號

2012年12月初版·2014年6月初版二刷

Website: www.crtsbooks.net

版權所有 請勿翻印

Helpful Truth in Past Places: The Puritan Practice of Biblical Counseling

Copyright © Mark Deckard 2009

First published in 2010 in the Mentor Imprint by Christian Focus Publications, Ltd, Geanies House, Fearn, Ross-shire, IV20 1TW, Great Britain.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in retrieval system, or transmitted in any form, by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise without the prior permission of the publisher or a licence permitting restricted copying. In the U.K. such licences are issued by the Copyright Licensing Agency, Saffron House, 6-10 Kirby Street, London, EC1 8TS www.cla.co.uk

Chinese edition © 2012 by RTF Publishing Co., Ltd. (Taiwan)
1F, No. 40, Alley 6, Lane 133, Sec. 4, Nan-Jing E. Road, Taiwan, R.O.C.
Tel: (886)2-2718-3110 Fax: (886)2-2718-3112
e-mail: rtf4tw@ms64.hinet.net

· Printed in Taiwan ·

ISBN：978-986-6687-39-6

定價：新台幣360元

國家圖書館出版品預行編目資料

亙古常新：清教徒的聖經輔導實務/馬克·德卡得 (Mark Deckard)著；
林千俐譯。；--初版。--臺北市：改革宗，2012.12
面；公分。--

譯自：Helpful Truth in Past Places: The Puritan Practice of Biblical Counseling
ISBN: 978-986-6687-39-6 (平裝)

1. 教牧學 2. 諮商

245

101023320

目錄

	推薦序	5
	致謝	11
第 1 章	新的未必更好	15
	清教徒思想對現代聖經輔導的指引	
第 2 章	為什麼我會遇到這種事？	25
	《神奧秘的護理》 / 約翰·弗來福	
第 3 章	焦慮與不滿	67
	《稀世珍寶》 / 耶利米·巴羅夫	
第 4 章	我的問題跟罪到底有什麼關係？	101
	《信徒如何治死罪》 / 約翰·歐文	

目錄

- 第 5 章 **沒有人瞭解我的問題** 135
《天路歷程》 / 本仁約翰
- 第 6 章 **我只要停止感覺就沒事了嗎？** 167
《屬靈情感真偽辨》 / 約拿單·愛德華滋
- 第 7 章 **我要如何重獲喜樂？** 201
《從低谷走向高處》 / 威廉·布里居
- 第 8 章 **是魔鬼逼我犯罪的嗎？** 231
《抵擋撒但詭計的良方》 / 湯姆斯·布魯克斯
- 第 9 章 **結論** 265
亙古常新的真理



推 薦 序

就讀神學院期間，我總會專心聆聽每位我所尊敬的教授對一些好書所作的評介，然後立刻跑去圖書館借閱這些書籍，或是去書店把它們買下來（如果買得到的話）。在我擔任牧師和神學院老師後，也會從不同的管道獲得好書的推薦，包括信譽良好的基督教出版社和網站。可見，讀者可以透過推薦的過程，綜覽各類的好書。

使徒保羅深知一封好的介紹信函的重要性，當他要推薦提摩太去腓立比教會時，特地指出提摩太可作眾人的榜樣，因為他追求耶穌基督的事，以服事別人為念（參腓二19-22）。同樣地，我在服事中也常常有機會把好書介紹給學生、受輔者和同工。《亙古常新》就是一本應當一讀再讀的好書，我很榮幸把它推薦給改革宗出版社來翻譯出版，藉以補強中文書籍在這方面的缺乏，好叫信徒能夠領受完整的聖經教導。如果你知道有智慧的聖經教導者是何等地重要，那麼，本書就是你最佳的選擇，並且要推薦、贈送給你的基督徒朋友。



對華人教會來說，這本書是很棒的禮物！理由是：

一、本書歸納了清教徒們的著作。清教徒的作品自從面世後，就不斷地再版，這足以見證它們對過去這三、四百年來的教會，具有恆久的價值。近年來，真理的旌旗出版社（Banner of Truth Publishing）重新印刷這些著作的部分或全部的內容。當然，這些著作的原文版權已經到期，所以你也可以在網路上免費瀏覽。我之前就讀的神學院有好幾位老師都推崇這些作者，且常在課堂上介紹他們。我個人擁有且閱讀了這些英文著作，發現它們對家庭生活和服事非常有幫助。

二、即使是英語世界的讀者，都很難看懂這些清教徒所使用的英文：句子相當冗長且複雜，使用一些較不常見的標題和副標；因此，一般讀者不太容易掌握作者的思路。有些人把這些巨著分成好幾部分來出版。而德卡得用較淺顯的英文，歸納這些重要的著作，並且突顯每位作者對基督徒生活的重要性，也讓這本中文譯作更加簡明易讀。

三、德卡得簡短地介紹每位清教徒作者的生平和每本書的摘要。此外，他也加上了其他作家對這些作品的相關評論，或指出其他同類型的書籍有什麼相關的概念。德

卡得能激發我們的好奇心，想要更徹底地在這些著作的精簡版或完整版中，仔細探索特定的細節。感謝神，在這七位作者中，有四位的作品（完整版或精簡版）已被翻譯成中文。其中包括：

1. 巴羅夫的*The Rare Jewel of Christian Contentment*，中文書名是《稀世珍寶—基督徒知足的秘訣》。（本書第三章的介紹）
2. 歐文的*Mortification of Sin in Believers*，已有一個簡易的中文版本，藍嘉德（Lundgaard）適當地摘錄歐文的這本書而寫了一本新書：《攻克己身：如何勝過罪》。（本書第四章的介紹）
3. 本仁約翰的*Pilgrim's Progress*，中文書名是《天路歷程》。此書有許多不同的中文版本，其中也包括漫畫圖解的版本。（本書第五章的介紹）。
4. 愛德華滋的*Religious Affections*，此書的精簡本書名為《宗教情操真偽辨》；而完整版的中文譯本也可望在近年內出版。（本書第六章的介紹）

當你閱讀德卡得在本書中對這些清教徒著作的摘要後，也可以進一步去讀他們的實際作品。

四、渴望成長的牧師、教會同工、輔導科系的學生和基督徒，都會發現此書每一章都是非常有用的資源，可以在需要的時候與其他基督徒分享，帶給他們屬靈的幫



助。我總是要求輔導系的學生，去建立一個有關重要書籍和文章的資料庫，以便隨時都能找出適當的材料，來回應特定的問題，幫助受輔者在基督裡成長。本書的第二至第八章是一座「金礦」，是針對某些常見的輔導問題做主題式的研究，而第九章的主題式摘要，則是整合了二至八章對各主題的洞見。閱讀並記住每一章所討論的聖經輔導議題，可以使基督徒成為更優秀的輔導員，也更知道如何彼此鼓勵打氣。

五、自從改革宗神學院設立聖經輔導碩士的學位後（2002年起），我盼望能夠教導一門有關「清教徒和聖經輔導」的課程，但一直沒有找到合適的中文教材。我們的神碩課程主要是以教導「歷史性改革宗神學」為主，而我們已經開了好幾門研究清教徒的課程，但是所有的教材都是英文資料。而《亙古常新》的出版，能讓學生和老師們獲知更多清教徒的觀點。

六、要評估基督教書籍的好壞，其中最重要的一個因素，就是看它是否忠實地教導聖經和解釋聖經。隨著印刷術的發明，以及拉丁文的古騰堡聖經（Gutenberg Bible）在1452年，以兩巨冊的型式印成200套後，有關聖經的知識學問就開始更直接地影響牧師和基督徒。^{註1} 從

.....
註1· 在1517年，馬丁路德公開地反抗羅馬天主教，張貼反對贖罪券的九十五

這方面來看，本書所介紹的七位清教徒作家，在十七、十八世紀完成的這些關於聖經的著述，都是神賞賜給當時及後世教會的禮物，為要成全聖徒，各盡其職，直到我們眾人在真道上同歸於一，不再被一切異教之風搖動（參弗四7-14）。他們是教導神話語的牧者，餵養羊群並改革他們的教會。^{註2}

德卡得有智慧地將神所賜的這份禮物傳承下來，在他的摘要裡，保存了重要且合乎聖經的引述，所以讀者可以看見這些清教徒對聖經的忠心。我們最重要的輔導必須是來自神的話語。神應許要藉著聖靈來使用祂的話語，好成就祂的旨意，使人更像基督（參賽五十五10-11；帖前一5；弗一15-23，三14-19）。當你讀這本書時，請打開你的聖經並查閱書中所引用的經文，如此一來，聖靈就會

.....
條，並且開始了改教運動。接著，他在1534年把聖經翻譯成德文，又出版了許多詩歌和神學書籍。在1525年，丁道爾首次把聖經翻譯成英文，接著英國政府授權且認可了第一本從拉丁文和德文翻譯過來的英文聖經（the Great Bible，1539年）。在1611年，從希伯來文和希臘文翻譯而成的英王欽定本聖經（KJV）面世，教會也開始經歷到研讀神話語的復興，並且在多位英國統治者下，脫離羅馬教皇，享受到某種程度的信仰自由，這些統治者包括：亨利八世（1509-1547）、伊莉莎白一世（1558-1603）、詹姆士一世（1603-1625）、反對查理一世的長期國會及其召開的西敏神學會議（1640-1648）、護國主克倫威爾（1653-1658）。

註2 這些清教徒作家非常仔細且嚴謹地闡述自己的著作，常常直接用希伯來文和希臘文來研讀聖經。他們在傳講聖經時，就像他們都讀過柏金斯（William Perkins）所寫的《講道的藝術》（*The Art of Prophecyng*，1607年）一般。他們非常了解系統神學的所有主題，也熟讀早期改教家的著作，像是加爾文的《基督教要義》（拉丁文版，1559年；法文版，1560年；英文版，1561年），以及阿瑪斯（William Ames）的《神學的精髓》（*The Marrow of Theology*，拉丁文版，1623年；英文版，1642年）。他們其中有好幾位也曾參與西敏神學會議，而這會議後來擬訂了《西敏信條》和大小要理問答（1643-1649）。



用神的話語，在你裡面做轉化的工作。

願這些忠心的清教徒牧者教導你明白神的話語，也願德卡得對這些著作的忠實摘要和應用，能夠被聖靈使用，成就祂大能的作為，好改變你的生命，並且叫神得著一切的榮耀！

葉提多牧師

改革宗神學院教務主任， 聖經輔導主任

2012年11月24日



致謝

跟大多數的作者一樣，這本書不是由筆者獨力完成的。此書的聖經輔導觀，是彙集我參與輔導事工26年之久的經驗成果。一路上，我從許多接受輔導的人身上，以及從我的同事身上受益良多。我要特別感謝皮歐博士（Dr. John Pugh；現任蘭開斯特聖經學院的輔導研究所主任），當我們在基督教輔導協會共事時，他給予我多年的訓練和指導。我也要向許多海外弟兄姊妹致謝，他們讓我有機會教導聖經輔導的課程。這些教學刺激我更深入地反思自己的見解，看看我有哪些觀點是出於西方文化，而哪些觀點才是真正出於聖經的教導（這是一個我必須不斷學習的過程！）

至於這本書，我一定要感謝清教徒前輩。自從神學院畢業後，其實我對於他們的作品沒有太多的研究。近幾年來，由於我跟尼可斯博士（Dr. Stephen Nichols）之間的交通和分享，激勵我再回去讀清教徒的作品。我也要感謝傅格森博士（Dr. Sinclair Ferguson），他可以說是使我想要動筆寫這本書的大功臣。在他的一場有關巴羅夫的演



講中，不但有深入的神學探討，同時也帶出實際的教牧應用。這場演講促使我去閱讀巴羅夫的作品，從此便展開這趟精彩的旅程。

至於真正坐下來提筆寫作，那可是完全不同的一回事了。我一直樂於準備大綱，卻不曾有條有理地將內文寫出來。恩光使團（Christar）的宣教士韋斯特（Ken Wiest）是我的好友，他多年來一直鼓勵我寫作，而我的妻子和女兒（她們的寫作天份比我好太多了）也是如此。這本書的實際寫作及完成，要歸功於尼可斯博士，他不但鼓勵我，也幫助我走過這個歷程。這份情義我無以為報，但我猜想他也不求什麼回報。我只希望書中有關愛德華滋的那一章，可以通過尼可斯博士的檢驗。

我要特別感謝Christian Focus出版社的羅斯（Philip Ross），他煞費苦心地把全書讀過好幾遍，每次都提出適當的修改建議，而這確實提高了文章的可讀性和正確性。最後要特別感謝Christian Focus出版社願意提供機會給一個默默無聞的新手作者，並且盡心竭力使這本書得以付梓。

最後，我想為這33年的時光（到我寫作的時間為止），來感謝我的妻子德瑞莎。她始終以鼓勵、愛心和適當的質問，來幫助我成為更良善的神之僕。

總之，如果這本書能夠幫助別人得到更好的裝備，引導在困難中掙扎的人找到神，並且透過這個改變的過程

來服事和榮耀祂；那麼，願一切榮耀都歸給我們的神！

馬克·德卡得 (Mark A. Deckard)



1



新的未必更好

清教徒思想對現代聖經輔導的指引

為何有這本書？

在現今對17至18世紀清教徒作家的文獻探討中，有一些致力於推廣清教徒的作品，使人看見這些作品與一般基督徒生命的關係，而這種努力是非常有價值的。清教徒是瞭解人類本性的大師，而且他們能夠實際地應用聖經，幫助人處理自己的掙扎和問題。更貼切地說，早在沒有任何世俗心理學形成之時，他們就已經是心理學家和研究人類內心世界的學者了。正因如此，清教徒有許多寶藏可提供給今日的信徒，使他們的靈命有所成長，尤其是提供給那些參與同儕諮商、平信徒關懷或專業輔導事工的人。這本書試圖探討一些精選過的清教徒書籍，把他們的原則直接應用到現代聖經輔導的重要議題上。但願這種嘗試能鼓勵信徒重新尋訪這幾位或其他的清教徒作者，以便得到更好的裝備來服事與造就他人。

我是從一位聖經輔導員的特定背景來寫作的，我覺得我們有必要用紮實的聖經知識，來對抗某些膚淺的心理



學觀念。這些心理學觀念不僅盛行於我們的文化之中，可悲的是，它們也出現在基督教的圈子內。此外，我還參與訓練一些在美國和海外的平信徒輔導員、專業輔導員或牧者的工作，教導他們如何有效地應用聖經輔導。我發現自己在研讀寫作此書資料的過程中，清教徒的思想不斷激發我，用更有效的方式來幫助陷入掙扎的人。我盼望你也會發現自己受到類似的激發與裝備。

當現代人試圖要去思考和幫助那些需要輔導的人時，常常會認為過去的東西與今日無關，或早已過時，是派不上用場的。我們總是把重點放在新「發現」、新研究、新藥物和新診斷，期待這些事物會驟然揭開人心黑暗面的秘密。這讓我想起《化身博士》（*Dr. Jekyll and Mr. Hyde*）的作者史蒂文生（Robert Louis Stevenson），他早在120年前就提出這種現象。書中的傑基醫生為了避免世界走向瘋狂的結局，他企圖找出特殊的藥劑配方，來將人心裡潛藏的善與惡區分開來。當然，他的努力失敗了，但現代人的努力還是經常重蹈覆轍。現代人就跟傑基醫生一樣，他們的問題並不是對他人漠不關心，甚至也不是誤將重點放在科學的解答上。有時候，心理學所提出的觀察和研究，確實可以幫助輔導員理解人性掙扎的本質，而且甚至可以提出有效的方式來幫助人們面對自己的掙扎。然而，關鍵點還是必須回到一個基本的議題：這些人是誰？他們為什麼掙扎？神已提供什麼方法來幫助他們解決這些

問題？倘若對這些問題缺乏適當的解答，我們就等於是把自家的房子蓋在搖晃的根基上。房子本身或許蓋得十分堅固，但一個劣質的根基最後必定會使房子全部倒塌瓦解。

針對這一點，我們可以知往鑒今，也就是回顧那些偉大的清教徒牧師兼神學家，他們不但對詮釋聖經十分謹慎，而且也同樣委身於瞭解自己的聽眾，所以他們常被稱為「靈魂的醫生」；他們瞭解自己的神學，也研究和瞭解他們的會眾。對他們而言，心理學（即對人的認識）是建立在神學（即對神的認識）上頭的。神學不是只供學術菁英份子研究的學問，而是所有信徒都應學習的一門功課。這些作者擁有完善的神學裝備，但卻不會只停留在提出神學性的真理或教義而已，而是會使這些教義在聽眾每天的掙扎中發揮作用。值得注意的是，在這些受過良好教育的神學家當中，許多人所牧養的乃是沒有固定工作的勞工或船員；而其中有一些是像本仁約翰（John Bunyan）這樣的傳道人，本身也沒受過正規的學術訓練。因此，清教徒確實想把教義真理應用到日常生活中；但不是上流社會所過的生活，而是老百姓每天所面對的貧窮、孩童死亡、暴力和酗酒等問題。

那我們要如何借用他們的看法呢？薩爾斯（Sarles）的答案是：「我們可以把他們所使用的神學真理，應用到現代心理學的前提上。他們對『罪如何掌控生命』的觀點，是我們理解成癮行為的關鍵所在；他們『以神為中



心』的思考模式，能夠幫助我們建立合宜的自我形像。」他引用紐約市救贖主長老教會（Redeemer Presbyterian Church）牧師提姆·凱勒（Tim Keller）的話：

從現代的眼光來看，任何深陷自滿或固執等問題而想要脫身的人，都會被告知：「這不是你的錯，你不須為此負責。」、「一個真正的基督徒是不會有這種感受的。」或是「你的心中一定有惡魔。」相反地，清教徒輔導員會先規勸這人透過痛悔、認罪和悔改來治死罪。他們會以「與罪爭戰」是個好現象來鼓勵對方，因為這表示罪尚未完全地掌控這人。從這個觀點來看，我們可以合理地盼望藉著福音的真理，來打破人們犯罪的模式。倘若英國清教徒看到現代人對自尊的強調，必定會感到十分震驚。他們會避免談到「得不到滿足的需求」，因為他們認為，唯一真正需要滿足的，乃是我們對敬拜神的需求。而這就是清教徒以神學而非心理學來操練成聖的原因。^{註1}

清教徒十分清楚，潛在的內心動機和欲望會引發外在的行為，我們必須從這些動機和欲望著手，才能在問題發生時得到真正的成長。不過，清教徒對於造成個人問題的不同原因也非常敏銳，不管這些原因是身體上、屬靈上、個性上或跟魔鬼有關的。因此，我們看到他們全面地來嘗試理解遇到困難的人，而非採用只注重上述某一

.....
註1 Ken L. Sarles, "The English Puritans: a Historical Paradigm of Biblical Counseling" in *Introduction to Biblical Counseling*, ed. John F. MacArthur, Jr. and Wayne Mack (Dallas: Word, 1984), 28.

方面的不平衡觀點（這種不平衡的現象常常會出現在世俗的心理學界、聖經輔導的圈子，和有關屬靈爭戰的思想之中）。清教徒所採用的是一種平衡的觀點，而且是建立在合乎聖經教導的穩固根基上。

這些清教徒是誰？

清教徒原本指的是在十六世紀晚期到十七世紀，想要潔淨英國國教的崇拜與教導的一群人；但沒過多久，這個名詞就漸漸用來代表一種運動，和一個大致上相同的信仰團體。清教徒並不是嚴格一致的教義團體，其成員包括了聖公會的威廉·普金斯（William Perkins）和理查·西比斯（Richard Sibbes）、分離主義者威廉·巴瑞弗（William Bradford）、獨立教會的湯姆斯·古德溫（Thomas Goodwin）、約翰·卡德（John Cotton）和約翰·歐文（John Owen）、長老會的湯姆斯·華生（Thomas Watson），以及浸信會的本仁約翰（John Bunyan）。因此，「清教徒」後來比較是用來形容一群在生活各層面，都堅定委身於聖經權威的人，並且是一群單單為了榮耀神而活的人。其中也有一些像湯姆斯·波斯頓（Thomas Boston）和約拿單·愛德華滋（Jonathan Edwards）的人，他們生活在1689年英國通過宗教寬容法案（the Act of Toleration）之後的時代，那時清教徒不信奉國教的問題已在這法案中得到了解決。



從歷史來看，清教徒運動經歷了高低起伏，他們有一段時期曾是英國最主要的宗教發言人，而後來卻遭到了迫害。信奉天主教的瑪麗女王曾在她的任期內迫害新教徒，而當她的統治結束以後，許多人就在伊莉莎白女王當政時（1533-1603年）返回了英國。但許多人認為伊莉莎白的統一法案（Acts of Uniformity，1559年）在改革教會方面只做了「半套」，所以湯姆斯·卡萊特（Thomas Cartwright）等人開始呼籲更深入與真正的改革。1593年，英國頒布反對清教徒的法案，導致這些清教徒必須離開講壇；但他們都盡可能繼續地傳道與教導。1603年，加爾文派的詹姆斯一世登基王位，但情勢並未好轉，因為詹姆斯沒有把國王的政治權力跟既有的教會結構分開（英王仍被視為英國國教的最高領袖）。更多的傳道人被強制停職，有許多人因此逃往荷蘭。英王詹姆斯在位期間並未減輕迫害的壓力。

接著即位的是信奉天主教的查理一世，他的顧問威廉·勞德（William Laud）在1628年開始行使宗教的控制手段。隨著國會在1629年的解散，勞德主教更是肆無忌憚地對清教徒展開最嚴厲的迫害。結果導致另一批清教徒領袖出走到荷蘭和新英格蘭（以約翰·溫索〔John Winthrop〕為首的一群人遷至美國麻州）。陸陸續續還有許多人移居新英格蘭（如：約翰·卡德、湯姆斯·胡克〔Thomas Hooker〕和湯姆斯·雪帕〔Thomas

Sheppard])，由這些人展開的這一波歷史潮流，在十八世紀的愛德華滋的事工上達到了最高潮。

查理國王的逼迫舉動最後引發內戰，並由清教徒克倫威爾（Oliver Cromwell）所領導的國會（被查理一世解散的國會）得到勝利。內戰期間（1642-1648年），重新組織的國會聚集超過百位的清教徒領袖，在西敏寺大教堂草擬一份沿用至今的西敏信條（Westminster Confession of Faith）。克倫威爾以護國主的身份實施統治直到1658年，這期間的宗教自由讓所有基督教團體得以興盛成長，包括他個人所認同的清教徒在內。然而，查理二世的君主政體在1660年復辟，這位英王起初答應容許信仰自由，後來卻推動統一信奉英國國教的運動。本仁約翰就是在這段迫害時期受到監禁。1662年的統一法案要求清教徒傳道人放棄自己宗派的聖職，並重新接受主教所按立的職任。凡是拒絕的人（有數千人之多），都被迫離開自己的教會。接著在1664年頒布的「秘密聚會法案」（Conventicle Act），開始禁止不屬國教的牧師在戶外或家裡講道；而1665年頒布的「五英哩法案」（Five Mile Act），更禁止被逐出的傳道人踏入他們原先的教會、城市或小鎮的方圓五英哩內。許多清教徒的傳道活動在這段時間寂靜無聲，但他們卻殷勤寫作，透過文字繼續發聲傳講。

清教徒有一些共通點，他們都對聖經和神的榮耀有基本的委身，而且也都經歷過迫害和經常性的驅逐。格利



森（Gleason）和卡比克（Kapic）特別整理出清教徒共通的七項核心信念：

- 一、明白清教徒主義是一種屬靈的運動。
- 二、注重與神團契交通的經歷。
- 三、他們都同樣倚賴聖經，視聖經為餵養靈命的最主要來源，以及革新生活的指南。
- 四、他們大都是奧古斯丁的追隨者，強調人的罪性與神的恩典。
- 五、非常注重聖靈在信徒生命中的工作。
- 六、對於英國國教在教會裡提倡的天主教聖禮儀式，他們都深不以為然。
- 七、清教徒可說是一種屬靈復興運動。^{註2}

今日的情形如何？

清教徒是研究神話語的學者，而且他們的研究不只是在學術方面而已（儘管許多清教徒是大學學院的教授），同時也是在信仰經歷上。他們不容許任何經歷取代聖經而成為終極的權威，他們也不會把完備的教義當作跟基督徒生活經歷無關的事物。他們學習去認識自己的會友，並教導會友從聖經當中得著幫助，得以應付日常生活中的各種掙扎，並獲得基督徒生命旅程所需的知足與力

.....
註2 Randall Gleason and Kelly Kapic, "Who were the Puritans?" in *The Devoted Life - An Invitation to the Puritan Classics*, (Downer's Grove: Inter Varsity Press. 2004) 24-30.

量。除了現代特有的偏見之外，他們當時所面臨的問題跟我們現在的問題沒什麼兩樣。廿一世紀確實需要提出不同的應用方式，但人性中有關懼怕、沮喪、屬靈爭戰等基本掙扎，還有要如何解釋這看似雜亂無章的世界等問題，都同時存在於他們和我們的時代。而且由於清教徒個人曾遭受迫害，他們在性命和事工上都經歷過上述這些問題，所以他們的教導會更為真實。他們確實在過去的時空裡提供我們非常有用的真理。我們若忽略他們的貢獻，不但會造成我們個人的損失，同時也會使我們想幫助的對象受到虧損，尤其這些對象都是在現今世界中努力對抗自身嚴重問題的人。

大家都公認，現代讀者很難理解清教徒的著作。其中有部份原因是出在文化和歷史的差異，同時也由於他們一般的寫作風格比現代作品更加華麗又冗長；再加上其中深厚的神學內涵，確實會使一般人難以理解。就像彼得提到使徒保羅時所說的：「就如我們所親愛的兄弟保羅，照著所賜給他的智慧寫了信給你們。他一切的信上也都是講論這事。信中有些難明白的……」（彼後三15-16）。有時候彼得需要花一些力氣才能瞭解保羅，但他沒有放棄繼續讀保羅的信。同樣的道理，雖然清教徒的深厚思想使他們難以理解，但是他們的作品仍然值得我們花力氣去研讀。我盼望透過介紹七位主要的作者及其作品，來幫助讀者理解這些人的基本觀念，要如何應用於現代輔導的議



題上。藉由這樣的努力，就可以使他們在過去的教導繼續流傳下去，以致這些教導不只是對當時的聽眾或讀者有幫助，同時也能夠造就今日信徒的生命。

我在殷勤閱讀這些清教徒作品的同時，也試圖留意有關聖經輔導的問題。其實，若純粹從神學層面來閱讀這些作品也非常值得，但若只把他們侷限在這個層面，就會減損他們的價值。正如我先前所說過的，清教徒被視為靈魂的醫生，把聖經真理和教義帶給在生命困境中掙扎的同胞，以便協助他們繼續奔走人生旅程，完成神要在他們生命中所成就的事。我在引用這些作者所說的話時，會盡可能修改一些較古老的用詞，而其餘部份就讓這些話保持原貌，再加上我自己對這些話的解釋與應用。

這趟個人的探索是我的悔悟之旅。當我在閱讀和寫作時，心裡一直想著要如何裝備別人，來把這些美好的資源更有效地應用在現代人的生活上，而我盼望這個目標已經達成了。不過，當我思想這些屬神的人在350年前所說的話時，我自己也一再地認罪與受到激勵。我希望你也能經歷類似的探索之旅，若你還不是清教徒的粉絲，或許你可以嘗試不要透過我或其他詮釋者的介入，而直接閱讀其中一兩位清教徒的作品。

2



爲什麼我會遇到這種事？

神的護理與我們的掙扎^{註1}

「我要求告至高的神，就是為我成全諸事的神。」

(詩五十七2)

約翰·弗來福 (John Flavel) 生於1627年，他的父親是一位清教徒牧師。於牛津大學畢業後，他以助理牧師的身份開始傳道生涯。六年後搬到海港達特矛斯 (Dartmouth)，擔任湯斯朵 (Townstall) 教會的牧師，並且沒有領任何的薪水！1662年，因為「統一法案」的緣故，他被驅逐離開牧區，且礙於1665年頒布的「五英哩法案」，他無法住在附近區域。雖然當時有些傳道人依照法案的要求而立下誓言，但弗來福拒絕了，他寧願搬到五英哩以外的地區去。有許多會眾時常去探望他，接受他的牧養。相較於今天，當時一趟五英哩的旅行是相當遙遠的冒險。同一時間，弗來福的父母在倫敦因為煽動叛亂罪被捕，被關在聲名狼藉的新門監獄 (Newgate Prison)。雖然他們最後被保釋出來，但為時已晚；從監獄感染的瘧

註1 這一章主要以約翰·弗來福 (John Flavel) 的著作《神奧秘的護理》(The Mystery of Providence) 為基礎。除非標明其他出處，一切引述都來自2002年 Banner of Truth Trust再版的版本。



疫使他們終告不治。弗來福在1672年有機會回到達特矛斯的教會，卻在1682年再次遭到驅逐；這次他選擇搬到倫敦。1687年，他終於再次回到牧區，牧養會眾直到他在1691年去世為止。

弗來福是一位多產的作家，他的完整著作共包含六大巨冊。《神奧秘的護理》（*The Mystery of Providence*）於1678年首度發行。弗來福自己十分熟悉，人在嘗試相信「神的護理引導每一件事」時，很自然會產生許多掙扎。當《神奧秘的護理》首次出版時，他的第一任妻子和未出生的孩子就已因難產而死亡；雖然後來再婚，但第二任妻子也比他更早離世。接下來他又結了兩次婚，但實際上只有第四任妻子活得比他久。不但如此，他還遭遇到被趕出牧區和失去雙親的悲痛經驗。

把神學真理應用到會眾日常生活中的問題，這是弗來福呈現神學真理的方式，也是他的著作和傳道的特點。許多有關他傳道事工的故事都非常獨特。其中一個小故事不但顯明神如何使用弗來福的講道與教導，同時也實際詮釋了他所寫作的「神的護理之工」。

有一些顯著的例子，可以說明弗來福的傳道事工所產生的果效。梭特（Luck Short）是一位新英格蘭的農夫，他以過人的體力活到了一百歲，但卻尚未尋求與神和好。有一天他坐在田裡反思自己漫長的一生，回憶起自己在幼年航向美國之前，曾在達特矛斯聽過一篇講道。當他

思索多年前聽過的信息時，對死在神咒詛之下的恐懼，有極清晰的記憶。於是他就回轉歸向基督，這時距他聽弗來福講道已過了八十五年。^{註2}

弗來福這個人以及他的這本著作，是否仍跟現代教會有關？從表面來看，我們有時會談到「神的護理」，但卻鮮少專注在這個主題上。我們今天關心的問題往往是：我要如何才能感到快樂，或是如何弄清楚神要我從事什麼行業等等。如果我們對這些問題都沒什麼疑惑，就很少會更深入地探討神的奧秘。相反地，弗來福希望我們不只是一要找出神護理的作為，同時還要默想這些作為的意義。為何會有這種差異呢？麥克·波倫（Michael Boland）四十年前在書中提到，現代人容易以膚淺的方式來看神的護理，只會在凡事順利時引用羅馬書八章28節的經文：「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處」，而不是在生命真正遇見困境的時候。不但如此，他也注意到我們一般都不太喜歡默想，默想並不是現代基督徒常見的習慣。^{註3}

從輔導事工的觀點來看，波倫所提到的這兩個指控都正確無誤。事實上，我們可以更進一步來看，與其說現代人忽略「護理」和「默想」這兩個重要的真理，倒不如說現代人是因為缺乏教導而不明白這兩項真理。因此，今

註2 Boland, *Publishers' Introduction to The Mystery of Providence* (Carlisle, PA: Banner of Truth Trust, 1963), 11.

註3 同上書，12-13。



天的基督徒迫切需要弗來福的著作，好讓我們回歸正確的理解，並在生活中運用「神的護理」這項真理。如此做不但會讓我們每日得以成長，同時也會使我們確實發現神如何透過我們的試煉和問題，為我們的生命帶來平安與安慰。我們若同意輔導的真正目標不一定是讓苦難消失，而是使人從苦難中得到成長，那麼我們就必須對神的護理有所認識。當然，對許多人（包括輔導員和受輔者）而言，輔導的第一步，就是要接受「立即免除痛苦」是不太可能的事，而且這也不應當成為輔導最初的目標。弗來福會在他的書中對我們說明這個觀點。

現代人在面對困難掙扎時，心裡浮現的第一個問題就是：「神的護理到底是什麼？」我們不時會突然在一些標語中看到「護理」這個字，就連許多電視節目中也出現過這個字（它有時候是西部片或科幻電影裡的偏遠小鎮的名字）；然而大多數人都不太清楚這個字的真正意義。有趣的是，弗來福雖然在他的書中區分「護理」和「神的主權」（sovereignty）的差別（護理就是神在我們生活中施行祂的主權），但他並沒有真正嘗試給「護理」下一個定義。對弗來福和當代的人而言，護理的存在和概念似乎是既定的事實；因此他所嘗試的是反駁不信的批評者對這真理的攻擊，並且幫助信徒理解，如何讓神的護理「在他們的生活中完滿地運作」。

有一個冗長但卻完整的定義，非常符合弗來福對護

理的觀念：

基督教神學通常把護理定義為，創造主永不停息的活動，其中充滿了祂的慷慨和善意（詩一四五9；另參太五45-48）；祂藉此維護自己的創造，使一切存在都井然有序（徒十七28；西一17；來一3），並引導、統管所有的事件、環境，還有天使與人類的自由行動（詩一〇七篇；伯一12，二6；創四十五5-8），此外祂也指引萬事萬物達到祂所安排的目標，而這些都是為了祂自身榮耀的緣故（參弗一9-12）。^{註4}

儘管身陷困境的人不容易相信神的護理，但對輔導員和受輔者而言，護理最終會是非常重要的教義。遇到困難的人容易有一種心理掙扎，他們會認為神無法介入、掌管這些事情，否則情況不會變得如此艱難。有時候，輔導員也認為，神若真的引導每一件事，那麼整個輔導過程應當會有所進展才對。畢竟，如果神真的是良善的神，祂就應當使我們的生活充滿歡樂，而且，如果祂是全能的神，不就代表祂有能力這樣做嗎？當我們親身遭遇掙扎、悲劇和不公不義時，我們心裡至少會提出這類疑問。不論是輔導員或受輔者，每當面對不斷施暴的加害者、愈陷愈深的毒癮者或婚姻破裂的人時，心裡必定會浮現「神是否有所作為」的問題。實際上，他們通常會更直接地問：「這本

註4 'Providence' in the *Illustrated Bible Dictionary*, vol. 3 (Wheaton: Tyndale House Publishers, 1980), 1292.



聖經講的東西有用嗎？」想讓受害者越過眼前的暴力，承認神仍然以某種方式動工，是一件極為困難的事，而且，假如做得不好，還可能會對已經備受困擾的人造成額外的負擔。但我們若忽略這項教義，就會在試煉當中錯失極大的安慰與引導。

弗來福的書分成三大部份，第一部份描述神護理之工的證據。儘管護理的觀念在當時很普遍，像是一種文化共識，但仍然有許多人對此提出批評。直到今日，這種批評聲浪還是層出不窮，再加上大多數基督徒若不是對護理沒什麼概念，就是容易把護理看成近似宿命論（即不管我做了什麼事，一切事情仍會按照既定的方式繼續進行下去）。所以我們要瀏覽弗來福所提出的不同證據，看這些證據如何幫助面對困難的信徒，向他們指出不論是在過去或現在的掙扎中，神都在他們的生命中動工。弗來福在第二部份描述如何默想神的護理。現代人很少操練默想的技巧，所以現代信徒可能會對弗來福的許多描述感到陌生；但他清楚表明，我們若要在眼前的掙扎中尋獲力量，那麼專注並默想神的護理就是非常重要的事。最後，第三部份是有關護理這項教義的應用，弗來福在結論裡努力說明專注於神的護理的好處，以及不這麼做的危險性。

認識神的護理

我們時常認為神遙不可及，甚至懷疑祂在我們遇到

困難時是否存在。弗來福毫不遲疑地指出：我們必須明白，神存在於這個瘋狂世界，是一件極為必要的事。

神的偉大是一個榮耀且無法探究的奧秘（詩四十七2）。對於落在各種苦難的聖徒而言，他們可以得到的極大支持和安慰，就是知道智慧的聖靈全然掌控事情的發展，祂有能力把最偏離正軌的人及其最惡毒的意圖，轉變成使人蒙福且喜樂的事情。

弗來福一開始就挑戰讀者，試著想像一個沒有神在動工的世界，想像沒有神在其中使萬事互相效力，好叫人最終能夠得到益處。當人陷入悲劇或嚴重的掙扎而充滿焦慮沮喪時，會覺得神好像根本不存在，或至少祂沒有為了人的益處而使萬事互相效力（比較像是自然神論的神或遠離世界的神）。然而，假使真的沒有神，或這位神對世上的事不聞不問，那會怎麼樣呢？若果真如此，我們將任由變幻莫測的人與事件所擺佈，毫無盼望可言。而且，如果我們又沒有權力、財富或其他資源，那麼除了咬緊牙關、朝向未知的目標拼命掙扎之外，我們就只能徹底地絕望了。

事實上，每個人都知道應當要咬緊牙關堅持下去，但這會引發一個明顯的疑問：我們到底為了什麼目的而堅持下去？倘若毫無目標可言，那又何必堅持呢？基督徒確知自己沒有權利去選擇自殺，因為只有神才是掌管生死大權的那一位。但想要自殺的人覺得神根本不存在（或至少



沒有與他們同在)，所以他們只好咬緊牙關，用盡他們最後一絲力氣。倘若沒有神在行事動工，而生命也沒有終極的目標，那麼自殺會突然變成一個合理的選項。了解神的護理的第一步，不只是了解神在萬有之上且在世上動工，還要明白神的護理和祂的旨意緊密相連，而這正是我們生命的意義和目的所在——即使我們感受不到生命的意義。唯有意識到生命的終極目的之後，自殺才會成為一種完全錯誤的道德抉擇。

這個問題確實是我本身悔改信主的轉捩點。當年的我並未遇到什麼困難，反倒即將進入一所享有盛譽的大學，然後極有可能找到一份高薪的工作。可是當我想到一些基督徒朋友時——特別是其中一位（如今她是我結縭超過33年的妻子），發現他們好像都擁有我所缺乏的目標和喜樂。我還記得自己當時的疑惑：「等過了25年或30年的成功生涯之後，我就會死去，那麼這一切究竟又是為了什麼？」生命若沒有目標，就會顯得空虛和沒有意義；若沒有神的同在，我們所追求的一切目標就都是短暫且迅速消褪的。輔導的過程也是一樣，我實在無法理解那些非基督徒輔導員，怎麼有辦法持續面對那些擁有嚴重問題卻沒什麼進展的人，或是陪伴那些在生命中遭遇駭人悲劇的人呢？若不知道有一位認識且瞭解這世界的神存在，祂擁有我們所沒有的掌控權，任何輔導怎麼能夠繼續談下去呢？

這正是弗來福的觀點。當我們明白有一位密切參與

受造界活動的神，就會帶給我們安慰，因為這使人知道自己並不孤單，也並非被迫去做我們做不到的事。但弗來福也馬上跟我們介紹有關奧秘的概念。神的護理是一個奧秘！我們可以看見神的護理正在運作，我們可以用神學的角度來討論護理，但這最終仍是神的奧秘之一，而原因就在於造物主與受造物之間的分野。我們能夠部份地理解護理，但卻無法完全明白。這讓我想到在班許·挪亞（Noah ben Shea）的著作中，有一位麵包師傅雅各提到：

「有一位偉大的教師，」雅各說：「他曾說生活就像一幅刺繡。對此我百思不解好長一段時間，」雅各又說：「但過去幾天我一直觀察你，我發覺刺繡的人是從布的背面工作的。你在工作的時候根本看不到較宏觀的圖案，而是只看到彩色的繡線彼此穿梭交錯。這幅景象確實就像生活：每一天都與隔天針針相連，但我們卻無法立即看清每一針所代表的含意。因此，我們可說是在看不見的情況下努力。勇氣是生命這幅刺繡的必備圖案；勇氣和信心都是！」^{註5}

有時我們難免會看不清楚，但神卻能同時看到這幅刺繡的正反兩面，甚至能預見完成後的作品（參羅八29-30）。通常受輔者都渴望聽到完整的說明，可以解釋他們的問題和情況，還有現在應當做什麼才能有效地改變將來。儘管我十分樂意提供這些解釋，並且就如他們想聽到

.....
註5 Noah ben Shea, *Jacob's Ladder* (New York: Ballantine Books, 1997), 120.



解釋的心情一樣迫切；但輔導一開始的關鍵，就是承認我們只能得到部份的解釋和瞭解，神在我們生命中的工作永遠都存在某種程度的奧秘。唯有憑著信心接受這一點，才能使我們隨著神的供應而成長，而非只專注在我們無法理解的部份。弗來福繼續表明：受造者的理性永遠無法嘗試去完全理解神的本性和作為，而且這種嘗試也容易陷入「變成無神論者」的危險。這裡的無神論不是指否認神的存在，而是指相信我們自己才是宇宙的中心，以及認為我們自己能夠解釋和定義所有的真相。相反地，我們對真相的尋求必定是扎根於「發現」真理，也就是神所知道、所啟示給我們的真理。既然祂是獨一的真神，那麼身為受造物的我們，永遠都無法知道祂所知道的一切，也就不足為奇了。如此一來，我們在輔導過程中尋求真相和解答的同時，必定會產生奧秘的感覺，也就是感到我們無法完全理解為何會發生這些事，以及神為何會這麼做。還好，護理的觀念告訴我們：我們毋需全盤瞭解這些問題，就能獲得繼續前進的安慰和力量。

陷入掙扎的人常認為沒有人能瞭解他們的困難（我已經聽過無數次這種有聲或無聲的想法了）；弗來福表明這種想法並不正確。他在書中除了提出當時許多活生生的實例，甚至不斷指出聖經對於人生真實掙扎的描述。詩篇五十七篇是形成他論證的基礎，他對這段經文註解如下：

「這篇詩篇的前半段有三件事值得我們注意：作者陷入極

度的危險、他在絕境中迫切地向神呼求，還有他在呼求中向神申訴的論點。」大衛為了逃避掃羅王的復仇而躲到隱基底曠野的洞穴裡（參撒下廿四1-2）；但當時他發現掃羅的軍隊就在附近紮營，而除了面對敵人的洞口以外，別無其他出路。接著，眼看掃羅王走進洞穴，他可能會發現大衛，而一場絕望的戰鬥似乎是無法避免了。面對一觸即發的毀滅，大衛在極度艱困的情況下呼求神。

首先，大衛以自己對神的信靠，作為神憐憫他的理由。「神啊，求祢憐憫我，憐憫我！因為我的心投靠祢。」（1節）他接著以過去在患難中得到幫助的經驗，作為現在面臨危難而得著激勵和盼望的依據：「我要求告至高的神，就是為我成全諸事的神。」（2節）……正因為如此，大衛在極端危險的時刻仍然對神有信心。掃羅雖然權高位重，但神是至高無上的神；大衛確信若沒有神的許可，掃羅就無法碰他一根寒毛。沒有其他人可以幫助大衛；假如真有的話，大衛也知道這些人是先獲得神的幫助，才能來幫助他，否則不管是誰都無法向他伸出援手。

對大衛而言，基於神在過去為他所成就的事，他能夠繼續相信神會在眼前的試煉中與他同在。

大衛所遭遇的困苦、他對神的尋求，以及他蒙神拯救（最終取代掃羅而作王）的經過都記載在聖經裡，好讓我們今天可以因為讀經而得到鼓勵（參林前十6）。事實上，聖經所記載的這些歷史事件等於是揭開護理的「面



紗」，讓我們看到神在過去如何動工，而祂也應許現今要繼續按照自己的本性來行動。在大衛蒙神拯救的時候，神已經預先應許他要執掌王權，但這件事在當下尚未實現，而是還要等候很長一段時間。神對大衛的拯救可用來證明一件事，就是神應許要賜給大衛的王權有一天必然會實現；至於何時發生或如何發生，對大衛來說則是一種奧秘。「神出於恩典而賜下應許，並用護理來兌現應許」。我們常對神的應許感到不可思議，我們試著仰賴這些應許並且宣稱自己擁有這些應許，但又覺得這些應許並沒有在實現中。有時候，我們甚至用自己的方法來促使這些應許實現。這正是亞伯拉罕的反應，神應許要賜給他一個兒子（創十五章），而當他認為這應許似乎無法實現時，他和撒拉就選擇隨從當時的風俗習慣，也就是透過撒拉的女僕來懷孕生子（創十六章），並將這個小孩算作是撒拉的子女。但這不是神要用來實現應許的方式。而且令人遺憾的是，以撒和以實瑪利的後代之間的衝突，一直持續對立直到如今。神反而是按照自己護理的時間表，以超自然的方式使以撒誕生（創二十一章）。神用護理來兌現祂先前所宣告的應許。我們的角色不是去策劃一些人為的方式，來實現我們自以為神要在我們生命中成就的旨意，我們所當做的乃是去信靠祂、尋求祂的帶領，好叫我們能夠邁向祂所應許的未來。

或許有人會說，大衛和亞伯拉罕在神要完成的計劃

當中，都是非常重要的人物，難道神也會關心「小人物」的生命，或在意我們生活中的瑣事嗎？弗來福會響亮地回答：「是的！」

這代表神的護理普遍地關切和影響聖徒的一切大小事務。神的護理不是只插手這件事或那件事，而是一切與他們有關的事。神的護理自始至終都看顧他們生命中的每一件事。不僅是大事和較重要的事，而是連我們生活中最枝微末節的事，統統都在護理的工作範圍內。祂的護理會觸及一切觸及我們的事情，不管這些事情是否與我們密切相關。

陷入掙扎的人從來就不是孤單的；他們或許會覺得孤單，甚至會被眾人遺棄，然而神一直都在動工。從他們的感受是很難領悟這件事的，他們需要用信心來抓緊這個事實——神在他們的處境中與他們同在，且正在他們的處境中動工。他們絕不是一艘喪失動力、漫無目標的孤舟，在大海中任憑波浪和水流的擺佈。這的確是他們和輔導員本身常有的感受，不過只要透過信心回顧神在過去的作為，就能宣告事情並非如此！神如今正在動工，而我們要憑著信心來努力抓緊這個真理。沒有一件瑣事是如此地微不足道，以致不會落在神護理的範圍之內。在輔導的過程中，常常只要導正一些細節後，問題就迎刃而解了。有智慧的輔導不會忽略微小或看似不重要的生活事件，而是會試圖挑戰人們，要他們在生活中的大小事情上都忠心地服



事神。

現代人常把歷史撇在一旁，只強調當下，還有明天即將發生的事。然而，聖經必定會涉及到過去的歷史，但這並不是要試圖改變歷史或活在過去，而是要我們為了今日而記取過去的重要教訓。在聖經裡出現的重要紀念物品或事件，用意都是幫助我們停下來思考神的作為，並且追問：這位在過去行事的神，今天要如何繼續實現祂的應許。回想神在過去的作為是非常重要的，這能使我們明白神會如何在今日這個「黑暗時代」繼續動工。

弗來福提出兩種觀點，幫助我們看見神在生活中的護理之工。「第一種是整全且充分的眼光，可以完整無缺地看見神那複雜又完美的作為。這種有福的眼光要等到我們得榮耀時才能擁有。另一種是特定且有限的眼光，是我們在邁向榮耀的途中所能擁有的。在這途中，我們只能從單一事件中看見神的作為；或者頂多是從某些相關或較顯著的一連串行動中看見神的作為」。他曾經幫助許多受傷的人瞭解：我們無法在當下的處境中，完整且清楚地看見神的護理如何推動周遭的事件或行動。當我們翻閱聖經時就可看見，在基督的降生、生活、死亡和復活的事上，神為了我們的救恩而把許多事件和行動全部拼湊在一起。聖經記載這些事是為了鼓勵我們明白神如何作工，同時也是為了激發我們的信心。我們就像當初的十二門徒一樣，他們掙扎著想要明白當時正在發生的事情（當然，兩千年後

的我們可藉由閱讀福音書來明白這些事），而我們則是掙扎著想要瞭解今日神如何在我們的問題和創傷中動工。但不管我們瞭解到什麼程度，我們都必須持續相信神的護理之工不會改變。

弗來福在這一點有更深入的探討，他提醒我們必須從聖經、歷史還有自身的經歷，來好好反思神所成就的事。「你可以從聖經得出以下這項教義：聖徒的本分就是去深思神的護理在他們生命的各種景況和各個階段所成就的事，尤其是當他們處在艱難的時刻，更要如此行。」他特別提到「紀念行動」的重要性，像是出埃及記十七章14-15節、以斯帖記九章28節、創世記廿八章18-19節和十六章13-14節所記載的，這些行動是要我們回顧神的作為。例如：今天信徒所舉行的聖餐，可以幫助我們回顧神在基督釘十字架這件事上的作為，好提醒我們，那位在過去曾為我們成就大事的神，也將在今日繼續地動工（參林前十一26）。在受輔者受苦掙扎的漫長期間，輔導員常會發現，督促他們寫心得或日記是有幫助的；這能幫助他們對神的作為有一種平衡的感覺。我曾鼓勵那些為憂鬱所苦的人寫下簡單的日記，記錄他們是否感到心情很好、普通或極度地沮喪，而且還要記下原因。當他們這樣做的時候，許多人發現自己陷入憂鬱的次數，比當初他們料想的還要少。這個做法會戰勝憂鬱嗎？不！但它確實可以帶給人一種平衡的感覺，幫助他們不只是在低潮時學習對抗憂



鬱，同時也記住神曾經帶給他們更多的開朗時光。其實我們每個人都一樣，當受苦的時間一拉長，就很容易忘記自己在過去所擁有的美好事物（這在觸礁的婚姻中十分常見）。學習思考神的護理過往如何在我們和其他信徒身上動工，這是弗來福針對這種困境所提出的良藥。

「有關護理的證據」

有些懷疑護理的批評者認為，萬事萬物都是隨機發生的（這是從達爾文進化論所衍生出來的現代哲學趨勢），也有些人認為所有事情的發展是取決於我們自己的言語行為（這是世俗人文主義的看法）。弗來福直接回應這些批評，他提出一系列的問題和答案，藉此說明神的護理存在於人類生活之中。當受輔者在他們的掙扎中感到失落、沒有出路時，弗來福的這些問題能夠使他們的眼光超越自己的難題，去認真思考神已成就的事，以致他們更加明白神從現在直到將來有能力成就的事，以及將要成就的事。弗來福問我們每個人是否瞭解自己從神領受何等大的福氣。其實我們大部分的時間都沒有好好思想這個問題，而其他時間則常常因為受苦的感受而覺得自己沒有蒙福。

有許多顯著的憐憫和拯救臨到神子民身上，這些拯救以超乎尋常的能力和違反自然法則的方式出現，使自然法則受到顯著的延緩和阻擾；我們要如何解釋這些事件呢？

歷史上發生太多無法解釋的事，以某種方式使神的子民得著益處。世人往往費盡心思試圖解說這些事件，例如科學研究努力要解釋神透過摩西在埃及所行的神蹟，還有出埃及記裡的神奇事件；但顯然這些努力都沒有什麼效果。就算其中有的解釋合理，甚至可能是真實的（但他們都普遍忽略一件事實，即神可以運用自己創造的自然界事物來使神蹟發生；神蹟的重點應當是在於它發生的時機，還有這些自然界事物湊在一起的方式），然而更多時候這些人只得到相當荒謬的結論。確實有太多無法解釋的事件和信徒的反應，使人無法忽略神正在動工的事實。

我們無法否認神的護理有許多不可思議的奇妙巧合，這些巧合以接連一致的方式來為神的選民帶來益處。我們若仔細閱讀約瑟被高升為埃及宰相的經過，就可從中找出十二項顯著的護理作為或步驟，這些作為幫助約瑟高升到擁有尊榮權勢的地位。只要其中有一個步驟失敗，整起事件很可能就不會發生了；然而我們看到每個步驟都按著次序發生，而且發生的時間和地點都恰到好處。同樣地，在以色列人脫離哈曼陰謀的故事中，我們也至少發現七項神護理的作為，它們不可思議地同時發生，以致以色列人才能得到拯救。

創世記三十六章到五十章所記載的約瑟故事，還有以斯帖記，可說是聖經裡有關護理的兩個最佳故事，描述神的護理如何在特定的人身上動工。我們可以要求陷入掙



扎的人來閱讀這兩段經文，並試著把自己擺在約瑟、以斯帖或未底改的位置。這是一種很有效的練習，可以幫助他們理解，神如何能夠在他們生命中動工——即使他們無法明白神動工的細節。當一切都看似完蛋時，這三位聖經人物都仍然堅持服事神。約瑟長大成人之後的生活，就有如一趟無止盡的雲霄飛車之旅，當他的生活看似悲慘無望時，就接著會有盼望浮現，但這盼望卻又再次消失破滅。他多次經歷上下起伏的境遇，卻仍然對神保持忠誠。因此當他回顧過去時，有能力對他的兄長說：「從前你們的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全許多人的性命，成就今日的光景」（創五十20）。我的受輔者都希望我解釋每一件事為何會產生現在的後果；對他們而言，約瑟的故事可以使他們感同身受，因為約瑟確實經歷也明白他們的感受，並且向他們顯示何謂「堅忍」的信心（參來十二1-3），尤其是在我們看不清楚前方，又懷疑神是否已離開我們的時刻。

如果神子民的安危並非由祂特殊的護理所掌管，那麼，當我們看到敵人用最聰明強大的方法來摧毀他們卻宣告失敗，而他們用軟弱無能的方法來保護自己卻圓滿成功時，我們該如何解釋呢？

幾百年以來，無神論者和虛假宗教都想消滅基督教，但總是以失敗告終。或許他們曾得到暫時的「勝利」，但基督教的發展卻在歷史上持續興旺，並為無數人

的生命帶來奇妙的改變與盼望！假使神沒有在動工，那為什麼會有這種結果呢？如果神確實在動工，難道祂如今會住手，並任由祂的子女走向毀滅嗎？每當我們的仇敵或疾病看似佔盡上風時，我們就會覺得自己即將一敗塗地，而這種感受就意味著神不再像祂以前那樣動工了。但事實並非如此，神仍然在動工，因為祂是永不改變的神（這是此瘋狂宇宙中唯一不變的重點）。

如果萬事都是由自然法則和因果力量來決定——就像互相撞來撞去的球一樣，那麼之前全力往罪惡道路直奔的人，怎麼會在後來轉離他們的道路呢？良善的人從前都走在自我毀滅的道路上，並且心裡渾然不知，但神的護理在半路上遇見他們，以奇妙的方式改變他們的方向，好使他們得著保護。他們原先並不知道神這樣做有何意義，直到看見最後的結果。

表面上看似隨機的事件，何以能夠多次領人相信神呢（參徒八26-29；以及列王紀下五章1-4節中的乃幔）？對於那些因為憂鬱、哀傷、焦慮或懼怕，每一天都活在掙扎中的人，我們有必要鼓勵他們思考：我們連下個鐘頭要發生什麼事都不知道了，更何況是明天的事呢。焦慮特別容易使人在心裡做災難演練，常常對接下來發生的事，作出最壞的打算；但神在歷史和聖經中一再證實，祂能夠也確實以行動介入，而這些行動完全超乎當事人的想像。使徒保羅完全沒有預期在往大馬士革的路上直接與神面對



面。他的目標是要搜索、逮捕更多的基督徒，以相信基督的罪名來處決他們；但結果完全相反，他驟然發現自己被擊垮，不得不謙卑地承認基督就是神應許要賜給人類的救主。當他在那天早上起床準備上路時，根本就無法預料到事情會演變成這個樣子。

如果這些事都是純屬意外（由先前的其他因素所決定），怎會在緊要關頭如此不尋常地出現，並且讓所有思考這些事件的人，一眼就可認出它們來？還有，若這些事都是偶然發生的，那麼為何當聖徒祈禱完後，它們經常就立即發生了呢？以至於聖徒能在許多的護理作為中，清楚地看出自己的禱告已得到回應，並且確定自己得著所求的事物（參約壹五15），這些又要如何解釋呢？

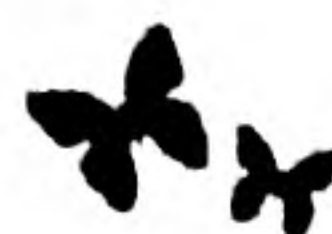
因此，問題不應當是為何我的禱告沒有得到回應，而是為什麼任何禱告都可以對事情產生影響？許多事情的發生或許可以用「碰巧」來解釋，而許多禱告似乎沒有得到應允也是一個事實。然而更重要的是，有許多禱告得到清楚且直接的回應，而且許多人都明顯看見這些回應（有時甚至包括不信的人也看見了）。假如沒有任何護理之工，那麼為何當屬神子民求神讓這些事發生時，這些事就正好發生了呢？即使我們無法看出眼前事件跟禱告的關係，但禱告確實是有效的。在輔導過程中，我們太常把「為受輔者禱告」當成是一種基督徒輔導員應盡的義務。弗來福挑戰我們要記住：禱告是神在受輔者生命中成就祂

護理的一部份，所以禱告不是一種附加的輔導贈品，而是引導他們回到神面前的重要部份。神最終會解決他們的困難，也十分清楚他們生命中各項事件的發展。

在弗來福所提出的一切問題中，其實他是間接地指出，我們必須從歷史和回憶的角度來看事情。他強烈希望我們觀察聖經所記載的歷史和教會歷史，甚至也要回顧我們自己的靈命史。儘管有許多事依舊是我們不了解的——在到達天堂之前仍有奧秘存在——但這些反思會讓誠實的觀察者承認一件事，那就是神在過去、現在和將來都要繼續動工，祂會使萬事所產生的結果，最終都能讓祂的兒女得到最大的益處。我們是否能對神的存在和護理之工的運作，提出讓每個人都心服口服的證據呢？不！這是辦不到的事！但有關這兩者的證據已多到足以說服沒有偏見的觀察者，以至於世上沒有人能對神的存在和祂正在進行的工作提出真正的質疑。這正是常常發生在我人生中的經驗。每當我發現自己逐漸陷入抱怨的光景中，或想到基督徒生活並沒有帶給我什麼好處時，神總會催促我回顧過去，去思想祂在我和別人身上已成就的事。我們永遠會得到一個明顯的結論——神正在動工，雖然我在抱怨的時候並不清楚祂要做些什麼。

神的護理在動工

弗來福用神子民生命中的特定事件來說明祂的護



理。

想一想，神的護理在我們身上的初次作為是何等地奇妙，就是在母腹中使我們成形和保護我們（詩一三九15）。

神的護理安排各種時機、工具和管道，使祂的子民能夠悔改信主，世上再也沒有任何事比這更能彰顯出護理的光采了！不管神護理的手是多麼巧妙地塑造你的身體，不管護理是多麼溫柔地保護你的身體，不管護理是多麼慷慨地供應你身體所需的一切，假使護理沒有安排某些管道來使你悔改信主，那麼護理帶給你的這一切恩惠和好處也就沒多大意義了。

護理在我們受造的這件事上動工，我們若認真思考就可知道自己的存在是多麼地奇妙。但若罪惡繼續存留在我們的生命裡，導致我們在今生的毀滅和永生的滅亡，那麼再奇妙的受造也沒什麼意義了。因此，神也在各種事件中動工，好引導我們得救。你還記得其他信徒如何見證自己認識基督的過程嗎？那帶領他們決志信主的一連串事件，常常顯出是奇妙和令人難以預料的。而且當我們接受基督以後，神並沒有從此就棄我們於不顧，反而繼續用祂的護理來幫助我們成聖：

此事會以兩種方式進行。首先，護理會復甦我們那已死的知罪功能，並且會使我們對罪惡感到困擾。我們的靈魂在初次醒悟之後，很容易忘記那種對罪感到困擾的感

受，但護理會防備這樣的事發生，而且也能有效地達到目的。其次，護理會用指導、鼓勵、舒緩和打氣等各種方式，來扶持、安慰那些負荷過重且快要沉入苦惱深淵的人，好叫聖靈能夠順利地在這些人身上動工。

神的護理在我們的生命中動工，使我們意識到自己的罪，以致我們會持續追求聖潔，而非逐漸滿足於自己生命的現況。除此之外，護理也會提供一道「屏障」和「阻礙」，來阻止罪惡進入我們的生活。這個真理一直都很重要，特別是當我們陷入掙扎和難題而不可自拔的時候。到底是什麼阻止我們的罪性不像「山洪一樣地爆發」，並且防止我們陷入一種隱而未現的罪惡掙扎之中呢？護理到底是如何幫助我們與罪惡爭戰呢？

神的護理有時會激動一些人去對他人提出適時的勸告，而這些勸告能夠有效地阻止他們從事邪惡的計劃。就像亞比該在緊要關頭遇見大衛，勸阻他放棄自己的錯誤的意圖（參撒下廿五23-24）。

這段話強調輔導員有必要殷勤且樂意地直接指導受輔者。犯罪的意圖可能已潛入受輔者的問題當中，只是現階段他們還無法察覺而已。輔導員若刻意避免提到試探的危險性（若這種危險即將爆發），或避免指出實際的罪已進入他們的生活之中，這對受輔者來說並不是一件好事。相反地，輔導員可以成為神的護理所使用的器皿，來幫助預防罪惡及其毀滅性的後果。是的，或許受輔者已經受創



極深，所以任何的提問都需要溫柔地進行，我們「不要折斷壓傷的蘆葦」（參賽四十二3）。但儘管如此，為了達到神護理的目標，我們仍然必須進行適當的指導和提問。

陷入掙扎的人在飽受困擾的情況下，比較容易用受限的眼光來看人生，有如戴上眼罩的馬走在街頭一樣。眼罩本來的用意是要幫助馬匹專注於前面的方向，不要被周遭一切的噪音和混亂所干擾。我們就像那些戴上眼罩的馬匹一樣，只是眼罩反而讓我們看不到周遭更重要的大局面。我們確實瞥見周遭正在發生的事情，而我們也感到心煩意亂，努力想要瞭解繼續往前走有什麼意義。當我們置身於混亂和掙扎之中時，罪性就會隨時一把抓住我們的弱點並大展身手。「去吧！喝個爛醉會讓你感覺舒服一些。」「離開你的另一半吧，你會找到更愛你的人，而你的生活也會更美滿。」「不要在意其他人了，好好愛自己一下吧。」「結束你的生命吧！一切掙扎痛苦也會跟著結束。」這些想法本身並不算是犯罪（它們代表我們正受到試探，但不一定是罪），不過若沒有別人協助我們繼續專注在生命的成長上，這些試探性的想法就可能會掌管我們，並誘使我們犯下原本可以避免的罪。有智慧的輔導員理解這種可能性，他們會想辦法用預防性的指導來阻止這些事發生。輔導員若能這樣做，他們就會成為神在掙扎之人生命中實施護理的一部份。

神的護理有時會讓身體承受一些強烈的痛苦，來防

止人們犯更嚴重的罪。巴西流（一位初代教會的教父）長期藉劇烈的頭痛來進行操練，因為他觀察到護理會使用頭痛來預防他放縱情慾。保羅的肉體上也有一根刺，從撒但來的差役要攻擊他；不管這根刺是什麼，都是出於神的旨意，為要防止他過於自大（參林後十二7）。

有時神會使用受苦來阻撓我們屈服於眼前的試探，但現代人對此聖經教訓有很深的誤解和不悅。現在的教會一般都會把苦難視為一種明顯的惡事。從一方面來說，這並沒有錯，因為所有的苦難都是人犯罪墮落的後果。但這種看法遺漏了一項真理：護理會運用苦難來使我們得到終極、永恆的益處，有時甚至會藉著苦難，來幫助我們的靈命得以長進。苦難從來就不是一種我們只能默默忍受、咬緊牙關或靠自己力量解決的事物；相反地，我們應當把苦難看成是生活在罪惡世界的結果，但神會用苦難來幫助我們在內心的爭戰中，戰勝那有罪的本性。我們可以真誠地與那些陷入困難掙扎的人一同哀痛，但也要鼓勵他們不只是重拾自己的力量，還要尋求神所賜的力量，才能繼續走過這段受苦的歷程。

有時候，聖徒是透過神的聖言來更認識自己的心，預防自己陷入罪中。例如，當亞薩看到惡人興旺，而自己卻受苦受難時，有罪的念頭開始在他心裡浮現且不斷高漲，以至於他開始認為自己在信仰方面的努力幾近徒勞無功。然而當他進入神的聖所，神教導他如何用新的眼光來



看人與事，不要用現今的表象來作出判斷，而是要用他們的結局來看待這些惡人。於是，亞薩再次被神導正，試探的念頭也消失得無影無蹤（參詩七十三12-17）。

亞薩確實「因為想瞭解神計畫中的所有複雜細節，而使自己的沮喪加劇；同樣的事也會發生在我們身上」。換句話說，他想明白為何惡人強壯又興盛，自己反倒不是如此？他發現自己逐漸滑落到絕望的深谷，並且幾乎想放棄他對神的信心。我們的目標並不是忽略實際發生的問題，也不是避免去思考這些問題，而是要承認我們可能無法得到完整的解答，但我們要一直用「緊抓住神」的態度來問這些問題。即使我們無法完全瞭解神所給的答案，但我們還是可以緊緊抓住神，並且相信祂確實看顧我們。這就是亞薩和其他詩篇作者在遇到問題時的態度，他們跟那些在曠野發牢騷、背棄神並因而受審的人形成對比（參民十一章）。

「默想神的護理」

弗來福在確定護理的存在後，他開始推廣一個概念：我們要刻意思考神在這世上的護理之工，「神的子民有責任在每時每刻默想護理為他們成就的事，尤其是當他們處在艱難困苦之時，更要如此行。」他認為默想神的護理是我們的責任，因為神已經命令我們這麼做（參耶七12；彌六5），而且聖經也多處指出，忽略神的作為是一

種罪（參賽廿六11，五12-13；詩廿八4-5）。「為了這個目的，聖經在描述護理的作為時，聖靈都會加上『看！』這類的詞語來吸引我們的注意。」在閱讀弗來福的著作之前，我必須承認自己未曾想過聖經裡的「看」有這種意思。但這個觀點非常好，神確實要信徒注意祂的作為，好讓我們將這些作為牢記在心。

不幸的是，一般人的反應都只是在當下注意祂的作為，例如在蒙神特別拯救時會感到歡欣和感恩，但過後很快就忘記這回事了。只要你讀過舊約以色列的歷史，就會發現神所行的神蹟奇事很少使人產生持久的信心。這些神蹟所引發的短暫回應，通常會隨著時間而逐漸消失。不管是士師記裡的一連串可怕事蹟，或是列王的歷史和相關的先知書記載，都可以充分說明這一點。即使是在基督的短暫世間生涯中，群眾一開始的反應也隨著基督被釘死而遭到遺忘，這些都非常值得我們思考。我們都以為自己在基督被捕的時刻不會逃跑，但當我們處在掙扎與受苦當中時，卻很容易忘記神在過去的護理。每當我抱怨的時候，不管這些抱怨是出於生病、缺錢、不受尊重或心情不佳，都代表我忘記神的護理，也沒有把神在過去的護理應用到我現在的生活中。祂在十字架上已為我成就一切，並且從那時起祂就樂意賜福予我。神的這些作為極其重要，值得我們記念，「這一切作為都邀請並呼召人們，應該深入地觀察神的護理之工」。



神清楚呼召我們要記念祂的救贖之工（參出十二章和林前十一章所提到的「聖餐」）。這些紀念舉動是「我們的信仰在患難之日賴以維生的食物（參詩七十四14）。聖徒是從過去的護理之工，來相信神的新奇作為必將來臨。」正如大衛說：「耶和華救我脫離獅子和熊的爪，也必救我脫離這非利士人的手」（撒下十七37）。「你們還不明白嗎？不記得那五個餅分給五千人、又收拾了多少籃子的零碎嗎？」（太十六9）然而，我們就跟古代的以色列人一樣，我們的回應大多是忘記神的作為，更不用說去思想神在過去的作為跟我現在的掙扎有何關聯。有趣的是，一個人的「過去」在輔導過程中是相當重要的部分，雖然在檢視、探討一個人的過去時所用的方法和目的，仍然有一些爭議存在。弗來福並沒有討論這一類的議題，但至少他指出一個重要的理由，要我們考量一個人的過去，這理由就是，如此做可幫助別人思考神在他們生命中的一切作為，看到自己從出生到信主，再到其他大小層面的事情，都有神的護理在其中。當然，我們不應當只叫他們思考自己的生活，以免造成自我中心的危險。我們也要鼓勵他們多多思想聖經中的事件（例如發生在亞伯拉罕、約瑟、馬利亞、基督、保羅和其他許多人身上的事），還有思考整個教會歷史（因此弗來福也提到比教父巴西流更早之前的時期）。現代哲學和方法論的方向似乎都集中在「今天」，「昨天」根本就無關緊要，傳統和對歷史的瞭

解也變得不重要，有時甚至還會被視為具有窄化他人思想的危險。弗來福反對這一切的看法，他認為瞭解歷史和思考神的作為是非常重要的，這不只是為了護教的緣故（為了維護信仰的真實性而辯護），更是為了我們的靈命能夠得以實際成長的緣故，尤其是在每個人一生必經的艱難時期，這麼做更會顯出其重要性。

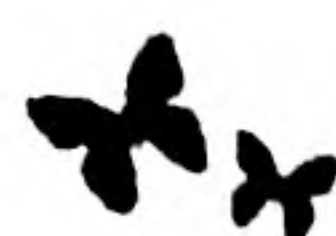
唯恐我們落入另外一個現代的陷阱，弗來福也提出一項警告。他說：「在一切的護理當中，神的某些作為是臨近我們。而祂這麼做是為了施行審判：『我必臨近你們，施行審判』（瑪三5）；但祂也為了施憐憫而靠近我們：『凡求告耶和華的，就是誠心求告祂的，耶和華便與他們相近。』（詩一四五18）」很多時候，我們認為「神的護理」就代表我們不會受到任何危害，我們不會遇到任何型式的苦難。弗來福反駁這個想法，他知道神在護理中也有可能管教信徒（參來十二4-13），並藉此來幫助我們勝過罪惡，或是避免我們跌入罪中，以及慈愛地協助我們通過試煉（參林前十13）。今天有太多基督徒都以為，護理只是代表神的保護和被神捧在手掌心，以致我們可以脫離眼前的傷害和掙扎。如此一來，他們就無法察覺出護理對罪惡所進行的管教，也看不出管教對信徒的益處，這益處就是幫助我們在情況混沌不明、看不清祂的同在之時，學習繼續地倚靠神。這讓我想起最近跟一位想要當宣教士的人所進行的談話。當她結束在宣教工場的短宣以後，她



說自己陷入「恐懼」之中，她常在半夜驚醒，以為有壞人躲在房內要傷害她。隨著她回到美國後，她開始聯想到這種掙扎跟她過去一直害怕被人傷害的經驗有關。於是，她逐漸瞭解自己如何陷入一種自我崇拜當中，她以為自己應該且有能力保護自己，但事實上只有神能夠做到這一點，所以她只需要單單信靠神的保護。我讚揚她對恐懼的根源有如此美好的剖析，但也要求她增加一項更合乎聖經的看法，亦即承認或許神在今生未必會保護她身體上的安全，但神卻已賜給她來世的全備保障（參羅八38-39）。如此一來，我們不只看見神的護理對我們現在的保護（這是她當初的想法和觀念），同時也能明白祂對我們的生命有一個永恆的計畫——而不單是短期的計畫而已。因此，我們也必須瞭解神的「拯救」在任何情況下到底意味著什麼，以及不意味著什麼。

那麼我們應當如何開始默想神的護理？我們在此可看出弗來福的牧者風範，他不但提到教義及其必要性，還進一步幫助會眾理解如何默想神的護理，好叫他們在面對眼前的試煉時，能因默想神的護理而產生信心。他規勸他們要認真殷勤地觀看神在周遭的護理作為，並且要充分地思考這些作為，「要廣泛且深入地思考，讓這些作為盡可能全然呈現在你眼前。要回顧神在你一生中所成就的護理作為（參詩七十七11-12）。」如果我們花時間認真地默想神在我們生命中所成就的事，而「你的心在默想的過

程中還不會融化，那麼你的心就真的是堅硬無比了」。所以，我們默想的過程要廣泛，要全面地檢視我們整個生命，仔細看看神在過去如何動工，一切既不是巧合也不是運氣，而是出自神護理的作為。當我們陷入恐懼和憂慮的掙扎中時，我們就很容易選擇性地和狹隘地檢視過去、現在、甚至是將來（又犯了戴上馬兒眼罩的毛病！）。但事實上，我們需要把眼光放在過去的整個人生，並且是全面地回顧神在我們生命中的作為。我還記得在我過去擔任監獄牧師時，就曾經發生過這樣的例子。那時的我遇到瓶頸，覺得自己的服事毫無意義，似乎沒有產生什麼長久的果效，於是我沮喪得甚至不想繼續服事下去。現在的我才明白，神在當時是要引導我對祂的護理進行默想。我那時覺得祂要我把服事中所碰到的事件（不管多麼瑣碎的事）都紀錄下來。當我一開始檢視這張清單時，不禁對神提出抗議。我注意到過去有一個案例，我曾經在半夜跟一位有自殺傾向的犯人談話，而兩年後的他仍然活著，並且也沒有自殺的念頭了。但我抗議的重點是他在當時並沒有接受基督。神給了我一個簡單的答覆：「一個人若死了，他就再也無法接受基督，所以這次的服事雖然不完全，但卻是有有效的。」同樣地，我也想到一位離開妻子的獄警。我在那時有機會介入調停，而他們也重修舊好了，但我再次對神提出抗議，因為這人沒有堅定地委身於基督（事實上，在發生這件事的幾年之後，他就皈依另外的宗教了！）然



而神再次提醒我，使夫妻重修舊好本身就是一個成功的事工，即使結果並不盡如人意。當我們用狹隘的眼光和定義來看神的作為時，就會為自己帶來挫折感。因此我們需要以較「寬廣」的角度來進行默想。

不過，弗來福也鼓勵我們進行深入的默想，他說：「不要讓你的思想像羽毛漂浮在水面上，而是要像鉛塊沈入水底。」在現代「微波爐式的文化」當中，我們通常都很急促匆忙，包括在輔導過程中也是如此。不管自己面對的掙扎是什麼，每個人都想得到快速便捷的解決辦法（我個人對這種渴望很敏感，因為我自己也有這種感受，不管是在我擔任輔導員的時候，或是在我陷入掙扎的時候）。但弗來福告訴我們，長期鑽研、默想神的作為是非常有價值的，我們要不斷地看祂現在如何作工，而非憑著一兩次快速的「掃視」，就認為祂沒有在動工，而是放任人們在掙扎中自求多福。要通過耐心的考驗是很困難的，但是當一個人只因貪圖方便就用「微波爐」來調理食物時，這些食物就永遠不會像經過仔細烹調的食物一樣營養又美味。輔導員常會感到時間的壓力，感到求助者施加給他們的壓力，而在職業輔導的領域中，還有從費用限制和保險條約而來的壓力。但我們必須勇於挑戰受輔者，幫助他們理解「耐心」和「深入的默想」正是輔導產生果效的關鍵，而且這種果效會持續數年之久，而非只有短短幾週或幾個月的時間而已。

思考我們過去的經驗會有危險性存在，而且也經常發生危險。有時候，人們會高舉自己的經驗以及對這些經驗的理解，認為它們擁有跟聖經相同的權威。弗來福一方面鼓勵我們反思自己的經驗，另一方面也警告我們注意什麼才是終極的權威，以免我們失之偏頗。「你對護理的一切觀察都跟神的話語有特殊關聯，因為神的話語是透過護理來成就，並使你得益處。一切的護理都跟神的話語有關（參王上八24），這是很清楚的真理。」由於我們沒有完全明白神迂迴曲折的作為，所以護理之工本身無法成為完美的指引。但當我們把這些觀察跟聖經放在一起時，它們就會開始呈現出更清楚的意義，正如詩人所說的：「直到我進了神的聖所，才明白他們的結局。」（詩七十三17，新譯本）

有時我們會提到「內省」，也就是一個人看似迷失在對自己的省思之中。這跟默想神的護理之工是完全不同的。默想神的護理確實牽涉到我們對神的作為有何感受或想法，但它的重點主要不是在於內在的省思，而是讓內在的省思推動我們，回頭去思考那位在我們之外或之上的神，以及思考祂現在如何帶領我們。內省只是做內在的省思，試圖從內心找出解答，但這最終甚至會給陷入掙扎的人製造更多問題，因為這種內省的根基只是建立在他們自己身上而已。

弗來福提出幾點注意事項，教導我們在生活中如何



避免濫用神的護理。

如果護理延緩了你長久等待和祈求的憐憫，請你不要因此感到失望，也不要因為這樣就對等候神感到灰心。首先，神延緩要賜給你的憐憫，必定是為了你的益處。你曾讀過：「耶和華必然等候，要施恩給你們」（賽三十18）。為什麼神要這麼做？這是因為神在等候一個賜憐憫給你的時機，以及在預備你的心來領受憐憫，好叫這憐憫能夠帶給你最大的安慰與益處。天真的孩子會急著摘取青澀的蘋果，但成熟的蘋果會自行掉落，而且會更加美味又可口。

我個人十分同意這個精彩的比喻。我家院子裡有種植覆盆子，我每年都很愛吃它們的果子（我甚至愛吃到想把它們佔為己有，不願意跟別人分享！）每當果子開始成熟，我就預備好要把它們摘下來，而有時摘下來的覆盆子還不夠熟。它們的滋味還不錯，不過通常還需要一些砂糖來提味。但當我等久一點去摘那些真正熟透的果子時，就會發現這些覆盆子直接吃就很好吃了！由神決定正確時機的護理也是如此，但我們卻很容易在時機「成熟」前就急著向神祈求憐憫。我們再次看到，有關耐心和時機的觀念跟受輔者的成長過程息息相關。若是為了避免別人的行為不斷地產生毀滅性的後果，那麼督促他們快點長大成熟是有其必要性的，例如那些常常生氣發飆、破口大罵的人。但同一時間，我們也必須鼓勵他們把目光放在這個真理

上，那就是神在他們生命中的作為，或許要花一段時間才能完全地結出果子，因此他們需要作好心理準備，在失敗到最終成長的整個過程中都要堅持到底。尤其是在作婚姻和家庭輔導時，常常會面對這種困境，因為其中牽涉到不只一人，要改變多年的錯誤和障礙，絕對不是一夜之間就可做到的事。若要一個人不顧眼前的結果如何，都堅持去做正確的事情，這可能需要花費數月或數年的時間。等時候到了，果實就會成熟且變得真正美味可口。但這些人必須在這漫長的過程中信靠神，而且每天都要為了愛神和愛人的緣故，專心注意自己當有的行為表現，特別是在他們家庭的處境當中。

「想一想，你所等候的憐憫，純粹是出於神的恩典。你本不配擁有這些憐憫，也不能主張這些憐憫是你應得的獎賞。所以說，你有充分的理由要以耐心和感恩的心來等候。」這一點普遍存在於我們的生活當中。我常常發現自己雖然嘴巴上沒有說，但內心卻深深地認為神應當為我做這個、做那個。這或許是因為我認為自己配得神為我這麼做，或是因為就算我的表現沒有比別人好，但我確實是跟他們一樣對神忠心呀！這也是受輔者容易掉入的陷阱。但事實上，我們是藉由基督的十字架而得到完全不配得的恩典。雖然神的確是接納凡相信基督的人成為祂的兒女，但我們仍然不配得到任何恩典。基督才是那一位配得榮耀與尊貴的主，但祂卻捨棄這一切，痛苦地死在我們本



應承受的十字架上。如今，我們是靠著祂的公義來度過每天的生活，但這並不代表我們比以前更配得到神的恩典，我們之所以能蒙神赦免、稱義和接納成為祂的兒女，全部都是因為基督的緣故。

弗來福最後也提出一項類似的警告。我們通常會期待自己能夠解釋所有事情，好確定神到底有沒有在我們生活中動工。他告誡我們不要「太過好奇地探究護理的奧秘，也不要用膚淺的理由來驕傲地論斷和譴責神對護理的安排。」我們必須謹慎理解一件事，那就是我們跟創世記的約瑟或詩篇七十三篇的亞薩一樣，可能無法在當下看清神護理之工的意義，而是要一直等到後來（有時甚至要等到永生）才會明白這些作為的意義。

默想護理的好處

大家都知道對許多憂鬱和焦慮的人來說，失眠是他們普遍都有的問題。而弗來福對此問題提出一個困難但卻是必要的改善方法。他提議我們暫時脫離生活中的匆忙和紛擾，「獨自坐著默想神的作為，並且把神在護理中的奇妙彰顯，烙印在我們心裡。」如果這樣做，我們將發現默想會讓神的護理佔據我們的心靈深處，而我們就可以經歷詩人所說的：「我必安然躺下睡覺，因為獨有你耶和華使我安然居住。」（詩四8）詩人表明一件事，他不容許自己對生活中大小事件的懼怕來剝奪他「內在的平靜，也不

容許那令他焦慮的不祥預感來折磨自己的思想」。當我們越瞭解神掌管一切，我們就越能夠把問題交託給祂，而非與這些問題糾纏不休，誤以為只要在心中重複演練各種情況，最後就能將問題納入自己的控制之下。我們可能需要經過不斷地掙扎，才能自然而然地做到這一點，但這種掙扎的過程絕對是有價值的。記得有時候我建議別人寫下他們長久以來的焦慮，要他們現在先把這個焦慮交在神的手中，等晚一點再回頭來面對他們自己的問題。這種簡單的技巧並非每次都會奏效，但有時的確能幫助別人專心做其他必要的工作，甚至是包括睡覺。當他們再回頭來思考自己的問題時，即使這些問題還是跟以前一樣難以解決，但其實他們已經緩慢地走在正軌上，學習把自己無法掌控的事情交託給神。

弗來福繼續提到，神的護理中有幾件事可以把基督徒的心思，提昇到「在爭戰中仍有平安」的階段。首先是「護理的至高權威及其無法阻擋的大能正在運作」，亦即全能的神將會完成祂的計畫，沒有任何受造物可以阻擋祂。既然如此，我們之所以能擁有平安，是因為知道神掌管一切，祂的護理正在動工。所以不管是獨裁者、惡人或敗壞的政府官員，最終都無法掌控我的生命，只有神才能做到這一點。其次就是「神用深不可測的智慧來護理一切，這護理會為了神的子民而運作。那些充滿眼睛的輪子（結一18），就代表有一位聰明又有智慧的神正



坐著統管世上的事務。」神不但是惟一全能的神，祂也是全知全智的神。最後，弗來福指出當我們過去還是與神為敵時，祂就已經看顧我們了；在我們還不知道要尋找祂的時候，祂就已施恩憐憫我們，並招聚我們到祂面前！這讓我們想到詩歌《奇異恩典》的作者——約翰·牛頓（John Newton）的生平。想起神如何帶領他經過放蕩、瀕臨死亡、直接參與奴隸販賣的歲月，而最終成為福音的使者，並且成為神用來幫助威伯福斯（William Wilberforce）的器皿，使他所領導的運動最後得以廢除大英帝國的奴隸制度。

應用護理的教義

弗來福在寫作這本書的同時，已經多方面地應用護理的教義，或許這可以解釋為什麼這個段落是全書三大部份中最短的一段。這一段比較像是結論，再次鼓勵他的讀者不只是生活在神的護理之工當中，還要主動思考反省生活中的護理作為。「正如我們之前所提到的，如果神為你成就了一切，那麼你在世上的一切遭遇都會有祂的同在，不論這同在是以成功舒適的面貌呈現，或是以艱難困苦的方式出現。」

護理在日常生活中的應用很廣泛。弗來福曾經提到禱告和護理之間的關聯，另外他也指出護理和一個經常被問到的問題有關：「神對我目前的情況有什麼旨意？」在

尋求神的旨意上，弗來福會提出以下幾項規則：

第一，我們應當誠心敬畏神，「真正要擔心的是得罪神，祂必會對這樣的人顯示自己的心意（參詩廿五14）」。

第二，多一點研讀聖經，少一點掛念這個世界。

第三，把我們所知道的真理實踐在日常生活中（參約七17）。

第四，祈求神帶領我們的腳步（參拉八21）。

最後，「順服與聖經內容一致的護理」。

弗來福強調的這幾點提醒我們，若基督徒想要明白神的帶領，卻不知道如何使用聖經，這是非常危險的。今天有太多人透過個人的感覺、有關神的「特殊」經歷、「神秘的」知識等等來尋求神的帶領，殊不知神的帶領是以祂所啟示的話語為基礎，而且神是透過祂的話語來帶領我們。

弗來福在最後短短一章，也提到現代人常用來幫助受輔者的一種工具，即鼓勵他們寫日記。但弗來福對寫日記的看法，遠超過現代輔導使用日記的方法。他特別鼓勵我們記下生活中「如何經驗到神的護理」。

有一帖妙方能夠使他們的心靈抵抗無神論思想的傳播，並且比其他許多辯論更能滿足他們，這妙方就是「耶和華是神！耶和華是神！」（王上十八39）寫下值得記念的事情，可以保護我們免受無神論的危害；除此之外，這



些記錄還能夠在我們死後幫助別人。你無法帶著你在世上的所有財富回到天家，卻可以留下這些美好的遺產給在世的朋友。

我認為傅格森可說是清教徒牧師的現代典範，除了引用他對這本書的註解，我實在是想不出更適當的方式來結束這一章。弗格森是一位神學家和學者，但他也是一位好牧者，他用淺顯易懂的方法來教導深奧的真理，好幫助別人得以成長。我很感謝他對《神奧秘的護理》一書所作的演講，這篇演講促使我去讀這本適用於任何時代的好書。弗格森在如何應用這本書的結論中，大聲且清楚的說出一些合乎聖經的原則，這些原則是今日基督徒迫切需要聆聽的，而且也跟任何輔導事工有直接的關聯：

- 神掌控屬於祂的宇宙。
- 神正在實施祂完美的計畫。
- 神不是我的僕人。
- 神的道路比我所能想的更加深奧奇妙。
- 神是無論何時都是美善的；我每時每刻都能夠信靠祂。
- 神的時間表跟我的不一樣。
- 神關切我變成什麼樣的人，更勝於關切我做了什麼事。
- 基督教的福音並沒有應許我們可以免除苦難。
- 受苦是基督徒生命中不可或缺的部份。

- 神會藉由苦難來行事，為要實現祂在我身上的旨意。
- 神的計畫——不是我的計畫——才能夠榮耀祂自己。
- 神使我透過祂的話語來察覺祂的護理，並藉此來帶領我。
- 沿著神所安排的奇妙道路而行，可以說是我最大的喜樂。^{註6}

.....
註6 Ferguson, 'The Mystery of Providence' in *The Devoted Life – An Invitation to the Puritan Classics* (Downers Grove: InterVarsity Press, 2004), 222-3.



3



焦慮與不滿 知足才是對策^{註1}

在現今這個世界，大家只要想到往後的日子（更別說是想到即將到來的明天了），普遍就會產生不安、不滿、恐懼、甚至是絕望的感覺。有許多基督徒（還有非基督徒），很明顯都不太了解什麼叫作知足。大多數人都知道什麼是比較平靜或快樂的時光，但他們的生活幾乎一致缺乏深遠又長久的滿足感。這種情形在輔導的過程中更加明顯，例如當人們陷入婚姻的掙扎之中，發現婚姻無法帶來他們想像中的滿足時，或是當人們面對悲劇和憂傷的打擊，而開始懷疑活在世上的目的和價值時，我們就可清楚地看見人們不知何謂滿足。即使是對接受基督為救主的信徒而言，他們有時也很難在困苦時期或看似無聊乏味的時刻裡，找到可以讓自己安身立命的根基或支

.....
註1 除非特別註明，這章的一切引述都出自巴羅夫的著作《稀世珍寶—基督徒知足的秘訣》（*The Rare Jewel of Christian Contentment*）一書，此書在2005年由Banner of Truth Trust出版社再次出版。（譯註：本章對此書的中文引述，基本上以改革宗出版社在2010年出版的中譯本為主。）



柱。「認識基督」這件事本身，並不會自動導致一個人的生命因委身於基督而感到滿足。

耶利米·巴羅夫（Jeremiah Burroughs，1599-1646）自己的人生旅程經歷許多動亂，而且也跟他所教導、牧養的會眾一同走過許多不安的歲月。自從在劍橋大學畢業後，他被迫逃往荷蘭的鹿特丹，躲避查理一世時期的逼迫，還有來自大主教勞德對不服從英國國教之牧者的迫害。他在那裡擔任英國信徒的教師長達四年之久，跟布里居（William Bridge；參第七章）一起配搭服事。直到長期國會（Long Parliament）開始改革，被驅逐的時期終於結束，他才回到英國倫敦擔任士得利（Stepney）和克里波門（Cripplegate）這兩間教會的「福音傳道人」（Gospel preacher）。巴羅夫曾受邀參與西敏神學會議，雖然他在這件工作完成之前就離世了。由於在逼迫時期擔任傳道人，他能夠同時以個人和牧者的身份，來瞭解人們所經歷的掙扎，而且也明白人們在面對充滿不確定和危險的未來時，心中會產生的疑問。他曾體驗過離鄉背井的痛苦，也非常渴望回到祖國和親友身邊，這種遭到驅逐的際遇，使他更深入明白「知足」這項真理的重要性。巴羅夫在被逐期間服事周圍的人時，也必然會關心那些還待在國內的人，盼望看到他們能擁有敬拜神的自由，並且能遠離當時的神學爭論，而在靈命上有所成長。巴羅夫的一生確實充滿動盪不安，他的經歷使他擁有獨特的資格來解說

有關知足的主題。《稀世珍寶》在他英年早逝後兩年才出版，後人將他的一些講章收集成這本書。對現代讀者而言，這本書是一件珍寶，描述一位教牧神學家如何將聖經真理實際地應用在生活中，他曾與會眾共同經歷混亂的時代，並且一路帶領他們，直到他們成為成熟的基督徒。

「無論在什麼景況都可以知足是一門偉大的藝術，是屬靈的奧秘，是需要學習的，像是要弄懂一個奧秘一樣」。這是巴羅夫一開始給基督徒的勸告。知足是一項奧秘，就像信心也有其奧秘一樣。當我們認識和相信神時，我們無法完全證明祂的存在，因此信心就成為我們的堡壘，我們相信那看不見又摸不著的神：「信就是所望之事的實底，是未見之事的確據。」（來十一1）知足是需要學習、經歷且實踐的功課，它是一門「藝術」。基督徒在信主後不會自動就變成一個知足的人，我們大部分是在經歷試煉和犯罪跌倒的時候，才有機會去學習知足這門藝術。在西方的基督教會，那些陷入掙扎的基督徒太常去找一些快速的解決辦法，像是：「邁向成功的十個步驟」，或是為自己的問題找出解釋或貼上標籤，而這一切都是為了能夠快點鬆一口氣。我們唯有在基督裡面才能發現知足，但既然知足是一門藝術，我們就必須在面對問題時親自去經歷、學習和運用知足，並以知足為目標遠勝過解決問題。

強調知足是一項「奧秘」可促使我們回過頭去看神



如何動工，並且幫助我們捨棄那些較機械式的方法（例如遵循十個合理的步驟！）——那是人自己發明用來解決問題的方法。詹姆斯·培頓（James Payton, Jr.）注意到，儘管所有基督教傳統都肯定奧秘的概念，但現代福音派卻把奧秘當成「尚待解答」之事，跟東正教的主張形成對比。東正教認為「我們需要頌揚奧秘，而不是解答奧秘。在東正教的傳統中，奧秘會引發驚嘆、靜默和讚美，而不是解釋。」^{註2}

這裡並不是說我們不需要尋求有關知足的知識和智慧，巴羅夫本人也在整本書中提供相關的資訊。但一開始，我們必須小心避免把尋求知足簡化成某種刻板公式，或是某種簡單的三個步驟，以為只要照著做就能在每天的生活中得到平安。當哀嘆詩（例如：詩篇第三、十、十三篇和其他許多篇）的作者表達他們的苦情，甚至懷疑神是否在他們生命中動工時，就是在描述這種尋求知足的過程。但是只有當他們走過那些疑惑之後，他們才能夠在下次經歷到更深的痛苦時，繼續地尋求神和發覺神的同在。這是我們需要學習的功課，而且不只是學一次而已，知足是信徒在生活中需要不斷學習的一種過程（請注意大衛一再用哀嘆詩表達同樣的主題，即神是否會保護他遠離仇敵的攻擊；大衛不是只在一篇詩篇中表達他的掙扎而已，他乃是在人生中再三地陷入這種懷疑神的掙扎裡）。知足

.....
註2 James R. Payton, Jr., Interview, *IVP Academic Alert*, vol. 16, no.2, Spring 2007, 3.

也是一種奧秘，我們可以再次用哀嘆詩來說明這點。通常在輔導的過程中，我會引導別人把哀嘆詩當成榜樣，以「有話直說的態度」來學習度過他們對神的懷疑、憤怒或失望。他們讀完一些詩篇後，都會異口同聲地問道：「好吧！首先我該怎麼做？第一個步驟是什麼？」當然，這些詩篇沒有提供簡化的步驟（這是現代流行的輔導和心理學書籍常有的現象，習慣把複雜的過程簡化為簡易的步驟，但通常都不管用）。我總是會做出同樣的回答：根本沒有可以一步登天的步驟，我們只能研究大衛和亞薩的反應，並藉這個過程來調整自己跟神之間的關係。^{註3} 這也反映了巴羅夫（還有東正教神學）所提到的「奧秘」成份。我們之所以能夠在某種程度上看見神在現今的作為，還有認識祂的本性，乃是因為神已經透過祂的話語和基督來向我們啟示祂自己。但我們還是有不明白的地方，對我們而言，總是會有一些奧秘的成份存在。而知足就是其中一種奧秘。一個人在最糟糕的景況中，怎麼還能保持心滿意足呢？我們或許可以引用保羅在監獄裡說的話來說明這點：「我無論在什麼景況都可以知足，這是我已經學會了」（腓四11），但我們還是無法完全解釋這是怎麼一回事，因為這是神在一個人生命中的作為，而不單純只是一套可供人遵循的信念或行為準則。

.....
註3 感謝朗文博士（Dr. Tremper Longman III）的演講，還有他和阿連德（Dan Allender）合著的《靈魂的呼喊》（*The Cry of the Soul*），讓我有這些看見；另外也可參閱卡德（Michael Card）的《神聖的憂傷》（*A Sacred Sorrow*）。



對知足的描述

我對知足的描述是：基督徒的知足是甜美的、內在的、安靜的、恩典滿盈的心靈狀態；對於神出於智慧與父親般的安排，在任何情況下都會順服和感到喜樂。……不但是舌頭不出聲，心靈也必須安靜下來。許多人或許安靜坐著，卻是壓抑著內心的不滿。他們心中重重糾葛、紛亂不安。

巴羅夫很有智慧地迴避給知足下一個定義，反而嘗試描述一個在神面前體會到知足的人，會有什麼明顯的跡象和態度。巴羅夫在書中闡述一段有力的重點後，就把讀者的注意力從外在的行為轉移到內心，也就是能看出一個人是否知足的地方。許多基督徒都下定決心要表達出外表的滿足，他們可能會說：「我對神感到心滿意足，而我也相信祂最能明白我現在生活中的慘狀」，但其實他們內心卻有著與外表不協調的強烈掙扎。他們常常在無意間被引誘去跟隨禁慾主義者對人生的態度，也就是在外表上給人一種平靜與接受現況的感覺，但其實內心卻充斥著不敢表達出來的慌亂不安。再加上一般人都以為基督徒不會沮喪、焦慮或生氣，所以信徒通常會努力維持「表裡如一」的形象給別人看，結果就很容易導致這種外表風平浪靜，但內心卻暗潮洶湧的情況。這種禁慾主義的哲學思想，確實普遍存在於福音派教會的教導裡，但許多人卻不知道自己正在傳遞和實踐這種思想。

許多接受輔導的人常感覺自己是失敗者，因為他們就是沒辦法「逆來順受地繼續生活」。若這種情況持續下去，他們內心的慌亂不但沒有辦法得到正視，而且也喪失了一個成長的機會，因為發生在他們身上的情況，正是為了要幫助他們在試煉中學會真正的知足。雖然受輔者討厭自己正在面對的困境，而我也不希望同樣的事發生在自己身上；但我仍會不斷提醒受輔者，他們確實從神那裡得到一個獨特的機會，而這可能是其他信徒所無法經歷到的。這些受輔者通常已在掙扎過程中領悟到一個事實，那就是他們無法掌控整個局面，無法靠自己的力量勝過眼前的困境，所以他們知道自己必須要向神求助。許多基督徒看似無憂無慮地任意而行，卻不明白他們只是倚賴自己的力量和智慧，還自以為可以操控周遭的情勢。而陷入掙扎的人則不再自我欺騙，他們有機會可以更深入地認識自己，而當他們這麼做的時候，他們就會對神有更深厚的認識和信靠。雖然這可能不是他們希望碰到的事，但是人的內心若缺乏聖經所說的知足，只會帶來更糟糕的後果。巴羅夫用一個強烈的字眼來形容這種後果：「異常的混亂」（a perverse disorder），而這種混亂通常是周圍的人看不出來的。

知足是心靈的安靜狀態。安靜的心靈與平和地將我們的嘆息和苦情對神、對朋友訴說，兩者之間並沒有抵觸。雖說基督徒在神管教的手下當靜默無聲，但仍可向



神適當的訴苦卻不致損及基督徒的知足。……同理，基督徒可以將他難過的心情和悲慘的處境，向主內弟兄姊妹訴說，陳述神如何對待他，困苦和重擔又是如何壓在他肩上，讓弟兄姊妹可以適時地說句話，安慰他疲憊的心靈。

哀嘆詩的作者或約伯曾經對神（甚至是對其他信徒）表達他們的懷疑和抱怨，而對巴羅夫而言，這些記載都可以當成信徒真誠尋求知足的例子。這些作者不僅是表達懷疑和抱怨而已（這是在曠野發怨言的百姓被定罪的部分原因），他們的目的更是為了聽聽看神如何回應他們的疑惑和掙扎，好繼續持守對神的信心。這種掙扎的過程不但不會使他們放棄追求知足，反而會成為他們尋獲知足的重要關鍵。連基督也曾在客西馬尼園表達出這種掙扎（參太廿六36-46），祂知道神的憤怒之杯將讓祂在身體、情感和靈魂方面都承受極大的苦楚，祂一連三次地求問神：我一定要喝這憤怒之杯嗎？是否有其他的替代方案？基督一生都對神的旨意感到知足，但祂不是透過外表上的逆來順受來尋求知足，而是在這掙扎的時刻呈現祂人性化的一面，透過向神詢問是否有替代方案（更容易走的路！）來達到知足。基督知道既然沒有其他方法，祂就繼續保持知足，因祂明白苦難是神計畫的一部分，為要透過祂的犧牲來拯救罪人，而且也確知神會在祂受苦之時與祂同在。

雖然有以上的解釋，我們仍難以領略什麼是巴羅夫所說的：「知足是心靈的安靜狀態」。不過，他使用清教

徒特有的講道和寫作形式，列舉出跟安靜的心靈背道而馳的情況，這會幫助我們更加明白他的意思。「到底有哪些事與在主裡知足安靜的心相抵觸呢？**安靜的心不會在神的管教中怨天尤人、滿腹牢騷。**」他要我們再次注意聖經哀嘆詩的作者（大衛、耶利米、約伯），以及在曠野流浪時期發牢騷而被神毀滅的以色列百姓，看看這二者之間有什麼差異。最主要的差別應該是，當哀嘆詩的作者向神陳述自己的抱怨時，他們到最後就好像是在問：「神啊，難道你不是信實的神嗎？」相較於那些發怨言的百姓，他們的陳述則是以驚嘆的口吻作為結束：「神啊，你實在不是信實的神！」對前者而言，他們心中有不安、困惑、甚至是憤怒，但他們仍覺得神無論如何會回應並撫平這些混亂的情緒。換句話說，他們雖然對神「有話直說」，但卻是真心地尋求神。而對後者而言，他們根本就不期待神會回應他們，也沒有誠意要聽祂所說的話；他們心中早已有了定見，並擺出一副「別用事實來說服我」的固執態度。第二個重大的差異是，哀嘆詩的作者把自己的掙扎清楚地帶到神面前，而這些發怨言的百姓根本就不是真的要跟神說話，他們只是要跟身旁的人訴說神的不是。因此，巴羅夫形容這些發怨言的百姓只是在發神的「牢騷」，而非真心誠意地想跟神對話。

第二點，「**安靜的心靈**」不會有「**比發牢騷更嚴重的煩躁苦惱**」。巴羅夫在此認為憂慮、懼怕比較像是外



邦人的表現，而不是信徒的正常表現，因為「這都是外邦人所求的，你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。」（太六32）馬太在寫到這段關於憂慮的經文時，心裡瞭解不信的外邦人常常掛念著食物、衣服和住處，因為他們每天忙碌追求的，就是在這些食衣住行方面找到一份安全感。但其結果卻是永遠也得不到滿足。馬太鼓勵信徒不要活得像外邦人一樣，而且要表明自己信靠神，祂會按照自己的方法和時間來供應我們一切所需。巴羅夫也認為焦慮的核心本質，就是人的不知滿足，因為知足的人即使在目前沒有看見神在物質上的明顯供應，也仍然樂意信靠神。人們生活中的焦慮、擔憂和懼怕可能會以各種不同的面貌呈現出來，但隱藏在其複雜外貌底下的核心要素，乃是覺得人不可以完全地信靠神，而是人自己需要拼命地擔憂和掛慮，才能夠確保事情順利進行。當然，人的焦慮不會使事情順利進行，它只會逐漸惡化並帶來更多焦慮，而導致個人生命中的惡性循環。對巴羅夫而言，第一步應該是承認焦慮反映出人心對神的掙扎，代表我們無法真正地信靠神，也無法對祂允許發生在我們生活中的一切事物感到知足。

第三點，安靜的心不會「喧嚷翻騰、思緒雜亂、行事漫無章法」。凡是追求知足的人，有可能會出現許多情緒上的掙扎（正如聖經哀嘆詩裡的描述），但他們會專心尋求神的引導和安慰，而非漫無目標地在錯誤的地方尋

索滿足和平安。

第四點，安靜的心不是「心靈動盪不安、注意力渙散，顧不到神要求我們在各種關係中應盡的責任，包括與神、與自己和他人的關係」。我們再回頭看看馬太福音六章33節：「你們要先求祂的國和祂的義，這些東西（食物、衣服和住處）都要加給你們了。」知足不一定代表我們對每件事都有答案，也不是指我們完全不會有內心的掙扎或情緒。但知足的人即使是處在掙扎當中，也會堅定持續地事奉神及推展祂的國度，而不會容許這些困難來分散他的注意力，使他轉而追求「單顧自己」的解決之道。所以說，當一個人的配偶考慮要離婚時，他（她）必須先追求能夠按照聖經來愛神和祂的國度，不是為了挽救而急忙做出一連串的承諾，保證自己會做這個或做那個，或是答應要帶配偶去度假、送給配偶特別的禮物，更不是以為只要生一個小孩就能挽救婚姻。

第五點，安靜的心不會有「使人分心、喪志的掛慮」。知足的人不會看重自己的害怕和擔憂，而是尋求看見神的大能、憐憫和恩典。我們是否明白神要如何回應我們的處境？不，我們無法明白！但我們可以從神在聖經中的歷史作為來認識祂嗎？是的，我們可以！知足就是把注意力從日常生活的煩惱和憂慮，轉移到神過去在聖經中的作為和祂對將來的應許。這也是聖餐被當作紀念儀式的功用之一，聖餐可促使我們花一些時間再次回想神在過去



的作為，尤其是回想基督透過受死和復活所完成的救贖，以及思想神對未來的應許，祂在最終會完滿地成就此十架大工在每個信徒生命中的果效，也就是帶領我們進入祂的天國。除了聖餐，聖經裡還有其他許多值得省思的事件，而我們應當不斷從這些事件中得著提醒，不要去注意日常生活中的煩惱和沮喪，而是要去回想神在那些極度令人沮喪的聖經事件中，已彰顯祂是一位怎樣的神。神在那些陷入特定掙扎的人當中會如何動工？我們可能無從得知這個問題的答案，但我們可以從祂的本性、從祂過去的作為和祂的應許而得知，祂必定會根據這些人的最終益處來動工。此外，神應許一切受造之物都不能使我們與祂的愛隔絕（參羅八28-39）。沒有任何問題或掙扎是神無能為力的，所以也沒有任何掙扎可以打破我們跟祂之間的關係，這關係乃是神為了我們的益處而透過基督的救贖之工所建立的。

第六點，安靜的心不會「為了減輕痛苦、得到幫助，就以罪惡的方式來挪移和逃避困境。當掃羅等不及撒母耳到來就先獻祭，以及當他去找隱多珥的女巫時，就是犯了這樣的罪」。巴羅夫非常清楚，人討厭得不到滿足，他們會想盡辦法來除去這種得不到滿足的感覺。問題就出在人是用什麼方法來達到這個目標。掃羅王試圖透過女巫的算命來預知未來，並藉此除掉心中的不滿足（即他對即將開戰會有什麼結果感到懼怕）。今天有些人使用藥

物、酒精或其他令人上癮的方式，來試著除去心中不滿足的感覺。也有人利用人際關係、事業上的成功或其他許多方法，來企圖掩飾他們內心的不滿足。但是這些都跟找到真正的知足大不相同，因為這些方法使人遠離了聖經的教導，只是用各種「毒品」來讓自己暫時好過一點，卻不曾真正地處理他們內心感受到的混亂。這個充斥著各種「毒品」和相對價值觀的社會，不斷刺激人們去瘋狂追求那些「保證」能滿足人心的事物，卻不管那些事物是否能夠真正滿足人心。廣告界最能說明這種現象！通常廣告就是要挑逗不滿足的感覺（或千方百計製造這種感覺！）以便能夠賣出商品。當然，有些商品確實有其價值，但其他更多商品若不是可有可無，就是要欺騙消費者（例如販賣減肥藥的節目主持人信誓旦旦地保證，你無須作出任何改變就可以將脂肪燃燒掉，你就會對身材更有自信！）。知足是無法輕易獲得的，而且若非透過跟神之間的關係，我們根本就不可能達到知足。

最後一點，安靜的心不會「心裡有一股故意跟神唱反調的衝動」。這種跟神唱反調的態度，代表人根本就不想透過跟神之間的關係來獲得知足，而是拒絕祂，想靠自己的力量和方法來得到滿足，說穿了就是自己想成為神。

巴羅夫在一開始的描述中，提到靈命的知足是來自「靈魂的狀態。無論男女，人的知足是出自內心的性格，



大過於來自外在的理由或幫助；是內在的性情引發、帶出滿有恩典的知足，而不是靠任何外在的事物。」我們無法藉由外在的對象、外在的追求、外在的關係或外在的討論而找到知足。知足是關乎人內心的事情，例如：我們信任的對象是誰？當我們在面對衝突與懷疑時，我們所相信的是什麼？巴羅夫並非暗示神不會使用其他事物來幫助我們得到內在的知足，畢竟他的這些講章就是要幫人得到知足（這也是將他的講章集結出書之人的用意）；他只是要強調知足是發自人的內心，然後才會透過外在的行為呈現出來。

此外，若一個人真的擁有知足的心，那麼他的知足也會表現在他的外在生活上，而且不只是表現在單一事件上或保持一段期間而已，知足會是他的生活習慣之一，「知足不是一時的反應，僅在好心情下才会有。你會發現有些人只在心情好的時候才能平靜安穩，但又維持不了多久。因那不是他們慣常的傾向，也不是他們心靈裡穩定的狀態，能讓他們在患難之中，仍保有聖潔和恩典。」他進一步注意到「有些人天生就是比較安靜、穩定」，但這跟知足不一樣。知足不是一種性格特質而已，它是一種我們需要學習與成長才能達到的心靈狀態。知足也不僅是「堅毅的決心，無論遭遇何事都能處變不驚，不像別人那樣不安」而已。

巴羅夫也注意到，知足不只是靠著理性來解釋自己

所面對的事件和情況，並使人在這些解釋裡面找到慰藉。外表的滿足有可能是騙人的，無法準確地反映出這個人的內心。在輔導的過程中，一個在外表上看似鎮靜和情緒穩定的人，很容易讓我們看走眼。有時候，這樣的人的確是擁有成熟的靈命，而且內心也對神擁有基本的信靠與委身。但在其他時候，他們的鎮靜只是反映出巴羅夫所提到的這些徵兆罷了，而我們需要鼓勵他們看見真正合乎聖經的知足到底有何不同。否則，這些處在膚淺靈命景況的人，很有可能會提供膚淺的安慰與指引給別人，而且也可能會在大難臨頭時，發現自己根本毫無招架之力。

按照清教徒典型的講道風格，巴羅夫對知足所作的初步描述才剛剛開始而已呢！「知足是自由地順服且喜悅神的安排，並且是出於心靈的自由行動」，他接著從四方面來解釋這種心靈的自由：

知足的心會有即刻的回應。若一個人能自由地去做一件事，他就不需要人費盡力氣才能使他去做那件事。許多人遭受極重的患難時，或許要費一番工夫才能帶他們到知足的境地，也許最後他們終於能在患難中安靜他們的心，但卻一點也不自由，而是有著很多的麻煩。

這些話點出先前提到的觀念，也就是被迫接受現況並不等於知足，而比較像是被動地屈服於某件他們自覺無法改變的事。巴羅夫挑戰這種膚淺的靈命，要他們不要只是被動地接受人生中的遭遇，而是要主動地選擇把這些遭



遇看成是神的作為，可在現今和未來幫助我們成長。當我們查考約瑟的一生時（創世記三十七章到五十章），就會看到雖然約瑟知道神對他的生命有一個計畫，但大多數時間他仍是在黑暗中摸索，不明白這計畫要如何實現。從他被哥哥們賣作奴隸開始，到他最後被高升到埃及帝國的第二高位，這中間有長達十三年的時間。但聖經記錄他在這段時間內，如何主動地服事神和別人（他是愛神、愛人的美好榜樣之一；參太廿二37-40），不論遇到什麼景況都能安然自處。實際上，他選擇把這些環境都看成是神所安排的（這可從他稍後對兄長所說的話得到證實；參創四十五5-8，五十15-21）。

知足是自由的，不受約束，也並非被迫之下的忍耐。許多人會說，你必須知足：「這事出於神，你沒辦法的。」但這對於基督徒來說是太粗淺的說法。

知足不只是逆來順受地接受眼前的困境，而是欣然承認神對我們的生命有一個更偉大的計畫。神本身遠大過任何的罪惡或困難，所以我們可以超越「無奈地接受」的層次，而在我們的處境中歡喜快樂（請再次思想約瑟的例子，還有當保羅被監禁在羅馬監獄時，他仍然在整本腓立比書中一直強調喜樂）。

自由和愚昧無知完全相反。人可能因為愚昧無知而滿足，這不叫自由；就像一個癱瘓的病人，你掐他，他也不覺得痛，那是病態的自由。

無知並不等於知足；無知只是代表一個人不知道目前正在發生什麼事情。無知的人在外表上可能會表現得跟靈命成熟的人一樣，但這終究只是虛假的表象。當輔導員或其他人想幫助陷入掙扎的人時，很可能犯下這個錯誤，誤以為人們的外在行為可以反映出他們內心對事情的理解。如此一來，會讓求助者在未來遇到更嚴重的危機，因為他們可能只是按照別人的指示去做，卻不了解這些指示有什麼意義，於是就無法打好根基，以知足來度過將來生活上的挑戰和難題。歸納以上所說的，知足的人必定會主動地選擇順服神的安排，不管神帶領或容許什麼事情發生在他們生命中，他們都相信神為了叫他們得著最終益處，而使萬事（包括罪惡和悲劇）互相效力（參羅八28-30）。勉強的知足比較像是法院規定要執行的輔導，很少會產生長遠的影響。因為這樣的人並不是打從心底接受事實的真相，也不願意勇敢地面對這些真相，他們反倒會有一種被強迫的感覺，並且只會為了緩和或逃避現況而有所回應。結果，他們可能會做出立即和表面上的順從，但實際上卻沒有長期的改變或裝備，好使他們在未來可以作出不一樣的選擇。

知足是自由地順服且喜悅神的安排。或許有些人會像大衛那樣說：「我受苦是於我有益」，但你必須來到：「我現在受苦是於我有益」，不是等看到苦難結出美好的果子以後才說，而是當你正在患難中時就要說：「我受苦



是於我有益；無論受什麼苦，靠著神的憐憫，我所受的苦是好的。」

如果我們每次都需要回頭看見神確實在動工之後，才能宣告自己對神的信靠和滿足，那麼我們就還沒有達到真正的知足。相反地，知足的人能夠在患難當中表明自己相信神的美善和護理之工，即使他看不清楚神如何動工，也不知道祂何時會採取行動。這種發自內心深處的信念說明了真正的知足。如果每件事都是建立在明顯可見的證據上，那我們就不再需要信心了。知足和信心是分不開的，這也是巴羅夫在書中費盡心力要證明的事。如果我們不相信一位已經完全證明祂了自己的神（雖然我們在現今無法清楚地看見祂，但這正是信心的功用所在），我們就永遠不會懂得知足。這墮落的世界是一個充滿危險、痛苦、疾病和災害的瘋狂世界。不論在任何時刻，相信一位至高無上的神並因祂而感到知足，看起來都像是不理智的行為。這就是為什麼保羅提到：「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。」（腓四7）這是一種超自然的平安，不是因為外在環境順遂而有的「自然的」或「正常的」平安，而是從神而來並進入信徒內心的平安。

找到知足

「基督徒要知足不是靠除去重擔，而是加增重擔。」

心裡罪惡的擔子愈重，困苦的擔子就愈輕，你也就能知足了。」如果讀者以為巴羅夫會把事情簡化，並提出一個找到知足的良好公式，就會再次感到失望。但這種失望是要提醒我們，不要用錯誤的方式，來說服自己找到了知足。不但如此，這種失望反而會引領我們找到那能長久支持我們走下去的知足。他承認自己提到靠增加重擔——而不是減輕重擔——就可以得到知足，對許多人來說實在是一種瘋狂的想法！受輔者最不想聽到的建議就是增加重擔。畢竟這些人已經身負重擔，一心尋求減輕、移除重擔，或至少是找人一起分擔他們的重擔！但是像「我們都是好人」這一類人文主義式的說法，並不能幫助人們獲得解脫或得著更大的成長。我們必須認清自己內心的詭詐，其中一項詭詐就是認為「我們都是偶爾犯錯的好人」，然後我們才能得著解脫與成長。我們必須先看見自己是需要恩典的罪人，然後才能夠發現基督所賜的力量和公義，並且靠祂的力量和公義來戰勝罪惡，愛那不可愛的人，以及在「得不到滿足」的環境下堅持下去。若沒有認清我們的本質，並以此來對抗這個迷惑人的說法（即「我們都是偶爾犯錯的好人」），我們就永遠也不可能達到知足。

例如：一直把自己看成是受害者的人，會開始被動地接納自己的環境，甚至會在某種程度上認為，自己已經平靜地接受「命運的安排」。然而這種表面上的平靜，是建立在「認為自己是沒有犯下滔天大罪的好人」的基礎



上。他們有時可能真的是受害者（這是一個值得我們正視的悲劇），但當他們把自己的身分定位成受害者時，並不代表他們已經懂得知足，而只不過是一種差勁的替代性作法而已。他們會對「命運的安排」或「必須背負的十字架」感到一種虛假的平安，而強迫自己去經歷其實並不存在的受害。相反地，巴羅夫要我們避免只看外在的環境和我們對環境的反應，而是去學習瞭解自己在神面前的地位，明白我們是在基督裡才得以成聖的罪人，並且明白成聖是因著基督的力量，而不是靠我們自己的能力。這裡所說的增加重擔，就是發現自己其實沒有想像中那麼良善，並承認我們只有在基督裡才有可能變為良善。如此一來，我們就會對其他所有重擔有所改觀了。

立志遵循聖經教導的輔導員，常被指責過分地把生活中的大小問題簡化為罪。當然，假若輔導員沒有充分「聆聽」受輔者（參雅一19），沒有在開口前就真正瞭解他們的問題，那麼，這種指控就具有某種程度的真實性。另外，輔導員也有可能搞不清楚「一個人因自己所犯的罪而受苦」和「因為別人犯罪而受苦」或「生活在這個墮落世界的影響之下」（例如：心愛的人被酒醉駕車的人撞死，或是沒有什麼不良習慣卻罹患癌症）這三者之間的差別。然而，在掙扎之人的生活當中，一定至少會出現三點跟罪有關的重要事實。第一點，他們的問題必然會牽涉到罪。如果創世記第三章裡的犯罪墮落事件沒有發生，這個

世界也就不會有任何難題了。罪的存在，不管是我們的罪或其他人的罪，還是由罪所引起的普遍敗壞，都與我們所有的掙扎有某種關連。第二點，巴羅夫正確指出，我們都是罪人，而且也總是有能力在困境中作出有罪的回應。有能力犯罪並不代表我們一定會犯罪，但認識到我們的犯罪能力，反而能夠避免我們對困境作出有罪的反應。第三點，只要有罪出現的地方，那個地方就必定會有補救之道。有關罪的「好消息」是：神已經透過基督在十字架上的死亡而提供了補救之道。對信徒而言，只要認罪悔改，就能從罪中得到赦免和潔淨（參約壹一9）。因此當一個人犯罪時，他總是有機會採取有效的補救方法！巴羅夫不希望我們落入陷阱，以為只要有順遂的外在環境，或移除我們所感受到的重擔，我們就能達到知足。事實上，知足是建立在我們與基督的關係上。我們犯罪與神隔絕才是最沈重的擔子，而基督已經為我們除掉這個重擔。

「體貼肉體的心一味的要除去患難，期待困苦消失就好了！但蒙恩的心卻說：『不！神教過我一個知足的方法，縱使患難常在，我仍能知足。』恩典的大能可轉變苦難為美善，能拔去苦難中的毒刺。」這是在輔導溝通的過程中，最重要的真理之一。輔導的目標不是除去你的問題，而是希望你能在困難掙扎中更深刻地經歷神，並且能夠長成更有基督的樣式。哥林多後書十二章7-11節對此有非常好的描述，保羅為了身體上的軟弱而在神面前掙扎，



因這軟弱妨礙了他服事神的能力。他三次求神除掉這刺，但神三次都拒絕；最後神強調說：「我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全」。換句話說，我們得以變得堅強，不是因為苦難消失不見，而是因為我們在軟弱中意味深長地經歷到神的大能。體驗到神的大能有時確實可以除去我們自身的軟弱，但保羅的例子告訴我們，儘管軟弱仍然存在，這種經歷也可以帶給我們繼續有效地服事神的能力。當我們進入輔導中心或尋求朋友的幫助時，很自然會請他們幫忙除掉我們的沮喪、焦慮或憤怒。然而巴羅夫正確地指出一項更深入的真理，那就是在神裡面尋求知足，才是我們身處掙扎之中的關鍵，而不是單單除去我們所遇到的問題就可以了。我們都想要趕快解決問題，而這就反映出我們有多麼容易想要迴避困難的學習過程，但這過程卻是靈命長大成熟所不可或缺的。

當我們處在困難的環境時，會需要可以安慰自己的事物；那麼問題就來了：我們要如何才能夠心滿意足呢？體貼肉體的心認為：「我必須想辦法滿足自己的需要，否則我根本不可能達到知足。」但蒙恩的心會說：「神把我放在這些環境中，是要我盡什麼本分呢？」我們必須再次強調，重點不是要滿足我們自己所認定的需要，而是注意神在這個處境中指明我需要什麼。現代的心理學文化隱含一個嚴重的問題，他們過於強調：「我必須滿足自己的需要。」但卻沒有區分「欲望」（其中包含合理或不合理的

欲望)和「需要」之間的差別。聖經在多處(例如馬太福音六章33節)明確地表達一個真理：我們唯一真正「需要」的，就是神和祂透過基督所賜下的救恩。除此之外的的一切都被歸類在「欲望」的範疇之內。神會賜下恩典來處理我們未滿足的欲望，但這不是叫我們把欲望當成需要，並且過於草率地強調我們有權要求滿足自己的欲望。許多基督徒輔導員在輔導過程中，出於好意地鼓勵對方去要求別人來滿足自己的需要，卻沒有規勸他們先去追求愛神及愛人，並且在他們自己所認定的需要上，操練捨己的功課。巴羅夫預料到現代會有這種演變，他在書中早已指出，知足不是靠著滿足我們各種需要而達到的。知足跟我們自認為需要什麼無關，而是跟神的供應有關，祂會供應和滿足我們真正的需要，也唯有祂才能正確指出我們的需要是什麼。所以知足是尋求在欲望得不到滿足時繼續信靠神，祈求祂賜下力量，把我們的欲望轉變成更符合聖經的合理欲望，並且在這些合理欲望達不到滿足時，也能夠靠祂的力量而得以知足。

基督徒的知足是，靠著將自己的心意和渴求融入神的旨意之中。知足不是由外添加任何舒適的事物，而是打掃內在。耶柔米(Jerome)說：「領受愛的鞭打之人，就是有福的人。」對於敬畏神、愛神的人來說，神的擊打都是出於慈愛憐憫，神的道路都是充滿憐憫與真理(參詩廿五10)。



尋獲知足的出發點和終點都在我們的內心，而不是在於這個世界或周遭的人身上。

基督和知足

「基督徒就是從別處得著力量，才可以隨處隨在的知足。也就是去到耶穌基督那裡，運用信心仰望基督，讓耶穌基督的能力進到他裡面。」今天有許多基督徒已經陷入道德主義的思想中，以為我們擁有力量和本領去盡自己的本分，所以就開始放手去做這些事。當然，如果我們的目標是合乎聖經的，那麼這種行為的確稱得上是一種道德行為，但是聖經卻嚴重質疑我們是靠什麼力量來做這些事情。運用我們自己的力量是無法克服壞脾氣或酗酒問題的，惟有尋求、倚靠基督和祂的大能才能勝過這些問題。雖然我們有時候靠自己的力量可以獲得相對的成功，因為墮落並沒有全盤瓦解我們的意志力，所以偶爾可以發揮一定程度的功效。但儘管如此，我們的力量仍然無法帶來內心深處的改變（這改變正是巴羅夫所強調的）。事實上，我們要在軟弱中尋求神所賜的能力，才能達到知足的地步。基督在世的生活是對這一點的最佳寫照。既然祂是完美的神和完美的人，那祂就遠比我們更具有屬人的力量；但祂卻為了與神相交團契、求神賜下力量和引導，而始終撥出時間與神獨處。祂在客西馬尼園並沒有採取約翰韋恩或「藍波」（Rambo）式的方法，二話不說就衝上前去，

咬緊牙關並展現自己所有的力量來面對眼前的難題。基督反而是與神摔跤，最後終於得到神親自加添的力量！而在這段時間內，祂期待能夠給祂帶來安慰的那些門徒們反而熟睡不醒。

接著，巴羅夫指出在基督生命中的特殊功課，可以幫助我們找到知足。「捨己的功課……無論對任何人，基督教導知足的第一課就是捨己；捨己帶來知足，捨己使一個人的心柔軟謙卑。」知足不是出於追求我的目標或滿足我的需要，而是出於捨己，也就是轉而尋求專心愛神和愛別人。這麼做的結果就是我們會知道自己實在算不得什麼（參約十五5）。若我們明白自己算不得什麼，也不配得到任何東西，那麼我們就能承受任何事情。「既然真相是我不能做什麼，那如果我沒得到這個或那個，又何必大驚小怪、煩悶而不知足呢？」此外，雖然神已將恩賜與能力賜給我們，但倘若祂之後離開我們（當然，祂曾應許永不離棄信祂的人），這些恩賜和能力就變為空虛無用。更嚴重的是，我們仍然是罪人，以至於「罪的玷污使我們比一無是處更糟。罪使我們卑劣低下，與一切良善背道而馳。」

當我們不注重自己的欲望，並經由捨己轉而尋求神渴望帶給我們什麼時，知足就會自然來到。當我們渴慕神自己本身，而不是渴慕自己所認定的安慰時，就能得著長久的知足。「當你進入基督的學校，祂告訴你說，世間萬



物都是虛空，當你的心靈因著進入基督的學校，藉著認識福音榮耀的奧秘，認清世上萬物都是虛空，從此你就懂得知足了。」

知足是建立在我們對自己和周遭環境的觀點上。知足不是把注意力放在自己身上（例如注意我們的需要或我們在困境中有何感受），而是把目光焦點放在基督身上，「祂因那擺在前面的喜樂，就輕看羞辱，忍受了十字架的苦難，便坐在神寶座的右邊」（來十二2）。基督忍受釘十字架的極度痛苦和折磨，但卻沒有在意自己或折磨祂的人，反倒專心注視十字架所完成的救贖大工，以及祂即將與天父恢復美好的關係。我們都很容易注意自己或環境，想要在其中找到滿足；但巴羅夫提醒我們，這個世界是虛幻的，而且凡是屬於我們、卻不屬於神的，也都是虛幻的，終有一天會過去且消失不見。基督的秘訣就是專注追求那真正屬於神的事物，並且為此而活。基督挑戰馬大要認清自己忙碌於有意義的活動，但「不可少的只有一件」。我們可能像馬大一樣忙著服事神，但卻失去神本身，同時因而失去知足的來源。我們追求財富、健康、享樂，但真正不可缺少的是：我們的罪得赦免、我們與神擁有個人的關係，還有我們的靈魂能因基督的救贖之工而得蒙拯救。我們從這幾方面才能找到永恆的滿足，但我們卻經常去追求短暫的滿足。

或許有關知足的最大問題是：我們總覺得自己缺少

某樣能帶給我們知足的東西！人們常常追求錯誤的事物來滿足生命的需求，而在困境中又時常尋找錯誤的解決方案——「但願這件事沒發生就好了！」、「如果我跟別人結婚就好了！」、「如果我有更多錢就好了！」知足並非來自這一切假想情節的「解決方案」，而是如同馬大所領受的教導：知足是來自認清並跟隨基督的帶領，無論祂要帶我們到哪裡去。神創造宇宙萬物，並且命令我們享受、使用萬物；但萬物的價值和帶給人的樂趣是造物主所賦予的，若離了造物主，它們就一文不值。巴羅夫並沒有反對享樂（許多反對清教徒的文章認為，清教徒不知如何享受神在這世上要賜給我們的樂趣〔例如食物〕。但這是不正確的說法！）。

最後，基督教導說，我們若要知足，就必須明白自己的內心景況。祂在登山寶訓督促我們不要只重視外在的罪，而是要回到人心的動機，也就是在罪惡尚未表現於外在行為上時，先去檢視這個罪惡的發源地。「你必須認識、熟悉自己的心。探索你的心，發現不滿足的原因所在。」

換言之，敵人其實就是我們自己！不知足正反映出我們的心對困難的回應，但這絕對不是我們對困難的必然反應。不知足會透露出我們如何看待與理解自己、我們的世界和我們的神。所以，我們必須省察自己內心的渴望與動機，好對我們的生命產生關鍵性的影響。受輔者時常只



注意自己眼前的、表面上的問題和掙扎。協助他們的最佳方法之一，就是幫助他們探索自己的心為何以目前的方式來回應這些困難。巴羅夫富有洞察力地指出：「認識自己的心就知道怎麼管理。因他們瞭解自己的心，所以知道自己沒辦法管理極大的財富和資產。」認識自己內心的人不是靠擁有某樣東西來達到知足，因為他們知道自己無法適當地管理這樣東西！我常對我的會眾開玩笑說：儘管我認為，若神賜我一百萬美元，我一定能夠善用這筆金錢；但祂還是定意不賜給我這筆錢，因為祂比我更瞭解我的心！這個笑話背後的事實是：我承認神確實比我更認識我自己，所以我應當學習滿足於祂所賜給我的事物，並且有智慧地的運用這些賞賜，而不是因為想要得到更多而永遠不知滿足。就算我真的擁有更多的賞賜，我也未必有能力妥善地運用它們。

不知足的表現

清教徒的著作若沒有從反面來論述主題，就好像顯得不夠完整。巴羅夫在這方面也沒有令人失望，他討論許多有關不知足的表現。在這些論述當中，他提到「抱怨之心的邪惡——抱怨摧毀了你的禱告，因為抱怨跟你向神的禱告是完全背道而馳的。」巴羅夫沒有在這裡打迷糊仗，他特別指出抱怨之心會產生的「惡果」：

抱怨和不知足會浪費許多時間。當人心生不滿時，



便放任思緒奔馳，在不滿的事上左思右想好幾個小時，白白浪費寶貴的時間！

巴羅夫有相當實際的觀察，我們當中有多少人曾有類似的經驗？當我們的計畫不順利時，沮喪便趁虛而入；於是我們開始煩躁抱怨，等到發洩完情緒之後，我們已經浪費許多時間在發牢騷上，或是錯失採取行動的良機。抱怨會模糊我們的焦點，使我們無法專注地盡自己最大的努力來討神喜悅。陷入焦慮的人會不斷經歷這樣的事，他們一直想要避免焦慮，但所做的努力卻是浪費時間且毫無效果，於是他們就在時間的流逝中更加焦慮，結果幾乎沒辦法完成什麼事。

不知足使你不能服事。如果一個人知足，你隨時都可以找他做事，他也隨時都能來到神面前；但若一個人不知足，這人就非常不適合服事神。

不知足使人非常難以做到專心愛神和愛人。除非這人明白知足是建立在他跟神的關係上，以及建立在他對神的認識上，否則他就很難聽從別人的指示來處理自己的問題；而且服事的義務也會成為一種重擔，加深他不滿足的情緒，無法在他提供別人幫助時，帶給他成就感。

不知足使人失去感恩的心。聖經將不知感恩列入重大罪惡之中。因為，他們即便享受神的諸般憐憫，卻毫無感恩之心。這就是其惡劣的本質，削弱了神在他們身上的恩典。

聖經所記載的歷史顯示，我們很容易忘記神在過去的賜福，反而常專注在眼前祂似乎無法拯救我們的「失敗」上。綜觀以色列歷史，他們不斷「忘記」神在過去的作為，並且期待祂現今用更多的作為來證明祂的信實。而且在基督被捕前後的那一段短短的時間內，群眾就從支持基督到轉而離棄祂，十二門徒中只有一位出現在祂釘十字架的現場。聖經裡的眾多紀念舉動的目的之一，就是要促使我們停下來思考、回想神的本性及祂過去的作為，好讓我們在現今的處境可以保持感恩，進而獲得知足的心。

巴羅夫從不知足所產生的邪惡，談到不知足所顯出的愚昧。「不知足剝奪了你現存的幸福。你為了尚未獲得的那部份，而不能享受已經擁有的這部份，這是多麼的愚蠢啊！」這種情況經常發生在憂慮和沮喪的人身上。他們的心思都集中在問題本身和對未知的懼怕上，以至於根本無法享受當下的生活和福份。完美主義者會認為，自己必須藉著達成理想來證明自己的價值，結果反而無法在做得不錯的事上得著滿足，因為他們覺得自己做得還不夠完美！「不知足對你毫無幫助。誰能藉著思慮使自己的身高多長一吋、使一根白髮變黑呢？你僅管去煩惱吧，但這對你一點幫助也沒有。難道你認為，你一抱怨，神的憐憫就會早點臨到你嗎？」不知足是毫無建設性的，我們越鑽牛角尖就會越不知足，因為我們根本沒有能力去改變當初產生問題的環境或情勢。最後，不知足的最大悲劇就是：

「不知足加重我們的苦難。不知足絕不可能免除患難，反倒使之變本加厲。」

知足的結果

那麼知足的好處是什麼？為什麼我們應該從知足得到激勵？為何我們要鼓勵陷入困境的人追求知足，而非提供他們暫時的解決之道？知足能拯救我們脫離許多的試探。「這正是魔鬼的座右銘，牠最愛『混水摸魚』了；牠看到哪裡有人心煩意躁，牠就湊過去。想要遠離試探的人啊，竭力追求知足吧！神的平安會保守你的心免受試探。」巴羅夫的重點是，不知足會降低我們對試探的抵抗力。我們若擔憂明天的事，那麼我們就會受到更多的試探，想要靠自己的力量來保障明天的安全。例如我們可能會過份地看重存錢（積蓄財寶），或是沈溺於某些強迫症【編註：像是不斷地洗手或反覆檢查門鎖等】當中，想要藉這些行為來尋求一種掌控和保護未知之事的感覺。又或者是，假使我們害怕另一半會離我們而去，那麼我們就容易陷入猜疑嫉妒或用情緒來傷害對方的試探當中。但我們若有知足的心，雖然擔心的問題仍在，我們卻能擁有平安，因為知道神在今日能夠、而且也會帶領我們，並且知道當我們猜測明天會發生什麼問題時，祂早已對這些問題了然於胸。知足並不在於得到我們渴望的事物，雖然有時神可能會將這些事物賜給我們（如果它們沒有什麼害處的話）。相反



地，知足的秘訣是在我們的欲望得不到滿足時，我們找到了神，並且最終發現祂就是我們真正需要的那一位（參太六25-33）。

我們應當在生活中追求知足嗎？我們應當主動把知足的概念引進對別人的服事裡嗎？答案當然是肯定的。知足是我們抵擋試探的能力所在，也是忍受苦難的基礎，它能夠促使我們的靈命在經歷試探和苦難後，得到成長與進深。只強調解決表面上的問題或更深層的問題，卻不承認自己基本上有顆不知足的心，就會導致一個結果，那就是我們的問題可能在短時間內得到改善，但這種改善在下次遇到痛苦和困難時就會消失不見。每當輔導陷入困境的人時，我們的重點不應完全放在幫助他們度過現今的危機或困難上（雖然這種幫助也是需要的），而是要像巴羅夫不斷強調的，幫助他們培養一個更深厚的靈命基礎，以便將來有能力度過生命中的各種風暴。若是缺乏知足，我們就很容易用錯誤的方法來追求滿足。

在生活中培養知足的心是否容易呢？回到巴羅夫一開始的聲明，知足是一門「藝術」和一種「奧秘」。所以儘管答案是並不容易，但與其說一個人必須努力地培養知足，倒不如說他需要讓神在他生命中更深入地動工。當神重新導正一個人時，不論他用有限的眼光看到了什麼，他都能明白神正在動工，而且也會繼續動工下去，並且開始找到惟有神能帶給他的知足。知足與護理的教義是分不

開的，這個觀念把巴羅夫的著作跟弗來福的《神奧秘的護理》（第二章）適當地連結在一起。因為知足的功課仍有奧秘的成份存在，我們不能把知足簡化成一目了然的「訣竅」或「步驟」，而是要不斷地經歷與神互動的過程。當然知足的學問也不是本章這短短的篇幅所能道盡的。但你若要在自己和受輔者的生活中尋求知足，巴羅夫必能提供你最好的輔助資源！



4



我的問題跟罪到底有什麼關係？

戰勝內心的罪惡^{註1}

在莎士比亞去世的那一年（1616年），約翰·歐文出生了。雖然歐文沒有莎士比亞那般流暢的文采，但兩人瞭解人性的能力都十分引人注目。雖然歐文埋首於寫書而非寫劇本、發表講章而非朗讀詩句，但他們兩人都能深入探討錯綜複雜的人性，使我們看見人性充滿了尊貴和不完全、欺騙和渴望、自負和盼望、恐懼和安息。^{註2}

歐文對人性的深入瞭解，顯出他這本特殊著作對今日的我們是何等重要。因為一個人唯有瞭解人性，以及知道如何把聖經真理應用在人性上，才能成為真正對人有幫助的輔導員。「歐文不斷從他領受到的神學知識轉移到他對人性的體會裡，然後再回到神學的反思

註1 除非特別註明，這章的一切引述都出自約翰·歐文（John Owen）的著作〈信徒如何治死罪〉（*Of The Mortification of Sin in Believers*），收錄在《勝過罪惡與試探》（*Overcoming Sin and Temptation*）一書中，由Kelly M. Kopic和Justin Taylor編輯，Crossway Books在2006年出版此書。

註2 Kelly M. Kopic, *Communion with God* (Grand Rapids: Baker Book House, 2007), 21.



上。藉由這種持續進行的交互作用，也就是以他對人性的體會來提供神學思考的素材，再以神學思考來改進他對人性的體會，讓歐文對人性有嶄新的洞見」。^{註3}

從一方面來說，歐文證實神學絕對需要實際地應用在人和人的掙扎上。而從另一方面來說，他也證實現代人極度需要讓神學來塑造我們對人性的體會，尤其是導正心理學和其他社會科學對人性的觀察。今日基督徒太常尋著相反的模式而行，他們容許以心理學家和社會學家所得到的觀察和經驗，來決定他們的神學（他們很少會一開始就想到他們的神學！）。他們不像歐文那樣，讓神學與經驗不斷保持互動，真誠地想要在人類的經驗和觀察中尋找真理，但又堅持不讓這些經驗和觀察越過聖經對人性的理解。我們若沒有從神學對人性的健全理解開始著手，那麼後果輕則會導致危險的融合性思想，重則會在輔導的過程中實際地否定（縱然是無意的）聖經的真理。

歐文曾就讀於牛津大學，但始終沒有在那裡完成神學學士的學位。當他開始出來服事時，他並不確定自己已在基督裡得著救恩，直到有次聽到某位鄉村牧師傳講馬太福音八章26節（歐文本來要去聽著名的柯樂麥〔Edmund Calamy〕講道，但他因為有事不能來而由別人替代），他才確信自己已經得救。歐文在一個小鎮弗特罕（Fordham）開始擔任牧師，展開他牧會的工作。有鑑於

.....
註3 *ibid.*,22.

會眾對聖經十分生疏，歐文便挨家挨戶地教導他們，後來他還配合使用自己分別為成人及兒童所設計的要理問答。他在三十歲那年受邀成為科格索爾（Coggeshall）的牧師，會眾人數高達兩千人。然而，歐文並未停留在擔任駐堂牧師一職。當克倫威爾得勢後，他力勸歐文擔任隨軍牧師，陪軍事考察隊於1649年前往愛爾蘭，然後再轉往蘇格蘭。歐文本來沒有意願前往，但仍然答應了。這一步在他的生命和服事中留下嶄新的軌跡。

因為考察隊的緣故，眾議院推舉他成為基督教堂學院——當時在牛津大學裡被公認為最有聲望的學院——的院長。歐文再次推辭，原因是他並沒有完成牛津的學業，而且認為自己只是一位鄉下的傳道人兼隨軍牧師。歐文覺得自己不適合擔任如此著名學院的教職，但最後還是接受了。同一時間，他跟古德溫（Thomas Goodwin）輪流在大學的教會裡傳講主日的信息。他對大學生傳講的那些講章，後來被付印成書，其中包括〈信徒如何治死罪〉

（On the Mortification of Sin in Believers）一文，也就是這一章的主題。歐文對克倫威爾時期的英國政府有很大的影響力，他時常在國會講道，並且對護國主克倫威爾提出建言。當然，在查理二世的君主政權復辟後，歐文的處境有了重大的改變。歐文跟許多清教徒的命運不同，他的聲望使他逃過激烈的迫害；但不管怎樣，他沒有拋棄他的清教徒同伴們。歐文要求自己的出版商承接出版本仁約



翰的《天路歷程》（*Pilgrim's Progress*）一書，此書直到現在仍深受成千上萬讀者的喜愛。查理二世曾經詢問歐文，像他這樣有教養又學識淵博的人，為什麼要聆聽本仁約翰這位補鍋匠的講道。歐文回答說：「如果可以的話，我很樂意用自己的學問，來換取那位補鍋匠觸動人心的能力」。^{註4} 歐文人生中的最後十年是擔任倫敦黎敦侯街（Leadenhall Street）教會的牧師。

我們對歐文有何評價呢？大多數人視他為主要的清教徒神學家之一（即使不認為他是最重要的一位）；這是普遍對他的看法，而事實也是如此。那麼，我們為何期待一位神學家能提供聖經輔導所需的實質幫助呢？原因就是他在著作中充分流露出牧者的關懷心腸。歐利威（Robert W. Oliver）對歐文的結論如下：

我們應當如何評論這位擁有極大恩賜的人呢？在成為不信奉國教而遭受逼迫之人的領袖前，他曾經擔任鄉村牧師、隨軍牧師、牛津大學的帶領人和副校長。我覺得歐文跟他許多清教徒弟兄們一樣，十分清楚自己真正的呼召是成為牧師。他的講道內容最看重神在基督裡的榮耀，以及神子民的屬靈益處。^{註5}

歐利威的評論精準地說明了歐文的著作，對這本探

.....
註4 Robert W. Oliver, 'John Owen (1616-1683) His Life and Times' in *John Owen: The Man and His Theology*, ed. Robert W. Oliver (Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2002), 35.

註5 *ibid.*, 37.

討聖經輔導的書何等重要。為了達到效果，輔導事工必須全然以聖經為本，有辦法「診斷」出受苦之人的問題，以及把聖經應用到這個問題上。在這些方面，歐文已充分證明自己可以帶來極大的助益。凱比克（Kelly M. Kopic）甚至驚嘆地說道：「有時候，我會把歐文博士當成一位敏銳的醫生，他能夠同時提出令人驚訝的診斷和神奇的療法。」^{註6}

在閱讀〈信徒如何治死罪〉的時候，我必須承認這本書有些地方並不容易讀，不僅是在理智的層面（這本書的思想深度、文法風格和一些今日不常見的用語），同時也包括屬靈的層面（按照我的靈命程度來看，這本書使我深深體會到自己的罪惡）。然而，當我努力讀完這本偉大的著作後，終於認清歐文不是要定我們的罪，而是要告訴我們：藉由學習治死生命中的罪，我們就能獲得屬靈上的勝利，以及隨之而來的平安喜樂。今天有許多人（包括基督徒和非基督徒）指責聖經輔導太過於強調罪，把額外的重擔加在人們身上，但歐文卻讓我們從過去得到一個申訴的機會。最終而言，強調罪惡並不會增加人們的重擔。當我們瞭解到自己是多麼地失敗又多麼容易向罪性投降時，一開始確實會感到沉重無比；但正如歐文所說的，當我們把焦點放在罪的解決之道（也就是基督）時，就能將我們

註6 Kelly M. Kopic, 'Life in the Midst of Battle: John Owen's Approach to Sin, Temptation, and the Christian Life', in *Overcoming Sin and Temptation*, ed. Kelly M. Kopic and Justin Taylor (Wheaton: Crossway Book, 2006), 24.



導向祂在十字架上擊敗罪惡所獲得的勝利。這個勝利能幫助我們，雖然我們在今生的成聖過程中無法徹底地擊敗罪惡，但是當我們投入這場治死罪惡的爭戰中時，必定能夠獲得相對性的勝利。

治死的定義

「治死」（mortification）對現代人而言是相當奇特的字眼，所以我們應當先瞭解歐文對這個過程的定義。他首先提到羅馬書八章13節的經文：「（你們）若靠著聖靈治死身體的惡行，必要活著」。「治死」在這裡的意思就是置之於死地。使徒保羅教導信徒要治死屬乎肉體的行為和慾望，也就是治死我們的罪性。這節經文提到五個重點：

1. 指出規定的責任：「治死身體的惡行」。
2. 指出規定的對象：「你們」。
3. 附加在責任上的應許：「必要活著」。
4. 履行這項責任的根據或方法：「靠著聖靈」。
5. 整個命題（包含責任、方法和應許在內）的前提：「你們若」。

「『身體』在此代表我們敗壞和墮落的本性；通常身體只是工具或器皿，人們常將肢體獻給不義作奴僕（參羅六19）。這是內住在我們裡面的罪所策劃的。」歐文強調實質的身體只是一種工具，是罪得以顯露出來的途徑；

但罪惡本身是來自於人的內心。稍後他提到馬丁路德的例子，在路德相信、接受基督為我們死，我們才得以因信稱義之前，他的典型作法是採用「僧侶式的鞭打身體」和禁食挨餓等虐待身體的方式，來試圖壓抑罪惡和情慾。但身體只是內心的罪惡慾望能夠具體呈現出來的管道。因此若我們只專注外在的行為表現或罪行，我們將錯失治死罪的機會。我們必須在內心就將罪惡置於死地。

歐文也提到信徒和非信徒的差別，因為羅馬書八章13節明顯是針對信徒所說的，「信徒才是那些『不被定罪』的人（1節），是『不屬肉體，乃屬聖靈』的人（9節），是『藉著基督之靈又活過來』的人（10-11節）。世界上充滿了迷信和自以為義的人，他們雖然看似虔誠但卻不明白福音（參羅十3-4；約十五5），結果就極盡所能地將這項責任直接強加在其他人身上。」世上各地的人都用自己的方式來追求敬虔和道德，但只有基督徒能夠真正地治死罪，因為聖靈只在信徒的生命中採取必要的作為。

「其他一切治死罪的方法都必徒勞無功，其他所有幫助都幫不了我們，只有聖靈才能幫助我們治死罪。」我們可能跟古往今來的世人一樣，一直嘗試用許多方法來治死罪，但保羅強調這完全是聖靈的作為；若缺少聖靈的能力，我們一切的努力都必歸於無用（參羅九30-32）。「以自己的力量為出發點，用自己發明的方式來實行，最後達到自以為義的目的；這種治死罪惡的方法是世上一切虛假信仰



的核心和本質。」人為的嘗試和努力必定無法消滅罪惡並帶來公義。唯有透過救恩，接受基督的義成為我們的義，並且讓聖靈繼續在我們裡面做那摧毀罪的工作，我們才能找到真正的義。其他一切方法都會是一種道德主義，想靠自己的力量來成為「好」人或有道德的人。但是這種外在的道德裝飾並不足以抑制人的罪性。

許多基督徒可能對我們內心之罪性這個主題感到難以理解。有時他們會問：「當我們接受基督進入我們的生命時，祂就已為我們的罪付上代價，難道這不就是代表罪性被摧毀且永遠消失了嗎？為什麼我們還要不只一次地『治死』生命中的罪呢？」歐文解釋治死的意思是「奪走罪的一切力量、活力和能力，好讓它無法行動、發揮或表現出邪惡的作為。」這裡的意思是我們在返抵天家前，罪性並不會被完全摧毀，所以它的力量仍然會在我們裡面起作用，而治死罪就是破壞那些殘存的罪性對我們的影響。因此，歐文對信徒提出挑戰：「你是否把治死罪當成每天的工作？當你還活著的時候，記得永遠都要這樣做。殺死罪，否則罪就會殺死你。當罪沒有打擾到我們的時候，我們可能就不管它了；但是當罪處在看似最沈默無聲的時刻，其實正是它最活躍的時刻（參羅七23；雅四4；加五17）。」

我們需要在生活中不斷地對抗及戰勝罪惡，「神將聖靈和新的性情賜給我們，好讓我們裡面有一個律可以對

抗罪惡與情慾。」保羅在羅馬書第六至第八章證實，基督確實使我們從罪中得到自由。在司法的意義上，我們得著赦免且不被定罪（參羅八1），而從另一層意義來看，我們不再是罪的奴僕（參羅六5-11），所以不再需要順服罪。此外，我們也能夠選擇緊抓住聖靈的能力來戰勝生命中的罪惡（參羅七24-25，八9-11）。但是，罪性顯然還殘留在我們裡面，否則保羅就不需要在羅馬書第八章叫我們選擇隨從聖靈而非隨從肉體了。既然罪總有辦法在人處在困境時爆發出來，那麼罪在輔導過程裡就是非談不可的議題了。

可是，當今許多前來接受輔導的人，並不覺得罪是問題所在。他們認為「自我感覺不好」、「從悲劇而來的傷痛掙扎」、「由腦部或身體所產生的生理問題」，才是真正的問題。這些人會懷疑我們為何要關心在生活中治死罪惡的議題。有些輔導員也會指責牧者把時間都花在談論罪的事情上，並且說這只是加重那些掙扎之人的負擔。另一方面，批評切斯特頓（G. K. Chesterton；二十世紀初的英國作家）的人認為，承認自己的罪惡是很「病態」的事。他回答這些人說：「認罪並不是病態，隱藏你的各種罪惡，並讓牠們啃蝕你的心靈，才是病態；這正是大多數人在這現代高度文明社會裡的寫照。」^{註7} 歐文必定會同

註7 G. K. Chesterton, Daily News, January 8, 1908 quoted in Dale Ahlquist, *Common Sense 101: Lessons from G. K. Chesterton* (San Francisco: Ignatius Press, 2006), 200.



意切斯特頓的看法，他說：「若是忽略治死罪的工夫，罪就會獲得極大的勝利，它會壓碎靈魂的骨頭（詩卅一10，五十一8），使人軟弱、生病、生不如死（詩卅八3-5），使一個人抬不起頭來（詩四十12；賽卅三24）。」

發生在信徒生活中的遭遇可能不是出於自己的罪，但罪性會埋伏等待，趁人處在軟弱、掙扎、甚至歡樂之時，就會隨時爆發出來。有智慧的輔導員必定會提醒人要意識到罪的存在，以及明白治死罪的必要性，因為這是克服他們眼前掙扎的一部份。否則，他們就容易讓自己裡頭的罪潛入他們的困難之中。例如：當喪失摯親的悲劇發生時，存活的人可能會因此而痛不欲生，這是可以預期的事（基督自己也在拉撒路去世之時感到悲痛；參約十一33）。然而在他們的傷痛之中，罪性會伺機出擊，使人在無法理解的時刻，感到絕望或懷疑神的良善。輔導員若想幫助他們走過傷痛，就必須提醒他們留意罪的存在和能力，以免罪將他們引入歧途，同時也要鼓勵他們每天以有效的方式來治死罪惡，好使他們能夠面對眼前的危機。當然，從許多方面來看，人們的掙扎已經牽涉到他們內心的罪，而罪也有可能是直接導致他們掙扎的因素。治死罪應當是每位信徒的日常功課，而對那些陷入掙扎且需要接受輔導的人來說，他們當然更應當這樣做。

歐文一再強調我們與罪惡爭戰的地方不是在身體上，也不是在外表的行為上，而是在我們的內心。「身體

只是罪用來行使惡慾的工具或途徑；雖然當人因為某些軟弱或疾病而面臨犯罪的試探時，可能會連身體也牽涉在其中。但身體本身不是罪惡崛起的場所，我們內心裡面的罪性才是。」所以儘管保羅吩咐信徒要進行身體上的操練（參林前九24-27），而這是有幫助的，卻不足以治死我們內心的罪。而且即使是在哥林多前書的這段經文裡，保羅也是借用身體上的操練，來向信徒指出更重要的屬靈操練和得勝。我們的仇敵並不單是存在於外面的世界，或是在我們受到罪惡影響的肢體當中；最終而言，我們的仇敵就在我們裡面，而我們必須確認自己的內心正在進行屬靈爭戰。

歐文也再三強調我們必須每天治死罪。

我們要為接下來的討論先提出重要的通則，亦即罪確實會伺機而動，等候要在最好的信徒身上發難。當他們還住在世上的期間，每天不斷治死罪惡就是他們一生要承擔的責任。凡是沒有在人生道路上治死罪惡的人，就等於是在人生旅程上停滯不前。凡是發現自己沒有與罪對立，也沒有在每個小地方全力治死罪的人，是與罪和平共處的人，而不是向罪死的人。

治死罪是聖靈在我們裡面的作為

我們要如何進行治死罪的過程？到底治死罪惡跟基督徒生活中的各種操練（例如我們每天都應當進行的禱告



和讀經)有何關聯?「惟有聖靈足以完成治死罪惡的工作;若少了祂,其他任何方法或途徑就等同於無效。」歐文認為信徒的問題在於,常把「基督徒的生活操練」當成力量和成長的實際來源,並且以為「如果他們禁食的次數夠多、禱告的時間夠長,就會完成治死罪惡的工作。但光靠這些方式本身是不夠的,而且我們只靠自己的力量和智慧來進行這些操練也是不夠的。這些操練從頭到尾都需仰賴聖靈的能力,好讓神能夠在我們的生命中動工。」

今天,有些人認為,只要擁有聖潔的表徵就等於是戰勝罪惡,而這也是犯了同樣的錯誤。有人甚至模仿中世紀僧侶的自殘行為,用砍傷身體或其他傷害自己的方式,來試圖從罪疚、懼怕或其他惱人的感受中得著解脫。世人總是尋求錯誤的導正方法來試圖戰勝罪惡,但這一切的方法只會讓人變得比以前更糟。只有靠著聖靈在人們生命中治死罪惡的工作,我們才開始有能力勝過罪的可怕影響力。治死罪是我們的日常操練,而且應當跟其他較常提到的屬靈操練一起進行。只是一切的操練都必須仰賴聖靈的能力,才能在我們的生命中產生果效。

保羅也命令我們每個人都要治死罪。那麼每位信徒在這過程中扮演的角色是什麼呢?

我們可從三大方面來看聖靈在信徒生命中治死罪惡的工作。第一,使我們的生命結出與肉體情慾相反的聖靈果子(參加五19-21與22-23的對照)。第二,直接對付我

們生命中的罪惡根基，因此聖靈也被稱為「審判的靈和焚燒的靈」（賽四4，新譯本）。第三，聖靈藉著信心把基督的十字架帶進罪人心裡，使我們在基督的受死上與祂連結，並且有分於基督的受苦。

聖靈的工作是「在我們裡面，也跟我們一起工作，祂並非跟我們作對或不需要我們；所以祂的幫助是鼓勵我們治死罪惡的最大動力。」換句話說，如同保羅在腓立比書二章12-13節提到的，神在我們心裡運行，為要成就祂的美意，這樣的工作絕對不能缺少神在我們身上的作為，但我們也要「恐懼戰兢做成自己得救的工夫」。我們在治死罪的過程中需要順服，而當我們順服神時，聖靈就會協助我們完成治死罪的工作。我們並不是單獨作工，聖靈也不是單獨作工，治死罪不是任何一方獨力完成的事，而是雙方共同進行的工作。在輔導的過程中常會出現兩種極端的人。有些人過份強調人自己所扮演的角色，在他們試圖去戰勝和除掉生命中的明顯罪惡時，他們基本上是把神擺在一邊；但這樣做等同是靠自己去打仗。另外一種人則是過份強調神的角色，他們知道自己有罪，但卻沒有付出任何努力，只是被動地期待神會奇蹟般地除掉他們的罪惡。腓利比書的經文強調，這兩種極端都會使我們落在持續犯罪的危險之中。我們必須在成聖的過程中尋求與聖靈同工，而同工的方式就是相信惟有神才是我們力量的來源，並且把我們在基督裡得以勝過罪惡的新自由，實際地應用



到日常生活中。

歐文再次強調治死罪是每天必須做的事。「我們靈命的元氣、活力和安慰，跟我們是否有治死罪密切相關。」我們渴望在與神同行中得到力量、安慰、能力和平安。而我們的掙扎常常跟缺乏（或看似缺乏）這些力量、安慰、能力或平安有關。治死罪無法直接促使我們得著這些力量、安慰、能力和平安，因為這些是我們成為神兒女後所帶來的結果。然而，「每種未被治死的罪確實會對我們產生兩種影響：第一、它會使靈魂軟弱和奪走靈魂的力量；第二、它會使靈魂陷入黑暗之中並奪走靈魂的慰藉與平安（參詩三十八3）。」未被治死的罪會轉移人心的注意力，「霸佔人的情感，使人喜愛和渴望會令人犯罪的事物，並藉此趕走愛天父的心（參約壹二15，三17），以至於人無法真誠地對神說：『祢是我的福分』，因為他愛的是其他對象。」未被治死的罪會使人不再專心思想神，而是試圖滿足我們內心有罪的慾望。「因為罪使人軟弱，所以也使靈魂陷入黑暗。罪就像厚重的烏雲，遮蓋住整個靈魂的面貌，隔絕一切來自於神的慈愛與恩惠。罪會奪走我們身為神兒女的尊榮感受，而且當靈魂開始想到我們的安慰時，罪就會立刻打散這些思想。」如果罪沒有被治死，它就會牽著我們的鼻子走，使我們順應它的渴望、行為和思考模式（跟羅十二1-2的路線完全相反）。你可以在酗酒或吸毒的人身上看到這一點，酒精和毒品已經成為他們

在世上最愛的東西，並且最後會決定他們的行為和思考模式，以致旁人可以一眼看出他們「滿腦子都是酒精」。這樣的人不再像神兒女那樣地思考事情，也不想效法基督。只要罪一天沒有被治死，這些人就會跟隨他們內心罪惡所設定的方向走，而非尋求更像基督。

治死罪並不是……

清教徒作家的特色是會具體地從反面來說明某個觀念，而歐文也不例外，他清楚列出哪些行為不是真正地治死罪惡。首先，我們必須理解「治死罪並非完全地殺死、剷除或消滅罪，也不是使罪完全無法逗留在我們心裡。事實上，徹底消滅罪的確是我們的目標，但不是在今生可以完成的。」所以說，治死罪並不是除去我們的罪性，也不是永遠都可以徹底根除某項特定的罪。當然，歐文是說一個人要徹底剷除生活中的罪，好讓自己不再受到試探，或是不再被引誘去犯道德上的錯誤。有時候，我們確實可以成功地對抗某種特定的罪，但即便如此，「我們也不應當期待在今生就可以完全地扼殺或消滅罪（參腓三12）。」

面對掙扎的人常常想要放棄與罪爭戰，因為他們發現自己一再地失敗，不斷地向面前的罪惡低頭。這種現象在吸毒、酗酒、恐懼或憤怒等問題上面，顯得特別真實。但這些人必須記住一個重點：他們對神的忠心和順服，不



是表現在完全征服罪惡上，而是表現在他們願意繼續與罪爭戰並努力治死特定罪惡的心志上。因此，他們在失敗後的反應就變得十分重要了。他們在隔天早上醒來，為失敗而自責不已時，是說：「何苦這麼費勁，不如放棄努力、向罪投降算了。」還是說：「神啊！我又犯下同樣的罪了，我實在沒有任何藉口；但我仍祈求祢的赦免，求你今天來幫助我努力治死同樣的罪。」第二種反應才符合聖經的教訓，並且使人能夠在信心中成長。不但如此，這人或會開始看見自己慢慢有能力去對抗這項常犯的罪。

第二點，治死罪並不是培養沉穩的個性：

有些人在一生當中，或許都不曾在憤怒和情慾方面遇到什麼困擾，也不會在這些方面帶給別人麻煩，而另外有些人則是幾乎每天都會在這些事上犯罪；但是後者卻比前者花費更多心力去治死罪。但願這些人不要用他們天生的性情來測試自己是否有治死罪，而是要看看自己有沒有捨己，有沒有犯下不信、嫉妒或某些內心方面的罪惡，這樣他們就會對自己有更清楚的認識。

套用現代用語，擁有沉穩且「隨和」的個性，並不一定表示這人的罪已被治死或不存在了。雖然我們都是罪人，但由於每個人的個性和生活環境不同，所以也都在跟不同的罪惡爭戰。事實上，天性沉穩的人可能也會發現自己隨著這樣的個性而犯罪。凱比克以同樣的觀念說道：

「那些天生溫和又討人喜歡的人，可能會驚訝地發現自己

還在原地踏步，但他們早該勇敢地出發上路了。」^{註8} 基督徒太常去避免衝突，特別是面對其他正在犯罪的弟兄，或遇到明顯不公義的事情時，都寧願躲在「憐憫」和「愛心」的外殼背後。但真正愛人的做法卻是「用愛心說誠實話」（弗四15）。在這些情況之下，巴羅夫會認為這樣的人不是真正地愛神或愛鄰舍，他們把知足跟「覺得自己很隨和」混為一談，而不是知足地在當下按照神的旨意而行。

第三點，「當罪被轉移到其他方面時，並不代表罪被治死了」。歐文在此以行邪術的西門為例（參徒八23），他一開始經歷到神，並離棄自己的法術，但他貪心和野心勃勃的本性仍然不變，於是就使他回頭陷入罪中。問題就在於西門（還有我們）使自己遠離外表明顯的罪，但卻沒有治死內心的罪，結果罪就以其他方式，出現在我們的生活中。這種現象在成癮或偶像崇拜的人身上非常普遍。當這些人靠自己的意志力，來戒除他們對某種事物的癮頭或偶像崇拜時，常常只是轉移到另一種被「社會認可」的成癮行為罷了。不論別人或他們自己，都不會把這種大家認同的成癮行為當作罪，或頂多只是把它視為「較輕微的罪」。另外，今天也有許多人對罪的存在與活動力極為無知，因為他們深受人文主義的影響，相信每個人基本上都是好人，於是就自欺欺人地認為自己確實是好人，

.....
註8 Kopic, *Overcoming*, 29-30.



只不過偶而會犯一些錯而已。實際上，他們需要面對自己是罪人的事實，他們會按照本性而做出邪惡的事，但是他們可以在每天的掙扎中，倚靠基督的力量而行走在正直的道路上。罪絕對不是無關緊要之事，因為不管是多麼「細微」的罪，都會指出我們裡面那沒有被治死的罪性。

第四點，「偶爾戰勝罪並不等於治死罪」。當一個人遇到特別艱難的事，開始意識到自己的罪，並且呼求神拯救他時，就可能會偶爾勝過罪。我們看到這人警覺到罪及其後果，於是就認為罪似乎已經死了、再也無力干擾這人。歐文把這種情況比擬為狙擊手在夜晚偷偷溜進敵營，近距離射殺了指揮官。整個敵營馬上警覺戒備，並且開始搜索狙擊手。但是，一個訓練有素的狙擊手會隱藏不動，直到一切平靜下來後，才利用下一個機會行動。我們也是一樣，我們可能會全神戒備地抵擋眼前所犯的罪，可是當我們認為罪不再具有威脅性時，就會開始鬆懈下來，並且讓罪有東山再起的機會。一旦我們把注意力集中在後來發生的困難或掙扎上，以致無法保持先前的警戒狀態時，這個罪就會再次出現。這就是為什麼在輔導的過程中，我們會看到一個遇到極大困難（離婚或絕症末期）的人，突然陷入有罪的思想和回應當中。這個罪長久以來一直在他們心裡按兵不動，等到他們處在極大的困境時，就會趁機再次出現。罪很擅長隱藏在我們裡面，讓我們相信自己已經戰勝罪惡；但其實我們真正做到的，只不過是意識到罪的

存在，並且對罪的活動感到憂心而已。治死罪必須是集中且徹底地攻擊我們內心的罪惡，而且是我們在生活中要不斷操練的功課。

操練治死罪的功課

當然，最根本的問題還是我們和我們想幫助的那些人，如何能在生活中確實地治死罪惡呢？治死罪惡絕對不只是在禱告時作個宣告而已。「治死罪是在於習慣性的削弱罪惡。治死罪的第一步就是養成削弱罪惡的習慣，使罪不再像以前一樣強大，好讓自己不被引誘離開正途。」保羅提到「把肉體連肉體的邪情私慾同釘在十字架上」（加五24）。釘十字架在這裡的意思就是奪走邪惡慾望所具有的力量。有罪的私慾一開始必定會頑強抵抗，就像一個人在十字架上會為了保命而反抗一樣，但我們若保持治死罪的習慣，最後就會削弱這些邪情私慾的力量。所以我們要奉勸別人，不要以為偶爾把罪推開就可以了，也不要以為一開始戰勝罪就等於是完成治死罪惡的過程。相反地，我們需要養成習慣，習慣性地認出和抵擋罪惡，好讓罪在我們心裡愈來愈軟弱無力。每天習慣性的操練治死罪是非常重要的，因為罪也是習慣性地待在我們的生命中。我們從個人經驗就可以得知，「壞」習慣很不容易打破，想用「好」習慣來取代「壞」習慣更是需要耗費時間。當我們認識到自己生命中有犯罪的壞習慣後，就必須不斷地削弱



它們，時時警覺這些習慣如何表現在我們的思想、感受和行動中，並且要每天努力削弱這些在我們裡面的壞習慣。

這個概念可以使我們得出以下的推論：「經常性地勝過某種情慾，是治死罪的另一個證據。」當罪出現的時候，我們要習慣性地對罪作出反應，運用聖經的教導和聖靈的能力來對付罪。如此一來就能削弱罪，並且證明我們不是暫時把罪擱在一旁，好讓自己下次再繼續犯罪，而是真正地想要治死罪。歐文也在此告訴我們，認識罪是如何運作就是一種「實際的屬靈智慧」。我們在第八章要讀的《抵擋撒但詭計的良方》一書，對此也有更深入的探討，這些清教徒都指出，認識並理解罪如何運作，是我們勝過罪惡所不可缺少的步驟。「我們需要思考和認識：罪的最大力量在哪裡；它利用什麼優勢來製造情勢、機會和試探；它的喜好、偽裝和說服人的根據是什麼；它常用的計謀和藉口是什麼。如此一來，我們就能運用聖靈所賜的智慧來對抗舊人的詭計。」

雖然罪和罪性在今生都會殘留在我們裡面，但治死罪的工夫永遠要以「殲滅罪」為當務之急，並且力求每天對試探保持警醒（參彼前五8），以免再次陷入同樣的罪惡之中。此時，輔導員或屬靈導師就扮演了重要的角色。當有人遇到不是由自己直接犯罪所導致的悲劇時（例如死亡或疾病），他們可能不會想到自己內心的罪。雖然輔導員的第一步最有可能是提供安慰與鼓勵，但他們也必須警

覺到，這個悲劇對受輔者內心未治死的罪來說，可能會是一種試探。如果輔導員看到罪可能會在某些方面發動攻擊，他們就必須承擔起重要的屬靈角色，提醒受輔者注意試探的產生，並且要受輔者趁罪進入眼前的艱難試煉之前，就先將罪置於死地。歐文強調每位信徒要確實認識自己的心，瞭解罪在平常和特殊時刻會如何在他們的生命中運作。否則我們永遠無力防止罪的「爆發」，特別是在我們遭遇艱難的時刻。

一個人的生命必須具備幾項條件，才有可能治死罪。第一點，正如先前所提到的，這人必須是基督徒，因為治死罪是聖靈在信徒生命裡面的工作。第二點，「若沒有真誠、殷勤且全面性地看重對神的順服，就不可能治死罪。」以色列人常常受到神的責備，因為他們雖然致力於禁食和獻祭，但對日常生活的服事卻漫不經心（參賽五十八章；瑪拉基書）。他們在崇拜儀式上的真誠，沒有表現在整體的屬靈生命上，也就是缺乏「全面性地重視」。我們的生命若沒有徹底地看重對神的順服，那麼治死罪的過程最終必定會失敗。我們必須用特定的方式、在特定的時間裡殷勤地服事神，但也需要注意自己整體靈命的健全與順服。治死罪的重點就在於信徒想要勝過某項特定的罪，但若有效地達到這個目的，也必須看重每日操練自己的整體靈命。

把罪當作罪並且憎恨它，同時意識到基督在十字架



上的大愛，是治死一切罪惡的起點。每當一個人殷勤地看管自己的心（罪的根源）；每當一個人保守自己的心（一生的果效的發源地）勝過保守一切，那麼肉體的情慾都將枯萎而死。

第三點也是前面所提過的，我們每日應當習慣性地治死罪惡，以免罪趁著我們的疏忽而獲得力量。「如果你容讓罪長期地敗壞你的心，如果你任憑罪在你裡面日漸茁壯，而沒有嘗試積極地消滅罪，也沒有醫治你長久以來因罪所受到的創傷，那麼你的情況真是危險。」如果罪一直「隱藏」在人的心裡，而我們又沒有努力不斷地削弱它的力量，那麼等到適當的試探出現時，罪就會輕易地浮上檯面，而我們也很難將罪驅逐出去，因為它已深深扎根在我們心底。另一個治死罪的困難是，即使一個人想到自己的罪，但他追求的不是全力對抗這個罪惡，而是試著找出能讓自己感到理直氣壯的理由，而這樣做只會讓罪繼續逗留和成長。

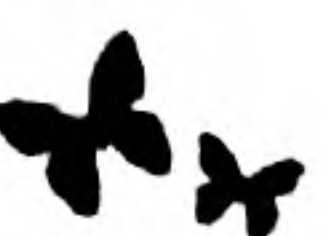
不能治死罪的作法

不幸的是，我們欺騙自己，自以為正在與罪爭戰，但事實上卻沒有這樣做，我們常常只是減低罪所帶來的負面效應，卻仍然緊抓住罪不放。「用恩典和憐憫來掩蓋未被治死的罪，是不斷發生的一種騙局（參猶4）。很顯然地，神的兒女有時會因著撒但的伎倆和殘留在自己內心的

不信，而落入罪的騙局之中，否則保羅就不必警告信徒要防範這種圈套了（參羅六1-2）。」保羅承認我們可能會因為擁有神的憐憫與赦罪，而低估罪。神確實會根據基督在十字架上的作為而赦免人的罪，但人們若因為犯罪後可得到赦免，而選擇繼續犯罪，就等於不明白神為什麼向人施行拯救。雖然如此，仍有基督徒常常試圖選擇繼續犯罪。在輔導的過程中，人們可能非常清楚自己正打算犯罪，但他們又覺得自己必須做這件會得罪神的事（或只是想去這件事）。他們會堅持以下的想法：「我在犯罪後應該會沒事，因為神會赦免我。」有一位輔導員最近分享到，有人前來接受輔導時提到他們夫妻倆想離婚。這位輔導員對他們的處境深表同情，但也注意到他們離婚的理由是沒有聖經根據的。雖然神會赦免我們所犯的罪——包括離婚的罪；但顯然我們不應當一開始就執意犯罪。結果那位受輔導者暴跳如雷，正像其他人的反應一樣：「我沒有其他選擇了，只能離婚，但我會祈求神赦免我。」這種常見的反應代表我們不想治死自己內心的罪性，反而一心想操縱罪，好讓罪所產生的後果不至於太離譜！除此之外，這種心態還想利用神的赦罪之恩，忘記基督在十字架上為了施恩給我們所付出的驚人代價。

歐文還提到其他無法有效對付罪惡的作法：

罪的誘惑能夠屢次得逞，這是另一項危險的指標。我的意思是：當罪得到人們意志的贊同和喜愛時，雖然這



人沒有真正地表現出外在的罪行，但罪算是成功了。一個人可能會因為外在的因素，而無法讓罪惡繼續達到雅各所說的「長成」階段（參雅一14-15），也就是表現出外在的罪行，但他想要犯罪的意圖確實存在，而這就是我所說的：罪已經成功了。

存在於人心裡面的罪，即使沒有外表的行為表現，也仍然是罪。這也是基督在登山寶訓（參太五章）的教導，祂不要我們只注意外表上的罪行，而是要把重點放在內心的犯罪意圖上。光是抵擋外在的罪行，卻讓罪在我們內心得逞，並不算是治死罪，而且會讓人誤以為自己已經得勝罪惡，但實際上卻不然。在輔導的時候，若只是幫助人找到一個更有效的方法來掩蓋懼怕或焦慮，雖然可能在表面上立即產生效果，但由於這人沒有嘗試更深地去信靠神，所以他內心的焦慮並沒有真正的減輕，只不過是暫時隱藏起來而已。這就是只要求行為上的改變所具有的缺點。外在行為的改變或許有助於減少發生嚴重後果的機率，但它們本身並不能持久，因為這種改變並沒有滿足人們內心的渴望。我們若教導和鼓勵一個焦慮的人，去參與他們之前無法面對的事，卻沒有同時幫助他們在擔心害怕的處境下，學習更深地信靠這位造物主，那可就忽略了更深的屬靈改變。歐文的看法讓我們意識到一種危險，那就是一個人（以及輔導員）可能會自欺欺人，以為自己正在對抗罪惡，但他們所做的其實只是掩飾罪，或是使罪以其

他方式呈現在他們生命中。

另外一種無效的作法是，「若一個人只是因為別人會說閒話，或是犯罪會帶來懲罰，才想要改正自己的過錯，那麼罪仍然在此人的心思意念中，佔有極大的份量（參雅一21）。」這問題出在人們避免犯罪的真正動機是，「擔心在別人面前丟臉，或害怕神將他們丟入地獄。」如果這種懼怕消失了，他們就會繼續犯罪。我們對罪的真正看法是什麼呢？是為了表現出敬虔的樣子（想討別人喜歡），才避免犯罪呢？還是認為罪在這位施恩拯救我們的神面前，是極其邪惡和冒犯祂的事物呢？雖然我們常教導別人，在做事之前要思考這些行動的後果，但這並不等於是治死罪。考慮後果確實能夠幫助我們避免犯下實際的罪行，而且智慧書也清楚地教導我們要這麼做，尤其是箴言的前面幾章（例如第三、四章）。然而考慮後果只能阻止我們干犯外在可見的罪行，而沒有打擊到罪在我們裡面的核心部份。

除此之外，我們也可以在一般人遵守國家法律的態度上看見這種情形，因為他們通常只是擔心被抓或受罰而已。以公路的時速限制為例，除非看到警察在路旁準備開單罰錢，否則可能連許多信徒也不會遵守這些速限。只要他們覺得自己不會被抓，就會繼續自行其道。我們也發現，當沒人看見時（當然神總是查看！），要「暗地裡」犯罪是多麼容易的一件事。這些例子顯示，許多外表上的



正直，其實只是因為懼怕後果，而不是真的要打擊我們裡面有罪的動機。在時速限制的例子中，這些駕駛內心的罪可能是目無法紀，以為可以把法律跟神分開來看，或者認為神跟祂所設立的政府領袖無關。如果我們與罪爭戰的動機是出於害怕罪所帶來的後果，那就無法置罪於死地。假使罪的後果並不是那麼明顯可見，我們就可能會肆無忌憚地去犯罪。因此，歐文挑戰我們要檢視自己的行為和內心。

當你正在抱怨那跟你糾纏不休的罪惡時，請先想想在你陷入這罪惡的網羅之前，你的心靈是處在什麼景況呢？你是否忽略了基督徒的責任？你的生活是否放縱無度？你是否還有未曾悔改的大罪所產生的罪疚感壓在你身上？神可能會容許你陷入新的罪惡，也可能會使你遇到新的痛苦，好叫你想起自己過去所犯的罪。

治死罪的有效方法

無法治死罪的方法或許比有效的方法更容易讓人明白，但歐文的目的是要提出實質的協助，所以他接著說明我們要如何有效地對抗罪。「你的頭腦和良心要常常清楚地意識到，你裡面的罪是多麼地危險、邪惡和深重。」我們要把罪當成罪來看！我們常常會把自己的罪跟其他的罪互相比較，好讓我們的罪顯得輕微一些。「這個罪有什麼大不了的？」我們有多麼常用這種方式來看待自己和受

輔者的罪？「是的！我知道我應當更愛家人，但至少我沒有像其他人那樣出去喝酒或賭博。」我們藉著跟其他的罪作比較，來輕描淡寫自己的罪，而不是按照歐文的指示，去感受我們的罪是何等地深重（不管是潛在的罪或實際的罪），好叫我們得著激勵，全力投入與罪的爭戰之中。歐文指出「罪用許多方式來轉移人的心思意念，好使人無法正確地看待罪惡（參何四11）。」如果我們容許這種情況發生，我們就永遠無法經驗到羅馬書八章1節所說的平安與慰藉，也就是，既然基督已為我們成就一切，信徒從今以後就可以不再被定罪了。若要經驗到這種平安，我們就必須承認：儘管神對罪惡的最終審判已由基督代替我們承擔了，但我們每天仍要提醒自己，持續犯罪是當受審判的。換句話說，雖然我們個人與基督的關係，是建立在基督使人稱義的工作和祂的公義上，而不是建立在我們自己身上；但身為基督徒的我們，仍然要治死我們內心那些毀滅性的罪惡，不管這個罪看起來是多麼地微不足道。忽略這個責任的人就跟無神論者沒什麼兩樣（按照歐文的說法），這種人的生活方式宛如神不存在，因此也就不認為自己有道德責任可言了。

歐文進一步教導，「應當把罪疚感裝滿你的心。不只是認為罪會產生罪疚感而已，而是要讓你的心充滿罪在實際爆發與作亂時所帶來的罪疚感。」他在這裡的重點不是要增加我們的苦惱，而是希望我們對自己生命中的罪有



更深的體認。如此一來，我們才能更深刻地理解神在基督裡為我們所做的一切。「這就是我對聖父的大愛、聖子的寶血和聖靈的恩典所作的回報嗎？……我是不是瞧不起自己與神之間的相交，以至於為了邪情私慾的緣故，我的心幾乎沒有留下什麼位置給祂？」這些想法對現代人來說相當陌生。今天當人們遇到生活中的掙扎時，只想著如何用自己能夠看到和感受到的方式，來使自己好過一些，或是立刻經歷到神的賜福。但歐文指出，我們若沒有認識到自己的罪（無論這個罪在我們和其他人眼中看起來是多麼微不足道）是何等地深重，我們就無法真正地認識到基督在十字架上受苦的意義，祂所承受的驚人苦難不只是为了帶來赦罪，同時也是要拯救我們脫離罪的權勢（參羅六-八章）。如果我們小看自己的罪，那麼我們就是在輕視或實際否定了神透過釘十字架的基督而成就的工作，「神賜下慈愛、憐憫、恩典、良善、和平、喜樂、安慰——我若瞧不起這一切，認為這些都算不得什麼，就代表我的內心被邪情私慾所佔據了。」

如果歐文的討論就此打住，我們每個人就會在罪疚感當中打滾，永遠背負著自己犯罪與失敗的重擔。但歐文繼續說，在對自己的罪有如此感受後，「下一步就是要不斷地渴望和期盼自己能夠從罪的權勢下得著釋放。不要讓你的心滿足於自己的現況」。神並不打算讓我們停留在充滿罪疚感的景況當中，也沒有要我們被這些感受完全淹

沒；相反地，祂乃是要讓罪疚感促使我們在認罪的過程中，尋求神的赦罪之恩，以及求神賜下能力來幫助我們，治死未來可能會犯的罪。對歐文而言，這不應當是一個馬虎的過程，而是一個我們在其中渴望或「切慕」神施恩，拯救我們脫離罪疚感和罪惡本身的過程（參詩三十八篇，四十二篇）。罪疚感所彰顯出來的榮耀就在於，神永遠有辦法解決罪疚感所帶來的痛苦，神會透過我們的認罪和悔改而賜下赦免，並除去我們的重擔。我們要鼓勵陷入掙扎的人避免兩種極端：一種是輕描淡寫自己的罪，好像罪根本就沒什麼實質意義似的；另一種則是不願放下罪疚感所帶來的重擔。相反地，治死罪應當包含認識到罪在我們生命中的整個活動和意義，接著我們就必須透過認罪悔改把罪帶到基督面前，好使自己能夠脫離罪而得到自由。

歐文也鼓勵我們認識一個明顯的真理：與罪爭戰的最佳時刻，就是我們第一次察覺到它的存在的時候，千萬不要讓罪有機會得到力量而重複地出現在我們的生活中。

「在你的罪採取初步行動時就奮勇抵抗它，絕對不要給罪留下一點餘地。千萬不要對罪說：『僅此一次，下不為例。』只要你容許罪往前走進一步，它就必定會繼續走下一步（參雅一14-15）。」此外，歐文又提醒我們，不要想跟自己的罪和平共處，而我們實在太常這麼做了。「人們確實會對自己說平安的話語，可是當他們在有關罪惡的事上向自己報平安時，並沒有把罪當成最令人憎惡的事



物。」當約伯最後認識到自己的罪時（參伯四十二6），他就「厭惡自己」並且在神面前悔改。當我們認識到罪惡的初步行動是何等的可怕，並且真的渴望脫離這項罪惡時，我們就會改變對自己能力的看法，轉而去仰望基督，求祂賜下能力來消滅我們裡面的罪，「為了治死你的罪，請把信心放在基督的工作上。」我們在對抗罪的時候會變得軟弱無力，但靠著我們與基督的關係（參腓四13），我們總是能夠獲得足夠的力氣和能力來戰勝罪惡。

歐文在著作的結尾回到基督在十字架上的工作，因為惟有靠此十架大工，我們才能夠對抗並戰勝那正在摧毀我們生命的罪。「很特別的是，治死罪是從基督的死而來的。治死罪是基督受死的重要目標，也是必定會完成的目標（參約壹三8；多二14）。如今，治死罪是聖靈出於大能的工作，祂能夠使人知罪（參約十六8-10），而且也惟有祂可以做到這一點。」

結論

在今天這個世代，大多數人（或許也包括讀這一章的你）會認為歐文的思想「過時」了，並且假設他的想法是歷史傳統的一部分，只會強調罪和基督徒生活中的失敗。我希望你在讀完這一章以後，不要有這種錯誤和失望的感受。事實上，歐文鼓勵人去認識罪以及直接、堅定地對抗罪，因為他關心人，希望他們在生活中經歷到神的愛

與賜福，並且在最終得到神所賞賜的平安。但歐文也承認從創世記第三章起，人類的內心一直有罪惡的問題。而在基督徒身上的情況是，雖然罪沒有被完全消滅，但是基督徒卻能夠脫離罪對我們的完全掌控。如果我們因為自己已經透過基督的十架大工而從罪中得以稱義，就經常對罪作出讓步，低估罪在我們生命中的影響力，像現代心理學常做的那樣重新定義罪，或是一心只想說服自己，罪並不是什麼大不了的事，那我們就真是太悲哀了！歐文的意圖絕非想用罪惡和罪疚感來加重我們的負擔，他反而是要教導我們，如何打這場絕對無法避免的戰爭，也就是天天與罪爭戰，將罪置於死地，好叫我們可以經歷神的拯救大能和恩典。唯有如此，我們才能體驗到所有人都渴慕的平安與福份。

當你讀歐文的論述時，會明顯看到他非常瞭解人心（包括他自己的心在內！）正因如此，他的論述主要還是針對教牧和輔導的問題。現代輔導員常常害怕談到罪，以為這樣只會把更多的重擔加在求助者的身上。但聖經的真理說，我們是活在一個墮落、有罪的世界裡，所以即使我們目前的掙扎不是起因於我們個人的罪，這個掙扎也仍然是這世上的罪所造成的。而且任何細心的人在讀完聖經後都會知道，試煉很容易會揭露我們的內心，讓我們看見自己還抓著什麼罪不放。歐文明白這一點，所以他對那些感覺自己過得非常舒適的信徒（亦即目前沒有遇到悲劇或掙



聖經輔導的任務與目標。若沒有盡力往這目標邁進，便辜負那些前來尋求幫助的人——即使他們離開輔導室時覺得心情好多了。我們的治療文化，太常以讓人覺得心情好一點為目標，而沒有對付那一開始造成我們痛苦的深層原因。許多輔導員也常常發現這種輔導取向簡單多了，於是就在不經意中欺騙了那些受傷的人。歐文挑戰我們，要更深地瞭解罪是如何在我們今世的生命中運作，又是如何與我們生活中的各種處境密切相關。因此，治死罪是我們每天日常生活中都要進行的操練，也是我們在生活中發現自己特定的罪時，所要採取的明確舉動。

歐文在〈信徒如何治死罪〉一書中沒有用焦慮、憂鬱或成癮等議題來直接幫助我們，但他所做的卻遠遠超過這些，因他在書中所指出的內心種種掙扎，不但會促成焦慮、憂鬱或成癮等問題，而且也會在人們產生這些問題時浮現出來。我只能鼓勵那些想幫助人的弟兄姐妹們，不但自己要聽從歐文的忠告，同時也要向別人指明這一條出路，也就是在生活 and 服事中實際地操練「認出罪」和「治死罪」的功課。



5



沒有人瞭解我的問題 人生就像基督徒的天路歷程^{註1}

本仁約翰（John Bunyan）於1628年出生在靠近貝德福（Bedford）的地方。他沒有受過什麼教育，只有過幾年的學校生活。當本仁約翰還是孩童時，他的品行道德就跟周遭大部分的窮小孩沒有兩樣，並沒有特別突出。在英國內戰時期（1644-1647年），他曾經服役上戰場。本仁約翰的太太家境並不好，她的基督徒父親送她兩本書當嫁妝——《平凡人的天堂之路》和《敬虔的操練》。她會陪本仁約翰一起讀這兩本書，但有好長一段時間，本仁約翰的靈命並沒有長進。隨著時間的進展，眾多深遠的影響紛至：一篇有關違反安息日的講道、朋友的分享（促使本仁約翰去讀聖經）、劇烈的靈命激盪（思索自己是否干犯不可原諒的罪）等等；結果，這些不同的影響讓他接受了基督。他不曾受過正式的教育，但他努力學習聖經，並受到清教徒偉人如歐文等人的尊崇；歐文還推

.....
註1 除非特別註明，本章的一切引述都出自本仁約翰（John Bunyan）的著作《天路歷程》第十一版，1903年由Fleming H. Revell Company出版。

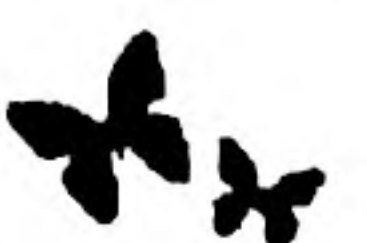


薦《天路歷程》給自己的出版社發行。本仁約翰以補鍋匠（即四處巡迴工作的金屬工人）為業，並不是什麼富貴顯達之輩。他在1655-1660年間開始到處傳道，因為沒有執照而被捕，關在貝德福郡監獄（1658年被捕，1660年遭到監禁）。接下來十二年的時間，本仁約翰以監獄為家（除了幾個禮拜短暫的自由之外）。其實本仁約翰要獲釋的條件很簡單，只需簽署不再無照傳道的保證書；但他忠於自己的信念，相信神賦予他傳福音的職分，使他無法同意停止傳福音，因此他拒絕簽名。本仁約翰在監獄服刑期間，還必須勤奮地製作手工製品（長型棉織墜飾），以販賣所得來供養處在監獄外的家庭。此時他開始寫作，並在1676年完成《天路歷程》的第一部份；但這部份直到1678年才出版問世，第二部份則是在1685年出版。本仁約翰在1672年因為查理二世頒布「宗教特赦宣言」，而終於獲釋出獄。接著他在貝德福擔任牧師，1675年因為查理二世撤回特赦又讓他再次短暫入獄。然而，本仁約翰的知名度使他在六個月後再次獲釋，繼續擔任牧師直到1688年去世為止。

《天路歷程》一出版立刻引起英語讀者的共鳴，並在1678年到1688年間再版十一次。從那時候起，全世界有成千上萬的人讀過這本書。這本寓言作品以故事的形式描寫基督徒的生活是如何展開，還有基督徒在這世上的旅程。本仁約翰選擇這種寫作形式，以說故事的概念有力地

抓住人心；同時也在書中直接教導如何強化基督徒的生命、避免試探和糾正當時代的錯誤觀念。這本書直到今天仍然擁有廣大的讀者，這明顯地證實了它的永恆價值。正因這本書提供如此寶貴的資源，讓我們更想知道這位在清教徒的傳統下，四處巡迴的浸信會傳道人，如何以故事形式來建立基督教的輔導。我們在本章只集中討論這本書的第一部，即「基督徒」前往「天城」的旅行故事。至於第二部是描述「基督徒」的家人最後終於追隨他一同展開基督徒的生活。

現代輔導工作非常注重幫助人理解事情，然後會透過說教的方式，來指出這些理解跟認知或行為的解決方案有何關聯。雖然有時候這樣做有其果效，輔導員卻常發現，受輔者為了深入明白教導的內容，而感到吃力。在跨文化的情境中，這種情形特別明顯；有時人們不習慣從理解和說教中得到幫助。在《天路歷程》中，本仁約翰就是要處理這個問題；但不是完全放棄教導，而是把教導融入一篇生命之旅的寓言中。這趟旅程成為本仁約翰分享自己思想的架構，也能非常實際地幫助人，讓讀者自覺跟著「基督徒」、「忠誠」、或「希望」這些人物的奮鬥，逐日前行。人們時常覺得自己的問題是最特別的，好像以前從來沒有人經歷過一樣。而認同《天路歷程》裡的人物，就是證實每個人的問題都有共通性的一種方法。今日後現代主義也強調故事的概念可以打動人心，這一點確實



沒錯！但他們典型的錯誤，是在於不願在故事中陳述來自神話語的絕對真理（而本仁約翰則公開承認故事的基礎正是聖經）；或者是落入另一個極端，亦即單單說故事而缺乏教導（本仁約翰把教導放在對話當中，但保持故事的形式，兩者兼備。）^{註2}

在輔導過程中，輔導員只要說故事就好了嗎？不！但現代的輔導技巧在幫助別人成長時，很容易輕看這種溝通方式的重要性。有一種說故事的方法是陪受輔者一起讀聖經中特定故事，像是約瑟的故事（創三十七～五十五章）、大衛的故事（撒下十六～二十四章）、馬利亞的故事（路一～二章；還有整卷路加福音的其他記載）。我們也可以陪受輔者一起讀本仁約翰的書，好幫助他們將這一段艱困的時期，化為他們整個靈命旅程或故事的一部分；幫助他們可以從別人曾經掙扎又得勝的過程中，得著鼓勵；同時也幫助他們從更寬廣的眼光來看當下的痛苦，明白這痛苦不過是更長旅程的一部分而已。希伯來書十二章1-3節的描述正是如此，說明基督徒生活有如馬拉松賽跑，一路上常有高低起伏、艱難或勝利。

.....
 註2 史提反 (Tom Steffen) 在 *Reconnecting God's Story to Ministry: Crosscultural Storytelling at Home and Abroad* (La Habra, CA: Center for Organizational and Ministry Development, 1996), 119-127, 此書中提到把說故事的形式用在傳福音的情境中，同樣也適用於輔導的方法範疇。

通往十字架的旅程

本仁約翰一開始就把「基督徒」(Christian)設定成追求解脫的人。他聽說自己居住的城市因為居民的罪惡滿盈而即將毀滅，所以展開尋找平安的旅程。這一趟旅程因為「肩上背負的重擔」顯得更加困難，他根本沒有辦法放下這個重擔。這裡的重擔指的是我們尚未相信時所背負的罪惡以及愧疚，而單靠自己的力量是無法挪除的；因為真正公義所要求的代價，是我們無法償付的。幫助一個人回憶最初相信基督的情形，對這人是有幫助的；不但可以提醒他想起神的救恩，也可以幫助他釐清自己是否有正確理解基督徒生命的起點。本仁約翰在整本書中不斷重複提到，許多人像是「無知」(Ignorance，注重自己的知識和學問，而非尋求神的智慧)和「智佬」(Wordly Wiseman，注重自己的道德而捨棄基督的公義)等人，他們同樣踏上通往神之城的旅程，卻是翻牆而入而不是從指定的門進入；他們想繼續這趟旅程，卻不願通過基督十字架的大門。他們雖然外表很屬靈，卻沒有從捆綁中得到解脫，仍然背負著重擔。既然罪的重擔繼續存在，難怪這些人會感到沮喪。我們每個人都應當像「基督徒」那樣問說：「我應該怎麼辦？」首先要關心的是，引導人把書中「基督徒」的起步，跟自己的經歷作個比較；問他是否像「基督徒」一樣，為了追求基督而「離開」自己的罪與生活模式？或者，在他尚未深入委身於基督前，就想混進教



會？正如書中的「善變」（Pliable），在啟程遇到第一個困難後，就決定放棄，寧願回到以前比較安逸的生活——但這安逸實際上是錯覺。如果對方尚未委身，那麼當下就是挑戰他委身於基督的好時機。如果他看起來已經真正地認識基督，那麼輔導員仍然能夠藉著加強他悔改信主的心志來幫助他，好叫他知道如何站穩並面對眼前的掙扎。

「基督徒」的第一個經歷是突然陷入「絕望潭」，「善變」立刻質疑他所追求的目標：「這就是你剛才告訴我的福氣嗎？如果我們一出發就碰到這種大釘子，那麼以後的路途我們還要吃多少苦頭？」「善變」出發的時候相信尋求神必定會一路伴隨舒適和良好的感覺，不認為在這個依舊充滿罪惡的世上，跟隨神是需要面對掙扎與困難的，也不知道在看不見神的時刻，只要我們堅持到底就會發現祂的同在。「善變」一碰到困難就決定轉身放棄；「基督徒」雖然遇到挫折卻持之以恆，最後透過「幫助」（Help）的幫忙重獲自由。「幫助」告訴他：「當罪人領悟到自己的墮落迷失，他們的心裡會產生許多懼怕、懷疑、沮喪、疑慮，這一切都會匯集流到『絕望潭』這個地方」。我們第一次求助神時，祂所提供的「幫助」不一定明顯可見；但祂確實會回應尋求祂的人（參賽五十五章；拿三6-10；羅十8-13），也在每個難關幫助委身於祂的人（參林前十13）。我們必須先經歷掙扎才能發現「幫助」，否則感受不到自己需要「幫助」。每位掙扎者眼前

的難題，都代表一個機會，讓人打開眼睛看到周遭的新事實，並在其中逐漸體驗、看見神的同在。即使他一開始覺得十分費解或困惑，但仍會證明神主動參與他每一天的生活。

「基督徒」繼續前行，仍然背負著罪疚的重擔，拼命想找到擺脫重擔的方法。本來「智佬」成功誘導「基督徒」偏離原路，選擇一條似乎更快除去重擔的岔路；還好「傳道」（Evangelist）及時找到「基督徒」，打發他回到原來的正途。我們在罪惡世界中，總是不停地想盡辦法，要除去愧疚與痛苦，因為我們不喜歡這種感覺！我們常採用各種錯誤的方法，或許能得到暫時的成效；但到頭來總令人失望，因為只有基督能夠帶來自由。在困境當中，我們禁不住去嘗試各種不同的途徑，好除去內心的痛苦，例如酒精、藥物、藉辭職逃避、或結束婚姻，找方法進一步麻痺自己（我們面對五花八門的各種選擇）。然而如同「基督徒」的發現，唯獨基督能夠移開我們身上一開始就有的罪惡重擔。對相信的人來說，只有基督的十字架能帶來自由。我們自行解決的方法最後總歸失敗，甚至使我們上癮，變成非靠它來減輕痛苦不可，而效果只維持一段時間就消失了，又必須再度回到成癮的習慣，結果就讓這種毀滅性的循環持續惡化下去。

「基督徒」跟「示意」（Interpreter）的對話仍然持續這類討論；「示意」提到「忍耐」（Patience）如何等



候神帶來的解脫，而「情急」(Passion)卻想「立刻就在今生擁有全部。世人也是如此，他們現在就必須擁有一切好東西，根本無法等到來世才得到屬於自己的福份」。這些人專心吃喝享樂，不能忍受基督所承受的掙扎與痛苦，不願承認苦難是走過這個罪惡世界之旅的重要部份。旅程必定有方向，「基督徒」的「天城」是代表信徒最後抵達的天堂，一個沒有憂傷、痛苦和眼淚的地方(參啟二十一4)。有趣的是，「傳道」和「示意」對「基督徒」說話的方式都堅定且直接，有時甚至近乎冷漠。可見本仁約翰瞭解，若要幫助一個人，我們在指引他們明白真理時必須態度堅定。對某些人而言，這可能是非常殘酷的；因為他們覺得神辜負他們(沒有賜下美滿的婚姻或好工作)，他們甚至打算要離開教會、放棄靈命的成長；當然，這個決定會導致可怕的結果。有時候，堅定地傳講真理也必須要求人不能用看似容易的策略來應付問題，反而要在黑暗和艱難的時刻，繼續尋求神。那麼，難道本仁約翰只關心陳述真理而沒有愛心嗎？他在書中提到「傳道」堅定地對「基督徒」說完話後，「親吻他、對他微笑，祝他一路平安」。「傳道」關心「基督徒」，但他的關心中，也包含了堅定的傳遞真理和正視真理。「傳道」在同一時間所做的，除了「用愛心說誠實話」(弗四15)以外，還鼓勵疲憊的掙扎者繼續前面的靈命旅程。一個微笑或一點幽默，都能使人更容易理解艱深的真理！

當然，在本仁約翰的故事中，「基督徒」在尚未抵達基督的十字架之前，都還不算是一個信徒。我們可以利用故事開頭的這部份，來幫助遇到問題的人，檢視自己對基督的信仰經歷，並且指出「基督徒」在認識基督前所體驗到的這些事實；對每個即將展開基督徒生活的人來說，也同樣真實。「我夢見『基督徒』靠近十字架，他的重擔立刻鬆脫、從肩膀、從他的背後滑落，一直翻滾，最後落入墳墓的洞口，我就再也看不見它了……。」『基督徒』非常驚訝，看見十字架竟然可以卸下他的重擔。」十字架的弔詭就在於，帶來痛苦的刑具和殘酷的死亡，竟然變成我們可以經歷自由的地方，因我們的罪孽已經被十架上的基督挪開；因此當我們相信時，我們就確信自己被宣判無罪了。「如今，那些在基督耶穌裡的不定罪了」（羅八1）。或許對那些我們想幫助的人來說，他們不曾真正經歷過基督所帶來的自由，他們用自己的方式翻牆而過、選擇捷徑，沒有沿著通往十字架的道路行走。也或許他們在自己的難題中，只需要別人的鼓勵就能轉回十字架的道路上，承認神為他們成就之事。我多次聽到信徒在輔導的過程中說：「但願神能做些事來證明祂關心我，那麼我就有辦法從憂鬱中走出來。」此刻，輔導員應當做的就是，提醒他們神已經有所行動，基督的十字架已經充分表明祂對我們的寬恕和憐憫。今日神確實繼續動工，在看不見祂有任何舉動的時候，十字架仍屹立不搖，全然顯明祂的饒



恕、慈愛和憐憫要賞賜給相信的人；因為基督在十字架上的可怕死亡，已為我們付上了代價。

在基督裡既喜樂又困難的旅程

「基督徒」卸下重擔後立刻往前直奔，心中雀躍又歡喜歌唱。認識基督並經歷祂的赦罪，通常會帶給每個人喜樂的時刻。然而接下來，我們會發現自己仍活在罪惡的世界，不得不慎重承認這個罪惡世界的真相——它可能是恐怖、令人沮喪且無法對抗的。但我們也不要忘記自己從十字架所領受的喜悅依舊真實，只是在生活的試煉之下，讓人難以體會罷了。會有這些情況，正是因為我們的人生是一場屬靈旅程。我們往往透過當前的困難來看待人生，沒有把人生當成是基督會為我們創始成終的旅程（參來十二2-3）。我們若持續定睛在基督身上，以祂為這場競賽的終點，以祂為旅程的目標，那麼我們也可以像基督那樣，完成自己的旅程。接著「基督徒」遇見三個人：「懶惰」（Sloth）、「無知」（Simple）和「傲慢」（Presumption）。他們三人很快就感到疲累而入睡，沒有繼續往前走。我們需要思考受輔者目前的屬靈生命到達什麼地步，他們是否確實來到基督面前？若果真如此，他們是否能夠堅持走在靈命成長的過程中？或者因為倚賴自己當初的經驗而停頓不前？這三人的光景就是處在靈命的灰色地帶，看不清這種情況所帶來的危險。停止成長會使我

們在困難來臨時，變得更脆弱；因為當我們看不清楚危險的時候，我們就不會去尋找信靠及明白神旨意的力量。輔導員必須鼓勵他們，不要單把目標放在改善目前的問題；更重要的是透過目前的困境，努力追求靈命的成長，並且與「基督徒」一同持續前行。

「基督徒」在途中不斷回想十字架帶給這次生命之旅的福份。其他人如「拘禮」（Formality）和「偽善」（Hypocrisy）問說：「如果我們已經上路了，那又何必在意從哪裡進入呢？」「基督徒」回答說：「我是遵照我主的命令去做，你們是隨著自己的妄想任意而行；賜道路的主早已把你們當成賊。所以我認為你們到終點的時候，一定會被識破。你們用自己的方法而不照祂的指示進入，想必你們也會孤單的離開，得不到祂的恩惠」。天路歷程的重點在於起點，離了基督就不會有最終的成功之旅；所以知道自己走在正確的人生道路上，是一件蒙福的事。提醒掙扎之人想起自己因信靠基督而有的福份，是一種能夠安慰他們的方法。但接著他們必須把這種福份當作持續走這條正路的力量，瞭解這趟旅程不能停留在十字架的起點上（就像門徒們在登山變像時想做的一樣；參路九28-36），因為生命之旅是從今生延續到天上榮耀的永生。天路歷程通常都不容易走，「基督徒」接下來抵達「艱難山」下。

來到山腳下，原先從窄門進來的正路旁邊，出現了



兩條岔路；一條通往左邊、一條通往右邊。只有窄路是直通山頂，此路名叫「艱難」。

我看見「基督徒」走上山頂，但因山勢非常陡峭，我注意到他從跑步變成慢走，從慢走變成爬行前進。大約在半山腰的路旁，有一座美妙的涼亭，是高山之主為了疲憊旅人打造的，讓他們能夠恢復體力。

「基督徒」在途中選擇艱難的道路。本仁約翰以極度寫實的方式，形容「基督徒」陷入爬行的窘境，但仍努力前進。「基督徒」後來發現一個休息的地方，神在那裡使他重新得力。我們常在某些時刻覺得自己撐不下去、沒有力量了。事實上，我們需要做的不是迅速攻頂，直上「艱難山」，也不是用流暢的步伐快速前行；我們需要做的是，即使爬行也絕不放棄。我喜歡偶而去健行爬山，還記得多次在人跡罕至的山路上，因為山勢陡峭或位於高海拔，我的身體處在缺氧狀態，常常為了努力控制呼吸而喘不過氣來。有時候實在很想停下來，但又鼓勵自己要繼續往前。這就是本仁約翰描寫「基督徒」的光景——繼續往前，神會在途中賜你力量，恢復你的體力。屬靈的得勝，並不代表我們可以輕易度過難關，而是意謂著靠著神的憐憫，我們才能夠度過困難——雖然要耗費很大的力氣！

有人以為「基督徒」攻頂後的路途會比較平順，但他要進入奇妙的「美宮」前，迎面遇見兩隻可怕的獅子。先前「警醒」（Watchful）已鼓勵過他，兩隻獅子被鍊子

拴住；只是人不容易看見鐵鍊，因此他必須相信而大膽通過。同行的「多疑」（Mistrust）因為害怕獅子而轉身離去，「我看到他繼續往前走，雖然因為害怕而顫抖不已，但他努力記住守門人（Porter）的指示。他聽到獅子咆哮吼叫，但牠們卻無法傷害他」。這個罪惡世界會出現許多危險，有時實在令人心生畏懼。當陷入掙扎之人看到生命和世界似乎快要崩解，情勢越來越嚴重時，也會產生這種恐懼的感受。但在我們無法看清楚的這些時刻，就必須憑著信心行事。信心不是建立在我們看得見的事上，而是「所望之事的實底、未見之事的確據」（來十一1）。

「基督徒」擁有神同在的應許，但也會遇到仇敵獅子（參彼前五8）。我們是應當謹慎小心，但也要持續下去，以神看事情的觀點為基礎，而不是靠自己的觀點。在許多人身上，憂鬱會逐漸扭曲他們看待周遭世界的態度，很容易把每一件事當成災難，採取最壞的可能解釋；開始覺得自己在每件事上都失敗，或自己早就被全世界遺棄。努力從神的觀點來正確地看待自己和世界，是非常重要的，能預防我們陷入害怕事情發生的惡性循環裡；其實事情並不是一定會發生，而是扭曲的現實觀導致我們作出錯誤的決定和反應，錯把失真的感覺當成新的事實。我們要理解這是一個充滿仇敵的可怕世界，包括物質和靈界的仇敵；所以我們要謹守聖經的教導，常常從神的觀點來看自己的懼怕，因為當我們恐懼時，祂總是與我們同在（參賽四十三



1-7；詩二十三），並且保護我們。

一個遇到困境的人或許會問：神的保護到底是什麼？許多人以為神的保護必定像「基督徒」遇到獅子卻安然無恙，使我們看到仇敵被拴住，無法加害我們。但不久之後，「基督徒」經歷到不同型態的保護。他和朋友「忠誠」（Faithful）因為信仰而被監禁在「浮華市」（Vanity Fair）。兩人受到嚴刑拷打，結果神保護「忠誠」的方法不是救他的性命，而是讓他直接結束生命的旅程、享受與神同在的福份。「基督徒」受到保護的方式不是免於折磨，而是在痛苦中靠著神的力量獲釋、繼續往前走。我們時常把神的保護和護理，定義為神蹟式的拯救，而不是從更深遠的永恆觀點來看。我們一定要明白這個重要的真理，如此，就算神沒有以我們期待的方式回應，我們也不會因為期待落空而陷入更深的沮喪。

當「基督徒」在「美奐宮」（Lodge）休息時，有機會跟「慎思」（Prudence）、「仁愛」（Charity）、「虔敬」（Piety）三位姊妹暢談屬靈的事。「慎思」問他是否仍然帶著遇見十架前的「某些東西」；他回答說：「有，但這實在不是我願意的；尤其是那些我的思想和肉體想要的東西，那些是同鄉們和我自己都喜愛的私慾。如今，這一切成為我的憂傷；如果我可以選擇屬於自己的東西，那我寧願選擇不再想到那些事物」。來到基督面前代表我們罪得赦免、從罪的轄制下得到自由，以及聖靈得以進入、

住在我們生命中。只是悔改歸信的經驗，無法自動剷除我們一切錯誤的思想和欲望，所以，若要持續的成長，不斷地委身是非常重要的。此外，我們得承認神會利用生活中的困境，不斷督促我們遠離殘留的錯誤思想與欲望。掙扎的過程會揭露我們的內心；即使掙扎的本身並非源自我們直接犯的罪，但我們仍然會在困難的壓力下，開始看見心中所殘餘的罪。

也或許，導致我們瀕臨絕望的原因不是直接的失敗（當然也有此可能！）；但即使如此，神也會透過苦難讓我們一瞥自己的內心，看我們的罪性是否仍在運作，驅使我們作出不符合聖經的反應。不是所有的問題都源自自己的罪；然而當別人得罪我們時，要意識到自己的反應可能反映出我們裡面的罪性。體悟到這點並不一定表示你能勝過它；靈命是一段成長的旅程，絕不是一趟可以快跑完成的百米衝刺。若缺乏這種認知，便會妨礙自己靈命的成長。我們從書中其他人物身上可以看到：倘若人忽略自己犯罪的傾向，他就不可能把罪帶到神面前，來加以對抗並且得勝。從這個角度來看，一個人的沮喪感之所以能夠成為祝福，是因為沮喪讓他在旅途上再多走幾步，領悟到自己信主前一直存在的犯罪模式，同時也在這幾方面得到激勵與成長。

「基督徒」準備離開「美奧宮」時，姊妹們堅持要他穿戴盔甲、盾牌和武器。顯然這裡對應以弗所書六章



10-18節的內容，本仁約翰提醒讀者在前進旅程時要穿戴神所賜的全副「軍裝」。「基督徒」再次提醒我們一個事實，今生是一場經常性的屬靈爭戰，不僅與自己的罪性搏鬥，也要與世上屬靈氣的惡魔爭戰。我們若手無寸鐵的前進，就是濫用神保護的應許。我們若想自製武器、倚靠自己的力量，就會像「基督徒」那樣，迅速受到敵人攻擊而失敗。「亞波倫」（Apollyon）出現後利用辯論和懷疑的陷阱來攻擊「基督徒」的信心。牠指出「基督徒」不忠於神的例子，並質問他為什麼認為自己可以繼續事奉神？「基督徒」承認：「這些都是真的」；但他也注意到「亞波倫」只舉出部份事實，故意不提神應許的赦免和恩典，要豐盛賞賜給凡相信祂的人（參約壹一9）。當「亞波倫」發現無法用部份真理來迷惑「基督徒」時，牠便展開真正的攻擊。唯有神的盔甲可以讓「基督徒」在這場「我所看過最恐怖的戰役」中獲勝。儘管如此，戰爭結束後，「基督徒」也受傷了。

若想把這部份故事應用到實際生活中，我們會想到那些對抗沮喪的人有如捲入一場戰爭，被沮喪往下拉扯、陷入全然的絕望。錯誤的念頭在他們心裡翻攪：「像我這種基督徒的生命實在無用」、「我的罪惡深重，連神的憐憫也無能為力」、「換個妻子會讓我快樂一點」……等等；唯有神的真理可以溫柔且堅定地對付這些想法。沮喪的人陷入難以獲勝的可怕戰役中，他們需要再次用神的盔

甲——真理、祈禱和信靠——來戰鬥，而非倚靠自己的盔甲。道德主義喜歡用人的智慧當作武器，但基督徒必須使用神的智慧做為兵器。因此回顧以弗所書六章10-18節的內容，將對他們十分有幫助。接著輔導員可以再提供具體的作法給陷入沮喪的人，學習如何穿戴神的軍裝且實際運用出來。

或許有人立刻會想，在擊敗「亞波倫」的偉大勝利後，「基督徒」將再度啟程且一帆風順；事實剛好相反，他發現自己來到「『死蔭幽谷』」，『基督徒』必須穿越過去，因為通往『天城』的道路就在『死蔭幽谷』當中。這個山谷是一個非常偏僻的地方，先知耶利米曾如此形容：

『經過曠野，沙漠有深坑之地，和乾旱死蔭、無人（除了『基督徒』）經過；無人居住之地。』（耶二6）對『基督徒』而言，此時此刻反而比對抗『亞波倫』更難以忍受。「基督徒」的經歷有如中世紀所描述的「靈魂的黑夜」，這時似乎全面幽暗，看不到前面的路，肯定也看不到神。我們該怎麼辦呢？許多人想停止前進，或只想趕快逃離黑暗。但穿越靈魂黑夜的方法，就是緊緊抓住我們對神的認識，還有祂在我們生命中的作為，一步一步持續前進。此刻的感覺愉快嗎？當然不！此刻的做法比較輕省嗎？或許沒有！雖然我們感覺「靈魂的黑夜」有如永恆之久，但事實並非如此！在這種處境中，我們要繼續往前「跑」或往前「爬」，絕對不要被黑暗完全淹沒。



「靈魂的黑夜」在文學作品中是個常見的主題（不論作者是基督徒與否），詳盡描寫有些人在每件事都看似無望時仍然堅持下去、沒有放棄希望。我很喜歡閱讀早期極地探險的故事，描述一些本來沒有存活希望的人，連自己都不相信有生還的機會，但卻繼續努力奮鬥。這些人包括雪克拉頓（Earnest Shackleton）、摩森（Douglas Mawson）等等。其中多數人（雖然不是全部）得以生還；但那些喪失信心、放棄盼望之人的故事也流傳了下來。我對摩森死裡逃生的故事印象深刻；他的兩個夥伴相繼死亡，他因為維他命A中毒（那個年代尚不知道這種病症）而痛苦不堪；他的食物掉落岩石縫隙，接連幾個星期都是暴風雪，他根本得不到援助；不過他仍然奮力再前進一百英哩。另外，史考特（Robert Falcon Scott；第二位抵達南極的人）的狀況也十分惡劣，他似乎放棄了希望、在帳篷裡安靜等死，他沒有繼續嘗試、克服困難，事實上，他只要再奮力走二十英哩就能抵達食物站。雖然這些人的故事跟他們的靈命無關，但在文獻中顯示出，人們明白在「黑夜」中進退兩難的困境——是要堅持到底呢？或是放棄、自殺、坐著等死？最引人入勝的是那些堅持到底、完成不可能任務的故事。書中「基督徒」也堅定不移的通過「死蔭幽谷」。在困難當中掙扎的人需要鼓勵，才能堅持作出符合聖經的決定；即使表面看起來沒有果效，或者努力禱告也沒有回應。但神就在黑暗當中，反倒是我們需要

努力才能看得見祂。

幫助別人分辨生活中的罪（不管是問題的肇因，還是對問題的回應）和試探的差別，也是非常重要的。當「基督徒」忍耐通過死蔭幽谷後，我們得知「有一個惡鬼跟在後面、悄悄靠近他，在他耳邊低聲暗示許多嚴重褻瀆神的話；導致『基督徒』真以為那些話是出於自己的內心」。當人陷入沮喪之類的景況時，出現試探的機會必定升高；只要我們變得軟弱，試探必定變得更強。一旦人們察覺試探和其醜陋，常讓人陷入更深的絕望。他們會自問：一個基督徒怎會有這種思想？怎會渴望做這種事呢？如此一來，他們便把試探當作是罪。試探其實不是罪，屈服於試探才是罪。「基督徒」能夠看清這一點，了解自己並不喜歡的想法並不是出自內心，他也拒絕對此作出回應。所以說，這些思想僅止於試探——嚴重又強烈的試探，卻不是他所犯下的罪。我在輔導過程中看到有人給自己加增太多罪擔，但其實那不是罪而是試探。幫助這些人瞭解罪與試探的差異，將有助於他們在面對試探時更堅定不移。「基督徒」繼續前進，他清楚聽到另一個聲音說：「我不怕遭害，因為祢（神）與我同在」。「基督徒」意識到神的同在，「他心裡想：雖然眼前有阻礙，使我看不到祂，但祂必定與我同在。」他不是單憑眼見而是憑著信心前進。他看不見神，卻堅持相信神在黑暗中的同在，是人的眼睛無法透視的。請注意在此黑暗當中，「基督徒」



聽到其他信徒的聲音，幫助他堅持信靠神。輔導員非常適合在別人的黑暗中發出那樣的聲音，鼓勵、帶領正在掙扎的人回到真理。最後，本仁約翰提到「基督徒」通過幽谷後，透過「天光」往回頭看，才準確看見自己所經過的整個過程。當大光發出或簾子拉開後，神會讓我們正確看到自己所經歷的時刻；只是當我們通過黑暗時，祂不一定讓我們明白。

與其他信徒同行

在輔導過程當中，尋求幫助的人可能已認同我們所說的，也能透過未來的亮光來回顧過去；但他們仍感到十分疲乏。對他們而言，結束輔導尚言之過早。他們需要與其他信徒交談，得著友誼和力量，才能繼續從問題中勇往前行。這些同伴可能是輔導員或其他成熟的基督徒，一路幫助他們穿過困難、持續前進；期待他們已開始用不同的眼光來看待問題——即使問題依舊存在。本仁約翰讓「基督徒」與「忠誠」碰面，藉此表達這種看法。兩人一見面就有一番長談，討論過去的屬靈旅程，還有尋求更瞭解神的話語。有趣的是，我們看到有時「忠誠」引導「基督徒」明白真理，下一刻卻變成「基督徒」對「忠誠」解說真理。這幅畫面說明，在基督徒的生命旅程中，每個人都互為夥伴，都有各人的難題。我自己身為輔導，或許有人因為我的某些恩賜與專長，而求助於我；這是正確的過

程。然而，如果我忽略我們雙方共有的旅程（共有的旅程是指每個人都會有的經歷；雖然我們經歷的方式、細節和反應不一樣），我在輔導中提出的幫助就對他們會顯得很遙遠。我若以同受苦難的身份切入，才能夠分享自己的生命之旅；就像「基督徒」和「忠誠」彼此對待的方式一樣。必要的時候，我會把自己學會的真理，堅定地向對方說明；同時也聆聽他們要對我的生命說些什麼。

「基督徒」和「忠誠」兩人繼續前行，他們來到了「浮華市」。這個城市提供世上一切享樂，存在許多令人分心的誘惑，使身歷其境的人無法思考這些快樂是否合乎神的心意。「基督徒」和「忠誠」兩人實在值得稱讚，他們的信心不動搖，也不接受一切引誘的刺激。結果不料竟被控有罪，原因是他們不承認城裡商人所說的謬論；勃然大怒的商人鞭打、逮捕他們。按照聖經做正確的事不一定立刻帶來美好的後果。約瑟在創世記三十九章有同樣的經歷，他拒絕試探卻被「陷害」，冠上他所拒絕的罪名而受刑。我們要實踐聖經的教訓時，必須要理解這樣做不一定能免除所有問題。我們若在工作上拒絕執行老闆所指示的不道德行為，就很可能遭到排擠甚至解僱，不會因為勇敢又公正的表現而受到讚揚。我們仍活在墮落的世界，世上沒有真實又完全的公義。基督再來時才會帶來公義，設立新天新地；但如今，好行為有時反而會遭遇不好的後果。這也成為我們信靠神的另一項考驗：我們是否確信祂會按



照自己的時間與方式，帶來公義的審判？或者我們認為基督教的想法已經不管用、可以棄之不顧，為了避免不好的後果，我們可以任意而行？假如「基督徒」和「忠誠」否定自己的信仰，他們就能毫髮無傷的獲釋離去；但他們拒絕這樣做。當我們面對同樣的情形，也要作出符合聖經教訓的正確決定，並承擔可能的負面後果。這個真理為何如此重要？因為我們都必須在所面對的情境中作出選擇，當我們理解神的同在後，就比較容易作決定。祂的同在，代表我們只要採取正確的步驟，那麼每件事最後一定有奇妙的結果。我再次地說，我們很容易看重今生凡事都順利，而沒有看到神的重點是在我們人生旅程的終點——唯有神能夠清楚看見，而我們不能。每個人都需要愛自己的配偶，即使表面看來這樣做對婚姻沒有什麼幫助。我們必須做出符合聖經教訓的正確行為，但原因不是為了獲得所期待的後果。

「基督徒」離開「浮華市」後，他跟「騎牆」（By-ends）展開一場對話。「騎牆」提到：「對於當前形勢的判斷，我一直都很幸運；所以不管如何，我都能順應情勢。」換句話說，「騎牆」追隨社會和文化的潮流趨勢，絲毫不問這些趨勢是否符合聖經教訓、或只是順應風俗習慣而已。遇到難題的人常發現周圍充斥著許多勸告，要他們在最恰當的時間內，從這些勸告中理出頭緒來是很困難的，何況他們已經陷入沮喪，根本無法深入思考。一位好

的輔導員必須引導人從當今的潮流，轉向永恆的聖經解答。現代心理學和精神醫學，確實可以提供我們某些正確、相關的觀察資料，幫助我們理解別人的特殊問題。這可能是因為某些研究者具備很深厚的聖經基礎，或者是神的普遍恩典讓不信的人有時也能發現祂的真理，所以，有一些研究發現與解答也符合聖經觀念。然而平心而論，我們發現心理學或精神醫學（其他領域也是如此）會隨著時代而起落、循環，只是其中有些流行理論會被推上前線，用來「解答」掙扎者的問題。這不是說每種流行理論都不正確，但顯然其中的危險在於，因為有許多「專家」的推薦，大家就廣泛地接受或認定它。「騎牆」的思維方式就是如此，隨時見風轉舵、臨機應變。本仁約翰的觀點是典型的清教徒思想，他反對我們隨便接受時尚的方式，來描述和解決問題，而沒有回歸神永生的話語，深入地理解如何把聖經應用在當前的問題上。我們必須從現代的角度來看人們的問題，因為這是受輔者和輔導員的生活處境；但我們也需謹慎，不可忽略歷史，尤其是古老的聖經。聖經的教訓有時候跟現代思想一致，但更多時候我們要像「基督徒」所說的：「你不可隨從時勢潮流；在我看來，你已違背你自己的原則。」歷史上的流行風潮有其循環性；但若非建立在神的真理上，最後終將消失不見。遇到問題的人很容易緊抓住一種流行思維不放，寄望它能夠提出快速又簡單的保證！但輔導員必須引導他們回到比較符合聖經



教訓的應用上。

「騎牆」先生繼續說：「我絕對不會放棄我本來的原則，它們既無害又有很多好處。」我們從他們的對話中看出，「基督徒」若是生在現代，一定被視為偏執又堅持己見。事實上，他是要指出錯誤的原則會帶來禍害，虛假的「真理」絕對不會是無害的。當我們用合乎聖經的原則來輔導現代人時，也會遇到同樣的問題。是的，我們應當盡量在討論中保持愛心，並且尊重不同的意見；但同時，我們也要對真理堅定不移。今天有太多基督徒相信「騎牆」的看法，以為我們何苦大費周章來討論聖經對憂鬱的看法，何必闡述聖經對身心關係的觀點、並用它們來決定如何處理憂鬱的問題。我們為何不乾脆隨從潮流、採用那些似乎可以解決問題的好方法？有時候，沒有聖經基礎的方法和理論的確可以使人暫時得到幫助；但那些方法若不符合真理，我們怎能確信最終人們可以得到長遠的幫助呢？我們相信，凡不是建立在聖經基礎的方法，最後一定會令人失望（我已經看過太多這樣的例子）。所以說，以聖經真理來理解人的身份、困境，並幫助身旁尋求引導的人，這確實是一場爭戰。我們必須記住，輔導的目標並非只是提供一時的幫助（正如流行思潮的作用），而是要在以後漫長的人生旅程中來幫助他們。假使一個人已經接受當代不完全正確的思想，那麼輔導員若沒有把這些想法納入討論，就是十分不智的。我們在討論時仍要語氣溫和，

但態度要像「基督徒」那樣堅定不移。因為「基督徒」知道這些思想並非毫無傷害，一定會導致未來的錯誤，會搖動我們靈命成長的根基。在《天路歷程》這本書中，凡是沒有持續努力尋找神真理的人，他們最後的結局都是偏離正路、遇見嚴重的禍害。

同樣地，「盼望」和「基督徒」遇見一些想用財富和成功來迷惑他們的人，並且立刻展開對話。神可能透過金錢和成功來祝福人，這兩樣東西未必不好，卻不應當成為我們人生追求的目標。我們注意到書中的「底馬」（Demas），他想盡辦法引誘「基督徒」停下來參觀銀礦。「基督徒」問說：「那個地方不是很危險嗎？不是已經害死許多走天路的人嗎？」底馬紅著臉回答說：「不會危險啦！除非是你不小心才會掉下去。」。當然危險！因為金錢很容易讓人「上癮」，使我們暫時逃避自己的問題或痛苦，但終究使我們陷入更深的網羅。兩人離去後，「盼望」有感而發的說：「我向你保證，如果『騎牆』也在這裡接受同樣的邀請，他一定會進入觀看」。「基督徒」說：「這也難怪，他的原則信念會導致他走那條路，他必死無疑」。「騎牆」在某些時刻所作的選擇或許無傷大雅；但他的思想建構基礎終必使他在面對試探時毫無招架之力，導致他犯罪、面臨深邃且永久的毀滅與捆綁。類似的掙扎今天仍然存在！當人們開始想從神的角度，來更正確理解自己的處境，並且尋求神現今要他們做什麼時，



他們仍然可能會感到沮喪（至少在一段時間內）。而假若他們的目標建立在某些錯誤的思想，或遵循某些現階段無害的潮流而走，他們將會遭受更具毀滅性的試探——就像「底馬」的例子所顯示的一樣。

天路歷程的訓練

他們繼續往前來到一條河流，叫做「生命河」，在那裡享受一段飲水、觀賞和休息的時間。正如「艱難山」有安歇之處，神有時也會讓我們在世上體驗深切的平安與喜樂。這些時刻並不常有，但不代表它們不會來臨。我們在幫助別人時，有時必須要求他們回憶自己當初得救的經歷，還有在他們生命中其他真正感受到神同在與動工的片刻。把這些記錄下來，可以幫助他們度過那感受不到喜樂平安的時刻。人生旅程有考驗的時刻，也有心曠神怡的時刻。我們的心很容易從眼前的艱難來看每一件事，並且投射到明天和未來，因此覺得毫無盼望可言；但在磨難的時候回想安息的時候，可以幫助我們對抗這種思想。身為一位輔導員，除了進入永生以外，我無法預測重新得力的時刻何時會臨到一個人，但我很確定這個時刻必定屬於那些沒有放棄、持續勇往直前的人。即使一個人理解自己陷入沮喪的原因，還有自己應當採取什麼行動；他仍然需要別人的鼓勵。因為瞭解和開始步上正確之路，並沒有辦法神奇地立刻把人送到「生命河」。我們時常需要別人鼓勵

我們繼續前行，並且要把信心建立在神的本性上，以及祂先前在聖經、教會歷史和我們生命中的作為上。本仁約翰進一步闡述這個重點，整本書中他都提到「基督徒」有時會瞥見目標——「天城」，但在其他時間卻看不到。我們的生命也是一樣，得勝是屬於雖看不見「天城」卻仍繼續前進的人；而站在一旁的鼓勵者不只要幫助他們爬上「陡坡」，還要提醒他們所瞥見的天城是真實的，且一定還會重現在他們眼前。

「基督徒」所犯的下一個錯誤是引導「盼望」通過一片田野，它看似跟原來的路徑一樣，其實卻是錯的；兩人因此遇見大水。還好他們有智慧轉回原來的道路，「但在這個時候，大水卻急速高漲，讓走回去的路顯得十分危險（我認為從正路走到岔路，遠比從岔路走回正路要容易得多）」。如果我們的罪使我們陷入困境，那麼要回到原來之處並不是一件容易的事。從某方面來看，悔改認罪是很容易的，只要轉離我們的罪，向神認罪（如果是得罪人，還需要向人認罪）。然而在祈求原諒和悔改的兩個步驟上，我們往往很難做到；悔改的步調可能十分緩慢。如果有人不斷在婚姻裡重複犯罪，那麼即使是要求配偶的原諒並開始照聖經的教訓來愛對方，也未必會在他們身上產生立即的正面效果。他們可能會懷疑自己到底在做什麼，甚至全盤否定悔改的價值。從罪惡回轉可能十分困難，但卻十分值得我們努力去做；因為罪惡的道路終將導致完全



的毀滅。書中證實回轉的路極度艱難，「基督徒」和「盼望」為了躲避大水而誤闖「絕望巨人」（Giant Despair）的地盤，兩人因此被逮捕拘禁。「絕望」還慫恿他們不如自殺算了，死亡比接受折磨來得更容易。事情的演變開始惡化，「『基督徒』似乎再次想要自殺，但『盼望』再次鼓勵他」。「盼望」提醒「基督徒」他們來自何處及過去的經歷，並且提議兩人「盡可能的堅持忍耐到底」。基督徒是否會走到徹底絕望的地步，甚至要結束自己的生命？是的，有可能！想自殺並不代表這人不是基督徒。本仁約翰承認我們可能遭遇極大的黑暗深淵，他讓「基督徒」有智慧對抗「唯有自殺一途」的念頭。這是任何基督徒在難以承受重擔時都會有的試探。他們應當採取行動嗎？當然不！「盼望」的回答成為歷世歷代安慰人心的話語，使人深入看見事實的全貌，耐心等候神的拯救。輔導員就是站在「盼望」的立場，安慰人不要為了想結束生命的念頭感到羞愧，並且要鼓勵他們再次想到神過去、現在和將來在他們生命中的地位，藉此轉移自殺的念頭；並且在他們面對嚴峻的考驗、磨難時，激發他們所需要的耐心。

後來兩人又回到這個主題。「基督徒」分享了「小信」被搶奪金錢和財產的故事，身上只剩下進入「天城」的通行證。

通行證還在，這對他而言是一件好消息，他應當好好使用。但講故事的人告訴我說，在接下來的路途中，

「小信」一直對自己被搶的事耿耿於懷，幾乎沒有用到通行證。實際上，他在大部分的旅程中都忘記自己有通行證。每當他想到通行證還在，就得到安慰；但損失財物的念頭又立刻在他心裡點燃，幾乎要把他吞噬殆盡。

「小信」看不見神的賞賜，因為他只專注自己的損失（或沒有得到的東西）。特別在憂鬱和焦慮的當下，我們很容易專心注視自己沒有的東西，例如：平安、恩愛的伴侶、豐衣足食等等；卻錯失神給我們的供應。至於那些有偏執和強迫症的人，為了避免焦慮而專注在舊習慣上，反而沒有發覺神的賞賜，結果只帶來更慘重的損失。

輔導員的目的是拓展一個人的眼光，不要集中在令人難過的損失上，而是要看你仍然擁有的部分。你在基督裡有永生；你的罪已經得到赦免；你有一位好朋友，即使每個人都離你而去，祂仍與你同在。你必須看見自己擁有壓倒性的永恆福份，好平衡你的損失；因為「祂在基督裡曾賜給我們天上各樣屬靈的福氣」（弗一13）。

這些福氣並不一定會以「福氣」的外貌出現，例如神對我們的管教也是一種祝福，證明祂對我們的愛（參來十二5-6）。「基督徒」和「盼望」看見「發光的人」（Shining One）出現，責備他們聽從假先知「諂媚」的話：

他嚴厲斥責他們，教導他們應當行走正路。他是這樣說的：「凡我所疼愛的，我就責備管教他；所以你要發



熱心，也要悔改。」說完這話，他就吩咐他們繼續行走天路，留意提防其他牧人的指示。兩人向「發光的人」道謝後，順服地繼續行走正路，邊走邊唱歌。

每當遇到困難時，我們能否接受神在當時的管教，並且把管教當成祂的慈愛？通常這都難以接受，我們再次需要幫助，才能把不喜歡的困難當成神的管教，為要引導我們回到正途，並救我們脫離將來的苦難與審判，減少我們被關在「絕望巨人」城堡的時間，或避免落入其他更糟的下場。

在輔導受到傷害之人的過程中，我們需要考慮其他種種危險。「基督徒」聽到「無知」（Ignorance）說：「我絕不相信自己的心是如此敗壞」。「基督徒」回答說：「神的話語提到，世人的道路彎曲、邪惡又固執；人的本性偏離正路，卻又毫不自知。因此，當我們認識到自己有多麼敗壞時，我們的意念才算是謙卑的，因為這種想法跟聖經上所說的一致。」「基督徒」的話在此警告世人，不要落入現代人文主義的思想陷阱，誤以為每個人基本上都是好人，只是偶而會犯錯。事實上我們都是罪人，即使我們沒有犯下大錯，但若缺少基督的大能，沒有人能夠做出正確的事。因此，我們必須持續信靠基督，與祂保持連結。遇到困難的人大多會走上某個極端，若不是把注意力全部集中在自己的失敗和罪惡上，以為神無法拯救像自己這麼邪惡的人，就是把自己的罪當成小失敗，不足以

代表他們個人的核心價值。若真是如此，這些人就不會注意神要深入地改變他們的生命，反而只嘗試在表面上收拾善後。「基督徒」警告我們要正確看待自己在神面前的身份，好讓我們在基督裡確實成為應有的樣式。「基督徒」和「盼望」稍後從良心的角度來思考這個觀點。

這種人雖然良心覺醒，但心思卻不曾轉變。因此，當罪惡感一但消失，信仰熱誠也就冷淡了，便自然又回到老路上去……。等到罪疚和對地獄的恐懼消失後，他們對天堂的渴望和喜樂也消逝不見，再次回到老路上。

唯有讓良心真實地敦促我們認罪，並且悔改、追求靈命的成長，此刻良心才開始生效。

天路歷程的尾聲

最後「盼望」和「基督徒」穿越「死亡河」抵達天城，這趟旅程終於結束。顯然，我們幫助的對象尚未達到這個生命階段。無論如何，我們盼望陪伴這些人走過基督徒的旅程，讓他們從走天路的眼光來看自己現今的問題，並且在當下採取必要的步驟來達到靈命成長，好幫助他們預備迎接旅程的下一個階段。我們每個人都行走在天路旅程中，不論我們是否願意，問題在於，我們是用謹慎的態度行走，還是盲目地跟隨「世風潮流」而行。一位好輔導員會幫助人意識到自己在天路歷程中的難關，幫助他們走在正路上，也預備他們面對將來的階段。當然，輔導員也



要支持他們度過眼前的困難。綜觀過去的歷史，除了聖經以外，沒有一本書像《天路歷程》那樣，幫助這麼多人持續走在基督徒的生命旅程上。

6



我只要停止感覺就沒事了嗎？

基督徒生活中的情緒^{註1}

在整個教會歷史上，情緒（emotions）在基督徒生活中的角色一直備受爭論，至今也仍是如此。然而，這個議題在輔導的舞臺上卻是不可或缺的，因為情緒在我們所遭遇輔導問題中幾乎都佔有一席之地。大家對情緒的爭論主要是集中在下列四個方面。第一，信徒是否應當去感受且自由地表達情緒，把情緒當成正常基督徒生活中的一部份？或者，我們應當更加強調控制自己的情緒，好確保我們在運用理性和推理時不會感情用事？第二，我們是否應當對正面情緒（喜樂、同情、愛）和負面情緒（憤怒、憂傷、嫉妒）有不同的反應？第三（雖然跟第一個方面明顯相關），我們在談到情緒時，應該強調什麼事？我們是要強調控制、甚至是壓抑自己的感覺，還是要學習瞭解情緒，好適當地表達出來？最後，神是否也會

.....
註1 除非特別註明，這章的一切引述都出自約拿單·愛德華滋（Jonathan Edwards）的著作《屬靈情感真偽辨》（*The Religious Affections, Banner of Truth Trust, 1997年再版*）。



表達出祂的情緒？聖經明確表示神和在世上生活的基督都擁有情緒，但這是一種「擬人說」（試圖用有限的人類語言和認知來形容神）的表達，抑或是真的要表明情緒也屬於神格的一部分？（這跟我們有關，因為我們要按照祂的形像而活。）

我們在這一章要來看約拿單·愛德華滋（Jonathan Edwards, 1703-1758），他出生的時候，這群偉大的清教徒牧師和神學家的時代已接近尾聲。愛德華滋跟我們到目前為止所提到的其他作者不同，他在美國麻州一帶生活和牧會。他的服事範圍非常廣，曾擔任牧師、向當地印地安人傳福音的宣教士、大學校長，同時也是當代重要的神學和實踐方面的作家。愛德華滋十九歲時就開始在紐約市牧養教會！然後在1727年轉到北安普頓（Northampton）教會去協助他的外祖父所羅門·斯托達德（Solomon Stoddard），並在同一年跟莎拉結婚。沒過多久，斯托達德去世，二十五歲的愛德華滋便成為新英格蘭地區第二大教會的牧師。在1750年，教會在一些議題上發生爭吵，愛德華滋認為此事顯示出人們的靈性淺薄且偏離聖經（尤其是關於誰能領受聖餐的問題）。結果，他就以牧師的身份被趕出教會。愛德華滋收到許多地方（包括蘇格蘭地區）發出的邀請，但最後他決定前往麻州的史達克布里奇（Stockbridge），跟偏遠地區的印地安人生活在一起。長久以來他一直關心這些美國原住民的屬靈景況，所以就藉

此機會牧養以印地安人為主的小教會，會友也包括一些來自城鎮的人。愛德華滋在當地的服事從1751年到1758年，直到他接受一個邀請而成為普林斯頓大學的校長。不幸的是，他的任期極為短暫，在接種完天花疫苗的幾個禮拜後，他就因感染肺炎而去世了。愛德華滋終生都非常關心神學，但他同時也關心宣教、教牧關懷，還有想要瞭解神所創造的世界。他的思想和著作的深度，已為往後的神學發展打下穩固的基礎。

愛德華滋遺留給後人的東西非常廣泛。就連他的子孫當中也出現許多屬靈領袖。而且雖然大家可能沒有發現，但我們今日有許多著作和討論，都要歸功於愛德華滋在三百年前的努力。他在神學上的深度和能力，使他對當代的時事作出徹底的評論，包括指出當時興起的現代主義過於強調理性（特別是把理性視為獨立自主的），而現代主義的影響一直流傳到今天，使我們不論在教會內或社會上都要對抗同樣的錯誤。因此我們若想根據聖經來理解情緒在生命中的角色時，求助於這位主要的——即使不是最重要的——美國神學家是非常合宜的。

愛德華滋在其著作《屬靈情感真偽辨》中，並沒有直接討論上述有關情緒的議題。但不論如何，他確實提出很有價值的基本洞見，有助我們釐清爭論。愛德華滋和懷特腓（George Whitfield）等人的傳道事工，在新英格蘭地區引發了屬靈的復興，而當他試著評估人們在復興期間



所表現出來的反應時，就處在一個兩難的局面。深受理性主義影響的傳統派人士，把人們在復興運動中的許多經歷和反應，看作是不屬靈和不理性的，原因是那些悔改信主之人的反應都太過於情緒化和動作化。昌西（Charles Chauncy）就是這群人的代表，他是一位非常有影響力的波士頓牧師。

昌西牧師認為，真正的信仰主要是關乎理性，而非情感，並且具有自我節制、文化素養、嚴格的道德規範等特性。「很明顯地，引導人類的準則，應當是一個受到啟發的理性，而非被挑動的情感；在信仰的事上是如此，在其他方面也一樣」……。因此基督徒的生命，連同與聖靈的相遇，都必須是合乎理性的、中規中矩的，而非熱衷於用肢體動作或言語來展現情緒。^{註2}

但愛德華滋不這麼認為，他說這些反應本身並不能證明這些人的悔改信主是假的，但也無法證明他們是真的信主。愛德華滋指出，與其去檢視人們信主過程會經過哪些步驟，倒不如去幫助他們看見什麼是真正悔改信主的記號，而什麼不是，並藉著這些洞見來更有效地牧養那些初信者。愛德華滋並沒有貶低理性在生命中的價值，但他確實注意到情感是理解真基督徒生命的關鍵。對他而言，「情感」（affection）一詞的含義要比「情

.....
 註2 Sam Storms, *Signs of the Spirit: An Interpretation of Jonathan Edwards' Religious Affections* (Wheaton: Crossway Books, 2007), 30-31.

緒」(emotion)來得更廣，但清教徒確實相信，情緒在信徒的生活中佔有一席之地。清教徒曾經明確地列出悔改信主的過程有哪些階段，而其中第二個階段就是提摩太·愛德華滋(Timothy Edwards)所說的「羞愧」(humiliation)。馬斯頓(George Marsden)觀察到這個階段會牽涉到許多情緒上的激盪，雖然未信者也可能擁有類似的情緒。然而，正如馬斯頓所提到的，清教徒相信唯有經過這個情緒翻騰的階段，一個人才預備好進入下一個階段——重生。^{註3}

愛德華滋跟他的父親提摩太·愛德華滋同樣反覆指出，沒有一種特定的情緒反應能夠確實代表一個人已悔改信主，但他也拒絕那些反對情感之人的論點，也就是只要產生情緒上的反應就可證明此人沒有信主。

情感是基督徒生活的「船舵」

對愛德華滋和其他清教徒而言，情緒可以（或許說『將會』比較妥當）表現在一個人信主的過程中。但愛德華滋在書中主要關切的重點不是「情緒」，而是他所說的「情感」。情感在信徒初信之時的生命中，是非常重要的部份，但情感也應當普遍存在於我們的一生之中。現代社會大多把「情感」當作「情緒」的同義詞，但對愛德華

.....
註3 Mark R. Talbot, 'Godly Emotions' in *a God Entranced Vision of All Things*, ed. John Piper and Justin Taylor (Wheaton: Crossway Books, 2004), 225.



滋而言，「情感」一詞有更為豐富的意義。

聖潔的情感在真信仰當中，是相當重要的。情感就是人的傾向和意志中較活躍、明顯的運作活動（exercises）。神賦予人的心靈兩項功能：一項是人用來理解和思索的功能，也就是用來分辨、觀察和判斷事物的功能，而這項功能就稱為理解力。

愛德華滋在此對「思想」提出最普遍的見解，也就是讓我們可以評估和發展信仰教義的認知功能。這種功能必然會伴隨著理性和邏輯的思考，而許多反對他的人非常推崇理性思考，認為這種思考才是屬靈生命最重要的一部份。儘管愛德華滋同意理性思考是我們身為人的一部份，但他認為有一個更廣泛的概念可以用來代表我們。基本上，他用情感來形容聖經裡常提到的「心」。情感所代表的不僅是我們對周遭事物的感受或看法，同時也代表我們對這些事物的實際傾向（例如愛好或厭惡）。愛德華滋指出情感有時也被稱為「意志」，因為意志的活動也是來自同一個傾向，但是「在傾向當中較活躍、明顯的運作活動，就是我們所說的情感。」

我們從這裡可以看見兩個重要的觀念。第一，愛德華滋鼓勵我們要注意今日常提到的「全人的概念」。我們的思想（理性思考）、我們的意志、我們的情緒、我們的良心，或我們生命裡其他非物質的部份，任何一項都無法以某種方式來掌控我們生命裡的其他部份。相反地，我

們被造是成為一個整體的生命，每當我們提到自己裡面有「不同的部份」時，反而顯示罪已經在我們生命裡造成分裂。愛德華滋的看法跟理性主義者不同，他並沒有把邏輯和理性當成是最重要的部份，而其他一切都是次要的，他反而是想找出可以把人所有部份結合在一起的原則，而這個原則就是情感。儘管這一點不是很容易理解，但我們可以說情感就像「船舵」一樣，可以操縱我們身為人的這整艘「船」。所以說，情感包含了上述一切屬人的特性。愛德華滋的主要論點是情感在真正信主的人身上，會表現出一種渴望或傾向，驅使我們尋求神和祂的榮耀，並且遠離自我及世上的罪惡。如此說來，情感會「操控」我們的思想和情緒，還有生命中的其他所有部份。這就是為什麼對愛德華滋來說，想理解真正的基督教時，最終都不得不轉向情感；因為情緒、行為、特定的選擇、甚至是知識上的認信，這一切本身都不代表一個人真正地相信基督。惟有情感所選擇的方向才能證實此人真正地信主。

因為愛德華滋沒有特別清楚地提到情緒，所以當我們要把他的著作應用到有關情緒的討論時，就必須十分謹慎。然而，他認為情感包含了我們對事物的感覺，特別是這些感覺如何影響我們作選擇的過程，包括選擇我們要做些什麼，還有選擇把什麼事看作日常生活中最優先考慮的事。愛德華滋解釋說：「人不只是會理解和觀察事物，而且還會對自己所觀察或思考的事物表達某種傾向。」人們



會先對事物有所理解，但最後這個理解會在人裡面形成主動的選擇和回應，然後我們就可以透過人們的外在行為來認識他們。理解可說是從我們內心的整體運作而來的。

史多姆斯（Sam Storms）在詮釋愛德華滋的思想時補充兩點重要的區別。首先，他區分「情感」跟「熱情」（passions）的不同，後者就是愛德華滋所說的「在意志或傾向中更突如其來的活動，它會對人的血液流動造成更劇烈的影響。」其次，他也把「情感」和「感覺」（feelings）作出區分。情感確實包含情緒上的層面，但情感所涉及的層面比情緒更廣。「通常情緒指的是生理上的高亢狀態，不論是興奮或懼怕，這些都跟頭腦所察覺到的事實毫不相干。另一方面，情感則必定是人的思想在理解和認識事物後所產生的結果。」^{註4}

總之，愛德華滋把人的內在本質，視為由思考和理解能力（「功能」）所組成的。但他跟理性主義者有所不同，他也提出我們身為人的第二項功能——情感，佔有更重要的地位。情感代表那促使人傾向去做某件事的整體過程。愛德華滋在書中並不認為這兩種「功能」互相對立；相反地，他敏銳地觀察到我們之所以身為人，乃是因為我們具有全人的本質，所以這些功能應當是共同運作的。愛德華滋也深知我們都是墮落的受造物，罪會影響我們整個人；因此，這兩種功能不一定都以互補的形式運作。愛德

.....
註4 Storms, *ibid*, 45.

華滋跟現代有些人的想法不同，他不認為理性思考可以完全不受罪的影響。他承認我們的理性跟我們生命的其他部份一樣，都已因罪惡而扭曲變形；因此我們才需要羅馬書十二章2節所說的「心意更新」。

今日社會有關「要保持理性、要控制你的感覺」的呼籲，錯失了愛德華滋對人的基本理解，而且也犯了他所要對抗的錯誤，也就是認為理性的地位高過一切的感覺，所以情緒只能由理性來詮釋，並且是屈服在理性的力量之下。這種錯誤觀念普遍存在於愛德華滋的時代和我們的世代，而愛德華滋在研究基督徒的情感，以及情感在屬靈生活中的角色時，也確實不斷地對抗此類錯誤的思想。他堅定相信理性的功用，但他指出理性是與情感共同運作的，而真正的基督徒也會接受情感的引導。愛德華滋可說是提出了一個基本原則：不要把理性看作是基督徒生活的單一最高目標，而排斥情緒或我們整個人的其他部份。對他而言，情感能夠受到正確的引導以及我們對神擁有渴慕之心，才是我們奮鬥的目標。所以情感可說是包含了我們生命的所有其他所有部份。

愛德華滋在《屬靈情感真偽辨》中提到彼得前書一章8節：「你們雖然沒有見過祂，卻是愛祂；如今雖不得看見，卻因信祂就有說不出來、滿有榮光的大喜樂。」塔伯特（Mark R. Talbot）說：「愛德華滋觀察到彼得的話語顯示收信者的屬靈情況。如彼得所說：『你們……在百般



的試煉中暫時憂愁』（彼前一6），這些人正遭遇逼迫，而這些試煉是要考驗他們信仰的真實性，結果第8節就提到他們的信仰流露出愛與喜樂。換句話說，真正的信仰必然會產生屬靈的渴慕和情緒。」^{註5} 愛德華滋在試著確定何謂真正的信仰時，清楚指出真信仰應當會包含這些屬靈的渴望和情感在內，當這些渴望和情感持續出現在基督徒的生命裡時，就是此人確實悔改信主的可靠記號。他注意到「聖經處處提到情感在信仰上非常重要，例如敬畏、盼望、愛、恨惡、渴慕、喜樂、憂傷、感恩、憐憫與熱心等情感。」而且綜觀聖經內的屬靈人物，就可看見他們都擁有這些渴望，以及擁有從這些渴望而自然產生的情緒。愛德華滋特別提到大衛及其哀嘆詩，他注意到這些詩篇「全都在表達和抒發他那敬虔又聖潔的情感……是為了神的教會能在公眾崇拜時使用而寫下來的。」我們稍後會再回頭來談哀嘆詩，在此我們需要注意愛德華滋極為強調基督徒有必要認識一件事，那就是大衛之所以寫下他處理抑鬱、憤怒或懼怕的哀嘆詩，目的是為了能夠供人公開地吟唱，並藉此幫助我們培養更屬靈的生命。然而，現代人的趨勢是只偏愛吟唱讚美導向的詩篇，而忽視哀嘆詩裡面的困境。或許這就是今日西方的基督徒在信仰經驗上顯得相當膚淺的原因之一。

屬靈的情緒和渴望應當跟我們的思想和信仰結合，

.....
註5 Talbot, *ibid*, 230.

好讓我們的生命顯得更加完全。雖然情緒本身不是一個人悔改信主的證據，但愛德華滋毫不遲疑地提到，人若缺少屬靈的情感，像是喜樂、慈愛和憐憫——當然這些都含有情緒的成份在內，就表示這人沒有把自己的心獻給基督。情緒確實表明一個人真正關切的對象是什麼，並且可顯示出這人的屬靈情況。有關情緒的第一點爭議，愛德華滋可說是間接地贊同——是的！基督徒應當去感受自己的情緒，因為屬靈的情緒確實能夠彰顯神在他們內心的工作。

控制、壓抑或檢視情緒

愛德華滋非常清楚，不是所有的情緒都是屬靈的，所以他接下來把重點放在分辨屬靈情感的真假上；「一個人擁有豐富的情感，並不能證明他擁有真正的信仰」，但「如果一個人沒有任何情感，就可以證明他沒有真信仰」，而是「處在靈性死亡的狀態下。」愛德華滋藉著教義來敘述這個真理後，接著便歸納出幾點結論。第一點，「我們由此可以得知，那些摒棄信仰上的一切情感，認為這些情感一點都不實在或不重要的人，是犯了何等大的錯誤。」愛德華滋重申自己的基本看法，清楚表明我們不能因為情感看似跟理性對立就捨棄情感，並且誤以為它對信徒或對想幫助別人的輔導員毫無用處。

愛德華滋在第二點指出「如果情感在真信仰當中非常重要，我們便可得到一個結論，那就是我們應當渴慕那



些能大大幫助我們激起情感的方法。」愛德華滋採取大膽的步驟（至少看在反對者眼中是如此），他說既然情感在屬靈生命非常重要，那麼我們就應當追求神要我們發展這些情感的方式，並且確保這些情感的本質都是正當的。因此，愛德華滋沒有一味地批評那些在屬靈復興中，被別人看為情緒性和經驗性的反應，他反而鼓勵我們尋求如何引發這些情感，而這些情感正是批評他的人所強烈譴責的。我們若把這個觀念應用到情緒上，馬上可以清楚地看見：我們處理內心情緒的首要目標，不應單單只是控制它們（最後也許需要控制，但控制不一定是我們對情緒的第一個反應），當然也不是去壓抑它們；反倒是要用屬靈的方式來檢視這些情緒，好確保它們是被屬靈的情感所引導，而非由屬世的情感所引發。或許，用更符合愛德華滋的說法是，確保這些情緒不僅僅是稍縱即逝的感覺而已，而是能夠使我們更加全心投入追求屬靈的渴慕（不是追求自私自利的慾望），並且從這些渴慕帶出具體的行動。

愛德華滋繼續說明第三點：「神已經將情感的功能賦予人類，好叫情感可以為人一生的首要目的效力，並使人致力於有關信仰的事務上。然而，在全人類當中，有太多人把他們的情感投注在其他的事情上，遠遠多過投注在信仰上！」愛德華滋在此把他最基本的觀念講得更為透徹，不管我們是在討論信徒的情感、思想或其他內心活動，目標都應當是讓這些激勵我們，使我們更有能力為神

而活以及尋求神。有太多時候，我們外表的情緒反應看起來好像是專心尋求神，但實際的動機卻是想在別人面前裝出虔誠的樣子、想達到自己所謂的成功、讓自己感覺好一點，或是出自其他許多內心的關切。在這些情況下，我們就不是接受屬靈情感的引導，反而是早已在內心深處做好決定——不是要專心尋求神，而是要在自己或別人眼中表現良好。

儘管愛德華滋也有指出屬靈復興運動的問題和沒有節制的現象，並且遺憾地發現某些他以為真正信主的人，卻在不久之後離開信仰。但即便如此，愛德華滋仍希望我們不要因噎廢食。是的，我們要批判和理解問題，但也要看見我們對神的敬拜，太常陷入理性和強調正確教義的困境，卻失去正當的熱情和渴慕，也就是凡真正瞭解神已在基督裡為自己成就大事之人所應當擁有的（請想想啟示錄二章1-7節提到的以弗所教會）。我們也可以想想合神心意的大衛王，他以國王之尊在大街上對著神的約櫃盡情跳舞，但他也寫下充滿絕望和挫折的詩歌。這兩件事都顯示大衛毫不保留地將自己的熱情和情緒「投注在信仰上」。愛德華滋所講的第三點結論很接近現代人的矛盾現象，我們看到基督徒（包括我在內）可以在運動場邊為自己支持的隊伍激動歡呼（或是發出不滿），但論到自己的屬靈生命卻是一片死寂——即使我們擁有正確的信仰。享受運動賽事本身並沒有錯，但卻可能顯示我們沒有把享受神和祂



所賜的福份，當成我們生命中的主要目標。

愛德華滋積極地防止真理和神學教義，跟基督徒生活中的情感和反應形成對立。我對愛德華滋感到驚訝的部分原因，就是他無論是在自己的著作和講道方面，或是在會眾的生活方面，都表現出對神學理解的堅定委身。但與此同時，他也極為努力要讓信徒在敬拜和服事神時能夠經歷熱情的屬靈生命，並且毫不遲疑地將這種努力跟深奧的神學結合在一起。「神學」和「屬靈的熱情」這二者在聖經裡絕不會互相衝突，可惜今天的基督徒卻要選邊站，拒絕努力去把這二者結合在一起。把教義撇在一旁就會導致膚淺的信仰和生命，而這種膚淺的生命正是愛德華滋在傳道事工中一直強烈反對的。但強調教義而排斥基督徒生活中的敬拜與熱情，將會產生死氣沉沉的服事，結果只是使人堆積越來越多頭腦上的知識而已。對愛德華滋來說，這二者必須兼顧而非只能選擇其中一項。實際上，這種二分法只是現代信徒自己創造出來的，因為他們沒有真正理解教義跟敬拜神是息息相關的。正確的教義不僅會引導我們去敬拜神，其實認識神及其作為的這些教義本身就是對祂的一種敬拜。而且敬拜無疑應是充滿熱情的，因為敬拜正是對神及其拯救我們的作為感到讚嘆！

以哀嘆詩為榜樣

愛德華滋可說是為以下兩本書的內容作了良好的補

充說明，這兩本書就是由亞蘭德（Dan Allender）和朗文（Tremper Longman, III）合著的書《心靈的吶喊》（*The Cry of the Soul*），還有卡德（Michael Card）在最近出版的《神聖的憂傷》（*A Sacred Sorrow*；另參Carl Trueman在*The Wages of Sin*書中所提有關詩篇的內容）。雖然這兩本書都特別把焦點放在我們的情緒上，但讀者可以感受到這是為了使書更簡單易懂的緣故，因為這些作者都鼓勵我們要有更深入的內心改變，而不單單只是需要在情緒上有所改變。兩本書都要求我們先檢視自己的情緒，聽聽它們如何訴說我們對神、對世界和對自己的信念。兩本書都把聖經裡的哀嘆詩當成具體的例子，來說明屬神的人如何度過這種經歷。詩篇特別表明我們必須聆聽這種內心情緒的聲音，例如：「我的心哪，你為何憂悶？」（詩四十二11）這些作者跟愛德華滋一樣，認為我們內心的渴望、感覺和傾向常常能反映出我們的屬靈景況。就這一點而論，我們不應一味地忽略、壓抑或立即想要掌控情緒，反而應當仔細傾聽內心的情緒，好幫助我們理解自己在當下的情況。那麼如果我們把目標放在一味地認同情緒，是否就符合聖經的教導呢？當然不是！這會落入愛德華滋在書中所反對的另一個陷阱。當時有人立刻下結論說，出現在屬靈復興運動中的情緒性反應，必然可以證明神在這個人身上動工；但愛德華滋對此很不以為然。他太清楚許多人一開始表現得非常熱心，而後來卻離棄信仰，可見這些人的情



緒反應無法明確代表神在他們生命中的作為。愛德華滋也一再提到未信者所擁有的強烈情感，可能會跟真正屬靈的情感非常類似，甚至有可能會假冒成屬靈的情感。有太多例子提到，那些沒有跟隨基督的人，也能在服事別人時犧牲自己，並且在外表上顯出極大的愛心。然而，他們的外在善行終究還是達不到神的標準，因為他們不是為了神的榮耀而行。廿世紀的甘地就是一個例子。他的一生完成許多善舉，但他在神面前終究還是不及格的，因為他不認為跟隨獨一真神和基督是他一生中最值得委身的事。

因此，我們不要因為一有情緒出現，就一味地聽從這些情緒，並容許它們來決定我們的反應。愛德華滋指出，當時有人認為，自己沒有做什麼（至少他們這麼認為）就忽然出現的思想或感覺，必定是來自於聖靈的作為。愛德華滋回應說：「他們所經歷到的情感可能不是直接出於自己，而是來自他們以外那看不見的靈體的工作。但我們不能就此斷言這情感是來自聖靈的工作。」除了聖靈之外還有其他靈體，所以聖經指示我們要試驗這些靈，看看他們是否出自於神。「就像睡著的人所作的夢一樣，他沒有辦法隨己意決定夢的內容；類似的情形也會發生在一個清醒的人身上，他可能會非自願地受到一些感動。」

經驗和感覺不一定永遠都是來自於神，但我們也不應該立刻就忽視它們。對愛德華滋而言，若是忽視經驗和感覺的存在，我們就無法「試驗這些靈」，並且也否定了

他自己在這本書後半部的教導，也就是教導我們如何去檢驗情感，看看這些情感在哪些地方對我們有益，而哪些地方是毫無益處的。我們若置經驗和感覺於不顧，也會錯失「心靈吶喊」的聲音，而這聲音正是要訴說我們對眼前的遭遇作何感想。這些感想有可能是不正確的，正如大衛在哀嘆詩裡有時會宣稱神對他不信實，但大衛正是在聆聽內心的感想後，才能在試煉中轉而對神有更深信心。

亞蘭德和朗文告訴我們，探索內心的目的，不是要把「負面」情緒轉變成「正面」情緒。相反地，我們需要「聆聽」自己的感覺，好從我們的情緒來瞭解自己如何看待周遭的世界，尤其是當奧秘的神沒有按照我們的期待來行事時，我們對祂的看法又是如何。他們兩人也注意到，想要透過行為來控制情緒的方法，一定達不到功效。當然，我們應當禱告，但是最終我們仍然應該透過自己的情緒來與神「摔角」，好叫我們的屬靈生命能夠經歷更深的成長。我們看到大衛、耶利米和約伯等人也是努力地與神「摔角」，結果導致他們對神擁有更深刻的信心，即使他們沒有完全瞭解神的作為和這世上發生的事。而在哀嘆詩中，這種摔角後來也更新了他們對神的信仰告白和敬拜（除了詩篇八十八篇以外），使他們流露出喜樂的渴望與情緒（這才是我們所樂見的）。而這些情感是透過與神摔角的經歷而來的，否則就不可能發生！



把檢驗當成是基督徒生活的優先事項

情感也具有像是浮水印的功能，每當遇到檢驗時，情感就會揭露出我們的真實情況。愛德華滋在《屬靈情感真偽辨》一書中的主要關切，就是把情感攤在陽光下接受檢視。……愛德華滋在此強調清教徒思想中的一個重要元素：檢驗。本仁約翰、愛德華滋和其他清教徒都致力於檢驗自己的生命，因為他們知道人常常會自我欺騙；此外，他們也重視檢驗別人的生命，因為他們深知假冒偽善常常是看不出來的。^{註6}

符合聖經且由聖靈引導的適當檢驗（參詩一三九23-24），是基督徒生活中非常重要的操練。聖經有多處經文直接要求信徒檢視自己的生命，哥林多後書十三章5節就是其中之一。愛德華滋和其他清教徒作者，把這種自我檢驗的重要性傳承下來。對他們而言，自我檢驗並不是病態式或內省式地探索自己的內心，想要盡可能地挖出裡面的「髒東西」。相反地，自我檢驗的動機是出於一種健康的心態——害怕被自己所欺騙。這些清教徒非常清楚人多麼容易把自己看得比實際情況還好，或常常自以為擁有純正的動機，但實際上卻混雜許多不良動機。屬靈復興遇到一個雙重的問題，那就是貶低情感的人只是純粹從理性的觀點來檢驗情感，而導致錯誤的評論；另一方面，許多人則

.....
 註6 Stephen J. Nichols, *Jonathan Edwards: a Guided Tour of His life and Thought* (Phillipsburg, NJ: P&R Press, 2001), 114-115.

完全不檢驗情感，只是一味地宣稱自己的經歷必定是真實無誤的。我們應當以聖經哀嘆詩為榜樣，看看這些屬神的人如何經年累月地進行自我檢驗，他們的檢驗在本質上是把自己攤在神面前，毫不保留地訴說自己的看見或感受，但是他們也一直透過內住的聖靈和神的話語，來讓整個過程保持在神的引導之下。在輔導的過程中，許多人只希望達到表面上的改變；一旦真的達到這種改變，我們便慶祝這次的輔導「成功」了，但對方的屬靈景況實際上可能根本就沒什麼進步。就像愛德華滋那時代的許多人一樣，他們在屬靈復興期間擁有許多不可思議的經歷，然後就以為這是神在他們身上動工的證據，但他們卻沒有根據聖經來自我檢驗，結果不久之後就離開信仰了。會有這種情形是因為他們的情感沒有真正的改變，他們所關切的重點還是自己和世界，而不是一種想要尋求神的嶄新渴慕。如果我們效法愛德華滋所說的仔細檢驗，那麼我們就能有效地幫助自己輔導的對象，使自己的靈命更加長進。

正面或負面的情緒

雖然正負面情緒不是愛德華滋書中的重點，但從對情感的觀點來看，他十分清楚人們會在正面情緒和負面情緒之間有所掙扎。愛德華滋形容情感有兩種，一種是人所渴望親近或尋求的，另一種則是人所厭惡或反對的。「前一種情感有喜愛、渴望、盼望、喜樂、感恩與滿足。後一



種情感則有仇恨、恐懼、憤怒、悲痛等。」愛德華滋瞭解這兩種情感（情緒也是情感的一部份）都會出現在我們裡面，而且也都可以是正當的情感。對愛德華滋來說，這種「正面」或「負面」的概念，在本質上都不等同於屬靈的渴望或情緒。如果一種渴望或情緒在當事人的處境下是合宜的，那麼這種渴望或情緒就是正確的。當一個人聽聞自己所愛的人突然去世時，理當會產生某些「負面」的情緒，否則我們就會認為這個人不太對勁。

我們在此要考慮兩種情況：首先，我們可能會擁有不敬虔的負面情緒，但它們就是這麼產生了，而且單單想要遠離這些情緒是不管用的（請參考亞蘭德和朗文的著作）；第二，生活在這個墮落的世界裡，我們有時需要用負面情緒來正確地回應眼前的處境，此刻負面情緒就可能是恰當的。這些情況包括我們反對某件已經發生的事，所以我們就會有厭惡和不贊同的感覺，或是對不公義的事感到憤怒。假如我們只會產生正面的渴望和情緒就太棒了，不過正如塔伯特所說的：「正面情緒和負面情緒都是出自同一種的反應，只是我們面對不同的情況而已。假若我能夠在自己的婚禮上感到喜悅，那麼我也必定會在自己妻子發生意外時感到悲傷。」^{註7}

聖經也說明同樣的情形：「你們愛耶和華的，都當恨惡罪惡」（詩九十七10；參摩五15；羅十二9；代下

.....
註7 Talbot, 243.

十九2)。而且大衛確實把自己「恨惡」的情感當成他敬畏神的證明：「我恨惡罪人的會，必不與惡人同坐。」

（詩二十六5）他在詩篇三十一篇6節宣稱自己所恨惡的不只是罪，更是那些敬拜偶像的人。愛德華滋指出基督徒「被要求以恨惡罪惡的情感來證明他們的真誠：『你們愛耶和華的都當恨惡罪惡』」。同樣地，詩篇三十九篇17-24節應當讓我們停下來，反省一下「我們要愛罪人、恨惡罪」這句耳熟能詳的話，問問自己這句話是否真的能反映出聖經的教訓，或只是過份地簡化問題，試圖解決我們在神的本性中所看見的那些難以接受的情感（參申十二31，十六22；箴六16-18；賽一14，六十一8；詩五5，十一5；何九15）？當我們從情感的角度來看「愛」與「恨」時，就會更明白什麼叫「愛」與「恨」，「愛」與「恨」不但會反映出我們真正的愛好是什麼，同時也強調真正的屬靈情感是把焦點完全放在神身上。

神的情緒又是怎麼一回事？

神的情緒不是愛德華滋在《屬靈情感真偽辨》裡的主題，但當他提到基督所流露出的情感時（儘管這些情感總是以完美、無罪的狀態出現），就足以說明他認同神是有情緒的。華腓德（B. B. Warfield）認為這是明顯可見的真理：

情緒屬於主耶穌人性的實質之一，祂擁有一切無罪



的人類情緒。我們從福音書的記載可以看到耶穌的短暫傳道生涯充滿擁擠的行程，也可以看到祂表現出各種不同的情緒。即使如此，大家對主耶穌充滿情緒的生平仍然沒有達到一個全面的共識。^{註8}

為了簡明起見，我要直接下一個結論，那就是聖經指出，神和基督都擁有真實的情緒，而我們也應該反映出這些情緒，因為我們是按著神的形像所造的。讀過新約的人很快就可以找到基督流露出情緒的例子（延伸閱讀請參考華腓德的完整文章，或艾略特〔Matthew Elliott〕所著的《真誠的情感》*Faithful Feelings*一書）：

- 憐憫（可一40-41；路七13；可八2；太九36）
- 憤怒（可三5，祂既生氣又憂愁；可十14；約二14-17）
- 憂傷（路十九41-44；約十一33-35，十三21；太廿六38；賽五十三4）
- 歡樂（路十21-24；約十五11，十七13）
- 慈愛（路廿二15；可十21；約十一3，十五12-14）

我們應當如何面對這些情緒？

當愛德華滋檢驗情感是否真的出自神的作為時，他提醒我們一件事，那就是情緒（還有我們生命的其他部

.....
註8 B. B. Warfield, 'The Emotional Life of our Lord', from *Biblical and Theological Studies*. (New York: Charles Scribner's Sons, 1912). from website, http://www.the-highway.com/emotion-Christ_Warfield.html.

份)是與道德有關的，情緒本身確實具有道德的性質。因此，我們不要接受某些現代文化的立場，以為「你的感覺都沒錯，就是這樣！不要猶豫什麼，只要盡情表達你的情緒就可以了。」事實正好相反，罪會影響我們的情緒，就像罪也會影響我們生命的其他部份一樣，所以情緒是關乎道德議題的。我們所要做的，不應當只是一味地感受和表達情緒而已。我們要記住愛德華滋的立場，他不希望看到認知和理性思考以某種方式支配和掌控情感，但他也不會因為這些情感發生在屬靈復興期間，就單純地認為這些情感都是屬靈的。相反地，他挑戰我們應當讓自己的信仰知識和情感共同合作，以便互補不足。愛德華滋在書中用很多篇幅來探討如何分辨情感在本質上屬不屬靈，其中一個方法就是看這些情感是否源自對聖經的理解。倘若不是，那麼這樣的情感就相當可疑了。「屬靈的情感不是沒有亮光的熱氣，它們始終源自我們對屬靈事物的理解、我們內心所受到的屬靈教導，或是我們所得到的某些光照和知識。」基督徒之所以會產生屬靈的情感，是因為他們對屬靈之事有比之前更深的理解，或是因為他們先前被罪扭曲的知識得到更新（參約壹四7；腓一9；羅十2；西三10）。但是仍有許多情感不是出自於這種「被光照的悟性」。如果聖經是我們得著光照的來源，或是使人「因屬靈情感而心中火熱」的來源——就像路加福音二十四章32節的門徒所經歷的，那麼聖經就必定是屬靈情感的來源。



屬靈情感及其一切要素——意志、情緒、渴望、信念等，最終都必須出於神藉著聖經在我們生命動工，因此屬靈情感實際表現出來時是不會跟聖經相衝突的。

我先前已提過，許多作者都注意到哀嘆詩的力量，這些哀嘆詩可以幫助我們試著去體會和表達屬靈的情緒。詩歌作家卡德（Michael Card）曾經問了幾個問題：「向神哭訴抱怨難道不是錯誤的事嗎？難道這不是悖逆和沒有信心的表現嗎？我們向神表達憤怒怎麼會是一件適當的事呢？」他同意這些都是合理的疑問，但他接著指出一個事實：神已經在聖經裡賜給我們許多哀嘆詩。如果神不是要用哀嘆詩來幫助我們學習如何面對生活中的嘆息與抱怨，那麼聖經為何要有哀嘆詩呢？「像約伯、大衛、耶利米等人，甚至耶穌都有抱怨的禱告，卻仍然是一個懷有信心的禱告。這些禱告代表我們不願讓神離開，即使祂看起來沒有與我們同在，甚至是對我們漠不關心。」哀嘆詩並不是在否定我們的信仰，而是在面對我們無法理解的情況時，真誠地想要緊緊抓住我們的信仰，想要跟這位有憐憫的神摔角，因為祂樂意傾聽我們內心深處的掙扎，祂會把我們的訴苦當成對祂的敬拜，並且也唯有祂才能夠回應這些掙扎。^{註9}

這裡會引發一個重要問題：哀嘆詩跟以色列人在曠

.....
註9 Michael Card, *A Sacred Sorrow: Reaching Out to God in the Lost Language of Lament* (Colorado Springs: NavPress, 2005), 17, 30-31.

野裡所發的怨言有何不同？這一點與愛德華滋在分辨誰是真正悔改信主之人時所遇到的難題，相當類似。神消滅那些在曠野漂流、口出怨言的以色列人，卻憐憫及垂聽那些寫下哀嘆詩的人。我們至少可以看到兩點明顯差異：第一，曠野的埋怨是在控告神，他們並不是在尋求一個解答，也不期待神會有所回應或行動；而哀嘆詩中對神的抱怨，比較像是在說完話後打一個問號，並且殷切期盼神會有所回應和行動。第二，哀嘆詩是直接與神面對面，而曠野的埋怨則是向第三者發出，而非直接向神訴苦。換句話說，哀嘆詩人雖然表現出掙扎和抱怨，但也對神懷有信心，因為他們即使是在抱怨當中，也仍然是轉向神，並且對神說：「這就是我現在的感受，但我拒絕放棄對你的信靠，所以我祈求你來幫助我解決內心的衝突。」用愛德華滋的話來說就是，哀嘆詩反映出詩人知道自己對神的認識是正確的，但是他們承認這些認識跟自己目前的感受相衝突。然而，既然他們渴望榮耀神，所以就求神來解決他們的掙扎。但對在曠野發怨言的人而言，他們已經不再對神表達任何信心，而是宣告神跟他們一點關係都沒有，並且拒絕去思想神可能有辦法解決他們的埋怨。因此，哀嘆詩可以成為歷代信徒的典範，讓我們知道如何透過內心的情緒來與神摔角，好讓這些情緒引導我們更深地信靠神，而非遠離神（就像在曠野發怨言的人），或是變成膚淺又缺乏情感的信仰（就像禁慾主義者或過份強調理性的人）。



愛德華茲認為大衛的掙扎，是為了信徒的公開崇拜而寫下來的，從這個角度來看，我們就可以知道他也贊同這種透過情緒與神摔跤的過程。事實上，這種過程是愛德華滋所認同的，是合乎聖經的方法之一，可以幫助我們培養真實的屬靈情感，讓這些情感在我們個人的信仰生活中產生持續性的影響。

我們要如何使用討厭的情緒來使自己成長？

我們已經討論過有關情緒的基本爭議，但我們還要問一個問題：我們要如何幫助那些接受輔導的人培養出真正屬靈的情緒，甚至是擁有愛德華滋在那個時代的初信者身上所看到的情感呢？在輔導的過程中，有時很難避免讓情緒成為討論的焦點。不管是跟情緒明顯相關的案例——人們陷入哀傷、憂鬱、憤怒、嫉妒、甚至是愛情（例如：我應該跟自己心愛的人結婚嗎？）的掙扎中，還是跟情緒較沒有明顯關係的案例——我要如何作重要的決定、如何找工作、如何試著解決衝突，都無可避免會需要處理人們的情緒。令人遺憾的是，由於福音派教會太常漠視情緒或是不加分辨地煽動情緒，以致他們在情緒方面缺少前後一致的教導，也缺少愛德華滋在書中提出來的神學根基。比如說，許多以憤怒為主題的講道和研經，一開始都會引用以弗所書四章26節中的「生氣卻不要犯罪」這句話，但通常接下來就會馬上談論生活中有哪些不義的憤怒及其所造

成的後果。結果，雖然聽眾知道有公義的憤怒這一回事，但通常當他們離去時，卻對公義的憤怒毫無概念：例如公義的憤怒應當有什麼表現，我們應當在何時產生公義的憤怒，或是如何分辨公義的憤怒與不義的憤怒。既然大多數的教導都是這樣，久而久之，這類信息似乎就像在說「所有的憤怒都是不義的」。如此一來，正面情緒與負面情緒彼此對立的錯誤觀點將會持續下去，人們會把憤怒當成負面的情緒，並且是必須隨時受到壓抑的。那些因憤怒而掙扎的人前來接受輔導時，往往都沒有平衡地看待憤怒，他們都不知道憤怒也有可能是公義的。他們比較希望只要除去憤怒就可以了（平心而論，通常他們的憤怒基本上都是不義的），但是我們不能以這作為輔導的出發點，否則他們就會對如何正確地發怒毫無概念。

因此，我們要如何幫助受輔者展開與自己情緒角力的過程，好讓他們的生命能夠反映出神的形象和作為呢？**首先，我們應當鼓勵他們不要否認自己的感覺**，尤其是在他們無法單純地止住情緒的時候。否認情緒不會讓情緒消失，只會讓情緒以錯誤的方式宣洩出來。較佳的方法是承認情緒的存在，然後他們才能進入愛德華滋在書中所表明的正確檢視過程。愛德華滋相當條理分明的評估情感，好看看這些情感在本質上是不是屬靈的，而我們可將這種嚴謹的態度應用在情緒上，因為情緒可以說是情感的一部份。承認並感受情緒是最好的出發點，這樣我們才能



決定要如何與神摔角。耶利米哀歌第三章可以直接說明這種過程，大多數人都很熟悉第22-23節：「祂的憐憫不致斷絕，每早晨，這都是新的；祂的誠實極其廣大！」詩歌〈祂信實何廣大〉（Great is Thy Faithfulness）就是出自這段經文。這首美妙的詩歌所要見證的是神的信實，但大多數唱的人都不瞭解這段經文的出處背景。耶利米哀歌所描述的是，在耶利米時代發生的可怕圍城事件，其中伴隨著飢荒和耶路撒冷的毀滅。耶利米在第三章形容坐在陷入一片火海的廢墟中的感覺，他身旁堆滿了屍體，自己的身體也面臨沒有東西吃的痛苦感受。當你讀完這一章前21節的內容時，不但不會有振奮的感受，反而感到極度的沮喪。耶利米在其中用相當令人不舒服的方式來談論神，例如說祂像獅子一般地撲向我們和抓傷我們，而且甚至不願給我們一個痛快的死，反而把重傷的我們丟在路旁，使我們生不如死（參哀三10-11）。

耶利米最後遵循哀嘆詩的形式，他回到神的面前，並以祂為患難中的唯一盼望。但耶利米在對神的信實發出絕妙的頌讚之前，是先走過前21節經文的心路歷程，而不是一開始就跳到第22-23節的經文。我們太多時候想幫助受輔者直接從第22-23節開始，卻因此而否定了他們內心跟神摔角的事實，以致他們無法像耶利米一樣對神產生更深的信靠之心。如果我們不按照聖經的步驟，只是對別人提出真實卻過於簡化的陳腔濫調，那麼，當別人在痛苦

掙扎時選擇離開信仰，我們又有什麼好驚訝的呢？引導別人走過前21節的心路歷程，才能使他們對神有更深刻的信心，並且整個人得著轉變，正如第22-23節所證明的。

如同先前的討論，一切屬靈的情感都來自屬靈的認知，也就是人們發現屬靈之事的優美與榮耀。所有的屬靈發現都具有改變人的力量，而且不只是改變人的舉止、感覺和心情而已，這種力量 and 影響還可以轉化人的本性（參林後三18）。

甚至連主耶穌在客西馬尼園裡的掙扎（參路廿二39-46），也可以作為向神哀嘆的榜樣。我們從經文的描述可以看到，當祂一想到要喝神的憤怒之杯，以及背負世人全部罪孽所代表的意義時，就感到極度的痛苦。主耶穌不只是向神祈求一次，而是一連三次詢問神是否有其他方式可以使祂不用喝這憤怒之杯，這一點對人性來說意義重大。我想我們大概不會期待主耶穌在祈求一次後，就轉而遵行神的旨意。主耶穌最後確實是接受且遵行神的旨意，但這卻是在三次的祈求之後。倘若祂能夠以這種方式與神互動，身為罪人的我們在掙扎時，豈不更應當這麼做！當然，我們在基督身上也看到，願意去榮耀和順服神的「意願」在最後還是非常重要的，這種「意願」能夠帶領我們的渴望與情感去順從神的渴望與情感，但是與神摔角的舉動正是形成這個「意願」的一部分。

第二點，我們應該要承認情緒的限制，它們只是我



們生命的一部份。對愛德華滋而言，情緒甚至不是他使用「情感」（即聖經所說的『心』）一詞所要表達的全部意思。就這一點而論，我們可能太容易只從情緒來評估自己所認定的事實。我們正在經歷的事情，以及我們對這些事情的感受，都會影響我們的情緒。儘管我們會覺得自己的感受十分真實，但是卻不一定會準確地反映出事實，因為我們永遠是有限的，無法像神看得那樣透徹。因此，我們的目標應當像愛德華滋所強調的一樣，試著讓情緒發揮內心情感的部份作用，並且可以跟理性思考一同合作，好讓我們整個人能夠和諧地運作，努力成為一個全心仰望神、服事神和愛神的人。我們若忽略生命中的任何一個部份，結果都可能會導致錯誤的感受，並因此對這感受產生錯誤的回應。

愛德華滋很快就點出「愛就是屬靈情感的終極表現」，這意思就是說，所有的情緒都應當受到愛心的規範。「確實，沒有什麼比真基督徒對神及世人的愛，來得更優美、更屬天、更神聖。愛是聖靈所賜下最主要的恩典，也是一切真實信仰的精華與總和。」愛不但是美好卓越的情感（也是情緒和行動），同時也會反映出我們的終極關切不是自己有什麼感受或回應，而是關心要如何去愛神和愛別人。只會愛自己的人無法產生屬靈的情感，因為愛自己是每個人的天性，甚至連魔鬼也是如此。路加福音六章32節指出懷著自私的動機去愛別人，是每個人都有的

普遍現象，連惡人也不例外。基督徒的愛應當有所不同，「他們不是先看到神愛他們，然後才看祂為可敬愛的；倒是先看到神是可敬愛的，看到基督的無比優美與榮耀，然後，隨之而來的結果，才是看見神愛護和恩待他們。」基督徒的愛是從愛神開始，而對自己的愛應當居於次要地位，這意思就是說，愛神的確會帶給我們一些真實的好處，但是我們愛神的主要原因，應該永遠是神本身，而跟祂可能會賜給我的任何個人利益無關。虛假的情感則是「以自己作為出發點，而承認神的無比優美和因這優美而有的感動，就只不過是一種附屬品而已。」

我們不要只是向別人「自由表達」或「傾倒」情緒，我們更應當去與自己的情緒角力，這不但是為了幫助我們透過情緒，來看見自己的屬靈景況，同時也是為了可以明白，如何以愛神和愛鄰舍的方式來表達情緒。保羅即使是在從事護衛真理及對抗假教師的艱鉅工作時，他仍然命令我們要「用愛心說誠實話」（參弗四15；林前十三章）。因此，情緒跟我們生命的其他部份一樣，應當由愛心來決定它們的表達方式和外在表現。

最後一點，在輔導過程中會遇到一個很重要的問題，那就是當我們的感覺看似與聖經所教導的正確行動相違背時，我們要如何回應。雖然幫助人透過情緒的掙扎來瞭解自己的內心是件重要的事，但我們也不能等到感覺正確了才來採取行動。有時候，人們很清楚聖經所教導



的正確行動是什麼，我們只需要鼓勵他們去採取行動，活出他們的意願和信仰。有時候，我們的情緒會帶領我們快速又輕易地採取正確的行動（因為這些行動與屬靈情感是一致的）；但在其他時候，這些情緒可能會跟我們的信仰知識作對。例如聖經提到「要愛你們的仇敵」（太五43-44；羅十二14-21）的概念就可解釋這種差異。當我們首次瞭解到神要求基督徒去愛仇敵時，不太可能就立刻用愛心或憐憫的感情去愛仇敵。我們可能比較想求神讓我們的敵人遭到天打雷劈！但是我們若努力用聖經所說的愛，合宜地對待他們，就會時常發現自己愈來愈能夠擁有憐憫別人的感受。在這種情況下，我們就是在使自己的內心感受變得跟信仰知識（「要愛我們的仇敵」）一致，並且把我們的意願和渴望化成行動，實際地用愛心來對待他們。

總之，我們的盼望是要達到以下的目標：讓我們的內心對自己的仇敵充滿慈愛和憐憫的感覺，就像神對我們所做的一樣（參羅五8）。愛德華滋說「屬靈情感」會伴隨著「像耶穌基督那般如同羔羊和鴿子的性情。換句話說，屬靈的情感很自然會使人愈來愈像基督那樣，擁有充滿慈愛、溫柔、和平、饒恕與憐憫的性情。」愛德華滋觀察到「屬靈的情感」能夠柔軟人心，使人活出基督的樣式；而雖然「虛假的情感」一開始的表現也是心被融化，但最終這顆心仍是堅硬如石。「當一個基督徒真的愛神的時候，他越渴望去愛神，在他缺乏對神的愛時，他就會越

感到不安；當基督徒越痛恨罪的時候，他就會更加痛恨罪，在他發現自己還是那麼愛罪時，他就會感到哀痛。」

最後，我要提供一份摘要來說明基督徒擁有屬靈情感的真實記號。我們已經表明認識掙扎之人的情緒的重要性，這可以幫助他們在自己的感覺和對感覺的回應等方面，努力成長得更像基督。但是為了避免我們誤解愛德華滋，我們也非常需要去認識更大範疇的情感，好確保我們的目標不只是一要幫助別人有更符合聖經的感覺或情緒，同時也要進一步幫助他們活出真正的屬靈情感，並且證明神在他們生命中動工，這些屬靈情感會跟任何人都可以表現出來的情感形成強烈對比，因為後者沒有聖靈的作為在其中。尼可斯（Stephen Nichols）對愛德華滋這本書的後半部作了一個很有用的歸納，可以用來表明什麼才是真正屬靈情感的記號。許多時候，那些尋求接受輔導的人會表現出下方左邊欄位內的特質，以致他們在自己或別人眼中看起來都很屬靈，但是愛德華滋在右邊欄位所說的「可靠記號」會揭露他們的真相。以左邊第3個記號為例，一個人可能「喜愛談論信仰」，但當他去教會和讀聖經時，卻沒有真正決定要把聖經當作他生命的權威與指引，更不用說把聖經看成神賜給我們的寶貴禮物了。這種人所表現出來的是不可靠的記號，只會談論基督徒的生活卻沒有深刻地喜愛信仰，更不願意讓基督的真理來引導他全部的生命。用這個表格來檢驗一個人的真實狀況，看看他的生命處在



哪一個欄位之中，能夠有效地讓我們知道如何幫助他們繼續成長：

真實屬靈情感的記號^{註10}

不可靠的記號	可靠的記號
1. 對信仰充滿熱誠	1. 來自真實的根源：情感的性質是屬靈的、超自然的、神聖的
2. 有外在的身體表現	2. 以屬靈之事為樂，而非以自己的利益為樂
3. 喜愛談論信仰	3. 熱愛屬靈之事本身所具有的美好和無限優美
4. 不是出自於本身（出於外在特別的力量）	4. 得到光照：對於屬靈之事有正確的理解
5. 能背誦聖經	5. 確據：對屬靈之事的真實性堅信不疑
6. 有愛心的表現	6. 羞愧：感到自己不足且不配
7. 擁有豐富且各式各樣的情感	7. 轉變：本性的改變
8. 有固定表達情感的模式	8. 有基督的樣式：在愛心、溫柔、和平、饒恕、憐憫、勇氣和熱誠上有所長進
9. 熱心且奉獻許多時間在信仰上	9. 敏感的心：以柔軟而不是剛硬的心來敬拜神
10. 在言談之間時常讚美且歸榮耀給神	10. 均衡且勻稱：反映出基督完整的形像，而非只具有某一方面的情感
11. 對信仰經歷很有自信	11. 屬靈的飢渴：對自我和罪惡的渴望逐漸衰微，對屬靈成長的渴慕越發加增
12. 擁有連聖徒都信服的外在記號	12. 結出果子：在日常生活中活出信仰的表現

註10 Stephen J. Nichols, *ibid.*, p.117.

7



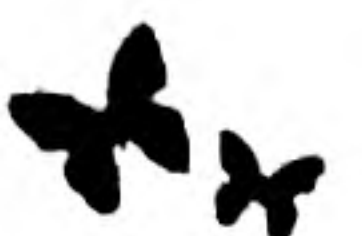
我要如何重獲喜樂？

從沮喪中尋找出路^{註1}

沮喪已經成為現代社會司空見慣的情形；但這並不代表過去不常有沮喪的問題。我們閱讀舊約時會看到許多人內心也有現代人所說的沮喪或憂鬱；其中有摩西（出二14-22）、以利亞（王上十九章）、大衛（在他的詩篇中重複出現，像是詩篇四十二11）、其他詩篇作者和耶利米（哀三章）等人。每個世代的歷史人物身上，也都有過沮喪的症狀。然而，今天一般基督徒不但在教會內遇到沮喪的人，電視上抗憂鬱的藥物廣告也經常在黃金時段播出。如此看來，沮喪的現象在今日社會是不是更加普遍？或許沒有，雖然很難精確地估算，但我們可以確定的是，沮喪的問題確實比以前更加公開和受到矚目。

這並不足為奇，由於沮喪的現象已為期久遠，清教徒作者也注意到這個教牧問題，尋求聖經的教導來幫助會

.....
註1 除非特別註明，本章的所有的引述都出自威廉·布里居（William Bridge）的著作《從低谷走向高處》（*A Lifting up for the Downcast, Banner of Truth*, 2001年再版。）



眾應付沮喪（有時候稱為挫折，更嚴重的情況則是憂鬱症）。威廉·布里居（William Bridge）的《從低谷走向高處》（*A Lifting up for the Downcast*）一書，是他以詩篇四十二篇11節為主題的十三篇講道集（1648年在倫敦的史蒂芬尼〔Stepney〕教會所講的）。布里居十分清楚，他所牧養的會眾因為生活艱苦而陷入沮喪絕望中。我們注意到英國十七世紀的景況，始終比大多數美國人面臨更多的艱苦。當時英國人民因為面對擁擠、失業、貧窮、疾病、戰爭威脅、宗教迫害、環境髒亂等問題，而感到沮喪和絕望！

布里居出生於1600年，1626年畢業於英國劍橋大學的以馬內利（Emmanuel）學院。畢業後他在兩個不同的地方牧會，直到1637年因為勞德主教的迫害而被驅逐離開英國。他逃往荷蘭後跟巴羅夫（Jeremiah Burroughs）在鹿特丹一起牧會。1642年，布里居跟其他受迫害的清教徒回到英國，成為大雅茅斯（Great Yarmouth）地區的牧師，有時也在國會中講道並且參與西敏神學會議。由於1662年教會統一法的頒布，他又被迫離開教會；後來繼續傳福音直到1670年去世為止。布里居一生兼具學者、優秀的傳道人和關懷者等角色。

布里居單純地接納信徒生命中會有沮喪和絕望的存在，他並沒有花時間討論這個現象是否正常。這是一個看似簡單的問題，但答案卻很複雜。基督徒是否會陷入沮

喪？答案包含「是」和「否」兩方面。若我們充分認識神和祂為我們成就的一切，我們每天就有力量可以堅持走完今生的道路，邁向應許中的榮耀永生；因著這個墮落世界的罪惡和不義的影響，我們雖然感到悲傷卻不氣餒，因為我們可以察覺到神隨時的同在，還有將來的榮耀正等著我們。若是如此，答案就是「否」。可是，若我們承認活在這墮落世界中，就代表今生沒有人可以對神擁有完全的信心；那麼，我們就會因為自己的罪，及在掙扎中使勁要經歷神，而感到挫折和沮喪。若是如此，答案就是「是的」。我們活在一個罪惡的世界，罪的普遍影響使得這世界無法「正確運作」。我們看到挨餓的孩童、戰爭、飢荒、旱災、虐待，還有其他許多壞事發生。罪帶給世界可怕的苦難，必定使人感到某種程度的沮喪。如果我們認定沮喪是大部分基督徒共有的經歷（各有不同的強度和時間長短）——不管他們應不應當沮喪；那麼答案也是「是的」！既然沮喪是一個典型的問題，我們就要以聖經教導來裝備自己，幫助別人度過這段偶爾發生、卻能使生命衰敗的時期。

有關沮喪的基本真理

布里居對詩篇四十二篇11節的註解，一開始就注意到大衛用來對付沮喪的兩種方法：「自我指責」和「自我告誡」。通常沮喪的人對自我和自己的生命已經抱持負面



的想法，以此作為出發點似乎不太可能。但布里居讓我們更深入地看大衛的沮喪如何顯露出他的靈命。大衛指責自己懷疑神的信實，雖然神一再證實祂是值得大衛終生信賴的。接著他要求自己憑著信心等候神，依照祂的時間來獲得答案。就這一點而言，大衛已經提供我們對付沮喪的明顯答案：信靠那位掌管一切、以十字架證明祂的愛與關懷的神——儘管這是一個不容易接受的答案！這節經文隱含以下幾點意義。

首先，聖徒和神的子民通常都擁有靈魂內在的平安；其次，這種平安可能會中斷，令神的子民感到非常氣餒和沮喪；第三，不管聖徒或神子民的狀況如何，他們都沒有理由感到沮喪。

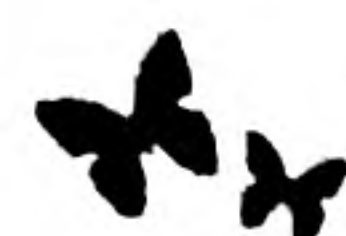
布里居在此證實清教徒十分注重聖經真理，並應用到實際的關懷教牧上。如果布里居說：「信徒沒有理由感到沮喪」，然後就沒下文了，那麼人們就有理由指控清教徒，說他們把更多的重擔放在困苦的人身上。但布里居並沒有就此打住，他注意到神的子民確實會變得消沉，經歷不到來自神的應有平安（參腓四7、9）。

布里居開宗明義提到這個聖經真理後，他開始說明牧養沮喪的會眾的基本原則；不是僅「斥責」他們缺少信心，還要關懷並理解他們的實際困境，引領他們回到信仰的真實根基。他也承認許多信徒會出現沮喪的現象，這可說是一種「常態」；連屬靈偉人大衛也不例外。他進一

步指引沮喪的人，幫助他們回到神面前。戰勝沮喪並不像禁慾學派的說法，或「抓緊鞋帶就可以把自己抬起來」的這種觀點。靈魂內在的平安是神「賦予」的，賜給每個相信祂的人。我們無法製造平安或經由殷勤的追求而找到平安；而是當我們在日常生活中尋求、經歷神時，祂就把「祂的平安」賜給我們。「神的平安」是超自然的，是世上沒有的平安，我們也無法靠自己的努力來獲得；正如聖經強調的，這種平安是「神所賜、出人意外的平安」（腓四7）。當我們面臨困難的時刻，或環顧四周似乎都是難以理解的罪惡世界時，這種平安確實超過我們所能理解的範圍。

安慰的必要性

布里居引用以賽亞書四十章1節來談另一群沮喪的信徒。這一節經文，特別是為後來被擄離開家鄉、遠赴巴比倫的以色列人寫的。他們在異鄉開始懷疑神是否忘了他們，祂是否會帶領他們回到自己的家鄉。而距離他們約一百五十年前，以賽亞早就針對這群沮喪的人說話。布里居說：「神已經命令我們要安慰，而且是兩次：『要安慰，安慰』，不只一次，而是兩次」。在有效的輔導過程中，安慰受挫的人是非常重要的。但有幾種不同型態的安慰者；布里居提到，約伯的三個朋友「對可憐不幸的靈魂說嚴厲的話。所以，神在以賽亞書四十章第2節說：



『要對耶路撒冷說安慰的話』（譯註：NIV聖經的意思是『說溫柔的話』）。我們能夠、也應當把聖經真理的基本原則帶給遇到困難的人，但必須以一種安慰扶持的方式進行。以賽亞書四十二章2-3節也呼應同樣的主題，形容神的僕人（指稱道成肉身的基督）溫柔又不折斷壓傷的蘆葦（另有清教徒作者理查·西比斯以這節經文為題，寫了《壓傷的蘆葦》一書）。有許多時候，輔導員常在兩極之間擺盪。他們以為對沮喪的人提到有關罪的真理、罪的反應、或需要加深他們對神的信心，就是不關心他們的表現；所以極力想避免這個主題。另一個極端是，只在口頭上對受輔者說：「你需要振作起來！開始做正確的事情，並信靠神！」布里居引領我們回到中間的位置——強調安慰與鼓勵的重要性，同時也要讓對方明白，聖經真理是對抗沮喪的唯一良藥。他進一步補充說明，有些人十分沮喪挫折，甚至沒辦法聽得進安慰的話。在這種情況下，牧養他們的人必須「提高音量，用呼喊的方式；不只是對他們的心說話，而是呼喊，大聲地呼喊。」這裡的意思並不是指對人吼叫，而是強調堅持到底，想盡辦法讓聖經的聲音穿透他們內心沮喪的感覺。光是安慰還不夠，因為真正的安慰必須包含幫助他們從虛幻中釐清真理，同時協助他們的靈命長大成熟。只有幫助他們穿越沮喪的陰霾，發現並明白聖經相關的真理，才能達到輔導的目標。

有效的輔導員必備的一項特質，就是有辦法進入掙

扎者的世界，瞭解他們如何看待周遭的環境。這樣做不只是要認同掙扎者的情感（因有時那些感情並不全然正確），而是為了要維持平衡，好在帶給他們安慰的同時也引入真理。對於那些長期與沮喪對抗的人，我們必須要理解他們的世界。許多人是定期的（有時是持續地）與憂鬱奮戰兩年、四年、十年或更久，對於聖經中所應許的、神所賜的平安，他們的體驗其實非常有限。如果這些人確實認識基督是他們的救主，怎麼還會發生這種事呢？「你必須知道基督徒和神的子民擁有一種根本的平安，但還有一種附加的平安。根本的平安是人被稱義所自然產生和流露出來的（參羅五1）；而附加的平安是來自他們對於稱義的認知。神的兒女可能長期失去附加的平安，但絕不會失去根本的平安。就像一位貴婦外出旅行，遇到扒手偷走她身上所有的錢；但她說：『雖然他奪走我一切的盤纏，但他無法偷走我家裡的產業。』」神所賜平安的根基，是建立在我們毋須受到罪的審判，因為「在基督耶穌裡的就

不定罪了」（羅八1）。祂不再是那位要懲罰我們的審判之主，反而變成接納我們成為祂兒女的慈愛天父（必要時祂仍會本著愛來管教我們，但這是為了要讓我們成長的緣故）；這是每一位基督徒都擁有的根本平安。我們是否在每天生活中一直感受到平安呢？不！許多事件和經驗，都會使我們暫時脫離在基督裡與神同在的平安。而一個人雖處在這種情況下，他仍有把握自己是在基督裡的真信徒。



沮喪中的平安

有太多現代信徒相信，成為基督徒後便會永遠快樂；即便是使用「喜樂」這個比較合乎聖經的用語，他們對於在墮落世界中做一個基督徒的意義，仍然感到困惑。

「你們必須明白，在平安、安慰和喜樂之間有很大的差異。一個人或許有平安卻沒有安慰；另一人或許有安慰而沒有喜樂；有時其中一樣會超過另一樣，或在某個程度上高過另一樣。你們要努力去理解其中的差別。」我懷疑我們都花太少心思去「努力理解」其中的差別，反而把三個名詞混為一談，以至於認為缺少一樣就等於缺少全部的三樣。布里居進一步討論兩種不同的平安。一種是「相對於過去」的平安；也就是說，若我們在基督面前回顧以前的生活，就不會有意願回到過往的狀況，因此，即使現在要面對困難，我們依然可以感到平安。另一種是「相對於未來」的平安。我們的平安跟未來那種完全的平安不一樣，因為我們都尚未達到完美的地步，我們常會陷入某些掙扎困難當中。認識基督成為我們的救主會使我們感到平安，但這個平安要等到我們回天家才得以完全；這是因為我們本身在罪中的失敗會使我們失去平安，同時也是因為我們再次辜負那位為我們犧牲的主！我們可以同時擁有平安、安慰和喜樂嗎？可以！就在天堂。我們今生有時候會預嚐天堂的滋味，在某些時刻同時感受到這三樣。所以我們在缺少一樣或兩樣的時候，不需要像某些人那樣擔心，以為

這象徵自己缺乏得救的信心；這只是顯示，我們不但要努力信靠看不見又摸不著的神，還要堅信聖經明確應許卻尚未看見的永恆；這也顯示，我們的眼光不受限於這個物質的世界——摸得到、看得見之事，而是要活在周遭屬靈的世界中，以及活在即將來到之永恆的光芒中。

當然，布里居並非鼓勵信徒安於自己缺少平安的狀態。陷入沮喪的信徒無法在與神的關係中找到平安時，應當怎麼做才好？「如果平安和安慰沒有立刻臨到，暫且把問題擱在一旁；因為時候一到，基督必會解決這個問題。我們現在只需等候，繼續持守祂的道路。」等待神用我們所期待的方式來回應，這是很困難的事。沮喪的人已經感到悲痛、受傷，甚至某種程度的絕望，要他們等候似乎是很殘忍的建議。然而在等候神、尋求解決的過程中，我們就會對神有更深的信靠；因為我們在這過程中，不得不相信祂會按照祂的時間表來回應我們，而我們終究也會明白，我們必須在軟弱無助時倚靠神的力量，不然我們根本沒有力量度過此生。許多人非得在陷入沮喪的時候，才會真正瞭解必須倚靠神而非相信自己的力量。至於那些不曾感到沮喪的人，他們的信仰或許顯得堅強，但也有可能是偽裝的。這些人以為可以靠自己度過每天的生活，但這是因為他們還不曾經歷過掙扎，沒有察覺到自己的軟弱和遠離神的景況。聖經充滿許多等候神的歷史性例證，摩西想靠自己的力量使以色列人獲得自由（出二11-22），但



卻失敗了（參徒七23-29）。他留在曠野等候四十年之久（參徒七30-34；出二23-三22），直到獲得神的呼召與裝備，才能回來解救百姓。使徒保羅以戲劇性的方式認識基督就是他的救主（參徒九章），但在他開始傳福音給外邦人以先，神卻差他去沙漠待了三年（參加一11-18）。還有，以色列人歷代以來一直耐心等候彌賽亞來臨，西面就是典型的例子（參路二25-32），不是嗎？等待是艱難的，但神會報答凡等候的人，他們必定會在某個情況下豁然開朗，並且得到祝福（若不是在今生，就是在天上）。

等候的另一個困難是，陷入沮喪的人根本無法「聽見」神。就像耶利米在耶利米哀歌三章7-8節中的描述，他的禱告似乎無法上達、呼聲被困住而聽不見（假定他們一開始就努力禱告！）但其實跟以利亞的經歷一樣，神一開始會用「微小的聲音」或安靜的方式說話（參王上十九11-12）。當馬利亞來到空墳墓，內心感到極度的沮喪，不明白基督的身體究竟發生什麼事。雖然天使向她說明，卻無法安慰她的心。直到基督顯現、親自對她說話，這才讓她得到安慰。「主到底對馬利亞說什麼？只有一個字——『馬利亞』。有時候主會親近一個陷入困境的人，單單對他說一個字。主是否也曾經對你說過一個字，卻激發了你的信心，且聽從祂呢？」

不管我們從神那裡聽到什麼話，我們所要做的就是回應並付諸行動。這就跟我們常常給予嚴重憂鬱的人的實

際勸告相當類似。這些人的沮喪加深時，連每日的工作也會耗費他們許多精神，他們便開始疏忽那些工作。當他們環顧這些工作時，看到一切沒有完成的職責，就變得更沮喪，並且感到責任帶來的壓倒性負擔比以前更沈重。為了幫助這種人，輔導員可能會建議他們先注意一項未完成的工作，回家後（或回到工作場合）花半小時去做（因為他們覺得自己缺乏精神體力，更長的時間會讓他們感到挫敗、甚至不願意開始）。或許他們還是無法完成工作，但這樣做會打破他們正在陷入的惡性循環。基本上，這些輔導員就是要求他們去「聽」神說話，聽神要他們每天去完成的一件責任，並實際去做；即使現階段他們無法完成全部的責任也沒有關係。

靈命成熟和沮喪

對於陷入沮喪和未曾經歷沮喪的人，我們常會問一個問題：「沮喪的人是否比不沮喪的人更不屬靈？」通常雙方的回答都是「肯定」的。但聖經卻呈現一幅不同的畫面。有時候，沮喪確實是犯罪或肉體慾望運作的後果；不但如此，沮喪通常也會使人陷入犯罪的試探當中。但我們先前說過，聖經裡的屬靈人物時常經歷到沮喪。詩篇一〇二篇的標題對此有特別的描述：「困苦人發昏的時候，在耶和華面前吐露苦情的禱告」。神的智慧透過許多詩篇，特別要幫助那些自覺承受不了或絕望無助的信徒。「基督



徒和神子民可能會陷入極大的沮喪深淵，然而，他們仍然可能是敬虔和屬靈的！」一個人的屬靈與否，並不能從他是否經歷過沮喪來判斷，而是要看他在沮喪中是否等候信靠神而有所成長。同樣地，主耶穌在客西馬尼園裡，對即將臨到的事——被釘十字架的折磨——備受壓力，想從門徒那裡得到安慰卻大失所望（因為他們都睡著了）。祂不只禱告一次，而是三次祈求挪去這杯（代表祂即將為世人承擔罪的審判；參路二十二39-46）。基督是無罪的神、也是無罪的人，沒有犯罪卻要經歷極大的掙扎。祂得不到人的安慰，只能靠著信心接受，遵照神的旨意說：「不要成就我的意思，只要成就祢的意思。」這或許不能說是耶穌生平中的沮喪或憂鬱，但確實能夠反映出祂內心的沉重感受，而這也是沮喪的人常有的感覺。落入沮喪和挫折本身，絕對不是一個人靈命不成熟的象徵。

雖然我們一直渴望平安與安慰，神的智慧卻以不同方式顯現在我們的生命中。為了我們靈命的益處，祂容許我們失去平安。這是相當弔詭的事，「為了他們的好處賜下平安和安慰，也為了他們的好處使他們失去平安和安慰。」若人能夠從別處找到安慰或鼓勵，一般的表現都不會直接去尋求神。因此神「容許挫折淹過他們的一切安慰，使他們失去平安，心神不得安寧，使他們的靈魂氣餒；目的是要使他們願意單單倚靠神。」

希伯來書十二章6節提到「主所愛的，祂必管教」，

11節說：「凡管教的事，當時不覺得快樂，反覺得愁苦；後來卻為那經歷過的人結出平安的果子，就是義」。神使用挫折——生命中看似缺乏神的同在——來管教訓練我們，成為祂更有用的僕人。

沮喪的感覺

儘管「感覺」在基督徒生活中很重要、且不該被忽視，但「感覺」引領我們的方向不都完全正確，而想要改變它們也不是件容易的事。我們找不到可以關掉感覺的按鈕，也無法輕易改變情緒；我們只能求助神的力量，祈求祂來解決我們的情緒問題。不管沮喪的人有多麼強烈的意願，他們都無法「關閉」憂傷和絕望的感覺。而在這個時刻，他們就必須追求對神有更深信心，好讓信心跟自己的感覺能夠產生互動。布里居提到我們今天常聽到的一句話：「我們不是靠感覺，而是靠信心而活。」他堅持我們應當從信心開始，再從信心產生感覺，但我們通常都想要先有感覺再產生信心。我們可從基督身上有所學習，祂在十字架上為我們的罪經歷父神的憤怒，體會與神分離的感覺：「我的神！我的神！為什麼離棄我？」（太二十七46）但就在祂體驗父神的掩面不顧時，祂也宣稱：「我的神！」即使面對神的拒絕，基督仍然緊抓住自己與天父的個別關係。我們可以效法祂的榜樣，「雖然你感受不到祂的愛，但就在當下，你可以說：『神是我的天父！』並且



來到天父面前。如果你可以開口說：『神是我的天父！』你還有任何理由繼續沮喪憂鬱嗎？」

通常在看不見神的黑暗時刻，我們才會把生命投入對神的信心和倚靠。對我們的主而言，十字架的經歷就是這種黑暗時刻，但即使籠罩在審判的陰影中（因為祂一肩扛起我們的罪），祂仍然沒有遠離神。耶穌不只成為我們面對困難時的榜樣，同時更因為祂已經得勝，祂會賜力量給凡效法祂的人。

挫折和沮喪的原因

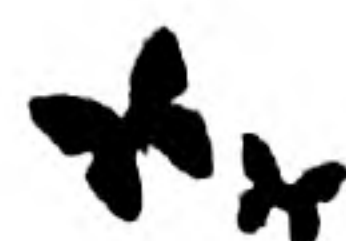
「沮喪到底從何而來？」我們常聽到這個問題。布里居提出信徒陷入沮喪的九大可能來源：

1. 因為他們的罪
2. 源自他們的軟弱
3. 因為他們在屬靈責任上的失敗或沒有盡到這些責任
4. 不確定自己的生命中有神的愛
5. 來自引誘犯罪的試探力量
6. 因為感到被拋棄了，好像神不見了、或從他們的生活中消失了。
7. 來自他們所承受的苦難
8. 來自他們自己工作的問題
9. 因為他們的屬靈狀況不符自己的期待

或許我們今天還可以增加一些項目，包括從生理疾病產生的憂鬱（但這一部份也可以包含在第七項），或由藥物和毒品所產生的沮喪反應。儘管如此，布里居這張清單對二十一世紀的信徒仍然非常實用。

一、罪

一方面，我們應當為自己的罪感到灰心憂傷；如果不是這樣，就代表我們有嚴重的靈命問題！從某個觀點來看，信徒犯了罪要比不信的人犯罪來得更糟糕；因為基督已經使我們從罪中得到自由，不再做「罪的奴僕」（羅六15-18）。正因為如此，我們的罪確實會羞辱基督以及祂為我們所成就的事。但另一方面，「如果基督已為罪付出如此大的代價，那麼一個人就沒有理由感到極度沮喪了」。我們的罪總有辦法得到挽救，因為基督的犧牲是為全部的罪一次獻上（參羅八1、31-38）。我們若承認自己的罪，「神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義」（約壹一9）。我們不應當對罪感到麻木不仁，或以為罪只是小事一樁；因為「基督徒犯罪會讓他們最好的朋友（神）感到憂傷；因此他們有必要為自己的罪感到憂傷，也必須謙卑下來，否則就沒有恩典可言」。神有能力從我們的罪惡中帶出好的結果，包括我們靈命的成長。即使如此，我們仍要為自己違背祂的聖潔而憂傷，因為我們如今已從罪的權勢下得到釋放。我們要因



為自己的失敗謙卑下來，追求正確的生命；布里居堅持我們不應當感到沮喪，因為那令我們憂傷的對象是罪，而這在基督那裡早有答案。然而，「那令一個人沮喪的，總是他自己的景況。當一個人感到沮喪時，你必定會發現他的問題都跟自己的景況有關」。

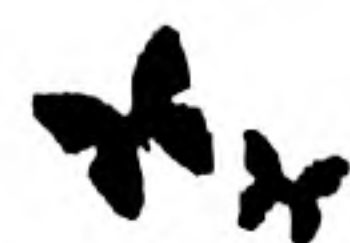
布里居的重點是絕望很容易讓人集中注意自己、自己的問題、自己的失敗和自己的無助。認罪並謙卑尋求神的恩典，可以使我們的眼光從自己的問題轉移到基督身上——祂曾經掙扎、受死，卻已復活，將救恩與盼望賜予我們。沮喪必然會吸引我們把焦點放在自己身上，專心看我們的問題和失敗，並且開始不再關心要愛神和愛人。雖然謙卑的人一開始時會看見自己有罪和失敗，但接著他會仰望神的赦免和求神加添力量，並且會尋求在世上更盡心地服事神和愛別人。布里居舉了一個例子，「該隱感到沮喪，卻沒有因此謙卑，他只在煩惱自己的景況而已：『我的刑罰太重，過於我所能當的』（創四13）」。而浪子跟該隱形成強烈的對比，他真心謙卑而沒有感到氣餒，因為他知道自己可以回到父親的家，向他認罪，也必定會得到恩典（參路十五19-21）。當然，當時他不明白這種恩典是多麼寶貴，本以為回家後理當成為僕人，卻驚訝地發現自己得以恢復兒子的身份！

二、軟弱

有時候沮喪是來自一個人靈命的軟弱。

我只是一個在基督裡的軟弱嬰孩；若真是個嬰孩，我就根本沒有能力為神做什麼；因此我才感到沮喪和消沉。但這可以是我的原因和理由嗎？喔不！因為「神能將各樣的恩惠多多的加給你們，使你們凡事常常充足，能多行各樣善事」（林後九8）。

屬靈的軟弱是有問題的，會讓一個人在遇到試探時很容易跌倒（參來十二12），而跌倒之後更難站起來。我們不應當只停留在靈命軟弱或不成熟的階段，而是要努力讓自己的基督徒生命更加成長茁壯。發牢騷或專注自己的軟弱，只會讓我們再次看見自己而看不到神。希伯來書十二章1-3節形容，基督徒的生命有如一場賽跑，鼓勵我們往前直奔，專心仰望已經跑完全程的基督。我們若只專心看自己和自己的軟弱，就會停止腳步、癱坐在跑道一旁。對那些真心把跑步當成運動或享受的人，我要說聲抱歉，我一直都不喜歡跑步（我只喜歡健行）；跑步實在很痛苦——令人氣喘吁吁又腹部絞痛。長跑所帶來的痛苦會叫人很想放棄算了，我就是很可能這樣做的人！但希伯來書激勵我們，當我們因為太痛苦，覺得自己似乎跑不到終點，而很想放棄的時候，我們應當定睛在終點上，仰望已經站在終點的基督，努力一步接著一步往前跑。不管是跑最後一名或跑得最慢，都不是問題；只在意自己是最後



一名而放棄，這才是問題。神希望我們跑完全程，跑得多快或名次都不是重點。因此，基督徒軟弱時的解決方法，就是繼續奔跑，在生活中仰望基督的力量和公義，不要因為看到自己的失敗而沮喪。如果基督徒一心只注意自己，很快就會放棄；甚至發現自己軟弱到連想繼續跑的意願都沒有，因而帶來更嚴重的沮喪。從此便陷入沮喪的漩渦中一路下滑——人因為沮喪而無法前進，於是變得更軟弱失敗；結果又產生更多沮喪，就這樣惡性循環。

神比我們更清楚我們生命中的軟弱。每一位基督徒都同樣擁有基督隨時的幫助；連「信仰軟弱」的人也能同等分享基督的公義。基督在馬太福音五章3-6節的教訓中提到「心靈貧乏的人（譯註：新譯本）」和「哀慟的人」；祂不是一開始就指名：「充滿恩典的人、或完全確信自己擁有永恆之產業與地位的人，不！祂最主要的工作和任務是要安慰、扶持和鞏固軟弱者；祂就是從這些人身上開始他的工作。」靠自己的力量並沒有辦法成為強壯的基督徒，而是學習看到自己的軟弱，在軟弱中尋求基督的能力。「祂對我說：『我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。』所以，我更喜歡誇自己的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。」（林後十二9）

我們無法靠自己的力量得勝，尤其是那些陷入沮喪的人。相反地，勝利是完全來自神，就像啟示錄二、三章所提到的非拉鐵非教會一樣。她是七間教會中唯一沒有被

指控特定的罪名、因而得到稱讚的教會。但聖經說他們只是「略有一點力量」（啟三8）；因為最重要的是在主裡面強壯，而不是靠本身的力量。

三、了無生氣的敬拜

一個人雖然知道神如何保守自己沒有犯下大罪，但他們的禱告卻是「內心充滿死寂、沉悶和粗劣」；他們因為自己沒有專心於禱告和事奉，就斷定神不接納他們，所以沮喪不免油然而生。在我們的基督徒生命中，這是常有的狀況。我們去教會、讀經、禱告，卻覺得沒有什麼成就感，在這些活動中找不到喜樂。而我們又明明知道神應當是我們最大的喜樂，尋求祂也應該帶來滿足。這樣的情形真叫人感到沮喪，好像自己無力體驗在基督裡的喜樂。對這樣的情形，布里居保持他一貫的教牧立場；他承認我們不應當處在這種狀態下，讓這成為沮喪挫折的理由，他再次指出，沮喪的人如何慢慢地尋求神的過程。他要我們記住三個真理：第一，我們的現況無法決定我們將來的景況；第二，「你不要因為自己覺得沉悶就停止當盡的屬靈本分，因為本分或責任就是良方」；第三，沮喪會助長靈命遲鈍的感覺，所以我們要跟沮喪對抗，以免這種沉悶感日漸加深。

你覺得讀聖經無聊空洞嗎？不管怎樣，要繼續讀！或許先讀比較簡短的篇幅，別先嘗試像利未記那樣比較困



難的部分；無論如何都要努力讀。你是否覺得自己的禱告只能到達天花板？一定要繼續禱告，同樣地，先從簡短的禱告開始。你覺得敬拜好像很空洞嗎？繼續保持敬拜和尋求神。正如我先前所說，我們若停止賽跑，停止透過禱告、敬拜和讀經來尋求神，沮喪必定繼續惡化；使我們不再尋求神，只是呆坐在跑道旁，觀看比賽。但只要我們堅持下去，不管過程有多困難、多麼無趣，神會適時讓我們更能感受到祂的同在；正如布里居用父親與浪子的比喻所證明的。

四、缺乏確據

當信徒不確定自己是否得救時，必定感到十分沮喪。他們相信自己確實接受基督成為個人救主，但基於自己的掙扎或先前所說的「遲鈍」，心裡便開始懷疑自己是否真正認識基督。當這種恐懼加劇時，內心的沮喪也會隨之升高。曾經有明顯的案例，因為受到沮喪和惡性循環的牽引，他們開始擔憂自己根本沒有真正認識基督。正因為本身陷入沮喪，他們迫切尋求的確據幾乎是不可能發生的神蹟，又或者是他們不相信這種確據的真實性。這是一個真實的問題，也沒有簡單的答案；連聖經也承認，有些信徒將奮力追求「對信仰有完全的確據」；但是，努力去獲得確據並不同於不信——正如某些人所擔憂的。「對信仰的確據會帶來安慰，但只要憑藉信心就能得救。」如果

有人感到缺乏確據，布里居建議他們要忍耐且等候神的保證，同時學習對自己的現況感到知足。若接受一個錯誤的假設：「既然我對自己的得救沒有把握，那麼我就永遠不可能有得救的確據了。」那麼，他必定陷入沮喪之中。

生活中並不盡然都有確信的感覺，它是來自信心的仰望，也就是相信看不見之事的真實性！通常我們尋求確據時，內心是渴望看到或摸到某些東西。有時神會以直接的行動回應，幫助我們理解祂的同在與掌權；但有更多的時候，我們是在「黑暗中」看不到也摸不著，而此時是神鼓勵我們要有信心。此刻祂會指引我們回頭注視基督和十字架，那是祂的愛與恩典的永遠保證。十字架證明神的屬性與旨意，而且祂絕對不會背離祂的屬性或旨意。信心代表我們仍持續相信這個真理，即使我們目前處在最沮喪的情況中。

五、試探

每個信徒在世上必定會面臨試探。我們的罪性仍在裡面活動，而我們活在一個罪惡的世界，它始終都在引誘人違背神。雖然試探可能讓我們感到疲憊，但試探不應當讓我們感到沮喪！布里居說明一個遇到沈重試探的人所發生的情況。這些人專注在自己多年來無解的難題，就感到沮喪。他們不應該就此受挫，因為撒但試探的意圖就是叫人感到挫折沮喪。我們不要向沮喪投降，否則「就讓撒但



稱心如意、中了牠的詭計」。如果我們感到沮喪和絕望，就等於實現了撒但的計畫！布里居沒有輕看人在持續受試探下所承受的壓力；但他也確實指出沮喪所產生的傷害——輕微的方面，是讓撒但利用沮喪來阻止我們服事和敬拜；嚴重則會讓我們變得軟弱，使我們在試探中更容易失敗犯罪。

當我們遇見試探時，神並沒有消失不見。祂容許試探臨到，但祂沒有拋棄落入試探中的我們（參林前13）。神使用試探來幫助我們勝過殘留在我們內心的罪。瞭解試探的本質是避免陷入沮喪的關鍵。「試探的時刻就是受教的時刻」，試探可以幫助我們學習如何在「仇敵的國度」活得更有力量。布里居借用軍事用語，來說明基督徒有如行軍經過撒但的國度；信徒對這個國度感到陌生，所以一定會有不安或爭戰發生。然而，「凡是在小戰鬥中獲勝的人，才能在大戰爭中得勝」。我們若把失敗當成學習的時刻，反過來幫助自己靈命的成長，那麼，某場戰役的失敗或對某個試探的投降，都不會成為我們最後的挫敗。但若是先向沮喪投降求饒，我們就會像戰敗的士兵丟下所有武器，「在敵人面前仆倒投降」；結果我們的放棄就使仇敵大獲全勝。

六、黑夜

布里居把那些自覺被神遺忘的時刻，稱之為「遺

棄」(desertions)。神在我們周遭的人生命中動工，讓他們說出精彩的見證；當你回頭看看自己的生命似乎乏善可陳，好像找不到神的蹤影，此刻心裡的感覺有如「神已經忘了我、掩面不看我，真是令我感到挫折沮喪」。有人自以為只要知道父神和基督沒有遺棄他們，那麼他們就可以承擔一切重擔；但一旦他們認為神忘記他們，就會覺得發生最悲慘的災難。

聖經一再鼓勵信徒，神永不離棄我們；就算祂好像離開片刻，我們無法清楚看見或感覺到祂的同在，祂也仍會再來（參約十三1；賽五十四7-8；彼前一5）。對我們而言，十字架再次成為基督屬性的指標。如果祂願意為我們受苦且死在十字架上，那麼祂現在有什麼理由要拋棄我們呢？當然沒有！雖然我們有時會感覺被祂遺棄。其實我們要瞭解，有時之所以有失去神同在的感覺，好像祂被這個世界所「淹沒」，都是出於這個罪惡世界和人的罪性的緣故。中世紀的神秘主義曾經提到「心靈的黑夜」，也就是指我們有如在黑暗中奮力前進，不知道神在哪裡，只知道我們必須繼續伸長雙手，才能在生命的黑暗中抓住祂。沮喪確實是「黑夜」之一，但對策仍是不變：努力保持前進，倚靠我們所確信的真理：「我總不撇下你，也不丟棄你」（來十三5）。

神為何要稍微或暫時離開我們？「神後退離開他們，目的難道不是要把他們拉回身邊嗎？祂暫時掩面不看



他們，難道不是為了避免永遠拋棄他們嗎？」神的後退為的是讓信徒更靠近祂，使他們在看不見或感受不到的情況下，確實倚靠信心而活。心裡有失去神的感覺，會讓我們更迫切尋求祂。只有在感受被遺棄的當下，基督徒才會「對罪敏感，向神哀傷痛悔。人只有在經歷被拋棄之後才有這種心境」。

七、患難

疾病、貧窮和至愛的人死亡等這些痛苦，通常會讓信徒感到沮喪。大衛王在詩篇四十二篇提到：「我晝夜以眼淚當飲食」（3節），所以「我的心在我裡面憂悶」（6節）；然後「我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？」（11節）布里居用藥物來比喻、解釋神的作為；一個人服用某種催吐的藥物時（例如在誤食毒藥或服藥過量的情形下），我們不會把嘔吐的現象當成一種病，因為這是藥物應有的作用，目的是要幫助人。我們所遭遇的患難也是如此，「神必定在患難的背後」要成就自己的旨意，也為了我們終極的益處著想。神同時應許要與苦難中的我們同在，祂並沒有棄我們於不顧（參但三16-26；賽四十三2）。

以賽亞書四十三章1-7節描寫的是古代近東的一種嚴峻的判案法（ordeal，或稱神裁法）。當一個人被指控有罪，但沒有足夠的證人和證據能夠證實他的清白時，當

權者可以採取這種方法。例如，把被告丟到波濤洶湧的河中，在下游約一英哩之處把這人拉上岸；如果這人還活著，就代表「河神」證實他的無辜，這人若溺死就代表他有罪。當你面對這種神裁法時，會是一件多麼可怕的事啊！身為以色列人，首先你很清楚「河神」只是虛幻的偶像；你也明白滾滾河水的危險，一旦落水要如何存活呢？神對以色列的應許是「你從水中經過，我必與你同在；你邊過江河，水必不漫過你」（2節）。這是否代表我們可以歡喜地或苦修式地跳入水中？當然不是！但這確實要提醒我們，我們並不是單獨地在水中載浮載沉。我們看到但以理書第三章的記載，以色列人在面對「跪拜尼布甲尼撒王的金像」或「被丟到火窯」的兩項選擇時，他們必定讀過且理解以賽亞書四十三章的經節。結果他們選擇火窯，相信神在以賽亞書四十三章的應許，即神必定會與他們同在。然而他們也明白神的同在，並不代表自己的性命一定會獲救，但是他們在永恆中必定會得到祂的保護與同在。這些人說：「即便如此，我們所事奉的神能將我們從烈火的窯中救出來。王啊，祂也必救我們脫離你的手；即或不然，王啊，你當知道我們決不事奉你的神，也不敬拜你所立的金像。」（但三17-18）神的同在不代表苦難必定結束、或癌症得到神奇的醫治，而是意謂祂要安慰在患難中的我們，並且會成就祂的應許：「那在你們心裡動了善工的，必成全這工，直到耶穌基督的日子」（腓一6）。



八、工作的問題

信徒可能對每天的工作感到沮喪，特別是當他們在工作上無法施展神所賜的恩賜和能力，或是雇主很難相處時。

有時候，基督徒的沮喪來自他們的職業、工作或服事。他們不免想到：「神已經為我成就許多事，我卻不能為祂做什麼。別人都能夠被神大大使用，而我就像沒用的器皿被丟在一旁，得不到神的喜悅。所以，我怎麼不沮喪呢？」

這不是全面的事實，因為神呼召我們去做的，遠比我們所想的職業工作更廣闊。服事我們的家庭、教會和社會，這些都一樣重要。「馬丁路德說：『揮汗工作有三種類型：為國家、為教會和為家庭。』一個人或許是忙家裡的事務，但這是神偉大的託付，是神要交付給他的工作。」為神的國度努力工作，其中意義遠超過我們每天所從事的「職業」。我們在自己的職業、婚姻、家庭、教會、社會中所做的一切，都是為了神國而做的，我們蒙召是要在一切所行的事上來服事神（參西三24-25）。我們務必要提醒陷入沮喪的人這個真理，幫助他們不要用無法發揮專長或失業，來衡量自己的靈命狀態。

九、因為陷入沮喪而沮喪

陷入沮喪會讓人感到更沮喪！不管沮喪的起因為

何，沮喪的狀態本身會讓我們感到絕望、更難找到盼望。這個問題依舊是我們把焦點放在哪裡。「如果把一本書逼近你的眼前，你連一個字也看不清楚。如果把書放在適當的距離，那麼你就可以閱讀整本書。同樣地，當一個人落入某個景況中，他會因為這景況太靠近自己，而無法看清自己的行為，但若保持一些距離就能看清楚了。神把一個人稍微移開，離他原來的狀態有段距離，他就能看清自己先前的模樣了」。輔導沮喪的對象時，必須幫助他們看見自己的生命、還有周遭世界的「更大圖像」。這不代表我們輕忽他們的問題與掙扎，而是幫助他們摘下「眼罩」，看見神在過去、現在還有將來，在他們身上及教會中所行的一切作為。擴大眼界並沒有辦法自動消除沮喪，但卻能幫助我們檢視事實的真相。沮喪的感覺會窄化我們的眼光，只注意自己和自己的問題，進而扭曲這個世界在神眼中的真實情況。擴張眼界能夠幫助我們，更有能力從適當的角度來看自己的患難和掙扎，同時也能抗拒從沮喪產生且逐漸累積的挫折感。

結論

我們應當如何對付生命中的沮喪呢？只要宣告：「我需要更大的信心」就好了嗎？不！乃是要祈求神在我們沮喪時強化我們的信心，不要注視沮喪的問題或環境，而是專心仰望基督——「為我們的信心創始成終的耶穌」



（來十二2）。「信心有助於我們抵擋所有的沮喪。相信神就是期待從祂那裡得到幫助；信靠神就是倚賴祂伸出援手；等候神就是持續地處在盼望和信任當中（參賽二十六3）」。

威廉古柏（William Cowper）是1770年代有名的詩人和聖詩作家，一生備受憂鬱沮喪所苦，導致他想要自殺。古柏在1773年1月1日聽完友人約翰牛頓的講道後不久，感受一陣深沈的恐懼，害怕自己會再度發狂。就在擔心憂鬱症再度覆發之際，他提起筆來寫下一首聖詩，描寫在暴風雨中那不可思議的信心：

上主作為何等奧秘，行事偉大神奇；
海洋之中有其蹤跡，駕御風暴飛馳。

深淵洞穴深不可測，有祂無盡創意；
珍藏顧惜美妙創作，施行至高旨意。

聖徒應當鼓勇振奮，不怕天空多雲；
雲中深藏慈愛憐憫，化為恩雨降臨。

莫憑感覺臆斷上主，一心靠主恩典；
愁雲慘霧隱密之處，有主仁慈笑臉。

上主計畫即將實現，時刻陸續可見；
花苞或許滋味苦澀，終必綻放香甜。

盲目不信導致錯誤，觀察卻不領悟；
惟神自己洞悉其工，向人啟發顯明。^{註2}

古柏竟能把布里居的洞見作一完整的歸納，讓我們不禁懷疑古柏是否讀過布里居的書。就在古柏寫完這首詩歌的那夜，他陷入嚴重的憂鬱，伴隨著幻覺和自殺的念頭。即使在「黑暗」即將來襲的當下，這首詩歌就成為古柏緊緊抓住神、堅持信心到底的見證。但願我們自己還有我們幫助的對象，都有力量在最黑暗的時刻唱出這首歌。

.....
註2 Jonathan Aitken, *John Newton: From Disgrace to Amazing Grace* (Wheaton, IL: Crossway Books, 2007), 217-218.





是魔鬼逼我犯罪的嗎？

屬靈爭戰中的平衡事實^{註1}

只要有兩個以上的基督徒聚集在一起，一提到屬靈爭戰這個話題，就容易引發歧見與激烈的辯論。正如保羅在以弗所書六章10-18節所說的，我們都有一個共識：屬靈爭戰是基督徒生命的一部分。而主要的問題在於如何進行屬靈的爭戰？第二個問題是，輔導跟屬靈爭戰有何關聯？這問題與本章的內容有關；我們先來看第二個問題，輔導跟屬靈爭戰確實有密切的關聯。有人評論說，今日有許多屬靈爭戰的操練，只是一種特定的屬靈活動，反而跟每天生命中的成聖過程（必要時還需要接受輔導）無關；這樣的批評不無道理。清教徒作家並沒有創造一種與眾不同的信仰事工叫做「屬靈爭戰」，這理當是信徒每天靈命成長的一部分。至於第一個問題「如何進行屬靈爭戰？」已稍微超出本章所能探討的範圍；若想從

.....
註1 除非特別註明，本章的所有引述都出自湯姆斯·布魯克斯（Thomas Brooks）的著作《抵擋撒但詭計的良方》（*Precious Remedies Against Satan's Device*, Banner of Truth, 2000年再版。）



各種不同途徑，得到一個合乎聖經的絕佳方法，最好去看大衛·鮑力生（David Powlison）所寫的《權能交鋒》（*Power Encounters*）一書。在這本書中，鮑立生擁護以清教徒操練為基礎的「傳統」觀點。^{註2}

有兩種極端的看法，一種是強調「得釋放」過了頭^{註3}，另一種則是否定撒但的作為（若不是完全否認，就是在生活態度上的否認）。兩個極端之間，有一種比較平衡的方法，就是把屬靈爭戰當成靈命成長過程的一部分。我們可以從湯姆斯·布魯克斯（Thomas Brooks）的書來探討這種觀點。正如這本書的書名《抵擋撒但詭計的良方》，布魯克斯跟其他清教徒一樣，清楚瞭解仇敵撒但的活動，注意到「在大部分的罪惡當中，撒但都佔有一席之地」；但布魯克斯也實際理解到，這場戰役只限於有罪的人性範圍；「我們真正要從事的爭戰只關係到、牽涉到我們的人性，絕不會越過人性，到達靈界的範圍」。布魯克

註2 David Powlison, *Power Encounters* (Grand Rapids: Baker Book House, 1995), 11-13,25.

註3 為了簡述這方面的爭論，我們注意到鮑力生提出基督徒對這個問題的「分歧」觀點：「有人確實認為魔鬼隱藏在每個角落……，我遇到的其他人也同意魔鬼及其手下擁有強大的勢力，這些人把人類罪性的運作當成『魔鬼慫恿我（或你、或他）做的』……。有些人竟然把生活中的一切問題都歸咎是魔鬼策動的……還有人把撒但當作第二位神，以為生命是善惡的終極衝突……。不幸的是，到了今天，這種看法仍然存在。有許多謊言、迷信、幻想、愚蠢、瘋狂和十足的邪說異端仍充斥在教會內，偽裝成『屬靈爭戰』在這個世代出現……。許多『屬靈爭戰』的操練者有良好的動機和立意，因為他們理解到基督徒生命就是屬靈的爭戰，清楚看見路旁的水溝陷阱——亦即現代社會的愚蠢錯誤。他們也想幫助這些遇到問題的人；但因為在「釋放」的服事上，沒有建立適當的約束，所以他們很容易偏離，反而掉入另一邊的水溝。為了抵禦現代的世俗世界觀，他們通常都不加分辨地屈服於『老舊的異教』世界觀。」出處如上，13-14頁。

斯注意到，雖然撒但明顯施展詭計想誘惑人犯罪；不過我們必須謹慎，不要把出自人內心的罪都歸咎給牠。布魯克斯甚至這樣說，假使神捆綁撒但使牠無法誘惑我們，人類仍可能因自己的罪性而犯罪。「撒但只擁有說服的技巧，而沒有強制的力量。牠可能會試探我們，但若非我們允許，牠也無法擄掠我們。牠可能會慫恿引誘我們，但若非我們願意，牠根本無法傷害我們」。

在眾多清教徒作家當中，布魯克斯十分受敬重。「如果請愛好清教徒作品的讀者，列出三十位『偉大的』清教徒傳道人；儘管布魯克斯沒有名列『前三名』，也一定榜上有名」。^{註4} 因為缺乏有關他的傳記資料，我們對他的生平事蹟所知不多。布魯克斯出生於1608年，1625年畢業於劍橋大學以馬內利（Emmanuel）學院。他在那裡認識其他有名的清教徒，像是胡克（Thomas Hooker）、米爾頓（John Milton）和卡頓（John Cotton）。我們只知道他畢業後成為牧師，但不知道他在哪裡傳道。內戰結束之後，他在倫敦的聖多馬教會牧會，同時受邀到國會講道。布魯克斯跟其他不服從國教的傳道人，同時在1662年被解除牧師職位。至於其他詳情則十分缺乏。「布魯克斯躲過牢獄之災。1665年倫敦發生大瘟疫，當時在拒絕逃難的眾傳道人當中，他是十分傑出的一位。在1666年倫敦發生大

.....
註4 《抵擋撒但詭計的良方》（*Precious Remedies Against Satan's Device*）一書中編輯的「作者小傳」，（Carlisle, PA: Banner of Truth, 1968），11頁。



火災的當時和事後，布魯克斯都堅守崗位，安慰鼓勵受難的人」。^{註5} 他從1652到1680年一直專心寫作，寫於1652年的《抵擋撒但詭計的良方》是其中第一本書。布魯克斯的妻子死後第三年，他也在1680年去世。

布魯克斯探討這個主題的方法很有趣，他認為撒但利用「詭計」（device）達到各種不同目的；接著他提出合乎聖經用語「良方」（remedy，或治療方法），幫助信徒遏止這些「詭計」所造成的影響。布魯克斯用「詭計」這個字，是出自以弗所書六章11節；意思是「隱藏的陷阱，有如來自人背後、出其不意的背叛。這個字的意思是戰爭中所採用的伏擊或策略，是仇敵在暗中搞鬼設計」。總之，布魯克斯強調聖靈大能在信徒的生活中運行，信徒應當順從且善用許多「良方」，當成在屬靈爭戰中有效對付仇敵的武器。儘管我會鼓勵人去讀布魯克斯的整本書，但我也承認他的寫作方法很特別，以致這本書的目錄就是全書的摘要，幾乎可說是整本書的濃縮版！

布魯克斯一開始就要求讀者正視這個主題的重要性。「基督、聖經、你自己的心、撒但的詭計，這四樣重要的事是我們必須優先且殷勤學習、探討的對象。如果我們忽略這幾樣學習，我們就無法獲得平安，也從此得不到喜樂」。請注意布魯克斯所說的原則：我們必須理解聖經的教導並基督所完成的一切；接著，我們不但要理解撒

.....
註5 *ibid.*, 13。

但引誘信徒犯罪的方式，還要理解自己內在罪性的動機與欲望。若是缺乏這四方面的理解，我們就會出問題，且陷入現代對於屬靈爭戰的極端看法的險境。布魯克斯繼續說到「撒但喜歡順勢而為，牠會按照每人的情況和個性來設計試探。如果人的境遇順利成功，牠會誘惑他們否認神（參箴三十9）；如果人遇到逆境困難，牠會引誘他們懷疑神」。撒但會在試探之前先好好研究我們，特別在我們的弱點和可能犯下的罪行上作功課。所以說，輔導一定包含屬靈爭戰在內；這是不爭的事實。顯而易見地，大部分的輔導案例都會牽涉到一個人面對缺點、罪惡和試探等問題，還有他們面對失敗的無能為力。布魯克斯認為，撒但對於人們面對掙扎時的特性非常敏銳，牠會針對這些特性來打造牠的試探和調整牠的努力。對此事有所認識，正是有效輔導的關鍵因素，如此我們才能幫助別人保持警醒，在所遇到的問題中尋求神的能力；同時也能幫助別人勝過來自魔鬼的試探。

「撒但誘使人犯罪的詭計」

撒但到底利用什麼詭計來誘導基督徒犯罪呢？布魯克斯提到十二項，我們僅討論其中一些具代表性的詭計。

撒但顯露誘餌卻隱藏其中的鉤子；牠亮出金杯卻掩蓋其中的毒藥；牠大肆宣揚世人在犯罪之後所擁有的甜蜜、快樂和好處，卻隱匿犯罪後必定伴隨而來的刑罰與慘



狀。

每一位信徒都清楚意識到，有意的犯罪從某方面來說是美好的、快樂的，怎麼會是件壞事呢！當然，這也是一個古老的原理，蛇在伊甸園施展試探時說明禁果既好看又好吃（參創三1-6）。我猜想那個果子確實吸引人的眼目，剛咬下幾口的滋味一定美妙無比；但罪惡感的產生會讓果子變得非常苦澀。通常我們犯罪一開始都能得到快樂，至少表面上會產生正面的影響；這是撒但詭計如此有效的原因，並且不斷在我們生命中重演！然而犯罪的結局必定是滅亡，就像亞當和夏娃身上所發生的一樣。

布魯克斯所提的良方，基本上是兼具神學與實用性。第一個方法是盡可能保持遠離罪惡，不要玩弄撒但擺在我們面前的「釣餌」（參羅十二9；箴五8）。「避免掉入陷阱的最佳路線，就是盡可能離它遠遠的。那些大膽地在陷阱邊手舞足蹈的人」，神給他們的最終結局就是掉入陷阱！

從自己或別人的生活中，我們很瞭解這種遊走危險邊緣的經驗，我們想要享受犯罪的樂趣又不想陷入罪中；但這種嘗試顯然是徒勞無功的。我們若不逃避有罪的環境並且專心尋求神，必定難逃最後的失足而落入「陷阱」。

「約瑟刻意與罪惡保持距離，避免玩弄撒但所精心設計的誘餌，所以他能夠站立得穩。大衛則是一步步靠近並且戲弄誘餌，最後犯罪跌倒。抵擋的良方就是要仔細想想，

罪惡只是一種表面甘甜的苦果」。就像一個愛吃巧克力的人，原以為眼前的巧克力滋味甘甜，但當他大口咬下外表漂亮的巧克力時，竟發現它苦不堪言！

布魯克斯教導我們要隨時提醒自己，這一直都是犯罪的過程；我們若容許自己淺嚐一下罪惡，表面上的美味和香甜終究會在口中化為苦澀。「抵擋的良方就是仔細想想，罪的本質是十足的欺騙和誘惑。罪的始祖是最厲害的欺騙者，它就是這欺騙者所生的孩子（參來三13）」。史上最厲害的騙子就是撒但；我們若不經常保持警醒，撒但要誘惑我們犯罪可說是易如反掌。現在有許多詐騙集團要你做這個、做那個，信誓旦旦保證你可以獲利百分之五十或更多；他們講得天花亂墜，但最終只會害你失去全部錢財。記住：罪的情形正是如此；它會對我們作出承諾，甚至一開始會看似履行承諾，但最後卻讓我們喪失一切，淪落到必須再一次為罪懊悔的地步。

罪惡會被塗上美麗的色彩，因為撒但知道，若是把罪的本質和原貌展現出來，那麼人們會迅速逃離而不會屈從；所以牠把罪惡加以粉飾後再呈現給我們看。

抵擋的良方是要往前看，思想犯罪會產生什麼後果。布魯克斯在此教導我們要同時重視展望和回顧。是的，對抗試探的戰爭就在此時此刻，然而跨越時間是這場戰役致勝的關鍵。往前看能讓我們看到眼前的誘惑會有什麼後果。這能幫助那些正想出軌的夫妻，讓他們思考一下



此舉的後果（破壞婚姻關係、可能離婚、傷及孩子、收入減半……等等）；這不但是輔導員應該給予的提醒，而且也是一種仁慈的舉動。面對想自殺的人也是同樣的作法；大多數想自殺的人並沒有預計自己死亡對別人造成的傷害，他們只想從眼前無法應付的困難得到立即的解脫。然而，我們也必須同時回顧過去，回頭仰望基督的十架。

在犯罪的當下，我們自以為微不足道的小罪，其實都是重大而代價高昂的，因為基督在十字架付出了受苦與死亡的代價。在我們生命中，越是看重十字架的救贖，我們就越能夠克服罪「閃耀迷人」的特性。在輔導的過程中，有時你會發現受輔者自知即將犯道德上的錯誤，但他們覺得這是唯一可行之路，他們口頭不會講出來，可是會認為只要做了之後再來尋求赦免就好了！儘管這種思維有其真理存在（悖逆的罪仍然可以得到赦免），但這些人無意間透露自己對基督的受苦缺乏省思，不明白基督在十架上為人的罪受盡折磨，正是因為他們故意去犯錯，之後再來祈求赦免。提醒人這個事實，並不是故意要引起他們的罪疚感，而是要強調我們在看不清問題的癥結時，仍然要信靠神，並且要為了祂在我們過去、現在和將來的生命中所賜的恩典，而持續服事祂。

撒但會使罪看起來沒有那麼嚴重。牠會說：唉呀！不過是一點點的驕傲、稍微愛一下世界、一點點污穢、輕微的酗酒……而已。

有甚麼大不了呢？只是小事一樁，我又不是去搶劫或殺人。事實上，我常在婚姻輔導中聽到類似的話（我自己也曾有這種想法）：「我知道自己應當要改進；可是我又沒有背著她亂來，也沒有像其他丈夫那樣酗酒或賭博。」通常這些陳述都沒有錯，他們的配偶也會同意；但其實都錯失重點。這些話代表我們企圖指控別人來淡化自己所犯的罪，顯示別人的罪比較明顯嚴重。這正是撒但處心積慮的目標，使人覺得自己的罪小到無關緊要，偶爾犯一下又何妨呢！

「抵擋的良方：首先，要嚴肅地思想，那些我們以為輕微的罪，其實會讓神最嚴厲的怒氣臨到人身上。就像吃一顆果子、在安息日撿拾一些樹枝、伸手觸摸約櫃等」

【編按：參閱創三章；民十五32-36；撒下六6】。歷世歷代以來，神不只是對「大罪」有反應而已，一切的罪都會導致惡果、帶來死亡（參羅六23；加六7-9）。「抵擋的良方：認真想一想，對輕微的罪讓步就會為犯重大的罪鋪路。罪具有侵蝕性，會在人身上逐步蔓延，直到攻佔靈魂的最高點」。儘管罪的強度不一定都循序增強，但無疑地，布魯克斯的這些話是普遍的真理。酗酒的人並不是一開始就每天喝得爛醉如泥，好像這輩子就此毀了，但他們的確是越喝越多，直到無法自拔的地步。大部分有外遇的人並不是一開始就跟某人迅速上床；通常都是從調情和幽會開始，逐漸擴展到更大的罪行。輔導常遇到的問題，像是焦慮和



強迫症的反應，也可以從這個角度來切入。害怕離家的人很少會一開始就不敢踏出家門，而是長期對不同的環境越來越感到焦慮害怕，直到他們發現自己只敢待在家裡。輕微的罪也經常遵循這樣的路徑，一路發展成更嚴重且控制生命的罪惡與掙扎。

「較嚴重的罪確實比較容易讓人產生警覺心」並且悔改，而細微的罪比較容易被忽略而認為不重要。這讓小罪顯得更加危險，因為小罪容易持續留在內心，隱密地運作，蓄勢待發，要引我們誤入歧途；因此，拒絕一切罪惡便顯得非常重要，絕對不能對任何小罪讓步。教會歷史上充滿類似的故事，許多基督徒寧願忍受殘酷的逼迫，也不願意干犯最輕微的罪——尤其是否認信仰（參約翰福克斯《殉道史》〔*Fox's Book of Martyrs*〕中的見證）。換句話說，我們有時高談闊論如何拒絕罪，卻在面對看似不值得對抗的小罪時失敗。過去史上的殉道者都意識到，即使最輕微的讓步都會讓神蒙羞，帶來嚴重的屬靈後果。

撒但的詭計是把大人物的罪公諸於世，並隱藏那些人的美德。例如大肆宣揚大衛的姦淫、希西家的驕傲、約伯的急躁、挪亞的醉酒、彼得的褻瀆，而盡量隱瞞這些偉大人物的眼淚、嘆息、受苦、謙卑和悔改。

撒但確實指出屬靈偉人所犯的罪，一心想遮掩這些聖徒的眼淚與悔改。聖經則謹慎的同時記載他們的犯罪和悔罪。因此，我們要面對一個問題：「世人啊！你跟聖徒

一樣容易犯罪，但你能夠像他們那樣悔改嗎？」我總是與輔導的對象分享，我用大衛在詩篇五十一篇的懺悔禱告，來對付自己的罪；但是，除非我能夠反省，且像大衛那樣瞭解罪惡深重，以及悔改的嚴肅性，我才能把他的禱告當成自己的禱告。就我的理解，這正是他被稱為「合神心意的人」的原因，而不是因為他不犯罪。大衛確實是個「大」罪人，但他悔改的深度絕非我們所能及的。

撒但的詭計就是告訴世人，神是全然的仁慈憐憫。牠說：你不需要把罪看得太嚴重，也不需要如此懼怕犯罪，更不需要厭惡罪惡；因為神是充滿慈愛的神，樂意寬恕祂的子民勝過懲罰他們。

抵擋的良方十分明顯：不是去否定神的慈愛，而是承認祂是既公義又憐憫的神。如果撒但的說法沒有錯，神的慈愛讓我們都無需害怕犯罪；如此一來，真是叫人不得不戒慎恐懼！哪有基督徒敢佔神的便宜，在生活中利用不配得的憐憫呢？但我們確實如此，保羅在羅馬書第六章1節中承認這個事實，他提出一個問題：「我們可以仍在罪中、叫恩典顯多嗎？」隨後保羅大聲說不！絕對不可！答案很明顯，但我們生活中的實際表現卻讓這答案顯得不清不楚。神是憐憫又偉大的神，藉由基督在十字架上的死來赦免我們的罪；人若是利用神的憐憫行惡，這會比一開始所犯的罪更加嚴重；這反映出，世人迫切需要認識神的本性，並祂替我們所完成的大事。神是憐憫又公義的神。魯



益師在小說《納尼亞傳奇》中使用類似的比喻，獅子亞斯藍（代表基督）的角色讓我們看到他把握住這個平衡點。書中的蘇珊問水獺先生誰是亞斯藍時，得知他不是人而是「獅子，偉大的獅子」，再加上水獺太太後來的證實，讓她感到非常不安。露西馬上脫口說：「『那麼，我們若碰到他豈不是很危險？』水獺先生說：『危險？你沒聽到水獺太太說的話嗎？沒有人認為面對他是一件安全的事，當然很危險。但我告訴你，他是一位良善的好國王』」。註6

公義的神憎恨任何形式和任何程度的罪。祂也是慈愛的，唯有記住祂本性中的這兩種特質，才能夠幫助我們戰勝撒但的詭計。

撒但的詭計是要說服世人以為，悔改是一件輕鬆的事，所以根本不需要對罪大驚小怪。為什麼？撒但說：假如你犯了罪，你就回頭、認罪、痛悔、祈求赦免，並呼求：「主啊！求你憐憫我。」這並非那麼困難的事。

這是針對前一個伎倆作了些微的扭曲，較著重神的憐憫在我們生命中的作為。「抵擋的良方：明白悔改是偉大而困難的工作，而且超乎我們的能力（參耶十三23）……。除此之外，悔改不單是從一切罪惡中回轉，同時也要轉向一切美善；就是愛慕一切美善、珍惜一切美善、追隨一切美善（參結十八21）」。對基督徒來說，悔

.....
註6 C.S. Lewis, *The Lion, the Witch, and the Wardrobe* (New York: Macmillan, 1950), 64-65.

改不是一件簡單的事。悔改代表我們必須認真檢視自己內心的罪，看見自己過去和現在的罪行，查看我們的心是何等邪惡。接著，我們要以這些觀察為基礎，想辦法採取補償和改變的步驟。即使針對「微小」的罪，悔改仍是一件需要非常謙卑且困難的工作。

第二個抵擋的良方是：記住「悔改是持續不斷的行為」。我們不是單在某個時間點悔改就好；相反地，悔改應當是我們生命中持續進行的過程，不斷追求在未來每一刻更順服神。「真實的悔改者應當本於信以致於信，並且力上加力的持續下去。他不應當靜止不動，也不應該回頭」。當輔導過程中要處理那些整個生命受到「掌控」的問題時，更是如此；因為那些問題似乎會在個人的生命中不斷重演。這些人需要認真且不間斷的悔改，不單是在某個時間點，而是在與成聖密切相關的人生旅程中。有太多時候，陷入掙扎的人以為，只要在某個時候悔改就好。其實悔改是生命中持續進行的工作，是每天治死罪的操練；正如約翰·歐文所說的（參第三章）。

布魯克斯最後針對這個詭計提出一個有趣的論點，有關悔改的困難度與必要性，他說：「悔改認罪跟不犯罪一樣，都是出於恩典的偉大作為」。我們在犯罪的時候感到軟弱，甚至擔憂神是否會再次赦免我。事實上，這代表悔改是出於恩典，不是我們自己做得到的。「悔改是靈魂的嘔吐，是最劇烈、最困難的一種嘔吐」。布魯克斯在



此作了相當生動的描述，嘔吐是非常痛苦且困難的事，但有時身體確實需要嘔吐來排除體內的毒素（食物中毒的情況）。就悔改而言，去除毒素（或者說悔改）要比一開始的中毒（或者說犯罪）更困難、更痛苦；這正是布魯克斯要說明的重點。當罪在輔導的過程中得到證實後，悔改的巨大困難度就會隨之而來；例如放棄對藥物、酒精、性慾或工作的迷戀，或放棄婚外情的對象……等等。通常人們都很難做到這些。然而，對真心悔改的罪人而言，他們確實會看到神的憐憫進入生命。奇妙的是，別人也會越來越尊敬他們；這並不是因為他們當初沒有犯下令人難過的罪行，而是因為他們堅持走在悔改與重建的艱難道路上，並沒有投降或放棄。

撒但的詭計是讓世人看見，驕傲的人行在罪惡道路上時，能夠享受表面上的幸運，還可以避免承受內心的痛苦。撒但說：世人啊，你看！走在罪惡的道上，可以享受許多好處，是一般人不敢奢望的福樂。

你是否也想「免除災禍的黑夜、享受興旺的陽光，那麼，你就必須追隨這些人的腳步（參耶四十四16-18）」？一般人不會大肆宣揚這種想法。有時我會問某人一個問題：「你是否認為基督徒的生活沒甚麼好處？何不乾脆去追逐你想要的罪？」誠實的人至少會承認曾經閃過這種念頭。的確如此，所謂的中年危機或許就是這種想法的變型——看看外面的罪人正享受生命的極致福樂（當然

是以有罪的方式），而我卻感覺自己虛度大半輩子，也沒有得到什麼享受。通常人會依循世界的解決方法——犧牲你的妻子、買一部拉風的新車、享受昂貴的渡假。這就是仇敵的第八種詭計。

「抵擋的良方：清楚人若利用神的慈愛與憐憫，而鼓勵自己去做壞事（參耶四十四20-28），這是世上最容易惹動神怒氣的事」。我們再次從布魯克斯的眾多巧思中，看到他對人性深刻的理解。他寫道：「人活在世上，『沒有苦難』就是人最大的苦難；『沒有災禍』就是人最大的災禍。」神的管教是「當時不覺得快樂，反覺得愁苦」（來十二11），但後來要「為那經練過的人結出平安的果子，就是義。」（11節）再者，即使很難察覺，其實壞人的缺憾比他們外表的享受還要多；我們可以看到他們不停地想要更多，從不感到滿足；世上絕對不會有足夠的財富、快樂或健康，所以他們就不停地追求，想要得到更多。真正的恩典是來自神，他們需要恩典才能停止追求更多。因此，布魯克斯提醒我們：「外在事物並非如眼睛所見的。有些人的外表確實光鮮亮麗，但假如你直視裡面，很容易發現他們的心裡充滿焦慮和恐懼」。有古老的諺語說：「別人的草地總是比較鮮綠。」但事實幾乎都不是這樣。撒但這個詭計也是同樣的道理，壞人擁有的興盛和福氣表面看似真實，但卻是虛幻的（對他們和旁觀者來說都是如此）；因為在他們的外表底下，他們總是得不到自



己真正想要追求的，唯有為神而活才能填滿這種深沈的空虛。

撒但的詭計是特意讓世人看見，走在聖潔道路的人，每天遭遇十字架、損失、恥辱、憂傷和苦難。撒但說：難道你沒有看到？比起他們的鄰舍，那些謹慎行事、生活聖潔的人是世上最苦惱、受折磨且睡不安穩的人。

這是前一個詭計的反面：你們基督徒被迫要受苦、放棄享樂、捨棄你的資源（別人可以享受快樂的資源）。生活既然如此艱辛難過，為何不放鬆一下，偶爾犯罪呢？我們必須瞭解，神容許苦難是為了我們終極的好處。我們衡量苦難或問題的角度，不應當看一開始的表象和人的感受，而是看它們最終所扮演的作用。以色列人在埃及為奴時感到絕望沮喪，然而「當以色列人離開埃及時是帶著金銀器具（參出十一2-3）；猶太人離開巴比倫時也是帶著禮物、珠寶和一切必需品（參拉一7-11）」。

當一個人陷入掙扎時，所見的幾乎都是黑暗且無意義；但在另一個層次之上，神要完成祂在此人身上的工作（參腓一6）。我們最後抵達天家時必定會在永恆裡看見陽光。但神的憐憫也要在今生賜福，就像布魯克斯描寫到，以色列人如何風光的離開埃及一樣。許多接受輔導的人都感到哀傷，好像每件事都不可能好轉（別人眼中也有同樣的看法）；但這種徹底絕望的感受就是撒但的伎倆，使人看不見神如何用考驗使人成長，還有在末日祂要

獎賞那些忠心服事且持續「忍耐奔跑」的人（參來十二1-3）。我們今日能活出信而順服的生命，並非因為接受了神所賜的明顯可見的福氣，而是因為信靠祂永恆的應許（參來十一章）。

撒但的詭計是叫人把自己的行事為人，拿來跟比他們糟糕的人比較。牠利用這個伎倆，誘使驕傲的法利賽人以被咒詛的方式為自己感謝：「神啊！我感謝你，我不像別人勒索、不義、姦淫，也不像這個稅吏。」

抵擋的良方是：把我們的行為（包括外在和內在）跟聖經作比較，因為聖經才是真正的審判所在；不要拿其他罪人跟自己比較。重點絕不是其他人是更壞的罪人，重要的是我自己犯了罪。儘管不同的罪會對生命產生不同的後果；但一切的罪都帶來負面的結果，足以影響我們跟神的關係。所以說，所有罪人所犯的一切罪，都必須透過認罪和悔改來處理。拿希特勒（Adolf Hitler）是個大罪人的例子來合理化自己的罪，這是完全沒有道理的事！（從某方面來看，許多納粹政府官員在紐倫堡軍事大審中，就是用這個理由來為自己辯護。）

魔鬼最後一個詭計是「選擇邪惡的朋友，與邪惡的團體為伍。」布魯克斯認為抵擋的良方是要「慎思明辨，直到你的心接受神的明確命令，要求我們迴避邪惡的團體（參弗五11；箴五14-16；林前五9-11；帖後三6；箴一10-15）」。當然！這是非常正確的作法。既然基督徒是基督



在世上的使者（參林後五20），我們必須謹慎自己所建立的人際關係。檢視受輔者的朋友，是一個常用的輔導技巧；亦即觀察受輔者的朋友是否提供嚴謹的聖經建議來解決困境，或者根本是鼓勵他們尋求「有罪的解決辦法」。信徒若是跟錯誤的朋友「往來」，結果幾乎都是淪落到與那個團體同樣的層次，而無法把那個團體提昇到認識真理且依據真理而活的層次。詩篇第一篇開宗明義所表達的立場就是如此。基督徒的婚姻出現問題時應當尋求別人的幫助和指引；但有太多時候，他們聽取不成熟或不信主之人的意見，而且是屬世、不合乎聖經的指導。

撒但誘使人忽略神聖使命的詭計

如果撒但無法引誘我們犯罪，只要牠有辦法使我們停止追求基督徒生命的成長、使我們對服事敬拜神或傳福音感到冷淡懶散，那麼牠的詭計也同樣得逞。有關這一點，布魯克斯把焦點移轉到撒但如何運用詭計，使基督徒的靈命毫無活力。

撒但把經過裝扮的世界呈現給世人看，想要陷害人，贏得他們的感情。牠向世人展現世界的美妙，使他們目睹世界絢爛迷人的面貌。

撒旦企圖說服我們：「屬世」的生活方式要比基督徒的標準更美好。或許牠不會誘使我們否定自己的信仰，牠也清楚許多基督徒不會這麼做。但牠會努力誘惑我們遠

離活潑的信仰，跟世人一樣，依照屬世的標準而活。所以我們最後就跑去追求來自其他事物的快樂、財富和意義，而不是追求服事神。在輔導過程中，我們常要面對以下這些問題：努力取悅別人、戀慕配偶或男女朋友如同偶像、陷入「成癮」的行為、優先追求自我滿足，把其他人擺在後面、堅持自己的需要應當優先獲得滿足……等等。布魯克斯注意到這一點的時間，至今已過了四百年，明顯又可悲的是，撒但這個詭計仍然繼續盛行有效！「抵擋的良方是：思想這些事務的軟弱和無力，他們無法保護你避開最小的惡事，也無法使你獲得一絲絲可愛慕的益處」。反映出神形像的基督徒，不是不能享受祂的創造，我們也理當享受世上的一切；但這個世界已經受到罪的影響，世上福樂的本質也是短暫的——正如布魯克斯的教導。千萬記住：世上的一切都無法長存，前往墳墓的靈車根本無法攜帶任何財產家當。在享受神創造的同時，我們必須優先從永恆的眼光來看每一件事。

撒但的目的要世人以為參與各種信仰服事會帶來危害、損失和痛苦。牠利用這種詭計使約翰福音十二章42節中那些信基督的人不敢開口承認基督。

撒但先利用這世上遠離基督而有的樂趣來誘惑我們；但同一時間，牠也要確認我們意識到基督徒生命的難處。當你能夠「吃喝玩樂」的時候，為何要追求充滿艱難的基督徒生活呢？或許，這也顯示我們努力傳福音給別人



時的危機。當我們傳講福音時，都會說來到耶穌面前可以解決一切難題、獲得完全的平安與喜樂。雖然從某個觀點來看，這些敘述都是正確的，但卻忽略基督曾說過的話：「在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界」（約十六33）。所以我們若缺乏平衡的觀點，會讓剛信主的人在新生命遇到困難時，很容易陷入魔鬼的詭計。相反地，我們應當預備他們迎接未來的難題，但也要向他們保證這些問題不會造成根本的傷害（參彼前三13），因為神掌管我們所經歷的一切。我們可以從聖經發現許多例子，那些被危險環繞的人仍然堅定服事神，也因此得到賜福（參詩四十四19-20；林後六3-5；來十一36-40）。基督徒生活有時會遇到困難，但最終你會發現這是唯一值得投資的生活；「敬虔加上知足的心便是大利了」（提前六6）。

撒但的詭計是要世人看到信仰操練的困難。撒但說：這一切都太難了！「你應當禱告」、「你應當等候神」、「你應當與神同行」、還有「你應當和眾信徒保持活潑、溫暖和主動的團契生活」等等，要做到這一切是多麼不容易！你最好都不要跟這些人有往來，別管他們的事。

我們知道基督徒的生活並不輕鬆，那麼又何苦呢？不如放棄算了。布魯克斯提供的抵擋良方是：想想自己希望如何服事神，而不是思想其中的困難。我們有必要參與

跟基督徒生活有關的操練，不但是為了神在我生命中的榮耀，也因為這個世界正在觀看我們；所以我應當排除萬難努力去做。除此之外，我們也當默想主耶穌為了拯救我們所經歷的驚人艱難。「基督並沒有為自己求情說：『背負十架對我而言實在太沈重了！在神震怒之下我無能為力！充滿神聖之怒的苦杯對我而言實在難以下嚥！我還要喝多少才能喝盡裡面的渣滓呢？』」

有人因為自己的生命達不到應有的標準而消沉，我們常常要幫助這種人。此刻，很重要的提醒是：神不是用基督徒生活的成功與否來衡量他們，而是看他們是否有堅持的意願，並且現在就努力追求活出應有的生活樣式。我常提到許多基督徒都想追求一年讀完整本聖經的美好目標，他們會採用每天讀經計畫表，從一月開始進行。通常到了一月底，多數人會落後幾天的進度，努力想要追上來，但卻延誤得更嚴重，最後只好放棄計畫。或許有些人可以持續幾個月之久，但只有少數人可以在一年內完成。我的計畫內容是，假如一年讀一遍聖經是有價值的目標（事實也是如此！），那麼兩年或三年內讀完聖經也是值得努力的目標才對！如果你問大部分的基督徒，我們是否應當想盡辦法、專心一意在一年內讀完聖經，答案當然是「肯定」的！所以達不到目標確實會帶來挫折感；然而，不要以失敗為理由，藉以放棄基督徒生活之寶貴操練。只要拿起你的聖經，從任何一處讀起，不要去想讀經表的



日期；即使需要十年，最終你也能夠讀完聖經。這正是布魯克斯所說的撒但詭計；牠點出我們在服事和敬拜上的失敗，並且說我們基於這些失敗，必定會再次放棄。然而，放棄就是真正的失敗，惟有再接再厲——再次禱告、再次讀經，才是基督徒生活的核心與順服的表現，而順服可以戰勝撒但要讓我們無能為力或陷入絕望的伎倆。在輔導的過程中，鼓勵挫敗的人再試一次，做正確的事，這是幫助他成長的重要關鍵。畢竟成功不是我們的功勞，是神透過聖靈的大能，來幫助我們「克服」撒但的詭計。單憑我們的努力絕對無法達到真正的成功。

對於基督所完成的那些蒙福且榮耀之事，撒但想辦法要讓信徒對其做出錯誤的推論。既然耶穌基督已經為我們完成一切，我們就不需要再做什麼了，只管歡喜快樂吧！

抵擋的良方是：默想兩種經文，一種是提到基督為我們所成就之事，一種是在基督裡的真信徒應當擔負的責任與服事。有關腓立比書二章12-13節的應用，我發現有人會過份強調這段經文的前半部：「就當恐懼戰兢做成你們得救的工夫」，因此這些人開始靠自己的力量，想勝過他們的問題和罪惡，忘記唯有倚靠我們裡面的聖靈、還有基督替我們做成的事，我們才能「做成得救的工夫」。另外有些人就像布魯克斯所說的，過份強調經文的後半段：「因為你們立志行事都是神在你們心裡運行，為要成就祂

的美意」。唯有透過神在我們生命中動工，才能完成我們的得救與成聖。有人看到這裡就落入撒但的陷阱，以為「好！我做什麼根本無關緊要，神會做所有的事」。然而基督徒的責任和神的大能，這兩者必須連在一起。使徒保羅反對任一種錯誤的謬論，他鼓勵我們在走信仰道路時要完全倚靠神，但也要在生活中順從聖經的教訓。

基督徒在尋求、等候神時，魔鬼會對他們丟出一堆虛妄的思想。牠利用這種詭計使人在服事神時心靈冷淡，有時候還會使許多偉大的信徒對信仰操練退卻止步。

誰說傳道人不知台下的聽眾心裡在想什麼？布魯克斯非常清楚我們聆聽講道或參加教會的禱告會時，許多時候我們的心思散漫，腦袋只想等一下晚餐要吃什麼、週末運動賽事的結果、或是一堆其他瑣碎的小事。這些想法顯然會分散我們向神禱告的專注力，或使我們聽不到祂透過講道所要說的話。我們千萬要記住：當參與敬拜的時候，我們是伏在神及其威榮之下。「當一個人面對國王說話的時候，絕對不敢帶著漫不經心的態度」。我們前來敬拜神時，若不認識祂的威嚴尊榮，那麼就會讓撒但有機可趁，「利用各式各樣無聊的思想，使人在等候神時受到妨礙和分心」。

換句話說，當你的思想渙散時，要把心思拉回到眼前重要的事，在敬拜的過程中集中注意神；如果你再度恍神，就再度把心思拉回來。如果我們不「眷戀」這些無關



緊要的想法，想辦法抵擋它們，並且讓心思重新回到神面前，那麼「它們就不會奪走我們的好處，也不會讓我們享受不到恩典和福氣」。如果我們竭力專心注意神和祂的道，這些游離的思想就可說是信仰之路所遇到試探而已；但我們若緊緊抓住這些思想、不願與其對抗，那麼它們就會成為撒但有效的策略，成功地使我們的思想犯罪。

撒但誘使聖徒陷入慘況的詭計

既然撒但無法剝奪信徒的救恩和屬天的榮耀，所以牠反過來想要「搶奪他們的舒適和平安，使他們的生活成為極重的負擔和人間地獄，導致每一天都充滿憂傷和哀痛、多疑和猜忌」。以上所言確實是有些受輔者的光景。他們好像被困住、重擔壓肩頭，雖承認相信基督，卻無法在日常生活的恐懼和絕望中找到祂的蹤跡。

撒但的詭計就是讓聖徒記得自己的罪，遠超過記得他們的救主；正如詩篇作者所說：「他一切所想的都以為沒有神。」（詩十4）

相反地，我們必須理解自己雖然無法脫離罪的羈絆，但我們已經不被定罪了（參羅八1），已脫離「罪的統治和管轄（參羅六14）。想想看：你的罪越是重大，你越是需要一位救主；你的負擔越是沈重，你越需要一位能夠幫你分擔的人」。

我常遇到一些基督徒，他們認為自己的罪孽深重且

一犯再犯（或許真是如此），不但感到絕望且就此停止尋求神的恩典；這跟布魯克斯當時所指認的現象一模一樣。布魯克斯的方法是：記住我們不再受罪的轄制、不再是「罪的奴僕」。即使我們不需要、也不應該犯罪，但我們卻繼續犯罪。因此，每位基督徒的生命都迫切需要神不停地施恩，我們也需要持續定睛注視救主基督——祂不但在過去拯救我們，祂現在和將來仍是我們的救主。沒有任何一樣罪比神的恩典更重大。聖經證實神的恩典浩瀚無比，在一些偉大的聖徒身上顯露出來。亞伯拉罕是神透過基督要實現福份的基礎，他卻一再表現出不信的行為；摩西領導以色列人出埃及，卻因為犯罪而無法進入應許之地；大衛是合神心意的人，但也犯下姦淫和謀殺的罪；彼得是「磐石」，卻一再失敗；保羅傳福音給外邦人，但他在經歷神的救恩之前也有份於謀殺。

我們要保持平衡的觀點，一方面看到赦罪之恩，一方面要持續監控自己內在隱密的罪。雖然我們今生無法完全免除犯罪，但只要認罪就會得到赦免。因此我們確實可以把自己一切的罪當成「主耶穌已經完全承擔的債務」。這是主要的關鍵，幫助我們記住基督在十字架已為我們完成的大事，跟我們每一天的生活息息相關。但基督徒最後會問：「我為什麼要為罪所苦？這到底有什麼幫助呢？」思考反省自己的罪，有助於我們謙卑自己，持續仰望聖靈的幫助來制伏罪，不斷倚靠基督來完成我們身上的成聖



之工。雖然我們無法理解，但神容許屬祂的人遇到罪的苦惱，「部份原因是讓他們斷絕卑賤的事，並且使他們因為遠離基督而感到痛苦，也讓他們持續同情其他擁有同樣軟弱的人」。這是相當令人訝異的，神確實利用我們的失敗和犯罪來幫助我們成長，並且讓我們在愛神和愛別人時更有力量。當然！有效的輔導能夠直接帶入悔改和認罪，但布魯克斯告訴我們，神的旨意是要透過我們的罪來引導我們。倘若忽略這些功課，一個人將嚴重缺乏神所期望他達到的靈命成長。

撒但的詭計是要世人對神護理中的苦難，作出錯誤的推論。撒但說：難道你沒有看到神的護理是如何抵觸你的禱告、你的渴望、你的眼淚、你的盼望和努力？假如祂真的愛你、真心歡喜眷顧你，就不應該這樣對待你。

以上的觀念認為，神若確實照顧疼愛我們，就應當用大能保護我們遠離苦難和罪惡，甚至免除我們所要承擔的犯罪後果。但這種觀念忽略一件事，那就是神要透過我們所不希望的事情來鍛鍊我們。此外，「當神深愛一個人的時候，祂的作為可能與這人的喜好相抵觸（參耶三十一18-20）」，這句話並沒有自我矛盾。本書第二章已經討論過神護理的主題，我們在此稍微複習一下即可。一般受苦的人心中常有這樣的結論：從我的經歷中可以看出，神必定是反對我，或無法幫助我。但這絕對是錯誤的判斷，這是因為我們自己無法瞭解神的護理。

撒但的詭計是要暗示世人，他們所接受的恩典不是真的，而是假的。撒但說：這一切都不是璀璨的黃金；你以為的恩典，其實都不是白白得來的恩典；你以為的信心其實只是幻想；你以為的熱心只是天性的熱情；你所擁有的亮光其實都很普通、也很短暫。

即使你現在感到熱情激昂，但它非常短暫；你的信仰似乎真實，卻很快就會消退冷淡。對此，布魯克斯理解受挫的信徒心裡有許多疑惑，撒但也會利用這一點使他們的信仰變得有氣無力。布魯克斯再次提出明白教義的必要性，目的是為了抵抗撒但、獲得成長的力量。輔導的過程確實包含教義在內，因為不符合真理的懷疑會使人消沉，最終可能讓他們離開信仰。然而，符合真理的懷疑能夠成為抵擋仇敵和增強信心的途徑。布魯克斯明確指出「更新的恩典和限制性的恩典」二者的差別。有一種「暫時的恩典」能使人脫離某些弱點，但其實內心顯然沒有改變。但在保羅（參徒九）和抹大拉的馬利亞（參路七36-50）身上，你看到的是一種全然的、改變生命的恩典。「真正的恩典能使基督徒本身具備能力，帶出真正喜樂、歡欣的屬靈行動。真正的恩典使人對自己的內心非常謹慎、戰兢；真正的恩典使人對自己的內心非常認真」。我常對有疑問的信徒說，他們懷疑自己與神的關係，經常是他們已跟神建立關係的最好證明。因為不信的人很少關心神如何看待他們，也不在乎自己是否辜負神，或不自覺地過著虛偽的



生活；這些都不是他們在意的。有這些關心，就代表基督徒對神確實存有信心；只是此刻這種關係必須更加進深，好解決他們現有的疑惑。

撒但的詭計就是不斷使世人想到自己故態復萌，而累犯的那些罪，都是自己先前帶著特別的悲傷、哀痛、羞恥和眼淚，加上不斷的祈禱、哀求，決心要對抗的罪。

撒但會暗示一個人，若經常犯下同樣的罪或之前悔改過的罪，代表此人的基督徒生活毫無長進。但聖經提醒我們，聖徒也常犯下先前悔改過的罪孽（參何十四4）。

「神絕對沒有立下任何特殊應許，保證悔改且連結於基督的人永遠不會再次跌倒、犯同樣的罪。」一犯再犯、故態復萌的情節，也常發生在輔導的過程中。一再犯罪是件好事嗎？當然不是！但若是驟然斷定再次犯罪必然代表沒有悔悟、或甚至缺乏得救的信心，這是毫無根據的推論。這人有可能是尚未悔改，或未曾真正信靠基督，但這些都必須經過進一步的探索才能知曉。對既是罪人又是聖徒的人來說，再犯同樣的罪是生命中令人遺憾的一環。輔導的目標同樣是要消除罪，或至少嚴格地降低再犯的機率！只是我們必須承認，真基督徒再犯同樣的罪是常見的現象。

撒但的詭計是暗示世人，他們都是不配的罪人，不值得領受任何憐憫。撒但說：你連領受一點點憐憫的碎屑都不配。

當然！我們都是不配蒙恩的人，我們不配得到神的

救恩，我們的生命也不配獲得神的憐憫而成為基督徒。有太多時候，遇到問題的人總以為自己不配接受原諒，不配從神那裡再次領受機會。我會立刻告訴他們：沒錯！不管是過去還是將來，他們都是不配的人，因為每個人都是不配的罪人（參羅三9-31）。但關鍵是在於基督的價值，還有祂代替我們受死的救贖。我們若一心注意自己是否配得恩典，就中了撒但的詭計，嚴重削弱我們祈求神聖恩典和力量的能力，使我們無法面對眼前的困難。

抵擋撒但詭計所需的特殊建議

最後，布魯克斯提到一些特別建議，幫助基督徒抵擋那屬魔鬼的世界。我想特別強調其中幾點，雖然這幾點已經十分明顯，卻值得我們一再強調，目的是為了幫助掙扎的人注意自己靈命成長的重要因素，而不要上當受騙、單單關心眼前看似緊迫的事件。布魯克斯再次提醒我們：

「撒但在做出任何不利我們的事之前，牠必須得到兩種許可。牠必須得到神和我們的同意之後，才有辦法奪走我們的喜樂（參伯一11-12，二3-5；路二十二31）。」沒有我們的許可，撒但無法獲得持久的勝利。布魯克斯提到使徒行傳五章3節中亞拿尼亞的例子，彼得問他為何撒但充滿他的心而欺騙聖靈，而不是質問撒但，為何扭曲亞拿尼亞的心。彼得的意思是亞拿尼亞為何容許撒但有機會以罪充滿他的心，「彼得有如對亞拿尼亞說：若非你允許撒但，



牠根本無法對你做出這樣的事，對你造成永遠的傷害。」

再者，布魯克斯對這場爭戰提出一個歷史觀點：

「神將很快地把撒但踐踏在聖徒的腳下；我們的凱旋者基督已經得勝，使我們的腳迅速踩踏在屬靈仇敵的頸項上。撒但是已經挫敗的敵手！」雖然最後的戰役已經得勝，我們仍必須在眼前的爭戰中堅持到底。布魯克斯針對此目標提出他的建議：

第一個建議是，遵照神的話語而活。「凡以為自己已經夠好了，而無須遵守神話語的人，其實是糟糕到不配被神擁有的人。如果神現在或將來都不接受他，撒但一定會運用策略打敗他」。承諾並願意聽從聖經教導的心態，是戰勝撒但的重要關鍵。許多接受輔導的人，若非對聖經的教導一無所知，就是忽略聖經中不特別吸引他們的部份。這兩種狀況將使他們在面對難題時孤單無助，缺少基督在抵擋撒但時一再使用的利器（參太四章）。我們在輔導的過程中若不利用聖經的教導，就是放任受輔者在面對仇敵的伎倆和攻擊時毫無防備。今天這個世代早已放棄絕對真理的概念，因此輔導員更有必要把神的話語帶到需要幫助的人的生命裡。

第二個建議是勸告我們，不要讓聖靈「擔憂」，因為聖靈能夠開啟我們的眼睛，使我們看見撒但誘惑人的企圖；祂也要賜我們力量和指引，好避開撒但設置在我們面前的陷阱。

「第三個建議是：追求更多屬天的智慧。世人啊！你陷入何等的黑暗中！世上有許多聰明人，但卻只有少數有智慧的人。」我們迫切需要帶領別人來追求智慧。即使是對聖經敞開心胸的人，也很容易想在其中找到立刻解決問題的公式和說明。大多數人都採取「非黑即白」的態度，很容易把每個決定簡化成不是這樣就是那樣。他們懶得去挖掘神的智慧，於是就不知道如何把聖經原則應用到每一種處境。輔導員本身也很容易陷入這種兩難的窘境，但有智慧的人知道如何應用聖經的真理在個別的人和處境中，卻不至過度簡化，而是建立在深刻的理解和辨別力上。

第四個建議非常實際：只要一意識到撒但的試探，我們就要馬上拒絕。「要抵抗才能保護自己的安全，提出質疑會帶來危險」。在創世記第三章裡，夏娃跟蛇爭辯之後就犯罪，約伯選擇對抗，而最終得到勝利。「人若是玩弄撒但的誘餌，很快就會被撒但引誘上鉤（參雅四7）」。回頭看第三點建議，我們要如何找到辨識誘餌的智慧，和抵抗誘惑的力量呢？答案是竭力「被聖靈充滿」。只有聖靈能夠幫助我們打贏屬靈的爭戰（參弗六12），否則爭戰之日我們將失足而無法站立得穩。我們若想用自己的決心、技巧和才能來與撒但搏鬥，我們將在牠面前潰敗。「對世人而言，撒但實在太難對付；牠可以隨心所欲俘虜任何人。當一個人必須對抗撒但的時候，



除了聖靈的兩刃利劍經得起考驗，再也沒有其他武器可用了」。

但我們怎麼知道何時要特別呼求聖靈的幫助呢？這時我們就需要「保持堅定、嚴密且持續的警醒（參帖前五6）」。布魯克斯十分瞭解，當我們感到安全無虞時，我們已經落入撒但的圈套。我們若不對試探保持謹慎戒備，我們將在毫無預備的情況下徹底失敗。「我們需要做的就是時刻站在守望台上，以免我們在這條難以捉摸的蛇出現時，驚惶失措。」

第五個建議是：「保持與神的交通。你能夠站立且抵擋撒但猛烈攻擊的力量是來自你與神的連結。」禱告對輔導來說是否很重要？「靈修生活」是否對輔導者和受輔者都很重要？當然是！不是我的力量可以帶給掙扎者得勝的生活，他們也無法靠自己的力量做到；完全在乎尋求神所賞賜的力量和智慧。

在二十一世紀有關屬靈爭戰的書籍中，《抵擋撒但詭計的良方》肯定不會列入你的選擇；但這本書反映出深刻的教牧觀察，看撒但如何癱瘓基督徒的靈命，並且提供聖經真理和實際步驟來對抗撒但的種種伎倆。現代作者若要撰寫有關屬靈爭戰的書籍，應當參考這本四百年前的清教徒作品，以便發展出更精確、更重要、且更有效的方法來對抗仇敵。我們所輔導的對象需要我們準確的指引，不只是指出有關撒但誘惑人的詭計，還需要指出可以對抗那

些詭計的屬神良方，直到撒但面臨最後審判的那天來到。



9



結論

亙古常新的真理

每一天都不斷有新文章或新書提出新的見解或發現，保證可以終止憂鬱、焦慮、或其他一大堆的輔導問題。一般而言，這些新見解若非完全錯誤、就是舊觀念的再現，或僅具一小部份的真理。要落實輔導的真理，新的見解未必更好。以清教徒作者為例，三百到四百年前的思想對現代讀者來說，肯定是相當古老；然而清教徒的著作所提出的真理，卻跟今天息息相關，其重要性不減當年。甚願你讀完這本書後，也能得到以上的結論。但在我結束以前，我想整理出一些現代的輔導問題，還有哪些清教徒作者曾針對這個問題提出有效的幫助。雖然不是所有的應用都明顯而直接，但遇到這類問題的人必能從他們的書中得到幫助。

成癮和轄制生命的行為：

一、歐文（第四章）敘述我們與罪的對抗，還有罪對我們的掌控力量。有成癮問題的人所意識到的，似乎就



是自己的無能為力。歐文認為這一點是正確、也是不正確；他們是很無助，但若在基督裡，就能夠治罪於死地。

二、布魯克斯（第八章）提到撒但的國度如何攻擊掙扎且軟弱的人，但也提到實踐屬靈操練是得勝的關鍵因素。

三、巴羅夫（第三章）提醒我們，通常成癮行為反映出內心有深沈的不滿足；可能對生命或對別人不滿，最終則是對神不滿。上癮的行為只是要掩飾內在的混亂不安。人若缺乏知足的心，要勝過成癮問題可說是難上加難。

四、布里居（第七章）的看法也是關鍵，因為沮喪經常伴隨著上癮的行為。成癮者想靠自己的力量來解決問題，卻總歸是徒勞無功，因此導致失敗與罪疚感的惡性循環。

姦淫：

一、歐文（第四章）對人們為何追求姦淫這種明顯帶有殺傷力的罪，提出深刻的見解。

二、巴羅夫（第三章）的著作提到，通姦共通的問題就是不滿足：「我的需要得不到滿足」、「我的配偶變了」、「我們不像以前那麼親密了」等等。

焦慮、恐懼和擔憂：

一、巴羅夫（第三章）直接提到尋找滿足的重點，不是擁有完美的環境，而是在一個看似可怕或險惡的世界中，學習如何倚靠神。

二、愛德華滋（第六章）告訴我們，理性思考的本身不足以帶來全人的靈命成長。焦慮的人太清楚自己的感覺和作為是何等的非理性，所以愛德華滋教導他們要回到情感的層面，來努力和成長；這是一個重要的真理！焦慮的人時常看得不夠深入，很容易在意自己表面的感覺；所以愛德華滋強調，檢視自己是成長過程的一部分，這一點也非常重要。

三、本仁約翰（第五章）描寫天路客們如何走過焦慮和十分險惡的環境，以及他們如何真實地奮鬥（他們的情況是大家都能感同身受的），還有如何倚靠神的幫助得勝。

四、弗來福（第二章）說明，不管我們周遭的環境多麼惡劣，神的護理總是運作不息。

衝突：

一、本仁約翰（第五章）提到基督徒在天路歷程中會遇到許多衝突，無論是跟家人、朋友、其他旅者或政府官員，讓我們一窺基督徒處理這些衝突的方法。

二、巴羅夫（第三章）的思想可以應用在這方面。



特別是衝突顯出人內心的不滿足時，不是透過「我有什麼」、「別人給我什麼」或「別人不給我什麼」，來得到滿足。

三、弗來福（第二章）的觀點，讓我們看見神的護理如何能從惡中帶出善來；即使未解決的衝突，也都在神全面的掌控與作為當中。

四、布魯克斯（第八章）形容衝突（尤其是信徒間的衝突）是仇敵主要的工具，企圖使我們無法向別人見證神的全能與榮耀。

五、歐文（第四章）強調罪的本質，使我們更深理解到，許多衝突（可能是大部份）都包含了罪；可能是其中一方的罪，或全部當事者都有罪。若要解決我們與別人之間的衝突，先治死自己的罪是非常重要的。

憂鬱沮喪：

一、布里居（第七章）的整本書都是對那些沮喪失意的人說的；不但幫助他們瞭解原因，同時也幫助他們認識到，如何去對抗不同程度的、且足以讓人「癱瘓」的憂鬱。

二、愛德華滋（第六章）對於我們的生命有全面性的理解，特別是他不認同「負面情緒對立於正面情緒」的看法。憂鬱沮喪並非天生就是錯的，但我們需要理解它在我們生命中的運作方式，才能有效對抗。

三、巴羅夫（第三章）對沮喪的人提出他對知足的見解；因為他們的沮喪是由於他們沒有（或失去）某樣自以為應當擁有的東西。

四、本仁約翰（第五章）提到基督徒在旅程中遇到許多沮喪的例子，包括信徒要如何對抗自殺的念頭。

哀傷和悲劇事件：

一、本仁約翰（第五章）再次「引用例子」，描述基督徒如何面對失去家人、還有主內弟兄殉道的悲劇，甚至是自己偶爾萌發的自殺念頭。

二、弗來福（第二章）在此直接告訴受苦的人，他們若不認識神的護理，那麼想要理解悲劇中的意義，是一件非常困難的事。

三、愛德華滋（第六章）指引讀者看到人內心要如何回應生命的悲劇，不是用恬淡超然的心境或理性的態度去解釋悲劇，而是在悲劇中真心追求、渴慕神及其榮耀。悲劇能「引發」我們靈魂中最深的呼求，不只顯示我們信心最軟弱的地方在哪裡，同時也打開信心成長的大門。

四、布里居（第七章）闡述哀傷是絕望的原因之一。

煩躁和對現實的掙扎：

一、弗來福（第二章）為我們重新定位何謂真正的



現實。我們很容易完全從自己的觀點來看現實，但我們必須試圖從神的眼光來看現實。

二、本仁約翰（第五章）描寫，不同的人會根據不同的世界觀，而對現實有不同的看法。

三、愛德華滋（第六章）提供一種洞見，他透過檢驗的過程來檢視屬靈復興時的真假情感，以及那些無法判定的部分。我們可以借助於他的檢驗過程，來協助別人評估他們自己的經驗。

反叛：

一、歐文（第三章）詳細說明成人或孩子反叛行為的基本根源，那是我們內在之罪的力量，促使我們決定要如何生活。

二、本仁約翰（第五章）從不同的動機，提出不同形式的反叛例證，但這一切都源於人想辦法要離開神，獨立自主。

三、布魯克斯（第八章）揭露第一個「反叛者」撒但的動機和行為，好讓我們能在生活中避免背叛神。

四、弗來福（第二章）認為最基本的反叛根源是：我們不瞭解所發生的事，以及神對我們的疑問好像沉默無語。明白神的護理，能夠幫助我們度過這些黑暗與靜默的時刻。

人際關係的問題：

一、巴羅夫（第三章）引導我們逐漸理解，世上沒有一種人際關係可以完全滿足我們；因此生命中各種關係的存在與運作，非常需要仰賴在神裡面的知足。

二、本仁約翰（第五章）表示，屬靈且深入的人際關係，必須建立在真誠的倚靠神之上。

屬靈爭戰：

一、布魯克斯（第八章）顯然把這個主題當成他整本書的重點。

二、歐文（第四章）根據布魯克斯的看法，提出更多的平衡觀點。歐文強調，與罪的基本爭戰就是我們終極的屬靈爭戰，因為撒但透過我們生命中未治死的罪，來增強牠的勢力。

三、弗來福（第二章）確立一種觀念：這場爭戰並非善與惡勢均力敵；相反地，神是全能的，惡魔的世界是伏在神至高主權的統治之下，因此基督徒有得到最後勝利的確據。

以上僅列出輔導過程常遇到的一些問題。清教徒作者在每個問題的範疇內，都有直接的貢獻，讓我們今天能更有效地服事別人。儘管這些思想好像無法直接應用在一大堆的「現代問題」上，但我覺得一個好學生仍可以間接



地把它們應用在大部分的現代輔導問題上；因為其中所牽涉到的現代人，和過去的人其實是一樣的——所有人都有罪的問題（歐文），所有人都在尋找更崇高的生命意義（弗來福），所有人都渴望快樂和滿足（巴羅夫），所有人都會有不知如何對付的情緒反應（愛德華滋），所有人（不論他是否體會到）都走在天路歷程上（本仁約翰），所有人都會在生命中經歷某些哀傷或憂鬱（布里居），所有人（不論他知不知道）都要面對屬靈的仇敵（布魯克斯）。總之，這些作者秉持著聖經的智慧和見解，從過去發聲，為現代人解說我們所有的問題。

甚願你能有效地、為期深遠地應用此書，來幫助你所服事的對象！

流行心理學持續追索新的發現、新的研究、新的藥物或新的診斷，期待這些事物會驟然揭開人心黑暗面的秘密。但在此時，身為輔導員的德卡得卻要跟讀者分享那亙古常新的智慧之源。我們今天所面對的生命課題，以及跟罪惡的掙扎奮鬥，都不是什麼新奇的事，聖經對這些問題所提供的答案，始終都具有重大的意義。

清教徒視聖經為終極的權威，他們對上帝的主權和人心的潛在問題有正確的觀點，並且把輔導的技巧建立在這些正統觀點之上。今天的輔導員應當明白世人掙扎的原因，以及神在這些難題中有何供應，藉此裝備自己，將需要幫助的人導向神所指定的答案。

渴望成長的牧師、教會同工、輔導科系的學生和基督徒，都會發現此書每一章都是非常有用的資源，可以在需要的時候與其他基督徒分享，帶給他們屬靈的幫助。閱讀並記住每一章所討論的聖經輔導議題，可以使基督徒成為更優秀的輔導員，也更知道如何彼此鼓勵打氣。

葉提多牧師
改革宗神學院教務主任， 聖經輔導主任