

20260517 活在聖靈裡 – Ps Bijoy

加拉太書 5:13-26

2009年，一位名叫馬修·帕里斯（Matthew Parris）的人——新無神論運動中的重要發聲者——在《泰晤士報》上寫了一篇文章，題為：「身為一名無神論者，我真心相信非洲需要上帝。」四十年後，他重返非洲，發現自己整個自然主義的世界觀都被動搖了。不是因著一場辯論，也不是因著一個論證，而是因為他看見基督徒如何活出他們的生命。

他寫道：「基督徒總是與眾不同。他們的信仰不但沒有使信徒畏縮或受束縛，反而似乎使他們得著釋放與自由。他們充滿生命力、好奇心，並積極投入這個世界。他們昂然挺立。」

現在，我們當中有些人聽見這段話時，深受感動。一位懷疑論者，竟然因著普通信徒所活出的見證而被震撼。但也有些人聽見後，心裡感到更深的_{不安}。因為我們心想：我知道基督信仰所應許的是什麼——釋放、自由。然而，我不確定這在我身上是否真實。而這正是這段經文所要回答的問題。當一個人信靠耶穌基督時，他不只是接受了一套新的規條。他乃是被上帝收納為兒女。上帝的靈進入他裡面，栽下一顆種子；那顆種子便開始生長，從內而外，自然地塑造並改變這個人。這樣的改變是真實的。這樣的改變是持久的。而且，周圍的人都能看得見。

所以，讓我們一起來看這段經文。活在聖靈裡，可以從三方面來思想：第一，聖靈所帶來的盼望；第二，聖靈所賜的幫助；第三，生命所結出的果子之核心。

聖靈的盼望：得著自由，好叫你能去愛人並服事人

保羅在加拉太書第五章一開始，就宣告了一句極其震撼的話：「基督釋放了我們，叫我們得以自由。」如果你在街上問一個人：「基督教到底是在講什麼？」他們可能會說：救恩、聖經、耶穌為人釘十字架。但他們大概不會說：「現在就能得著個人內心真正的自由。」然而，這正是保羅所說的。如果那些事情都是真的，那麼你現在就可以經歷一種深刻的、個人的、內在的自由。

現在，「自由」這個詞，我們需要很謹慎地理解。我們往往以為，自由就是毫無限制。但真正的自由並不是這樣。想想一位出色的鋼琴家。他為什麼能在琴鍵上如此自由地演奏？因為多年以來，他願意接受各樣的限制：音階、紀律、練習。正是那些限制，塑造了他的自由。真正的自由，不是毫無重擔。而是能夠分辨：哪些重擔值得承擔，哪些重擔只會把你壓垮。而重點就在這裡。聖靈賜給我們這樣的自由，不是讓我們隨心所欲，而是讓我們能夠去愛人。

尤金·畢德生（Eugene Peterson）在解釋加拉太書時提到，保羅在第 13 節所使用的希臘文，原本帶有軍事上的意思。它指的是一個發動攻擊的據點。所以保羅其實是在說：你的自由，是一個出發點。你要用這份自由，向你周圍的人發起一場愛與服事的行動。

當保羅談到「肉體」的時候，他不是說我們身上的皮肉。他所說的，是每一個人從亞當承受而來的墮落本性。那是一種傾向罪惡的本性，是我們裡面那個會說：「只要感覺好，就去做吧」的聲音；也是那個低聲誘惑你說：「反正之後再求赦免就好了。」的聲音。

這裡有一個艱難卻真實的事實：肉體總是不斷地把我們拉向罪惡。你可能正在聽一篇講道，腦海裡卻突然冒出極其污穢的念頭。你可能正在領受聖餐，心中卻忽然升起奇怪的試探。你可能星期天還在敬拜團裡帶領敬拜，走出教會門口時，卻開始毀謗別人。作為一個基督徒，這真是一件何等矛盾、又奇妙的事。但保羅告訴我們，要如何使用這份自由：就是用愛心彼此服事。因為愛，成全了上帝全部的律法。這才是與放縱肉體相對的道路。

如果你現在坐在這裡心想：「我還沒有經歷那種屬靈高峰的時刻。」保羅在腓立比書第二章也談到了這件事。他說：「所以，在基督裡若有甚麼勸勉，愛心若有甚麼安慰，聖靈裡若有甚麼交通……」

請留意那個詞：「若有甚麼（any）」。意思是：哪怕只有最微小的一點。如果你曾經經歷過哪怕一絲絲從上帝而來的安慰，曾經感受到祂同在最微弱的觸摸，保羅說：那就已經足夠了。踏出去吧。開始行動吧。而上帝必與你同在。

2. 聖靈的幫助：在爭戰中扶持你，使你榮耀上帝。

聖靈所做的第二件事，就是幫助我們面對每一個人內心正在激烈進行的爭戰。保羅很直接地描述這場爭戰：肉體的私慾與聖靈的心意彼此相爭。肉體渴望的是自我榮耀、即時滿足，以及自私的方式；而聖靈所渴望的，卻是愛、聖潔，以及上帝得著榮耀。而這兩者，始終都在不斷地交戰。

查爾斯·狄更斯（Charles Dickens）與杜斯妥也夫斯基（Dostoevsky）有一次在倫敦相遇。狄更斯坦白地說：「有時候，我感覺自己裡面好像住著兩個人。一個知道什麼是對的，另一個卻偏偏選擇去做相反的事。」杜斯妥也夫斯基轉頭對他說：「你裡面只有兩個嗎？」

這就是人類的光景。而保羅在羅馬書第七章，以極其深刻而誠實的話，把這種光景說了出來：「我所願意的善，我反不做；我所不願意的惡，我倒去做。」每當我在聚會中和青少年談到這件事時，房間裡每一雙眼睛都會專注地看著我。因為聖經正在說出他們每天都在經歷的事情，只是從來沒有人告訴他們，這叫什

麼。第 17 節告訴我們：肉體的私慾與聖靈相敵，聖靈的心意也與肉體相敵。在你的裡面，正有一場爭戰。為這場爭戰感謝上帝吧。

那場掙扎的存在，並不是你失敗的證明。反而是你屬靈生命仍然活著的記號。你是否憎恨自己裡面的罪？

當你跌倒時，你是否感到憂傷？你與罪惡之間的爭戰，正是你擁有屬天生命的證據。

而我們從這場爭戰中所得著的，是這些：它使我們看見自己的軟弱，除去我們的驕傲，使我們在上帝面前謙卑下來；它迫使我们向主呼求幫助，教導我們單單依靠祂，引領我們活在持續悔改之中；它使我們更加渴慕天家，也驅使我們學習倚靠弟兄姊妹彼此扶持。那麼，聖靈究竟如何幫助我們走過這場內心的爭戰呢？

首先，聖靈幫助你記得自己的身分。保羅稱他們為弟兄姊妹，但在那之前，他們首先是上帝的兒女。他描繪了一個對比：同住一個家中的奴僕與兒子。奴僕所做的每一個決定，都是出於害怕被趕出去。因此充滿焦慮、自我保護與自私。但兒子的姿態卻完全不同。他擁有安全感，並且與父親有親密的關係。他從不害怕自己會被丟棄。而聖靈的工作，就是不斷提醒你：你的身分不是奴僕，而是兒子，是女兒。

「我已經被接納了，我沒有什麼可失去的。那我還有什麼好懼怕的呢？」這就是聖靈所賜給我們的生命姿態。

第二，聖靈幫助你承認自己的不足。保羅所用的詞是：「順著聖靈而行。」「行走」是我能做的事。我可以有意識地前進，我可以選擇踏出愛人的腳步。但有些事情，靠我自己是做不到的。而能夠明白這一點，其實是好的。因為當我承認自己的不足時，我就明白：我本來就不是被設計成要獨自前行的。

第三，聖靈幫助你以救主為樂。在每一個決定裡，無論是走對了一步，還是走錯了一步，聖靈的工作都是把你的目光重新帶回基督。當你走對了一步時，聖靈會保守你不陷入驕傲。你不會說：「我當然做得好，因為我受過好的教育、我很優秀。」但當你失腳跌倒時，聖靈也會保守你不落入絕望。祂提醒你：仰望主。祂曾為你而死。祂愛你。而正因如此，悔改才成為可能。因為你與天父的關係，不是建立在恐懼之上，而是建立在親密與穩妥的愛裡。

這就是保羅對羅馬書第七章最後那個痛苦呼喊的回答：「誰能救我脫離這取死的身體呢？」答案是主耶穌。祂原本是完全自由的，是永恆的、毫無限制的主。然而，祂卻甘願取了人的身體，在世上活了三十二年。那才是真正的限制。祂為了你、也為了我，甘心承受這一切，好叫我們如今在肉身之中可以得著自由，並

且將來永遠得自由。祂是真正的兒子，卻為奴僕捨了自己的生命；好使你我能成為上帝的兒女，並且不再懼怕，能自由地將生命給出去，去愛別人。

3. 聖靈果子的核心：聖靈所結的果子。

最後，我們來看果子。這段經文裡有兩份清單。一份是悖逆所結出的果子：自我中心、順從肉體、墮落的生命。另一份則是聖靈所結的果子：仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。

有一個詞可以總結這第二份清單：就是「聖潔」。而「聖潔」這個詞，有時會讓人感到遙不可及，甚至帶來壓力。但請讓這些果子重新定義你對聖潔的理解。聖潔並不是冷漠疏離，也不是高傲自義。聖潔乃是：仁愛、喜樂、和平與忍耐，透過一個人的生命真實地流露出來。

聖靈的果子，是由聖靈親自結出的，不是靠著我們自己的努力製造出來的。你無法靠自己生產出真正的愛。你也無法憑自己的力量創造真正的平安。當你與聖靈同行時，聖靈就會在你的生命裡，慢慢地培育出這些果子。

那些屬基督耶穌的人，已經把肉體連同肉體邪情私慾一同釘在十字架上了。而這樣的釘死，必須是毫不留情的、痛苦的、堅決的，並且是天天都要進行的。我們不能對肉體自憐自惜。也不能因為十字架太痛，就從十字架上爬下來。馬丁·路德（Martin Luther）曾說：肉體就像人的鬍子。你今天把它刮乾淨了，它明天又會長回來。所以，你必須天天刮它。

第二，要與聖靈同行（第 25 節）。這是一個軍事的畫面。我們如今是在軍隊裡。要站好隊伍，跟隨在聖靈後面，與祂步伐一致。每天早晨當你起來時，可以這樣禱告：「聖靈啊，今天幫助我順服上帝。聖靈啊，今天引導我走在耶穌的腳蹤裡。」如果你願意一步一步地與聖靈同行，上帝就會一步一步地帶領你，從你現在的光景，走向祂原本為你預備的生命。

如果你看著那份清單，心裡想：「我離那樣的生命還差得很遠。」請不要灰心。保羅在腓立比書第一章寫道：「那在你們心裡動了善工的，必成全這工，直到基督耶穌的日子。」如果你是在基督裡的人，你終究會成為聖潔。也許需要時間。也許會經過痛苦。但你一定會到達。聖靈的果子這個名稱非常貼切，因為果子是有生命的。它是活的，也是在不斷成長的。你可能感覺不到它的成長。你也可能看不見它的變化。但有一天，當你回頭看時，那些成長的痕跡就會清楚地顯明出來。你的生命會按著時候結果子，而那些果子，也將成為別人可以一同分享的祝福。