

# 敬虔上的操練

文／魏志慷 圖／周天思

操練敬虔必須讓靈命持續成長，  
讓我們更親近真神、更蒙喜悅。



真理  
專欄  
靈修

## 前言

只是要棄絕那世俗的言語和老婦荒渺的話，在敬虔上操練自己。操練身體，益處還少；惟獨敬虔，凡事都有益處，因有今生和來生的應許。這話是可信的，是十分可佩服的。我們勞苦努力，正是為此，因我們的指望在乎永生的神；祂是萬人的救主，更是信徒的救主，這些事，你要吩咐人，也要教導人（提前四7-11）。

現今的宗教環境，摻雜了功利思想與自我意識形態的思潮，將壇主、寺主、廟主與教會聖職人員封為神，混淆了世人敬拜真神的價值觀。宗教的理念，不只教導人行善，更應該建立在真實、有盼望的的信仰核心，不應只在怪力亂神、只看靈驗與醫病趕鬼，信仰以致無法在信仰上扎根。使徒保羅在「提前四6-16」中要求提摩太，把這重要的道理教導信徒，更重要的是要在敬虔上操練自己，以致得益處。以下提出幾個重點作為分享。

## 操練敬虔的認知

第一，「敬虔」二字，有著好、適切；敬虔、尊崇之意。敬虔的人，是以「好與適切」的態度來敬拜真神。在聖經中的敬虔與虔誠是同義字，意指一個歸屬真神的人，是要做到完全依靠、分別為聖的要求。

敬虔是信徒對真神的基本態度。經云：「你們作僕人的，要凡事聽從你們肉身的主人，不要只在眼前事奉，像是討人喜歡的，總要存心誠實敬畏主。無論作甚麼，都要從心裡作，像是給主作的，不是給人作的，因你們知道從主那裡必得著基業為賞賜；你們所事奉的乃是主基督。那行不義的必受不義的報應；主並不偏待人。」（西三22-25）。我們事奉神，是因神的偉大、神的尊榮和救贖的大愛，而衍生的敬畏和順服之心。因此，也就流露出「好或適切」的敬虔，及活出敬拜、讚美、依靠、聖潔，合乎神的道德規範。

敬虔是敬拜真神的生活形態，包括敬神愛人，及涵蓋個人思想、態度和行為，其目的是效法耶穌基督。所以需要操練，才能在基督裡敬虔度日，並共享真神所賜予敬

虔之人的福，就是聖經所說的今生和來生的應許（提前四8）。「敬畏耶和華的，得著生命；他必恆久知足，不遭禍患。敬畏耶和華心存謙卑，就得富有、尊榮、生命為賞賜。」（箴十九23，二二4）

第二，認知「操練」的原則。保羅以運動的術語來敦促提摩太在身體與心靈上的訓練與鍛練。

操練也表明個人必須對自己的敬虔負責。各人當小心自己的行為，不自欺，不道人長短，也不炫耀自己。不推卸當盡的責任（加六1-5），也不可將責任推給神、教會，或事工團體，因為信仰是個人的責任，雖然同靈相互關心，但屬靈生命的追求仍操之在己。如同一個人鍛練身體一樣，別人可以提醒你要運動、要鍛練身體，但真正去執行的還是自己。就信仰而言，不也是要親自去體驗嗎？

操練是要繼續成長，朝向更高、更快、更健康的目標，這也是表現出運動員的毅力和精神。同樣的，操練敬虔必須讓靈命持續成長，讓我們更親近真神、更蒙喜悅，不但是要有敬虔的外貌，更要有敬虔的實意（提後三5）。保羅雖已因信稱義，事主多年，為主受苦，但並不意味他已達到目標，他仍須繼續努力。他盼望最終可以得著一切的福氣，不負基督得著他、召他作門徒的原意（腓三8-16；提後四8）。

操練必須全心投入，並付出勞力代價。運動員的金牌，非輕而易舉，而是堅忍不拔、肯下苦功和勞力不懈，並且有良師指導與鍛練的。操練敬虔的心志，也必須是如此，日復一日地切實奉行，順從聖靈的指示，不斷的操練自我，直到敬虔度日為止。

保羅也以個人的言行和早期宣教的遭遇，激勵提摩太為主受苦。「在安提阿……的逼迫」，大概指保羅首次宣教旅程上的遭遇。保羅於這些逼迫中的表現，可能在提摩太心中留下了深刻的印象，因此深知面對惡人的猖獗，更要在聖經真理上站穩。

## 操練敬虔的果效

保羅要提摩太保守所託付的，躲避世俗的虛談和那敵真道，以及似是而非的學問（提前六3-5、20），避免神的名和道理被人褻瀆（提前六1）。因此，操練敬虔的人，首要是在言語上有所儆醒，棄絕世俗的虛談，如惡毒、咒罵、虛謊的話。尤其現今的青少年，受環境及同儕的影響，常會不經意的脫口說些不造就人的話，身為基督徒的我們要謹慎口舌，不要同流合污。

惟獨敬虔，凡事都有益處（提前四8）；保羅指出操練身體是短暫的益處，不過是數十載的健康而已。若操練敬虔，卻是凡事都有益處，並且能承受今生與來生的應許。保羅在此段經文中，也暗指異教的修練思想，如苦行己身、禁戒情慾等方式，畢竟只是屬肉身的修為而已，在屬靈上卻是不足的。「基督既在肉身受苦，你們也當將這樣的心志作為兵器，因為在肉身受過苦的，就已經與罪斷絕了。你們存這樣的心，從今以後就可以不從人的情慾，只從神的旨意，在世度餘下的光陰。」（彼前四1-2）。聖經中有不少的古聖徒，以受苦心志為兵器，如約伯苦難中能親眼見主的體驗（伯四二5）、以諾與神同行三百年（創六21-24）、但以理每日三次開窗面向耶路撒冷禱告（但六10-27），這些都是正面、健康的「苦行」，並且是更能榮耀神的。

操練敬虔的態度，就是以勞苦與努力為代價。勞苦是因努力到疲乏的地步；努力是苦鬥、掙扎，如運動員競賽中的角色，必須是竭盡到最後一份力量，取得勝利。保羅一生的服事，就是為此而努力，也為此的操練（提後四7-8），在其書信中出現了11次的敬虔字眼，這顯然是對信徒的信仰生活非常重要的學習與課題，若沒有實踐這敬虔的真意，就枉費我們有敬拜天上的真神了。保羅又說：「你們學了基督，卻不是這樣。如果你們聽過祂的道，領了祂的教，學了祂的真理，就要脫去你們從前行為上的舊人，這舊人是因私慾的迷惑漸漸變壞的；又要將你們的心志改換一新，並且穿上新人；這新人是照著神的形像造的，有真理的仁義和聖潔。」（弗四20-24；羅十二2；西三10）

## 操練敬虔的實行

保羅引自當代諺語：貪財使人離開真道，惟敬虔與知足便是大利（提前六6-10）。囑咐提摩太追求屬靈的美德及持守真道，就如運動場上的競技，要努力面前，有良好的信仰生活（腓三12-14），並留心與把握永生的好處，作為奮鬥的獎賞。

保羅論起「男女應有的敬虔生活」（提前二8-15），男人要無忿怒，無爭論，舉起聖潔的手，隨處禱告。女人當衣著正派，注重個人的德行勝於外表

的修飾；廉恥、自守，不「編髮」（當時婦女以絲帶、花結等編辮子的繁複髮型）；不宜公開教導、轄管男人；女人要沉靜學道，一味的順服。當時可能有些信主的外邦婦女在聚會中一反傳統，隨意發言（林前十四34-35），更有婦女受異端迷惑（提後三6-7）。因此，保羅的吩咐可能是要避免教外人非議，以及防止異端的擴張。

## 結語

在敬虔上操練，是天父真神恩賜給門徒的今生和來生之應許。更是當今教會崇拜項目的主題（提前四13）；就是宣讀、勸勉、教導的信念，直等到耶穌再來。

願我們時時做醒、殷勤事奉、專心聽道，使眾人看出我們的長進。



▲在敬虔上操練，是天父真神恩賜給門徒的今生和來生之應許。