

「豈不知在場上賽跑的都跑，但得獎賞的只有一人？你們也當這樣跑，好叫你們得著獎賞。凡較力爭勝的，諸事都有節制，他們不過是要得能壞的冠冕；我們卻是要得不能壞的冠冕。所以，我奔跑不像無定向的：我鬥拳不像打空氣的。我是攻克己身，叫身服我，恐怕我傳福音給別人，自己反被棄絕了。」(林前 9:24-27)

前言

保羅被呼召作外邦人的使徒，在其傳道生涯中極力贏取外邦人歸主，為要引導與教導外邦信徒成長，保羅用他們能明白的說話來作溝通，以屬地的事物來說明屬靈的道理，其中一個最常用的概念是運動競技。在希羅文化中運動競技是極受民眾所關注的，運動競技除了在感觀上帶來刺激，參賽者高超技藝亦使觀眾嘆為觀止，民眾對得勝者的歡呼擁戴亦非常熾熱。參與競賽者若要得到爭勝的目標——得獎賞，必須接受艱苦而積極的訓練——諸事都有節制，方可使生命達至一個能得勝的水平——攻克己身。這樣的原理應用在屬靈追求裡，同樣是合適的，在靈程裡若沒正確的目標（GOAL），如何能提供持續追求的動力呢？若沒準確的追求（GO），如何能使屬靈生命成長至成熟健壯呢？若沒真確的成長（GROW），如何能達至目標而真正承受 神恩呢？讓我們同來思考靈程 GOAL GO GROW 這課題！

一. 正確的目標（GOAL）

「只是我先前以為與我有益的，我現在因基督都當作有損的。不但如此，我也將萬事當作有損的，因我以認識我主基督耶穌為至寶。我為他已經丟棄萬事，看作糞土，為要得著基督；並且得以在他裡面，不是有自己因律法而得的義，乃是有信基督的義，就是因信 神而來的義。」(腓 3:7-9)

1. 歸信主之前

人生目標往往受傳統思想所薰陶，總離不開安居樂業、生活舒適、生兒育女等，人又會隨著社會環境的變遷或潮流的變動，在追尋新興事物裡，會以擁有更多作為成功的記號，因擁有別人所沒有而受到的觸目，教人的自我感覺良好。留心傳道書作者以日光之下無新事，許多新興事物的背後仍是受舊原則所支配，不過以不同的包裝出現而已。即使在未歸信主以前的保羅亦受制於這些文化上的枷鎖。



以色列人在歷史裡常與外邦人通婚，早已使血統不純正，但保羅能自誇為純正希伯來人，可見他家族是極其敬虔的，他自從出生始已受到猶太傳統的薰陶，以切實遵守律法為己任，又受教於法利賽權威——大拉比迦瑪列門下，既是迦瑪列出色的門生，更為法利賽教門下一極度狂熱的中堅份子，故他敢以就律法上的義來說是無可指摘。按著猶太價值觀來看，保羅是被猶太人所讚許的精英。

除猶太身份外，保羅有著令人稱羨的條件，在他與千夫長革老丟呂西亞的對話裡，千夫

長以他是用許多銀子才入了羅馬民籍，但保羅以他生來就擁有羅馬民籍，又以生在基利家的大數為榮。保羅父母都是純正的希伯來人，竟能取得羅馬民籍，並居住在大數這名城中，可見他們的身份與成就極不簡單。加上能從大祭司領取文書來逼迫 神的教會，可見他是深受猶太公會所器重。按今天的話來說，他不但出身名門，學貫中西，在宗教政治上是舉足輕重的人物，其前途是無可限量。保羅這出身好、學歷高、人脈廣、魄力強及際遇順等不正是今天人所稱羨與追尋的嗎？但贏取這些目標真能給與人滿足嗎？保羅在羅馬書第七章的自述中，指出他的人生雖擁有這些人所稱羨的，但內裡卻是從不安息，他的人生看似一個甜甜圈（冬甩 DONUT），周圍看似豐滿，卻是中空。

2. 歸信主之後

保羅以昔日所擁有的種種優勢，在今天都被他視為糞土！為何呢？因為猶太教的傳統、教義、善行與操練等都不能真正使人在 神面前被稱義；人所羨慕的優勢在 神面前也算不得甚麼。可嘆人常常以這些自誇，無視生命裡的缺欠，這些被誇的東西便成為攔阻人蒙恩得救的絆腳石。保羅自歸信那天便發現惟有基督才能真正使人稱義，人生真正的目標應該是要「得著基督」，惟有基督才是人生真正的至寶。當保羅遇到基督後，對追尋錯誤的目標而誤用半生，在失明那三日中不吃也不喝，因他心裡是何等的懊悔，故他更覺要善用人生。可是今天屬主的人有否這樣的醒覺呢？或許我們醒覺比保羅慢，但卻不要再耽延了，若見主那天才覺醒，則已太遲了！

保羅以認識我主基督為至寶。這「認識」不是指著頭腦上的知道，而是指著在恆常的相交與經歷裡認識祂，使人心中悠然生出切慕與愛戀。沒有認識又豈能得著呢？你看保羅用「我主」一詞，裡頭實在有一種說不出來的親密。他昔日以肉體種種可誇的事物為依靠，但如今只有一位他所愛的基督，甚至萬有都不能與祂相比。誠如大衛在詩篇所言，嚐過主恩的滋味便知道祂是美善的，又如彼得所言，祂有永生之道，我們還歸從誰呢？基督信仰的焦點是基督！可是我們今天的焦點又是甚麼呢？你我對基督的認識有否與日俱增呢？對基督的愛是否至死不渝呢？

認識基督使人在生命裡漸漸與祂緊密結連，更深明白祂的愛是無與倫比，從而被祂的愛激勵，並甘願盡心、盡性、盡意、盡力來愛祂，善用自己的人生來尊榮祂實為至寶。保羅以自己受苦比眾使徒多，但他從不埋怨，因深知是被抬舉來服事基督，在為祂受苦裡是更多經歷祂恩與祂愛，更因相同經歷而更深進入祂心懷。今天的基督教界雖擁有比過去世代更多的知識，可是今天的信徒並不比昔日的聖徒們更認識基督，因為許多關乎基督的外借知識，若不與人心裡對基督的認識結連，生命又豈會茁壯成長呢？當我們在愛主的實踐上躊躇，是顯示在認識基督的操練上停滯或倒退。



小心今天基督教界風行的事物裡有多少真有基督的位置呢？基督不過成為人行動的口號或藉口，但最終關注的不過是人自己。在你我心裡是否真實關注基督呢？是否真認識祂？是否願得著祂呢？

二、準確的追求（GO）

「使我認識基督，曉得他復活的大能，並且曉得和他一同受苦，效法他的死，或者我也得以從死裡復活。這不是說我已經得著了，已經完全了；我乃是竭力追求，或者可以得著基督耶穌所以得著我的。弟兄們，我不是以為自己已經得著了；我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑，要得 神在基督耶穌裡從上面召我來得獎賞。所以我們中間凡是完全人，總要存這樣的心；若在什麼事上存別樣的心， 神也必以此指示你們。」（腓 3:10-15）

保羅以得著基督是他的人生目標，他是向著標竿直跑，沒有偏離這標竿，哪我們當如何跑呢？如何能追趕得準確呢？

1. 愛慕祂聖言

再說，要得著基督必須從認識基督開始，那必定離不開祂的聖言，若不按著祂所示的聖言去認識祂，我們還有其他的路嗎？即使如保羅得到極大的啟示，又是那麼熟識聖經，他在人生將要殉道前，仍吩咐提摩太要把那些皮卷（舊約聖經）帶往獄中給他。對一個有嚴重眼疾，又活在光線不足的黑獄中，閱讀聖經的環境與條件是那麼差，但保羅卻仍舊愛慕閱讀主的聖言，你我今天能有合理的原因推卻閱讀嗎？其實，人是否持之以恆的閱讀主的聖言，是心裡對祂愛慕的反照！

讀經不是把一堆的數據硬塞入頭腦裡，而是藉著靜心的閱讀，品嚐箇中的滋味，細細思量主的心懷，當心中對主的聖言產生共鳴，在不知不覺間便與主的生命結連，或是對祂生出一份難捨難離的愛情，或是對祂獻呈一份真摯的崇敬，或是對祂立下堅定的志向。在這生命相交的過程裡，屬靈生命是慢慢地；也是靜靜地茁壯成長！有人曾問筆者為何會記得那麼多聖經，原因是那些經歷過的經文是沒法可忘懷，那些被揭示的經文是震撼得無法忘懷，那些在學習中明白的經文是結連在生命裡；是無可分割的。如「耶和華啊，求你記念你的憐憫和慈愛，因為這是亙古以來所常有的。」（詩篇 25:6）這聖經在一次靈修得主顯大在我心中，便成為一節經常鼓勵自己心靈的經文。



我們可以在靈修生活裡學習與主建立更深的關係，也可以在速讀裡訓練觀察與細心，使自己更廣闊更全面去認識主，甚至有能力的，可以找一段聖經細細的研讀，是一次又一次的反覆研讀，把箇中的意思品味出來，找出超越時代的原則，並切實應用在個人現今的處境中，立志要靠主的恩典能力去討祂喜悅，那生命豈有不成長之理呢？基督對我們來說不是毫不相干的人，而是「我主」，是與我們同行人生路的摯友！

2. 跪禱祂座前

認識一個人除了觀察外，亦要接觸，才能深入了解。在與人交談裡，若只有一方說話，另一方是沉默，那不是交談，或應叫作訓話或報告，可是不論報告或訓話都不會拉近彼此的關係，也不會促進彼此的信任，若我們今天的祈禱是向 神報告，甚或向 神訓話，那會帶來甚麼生命的改變嗎？許多人會埋怨祈禱沒有果效，但有否省察自己是否在自說自話呢？小

心根本談不上有禱告！聖經展示給我們曉得，有效的禱告不在乎長短；而在乎信心，不在乎外在言辭優美；而在乎內裡誠實潔淨，不在乎何時何地；而在乎聽禱告的主。

祈禱是與 神交談，既有真誠傾訴之時；亦有安靜聆聽之時；更有掙扎申訴之時。看一看，詩篇上的禱告是極其真誠，毫不掩飾個人內裡的驚恐、疑惑與憤怒，但正顯示詩人與 神的關係是緊密的。一般人的客氣是因為關係生疏，朋友間能坦誠傾訴是因有信任。甚至主耶穌在客西馬尼園的禱告，祂把心中的掙扎都活現在我們眼前，因祂與天父之間是沒有秘密或隔膜。你我是否相信主聽禱告呢？是否坦誠的求告主呢？



祈禱又是縮短我們與主之間的距離，每當禱告就是在祂跟前！這是一個親近的舉動，常常學習親近與交託，生命能不平靜安穩嗎？能否開始為祈禱作計劃，預留一點時間可安靜禱告，亦給與一點時間讓 神在禱告間指引與回應我們呢？或是藉著聖經的話提醒或引導，或是讓我們想起所學習過的屬靈操練，或是聖靈在心裡的鼓勵。

3. 遵守祂命令

認識基督從來不是靜態的，因主耶穌曾說：「人若立志遵著他（天父）的旨意行，就必曉得這教訓或是出於 神，或是我憑著自己說的。」（約 7:17）祂又應許：「有了我的命令又遵守的，這人就是愛我的；愛我的必蒙我父愛他，我也要愛他，並且要向他顯現……人若愛我，就必遵守我的道；我父也必愛他，並且我們要到他那裡去，與他同住。」（約 14:21、23）我們是在遵行 神旨意裡去認識祂！

遵守主命令並不容易，是會招致敵擋與攻擊，甚至是非人力所能承擔，可是祂應許我們必會經歷祂與天父的同住，而且是親密的同住。在這患難裡的經歷是使我們更深的與祂結連。誠如保羅所言：「惟有主站在我旁邊，加給我力量，使福音被我盡都傳明，叫外邦人都聽見；我也從獅子口裡被救出來。主必救我脫離諸般的兇惡，也必救我進他的天國。」（提後 4:17-18）能在患難中同行，所建立的關係與信任是非比尋常。事奉不是作一點事工，而是在諸般服事中體貼主、經歷主、倚靠主及親近主，一點一滴的積聚對祂的認識，一步一步走進祂心懷，一心一意的跟隨祂！

三. 真確的成長（GROW）

「忍受試探的人是有福的，因為他經過試驗以後，必得生命的冠冕；這是主應許給那些愛祂之人的。」（雅 1:12）

當一個人要得著基督，以認識祂為至寶，是否白白的奔跑呢？不！新約多位作者都指出神早已預備了冠冕要賜給那配得之人。「經過試驗以後」是指通過考驗，被證明是合格，冠冕就成了得勝者的記號，因在這天路裡是有著各樣的試探要忍受，有著各樣的服事要盡忠，正正考驗人對主的愛，是否寧可受苦亦不願背棄祂呢？是否甘心服事而不辭勞苦呢？在這些堅持裡，愛主的生命越發堅韌健壯，以至人配得主的尊重與尊榮！

「那美好的仗我已經打過了，當跑的路我已經跑盡了，所信的道我已經守住了。從此以後，有公義的冠冕為我存留，就是按著公義審判的主到了那日要賜給我的；不但賜給我，也

賜給凡愛慕他顯現的人。」(提後 4:7-8)

每位屬主的人應至少有一項冠冕為他存留，主耶穌從不吝嗇賜下恩惠與榮耀，可是會否被我們浪費掉呢？謹記主耶穌提醒非拉鐵非的教會的話：「我必快來，你要持守你所有的，免得人奪去你的冠冕。」(啟 3:11) 若冠冕是屬靈生命的記號，你我的生命有否成長至配得呢？有否叫主的美意能成就呢？

總結

你我在心底裡是否願「得著基督 (GOAL)」呢？那我們「追求 (GO)」是否準確呢？能否叫我們「成長 (GROW)」至配承受祂所預備的冠冕呢？當你我在永世裡敬拜主之時，能有甚麼冠冕放在主寶座前來尊榮祂呢？(參啟 4:10)

