



熱烈推薦

鄧紹光

香港浸信會神學院基督教學教授

楊寧亞

台北真光堂主任牧師

熾熱的話語

潘霍華 談 讀經

潘霍華 / 著 王瑜玲 / 譯

雖然這個世界充滿冷言冷語，
但神大有能力的熱烈話語，
將融化你我生活的冰天雪地，
使我們的生命應煉愈精！

目錄 contents

導讀 被經文占領：潘霍華的默想觀 / 001

編序 我們需要神的話語 / 015

Part I

論默想 / 033

第1章 每日默想指導 035

第2章 早晨 043

第3章 惟獨聖經 049

給施來舍的一封信
一九三六年四月八日

第4章 默想的意義 057

戰時的一封信
一九四二年三月一日

Part 2

對詩篇的宣講與默想 / 063

第5章 默想的先決條件：我的心默默無聲 065

聖三一主日後第六週的講道
一九二八年七月十五日

第6章 渴想神：讓祂的話語堅固你 073

復活節後第六週講道
一九三五年六月二日

第7章 仰望神：記念祂的審判和慈愛 083

基督降臨節講道大綱

第8章 投靠神：順從祂的旨意 089

芙若·茉莉·潘霍華追思禮拜講道
一九三六年一月十五日

第9章 呼求神：盼望祂的公義與饒恕 097

復仇詩的講章
一九三七年七月十一日

第10章 等候神：信靠祂的救贖與祝福 111

義人受苦難的講道

一九四四年六月八日

Part 3

默想詩篇第一百一十九篇 / 117

第11章 喜愛神的話語：將眼目轉離自己 119

默想詩篇第一百一十九篇

一九三九 / 四〇年

附註 163

Part 1

論默想



第1章

每日默想指導

一九三六年，潘霍華在一封給巴特（Karl Barth）的信中寫道：「認真向學的年輕神學家會向我們提出這樣的問題：我該如何學禱告？我該如何學讀經？要麼我們能幫上忙；要麼我們什麼也幫不了。但是，絕不能以為他們自然而然就能學會讀經、禱告。」¹⁸



1. 我為何默想？

因為我是基督徒。所以，如果有一天我沒有更深刻地了解神在聖經中的話語，對我而言，那一天就白過了。只有扎根在神話語的基礎上，我才能堅定前行。而且，身為基督徒，我知道只有透過聽道和以禱告的方式默想神的話，才能認識聖經。除此之外，別無他途。

因為我是傳講神話語的人。如果我不讓神的話每天對我說話，我就無法向別人詳細述說神的話。如果我無法持續以禱告來默想神的話，我就會在傳道人的職責上誤用神的話。如果在我的每日處事



如果有一天我沒有更深刻地了解神在聖經中的話語，對我而言，那一天就白過了。

中，神的話已然空洞，如果我不再能經歷神的話，那就證明我已許久未讓祂的話親自對我說話。如果我沒有每日在禱告中尋求神當天要對我說的話，我就干犯了祂對我的呼召。傳講神話語的人特別領受了呼召，要行出禱告的職責。「但我們要專心以祈禱、傳道為事。」（徒六4）牧師應當比一般人更常禱告，也有更多事可以禱告。

因為我需要扎實的禱告紀律。我們喜歡隨著心情禱告——簡短、長篇大論，或根本不禱告。但那是恣意放肆。禱告不是隨意給神的奉獻，而是應盡的服事，是祂命令我們要作的服事。我們沒有根據自己的渴望來禱告的自由。禱告是每天頭一件要作的神聖服事，神命令我們花時間在這項服事上。「我趁天未亮呼求，我仰望了祢的言語。我趁夜更未換將眼睜開，為要思想祢的話語。」（詩一一九147～148）「我因祢公義的典章，一天七次讚美祢。」（詩一一九164）。在基督向我們施行救贖之前，神需要時間。神進入我心施予救贖之前，祂需要時間。

因為我是牧師，不敬虔的匆忙和動盪會威脅我的工作，我需要協助來與之對抗。惟有從神話語所帶出的平安，能夠每天湧流出正確、委身的服事。

2. 我想從默想中得到什麼？

在任何景況下，當我們從默想中起身時，我們都希望與之前坐著的狀態有所不同。我們要在基督的話語裡與祂相遇。我們翻開一段經文，渴慕聽見神透過祂話語今天要教導我們的東西。一天當中，在你去見任何人之前，先去見神。每日早晨，在你把新的重擔壓上肩頭之前，先將所有盤據心頭、使你感到沉重的事交託給祂。在你遇見新的阻礙之前，先問自己，還有哪些事阻擋你完全跟隨祂，並且全權交給祂處理。

透過祂的話語為我預備這一天：祂的團契、祂的幫助和祂的引導——這就是默想的目標。藉此，你可以在信仰中重新得力，展開新的一天。



祂的團契、祂的幫助和祂的引導——這就是默想的目標。

3. 我應當如何默想？

有一種是自由默想，另一種是以經文來默想。我們建議採用後者，好讓禱告更為確實，也能訓練思維。再者，知道那些與我們默想相同經文的人，也在與我們團契，會讓我們更喜愛這樣的默想。

正如我所親愛之人所說的話，會整天縈繞我心，同樣地，經文也會不停地在我心裡迴響作工。愛人所說的話，你不會拿來拆解分析，你只是接



禱告不是隨意給神的奉獻，而是應盡的服事，是祂命令我們要作的服事。我們沒有根據自己的渴望來禱告的自由。

受；同樣地，你也應該接受經文，放在心裡晝思夜想，好比馬利亞一樣。就是那樣。那就是默想。不要像準備講章那樣，想在經文裡尋找新思維和新連結！不要問自己如何將這段話講給別人聽，只要問這些話告訴你什麼！接著，在心裡充分地思索這段話，直到它完全在你裡面，完全占有你。

每天選定的經文，不需要全部都默想。我們經常整天只默想一個字。不了解的段落就直接跳過，不需要逃入語言學，也不需要拿出希臘文新約聖經，只要讀熟悉的路德文本。

默想時，如果我們的思緒轉向身邊的某個人，或某個我們關心的人，就讓它們繼續存留在那裡。那是為他們禱告的好時機。不要只作一般性的禱告，要針對你心裡的那個人禱告。讓經文告訴你應當如何為他們禱告。我們可以每天寫下想要記念的人的姓名，作為輔助。而且，如果我們想要真誠地為他們代禱，也需要知道他們指定禱告的時間。然而務要留意，別讓代禱分散我們的注意力，以致忽略了最重要的事：為我們自己的靈魂得贖禱告。

開始默想時，先向聖靈禱告。懇求聖靈幫助自己能專注，也幫助那些我們知道也在默想的人能專注。接下來，翻開經文。默想結束時，我們想要從滿足的心裡真實地說出感謝的禱告。

要選擇哪些經文？內容又應該多長？最有效的

方式是：一週默想大約十到十五節經文。每天默想不同的經文不是好方法，因為我們的吸收力不會都那麼好，而且經文通常太長，不適合這樣作。不論你怎麼作，不要拿著下週要講道的經文來默想。講道要在「默想講道」的時間默想。如果信仰群體知道大家整週要一起默想相同的經文，那會很有幫助。

默想時間要在早晨，在我們開始工作以前。恰當的默想時間至少是半小時。當然，要完全安靜，不讓任何事轉移我們的注意力，再重要的事都不行。

在基督徒信仰群體中，偶爾與兩個人或更多人一起默想，其實相當可行。然而不幸的是，少有人這樣操練。這樣的默想好比在窄路上行走，一不小心就容易落入虛假的敬虔談論，或是無益的神學討論之中。

4. 我們如何克服默想的難題？

不論是誰，只要認真操練每日默想，很快就會發現困難重重。默想和禱告必須長時間、真誠地操練。所以，第一項規則是，不要對自己失去耐心。不要因為心受干擾而困惑、沮喪。只要每天重新坐下來，非常有耐性地等待。如果思緒繼續遊蕩，不必強制奪回，讓思緒隨意漫遊並沒有錯；但是，接著也要為思緒所停留的地方或人來禱告。這麼一

 務要留意，別讓代禱分散我們的注意力，以致忽略了最重要的事：為我們自己的靈魂得贖禱告。

 不論是誰，只要認真操練每日默想，很快就會發現困難重重。默想和禱告必須長時間、真誠地操練。



找到重回經文的路，那些思緒轉移的時間就不是浪費，也不會造成困擾。

來，你將會找到重回經文的路，而那些思緒轉移的時間就不是浪費，也不會造成困擾。

解決特殊困難的方法有很多種，所有人都可以採用。反覆閱讀同一段經文，寫下你的想法，將經文牢記在心（實際上，所有你徹底默想過的經文，都會存記在心）。但是，在這個情況下，我們很快會發現自己從默想潛逃至研讀聖經，或是諸如此類的危險。這些游移和需求的背後，說明了我們需要禱告；我們一直以來都明白這件事，卻找不到任何協助或出路。惟一的方法是，誠心且耐心地重新展開最初的禱告和默想操練。知道其他弟兄也在默想，知道整個天上、地上的聖教會，也時時刻刻與我們一起禱告，也可以成為進一步的幫助。這些在我們禱告軟弱時，都是我們的安慰。而且如果我們真的不知道應該禱告些什麼，或者完全失去禱告的心，我們還是知道聖靈用「說不出來的嘆息」為我們禱告（羅八26）。

我們決不容讓自己在每日經文默想這件事上歇息。如果我們現在沒有操練，就應當立即開始。因為這樣作，就能得著永生。

第2章

早晨



新的一天的最開始，不是作計畫和憂慮的時刻，更不是迫切完成工作的時刻，而是神釋放恩典、神聖地與我們同在的時刻。

我們的心向世界開啓之前，神要它爲祂開啓；在我們的耳朵聽進當天無數的聲音之前，應當在清晨時分，先傾聽那位造物與救贖之神的聲音。神爲自己預備了第一個早晨的寧靜，這寧靜應當仍屬於祂。

神的話語應當擺在每日飲食之前；惟有如此，我們才會爲每日的飲食獻上感恩。晨禱應當擺在每日工作之前；惟有如此，這些工作才會在神的命令中成就。早晨應當挪出一個小時安靜的時間，用來禱告及共同靈修。這絕不是浪費時間——不然，還有其他方式可以預備自己面對事工、關懷和當天的試探嗎？再說，雖然我們經常「沒有心情」這樣作，但對於那位渴望我們讚美和禱告的獨一神而言，這樣的獻上是理所當然的服事。除非藉著祂的話語和我們的禱告，神不會以別的方式祝福我們的一天。

我們在乎基督徒的生活次序，也忠於讀經禱告的要求；但若將這些說成「律法主義」，那就錯了。因爲次序紊亂不但有害信心，也會摧毀信心：任何將「福音所帶來的自由」跟「缺乏紀律」混爲一談的神學家，都該學著明白這一點。任何想要切實、完全執行屬靈職分的人，任何不想拼命作事、卻讓自己和事工毀於一旦的人，都必須盡早學習耶穌基督作爲僕人的屬靈紀律。年輕的神學家會發現，在固定的時間安靜禱告、靈修，在耐心和毅力中持

守，會帶來極大的助益。

每個基督徒都需要安靜禱告的時間。神學家若想成爲基督徒，比任何人都更需要這樣作。我們必須花更多時間在神的話語和禱告上，因爲神指派給我們一項特別的任務（徒六4）。如果我們自己在那一天沒有經歷神的幫助，又如何在那一天成爲傳講、教導神話語的使者？又如何分擔他人的重擔呢？我們不要讓工作變成空空洞洞、行禮如儀。依據聖經經文來靈修禱告，是一個明智的作法。這不僅使我們的禱告有內容、有信心，也讓我們立場有根據。我們可以一週都默想同一段經文，這樣神的道就會住在我們裡面，開始鮮活起來。不論有沒有意識到，那段話語都會隨著我們同行。太快變換，只會流於膚淺。深深扎根在經文裡，才能學會用神的語言，來向祂說話。我們是用孩子向母親說話的方式，來學習與神說話。

從神的話語出發，我們所有的禱告，就會遵循聖經所教導的來禱告。我們把即將來臨的一天放在神面前，在祂面前潔淨我們的思想和意圖，而最重要的是，我們在禱告中與耶穌基督完全地團契。我們不要忘記爲自己禱告，「對自己應保持相稱的尊重。」（德訓篇十28，譯註：便西拉智訓屬於次經，並未收錄於聖經正典）接下來，廣闊的代禱視野會在我們眼前展開。此時，我們的眼界擴展，看到或



早晨應當挪出一個小時安靜的時間，用來禱告及共同靈修。這絕不是浪費時間——不然，還有其他方式可以預備自己面對事工、關懷和當天的試探嗎？



我們是用孩子向母親說話的方式，來學習與神說話。



我們也不應當忘記，要為著那些以代禱幫助、堅固我們的人感謝神。

遠或近的人群和事物，好將他們交付在神的恩典中。任何要求我們代禱的人，都不可遺漏。代禱必須包含所有託付給我們牧養的對象，不論是關於個人的，還是工作上的——這些名單總是很多。最後，我們都認識一些若我們不替他們代禱，幾乎沒有人會為他們禱告的人。我們也不應當忘記，要為著那些以代禱幫助、堅固我們的人感謝神。我們要禱告到信心堅定、可以重複說阿們的地步，才結束安靜的禱告時刻。

共同靈修時，我們可以找室友或鄰居一起來聆聽神的話語、一起唱詩、一起禱告。最重要的是，我們必須一起朗讀詩篇。如果我們每天閱讀詩篇，以詩篇禱告，它們一定會成為我們的財產；就算那些經文再困難，也不會遺漏。另外，篇幅不至太短的新約和舊約經文，一定要按次序讀。教會聖詩能將我們置身於古今偉大的基督徒群體之中。當一個人為整個團契禱告，就能將這一小群會眾所共同關切的事擺在神的面前。

此刻，神已經在早晨的寧靜中說出祂的話語；此刻，我們已經與神、與基督徒群體相互團契。我們就能帶著信心開始當天的工作。

寫作背景

這是潘霍華二十二歲時作的講道。他在巴塞隆納擔任助理牧師，服事講德語的會眾。據貝特格所言，潘霍華看待牧養職責的態度非常嚴謹，尤以講道為最。這篇朝氣蓬勃的講道，詞藻傾向華麗，題材頗為崇高，因此有時候讓會眾摸不著頭緒。

就這本文集而言，這篇關於詩篇的講道應該有其價值，因為這篇講章顯出潘霍華早期對默想的興趣。相較於一九三六年他指導神學生默想的方式，我們可以明顯看到他的成長。本篇講道叫人吃驚之處是：他低估聖經在默想中的角色。在他日後的作品中，默想一定要緊貼著經文：「聖經式的默想」(Schriftgebundene Meditation)，才是他教導並親身操練的方式。他在寫給施來舍的信中提到「要歸信於聖經」，但那顯然是一九二八年以後的事。

儘管如此，我們在這篇講道中發現，他非常認同詩人「來到神面前要安靜」的呼籲。這是任何一種默想的先決條件。²²



詩篇六十二篇

「我的心默默無聲，專等候神；我的救恩是從祂而來。」

幾千年前，有位敬虔的人，被生命的風暴所擊打，來到靜謐的猶太會堂，跪拜於神面前。若非這份神聖的緘默沁入他靈魂深處，他無法說出這番話：「我的心默默無聲，專等候神；我的救恩是從祂而來。」哦，遠古的吟唱詩人，你的模樣正如我們所渴慕的美夢。我們受你吸引，但我們不再理解你。請教導我們的心，如何默默無聲，專等候神。

一如嬰兒靠近母親胸膛就安靜無聲；一如少年人仰望他的英雄就默默無聲；一如哭泣的孩子渴望母親伸手撫慰他的眉頭，就消退他的憂愁；一如丈夫一看見摯愛的妻子就不再焦慮；一如真摯的朋友彼此凝視就感到平靜；一如病患看見醫生就變得安心；一如長者面對死亡就趨於沉寂——當我們的心來到神的目光之下，就要從不安、煩亂、匆忙中得到平靜。我們的乾渴得到抒解，我們的欲望成為真實的快樂，好比大熱天時棲息在神雙手的庇蔭中。只要見到神，我們的心就卸去顧慮和重擔，得著自由，在敬畏傾慕中靜默。「我的心默默無聲，專等候神。」

默默無聲，意謂著無法發出任何聲音，意謂著



在神面前默默無聲，也意謂著替神預留空間，讓祂能完整地述說關於我們的話；然後，不論是什麼話，我們都領受，直到永恆。



只要見到神，我們的心就卸去顧慮和重擔，得著自由，在敬畏傾慕中靜默。

有隻陌生卻滿有愛的手，擺在我們的雙唇上，讓我們靜默；意謂著讓我們全然降服——服從於那個勢不可擋的力量，也就是那位完全的他者（the totally Other）；意謂著我們在那一刻看不見自己，眼中只有那一位他者。然而，默默無聲也意謂著等候，等候那位他者向我們說話。在神面前默默無聲，也意謂著替神預留空間，讓祂能完整述說關於我們的話；然後，不論是什麼話，我們都領受，直到永恆。默默無聲也意謂著我們不再想自稱為義，而是想聆聽神是否會對這件事說些什麼。默默無聲不是被動，而是全心關注神的旨意，專心傾聽並且定意順服。默默無聲的時刻是負責任的時刻，是我們必須回應神，和回應我們自己的時刻；此外，默默無聲也是蒙福的時刻，因為在那時刻，我們享有神的平安。「我的心默默無聲，專等候神。」這意謂著：「耶和華啊，請說，僕人敬聽。」

「我的心默默無聲，專等候神；我的救恩是從祂而來。」神的時刻是救贖的時刻。祂的答案已備妥，所有人的答案都相同：放下每日繁忙的女士、來到神面前的苦惱病人、為痛失至愛哀悼的人、以及所有背負罪疚的人，無論男女老少，神都說出祂得勝的話語：「我愛你。」當然，神的愛火會燃盡所有人心的邪惡和虛假，而這會引起疼痛。默默無聲來到神面前，意謂著謙卑地來到神面前，感受悔罪的疼

痛；但這其中愛和恩典的喜樂，卻更是難以衡量。「我的心默默無聲，專等候神；我的救恩是從祂而來。」如果我們的心找到通往祂的道路，那麼祂必定拯救我們，一如祂是神這般肯定。

哦，有些人會說，你又在跟我們說一些畫大餅的事了；但是，為什麼了解的人寥寥可數呢？

有兩個簡單的原因。首先，我們害怕默默無聲，我們從一個活動趕往下一個活動，無非是不想有一絲與自己獨處的時刻，免得看見鏡中的自己。我們知道，這些獨處的時刻經常是最不舒適、最無成果的時候。但是，我們害怕的不只是我們自己和自我探索，我們更害怕神——怕祂會攪動我們，怕祂會發覺我們的真相，怕祂可能會帶我們進入祂的隱密處，依照祂的旨意來對付我們。我們害怕與神之間這樣單獨、可怕的相遇，所以我們逃避，以免祂會驟然靠我們太近。直接與神面對面，向祂作出回應，實在太恐怖了。我們的微笑必然會消失，就算只要嚴陣以待那麼一次，我們還是不習慣。這等焦慮，是我們這個世代的記號；我們活在恐懼中，擔心突然發現自己來到了那位永恆者的面前。

這是一個原因。另一個是，我們的信仰生活懈怠。也許我們曾經開始過，但沒多久就沉沉睡去。我們說自己沒那情緒，而既然信仰又關乎情緒，我們必須等到這樣的情緒臨到。所以，我們等過一年



默默無聲來到神面前，意謂著謙卑地來到神面前，感受悔罪的疼痛；但這其中愛和恩典的喜樂，卻更是難以衡量。



我們必須操練與神相交；否則，當神出其不意到來時，我們將找不到正確的語調、正確的字句，以及正確的語言。

又一年，也許一直等到生命終了，才有心情來談信仰。這些想法的背後是一個巨大的謊言。我們或許認為信仰要看心情，但神不是隨著我們的情緒在運行，而人也不是非要某種情緒臨到了才要遇見祂。等待情緒的人是窮乏的。如果畫家只在情緒來時才作畫，他不會有多大成就。信仰，一如藝術和科學，有心神振奮的時刻，也有冷靜下功夫和操練的時刻。我們必須操練與神相交；否則，當神出其不意到來時，我們將找不到正確的語調、正確的字句，以及正確的語言。我們必須學習神的語言，謹慎學習，努力下功夫，這樣才能與祂說話。禱告是必須操練的，將信仰與情緒混為一談是致命大錯。信仰是課業，或許是最困難，卻也是人類能作的最神聖的課業。有一位神想要我們歸屬於祂，我們卻安於現狀地說：「我對信仰沒有興趣」，想想實在挺悲慘。這不過是逃避之詞罷了。當然，作起來的難易度會因人而異，但我們可以確定，沒有人可以不勞而獲。所以，這就是連在神面前默默無聲，都需要操練和下功夫的原因。我們必須每日堅毅地讓自己敞開於神的話語之前，容許自己被神的話語評斷。要在神的愛裡喜樂，就要每日更新。

於是，我們問道：「我們當如何作，才能達到默默等候神的境界？」至於答案，我只能就自己粗淺的經歷略道一二。沒有人會忙到每天抽不出十分鐘

時間。無論是早晨或晚上，安排一段默默等候的時間，讓自己來到永恆者面前，讓祂開口，對祂提問，好進入內心深處，並且超越自身之外。或許可以讀幾節經文，但最好是任由心靈自由翱翔，進入父神的居所，在家園裡找到平安。只要認真地日下功夫，就會領受靜默所帶來難以言喻的黃金果實。

當然，萬事起頭難，任何著手進行這件事的人都會覺得，頭幾次的嘗試不但相當奇怪，也許還會完全空白。然而，這種情況不會持續太久，你的心會自己充滿，會開始復甦得力。屆時，你會經歷永恆的靜默，安息在神的愛裡。掛慮和哀傷、不安和匆促、喧囂和疑惑、夢想和焦慮，都會在默默無聲、專等候神的平靜中止息，你將從神那裡得到救贖。

你永遠無法從世上得到安息和滿足，這是世界的定律。世間的激情永遠不會止息。任何一種滿足都帶有一份驅動力，要去超越現今所擁有的。有錢的人想要更有錢，有權的人想要更有權。理由在於，這世上沒有任何圓滿的事物；所以，每項成功，不論多巨大，都不過是部分的成功。只有真正可能圓滿的地方，才可能有安息和平靜，而那只有在神裡面。全人類的奮鬥、急馳，最終都指向神，惟有在祂那裡，才能得著全然的滿足。偉大的教父奧古斯丁對這一點作了最完美的表達：「上帝啊，祢為自己的緣故創造了所有事物。我們的心蕩漾不

安，惟有在祢裡面才得安息。」願神恩待我們認識這等安息，願祂吸引我們進入祂的隱密與平靜。我們要為此向祂獻上感謝。



只有真正可能圓滿的地方，才可能有安息和平靜，而那只有在神裡面。