

序

生命之簡淳 (simplicity)，是需要長時間身體力行之事。本書英文原版初版至今二十五年了，我現在對簡淳生命有何認識呢？我想我認識少了，同時又多了。我如今較不肯定簡淳生命是如何運作，而較清楚上帝這核心 (the Center) 對生命的果效。昔日我為第一章起題〈簡淳不簡素〉 (“The Complexity of Simplicity”)，我其實大致只在理論上認識簡淳，如今我較能在經驗上體會簡淳了。簡中的微妙與複雜仍是多而又多——老實說，我多活了二十幾年，面對人生諸般疑難，只益加覺得簡淳的不簡素。坦白說，我不時在心中問自己，甚至喃喃自語：「我懂得甚麼了？」

話雖如此，可是，昔日我給本書後記起題〈簡淳之簡素〉 (“The Simplicity of Simplicity”)，那就愈發的真實了。我明白了……我知道了……我們可以在生活中時刻聆聽基督這大牧者的聲音。我們可以先求上帝的國。我們可以進入上帝的義。我們

可以歡快地行在地上。我們可以活得簡渾而有力。

傅士德 (Richard J. Foster)

二〇〇四年十一月一日

序 (1981年版)

這不是一本我自然而然想寫的書。事實上，我十分抗拒這任務。當然最後我將這書寫出來了，但容我將不願寫這書的理由與你分享。

其一，關乎我對簡渾的親身體驗（其實相當貧乏）。究竟我對簡渾的體會夠深，以致不會言行不一嗎？我對那個平靜且得力的生命究竟有何深刻的認識？然後是生活方式——妻子卡路蓮（Carolynn）和我仍會為處理金錢財富而苦惱，我們絕對沒有關於應買甚麼或保留甚麼的最終答案。論到羣體的簡渾，按我的學識，竟然斗膽討論經濟學、世界饑饉、國際貿易這些大而又難的課題？我真心覺得自己是研究簡渾各方面的初哥，我如今仍是這樣覺得。

其二，我對這任務誠惶誠恐，因我知道基督教簡渾是複雜之至的難題。這是可以理解的，儘管十分弔詭。而人生的重要議題，亦很少有簡單答案。我們既要掌握聖經對簡渾的看法，以及歷世歷代靈修大師的豐富傳統，同時也要關心當世時局。再者，

上述一切討論必須在我們身處的世界中具有實際意義——就是這個滿是計劃與需索、帳單與預算的世界——而這真的不是簡單的任務。

其三，我很擔心會落入律法主義的陷阱。簡淳是最外顯的靈命操練項目，因此最容易腐化。怎樣可以具體而不僵化？怎樣可以脫離貪婪而不跌進新的法利賽主義？

我還有第四個理由使我對寫簡淳的書小心翼翼，而這是我最大的理由，我會在本書第一章向你詳述。

譯註

近日關於人工智能 (artificial intelligence, AI) 的討論沸沸揚揚，包括哪些行業即將面臨淘汰 (翻譯是其中之一)。就連我這樣一個自由譯者也不斷被問：這世界還需要找人翻譯嗎？人可以做到的，有哪樣是 AI 或遲或早做不到的？

我其實不大認識今日 AI 的翻譯實力，我只知道要為本書的鑰字 simplicity 及其相關詞 simple 尋找合適的譯詞，實在是大不容易，因其包含了相當廣而深的意思，難以用一兩個詞去統譯。

本書英文原版初版於一九八一年出版，寫於傅士德 (Richard J. Foster) 一炮而紅的《靈命操練禮讚》(*Celebration of Discipline: The Path to Spiritual Growth*) 出版三年後，惟中文譯本在一九八七年始面世，書名《簡樸生活真諦》。上世紀八十年代香港教會，對「簡樸」的討論不算熱烈，起碼遠不如「靈命操練」一般興高火熱——不過香港信徒對十二項靈命操練是選擇性接收的，其中「簡樸」恐怕備受忽略，也許當時香港社會尚算不太豐裕，大家覺

得自己生活已夠簡樸了吧——而這正是「簡樸」一詞隱患所在：提起簡樸，人大多聯想到物質/身體層面的事，但傅士德所說的 simplicity 含義遠超「簡樸」，而且重點在乎精神/靈性/信仰的層面，包括：單純、質樸、誠實、專一、清純，此外也有簡明、簡單、簡約、簡易、簡素的意思，端看上文下理而定。

「簡樸」的意思既在不意之間被縮窄了，在今時今日重譯本書，就有尋找新詞去表達 simplicity 的需要。譯者最後選了「簡淳」二字，一來「淳」與「樸」同義，亦有「誠、純、清、簡」之意；二來新詞盼可注入新的內涵（起碼沒有一些前設的內涵），讓讀者在沒有思想包袱之下感悟 simplicity 的可能含義。事實上，Christian simplicity（基督教簡淳）在本書蘊含的意義，確然涵蓋物質/身體與精神/靈性/信仰各個層面，乃是整個人以至整個社羣之事。

是為註。求主鑒察，願人悅納。

黃大業 謹識

第一部

根基

1

簡淳不簡素

The Complexity of Simplicity

力求簡淳——並時刻存疑。

懷海德 (Alfred North Whitehead)

當代思潮瀰漫對「擁有」的追捧。人不曾考究，卻會誇誇其談：美好生命建基於積聚，而且「愈多愈好」。我們對這說法早已深信不疑，以致今日社會對財富的貪慕已呈病態：與現實大大脫節。再者，現代世界節奏令人益加陷入斷裂與分割的狀態。我們感到焦慮、匆促、透不過氣。生活很艱難，必須趕急成就更多、積聚更多，這種威逼縈迴腦際，揮之不去；人人營營役役，苦無出路。

基督教簡淳救人脫離這現代式躁狂，讓人在失控的奢侈中注入理智，在忙亂的心靈裏引進安穩。簡淳讓人卸下如威廉·佩恩 (William Penn) 所說的「重擔」(cumber)。簡淳使人看清物質本相——乃為提振生命，而非貶抑生命。人，才是重點所在，是超越物質財產的。簡淳讓人能夠坦蕩蕩生活，面對「地球村」諸

般駭人現實。

基督教簡淳並不只是熱潮，為回應將要吞滅世界的超級生態災難，也非出於對科技過度擴張的憤慨。基督教簡淳是上帝給每個基督徒的召命。簡淳生活見證，實在深植於聖經道統，而且完美呈現於耶穌基督生平。觀乎一切靈修大師著述，都以不同方式強調簡淳的本質。可以說，當福音信息在人生命中生根，就必然且自然地活出簡淳來。

基督教簡淳不僅回應現代危機，更需注意的是，它與今日世界的重大問題息息相關。迫在眉睫的赤貧與饑饉，已達人類史上前所未見的程度。就在你我今晚入睡之際，就有近一萬人死於飢餓——每小時超過四百人的速率。數以百萬人口活在瀕死邊緣，他們營養不良，沒有將來，絕望沮喪。統計數字是冷冰冰的，就算明知它代表了基督捨身相救的一個個寶貴生命，我們仍可能會無動於衷，但面對活生生的人物——譬如納古素（Kallelo Nugusu）的故事，我們就不可能無動於衷：當饑荒臨到埃塞俄比亞，納古素不得不將自己兩頭公牛賣掉，才可養活妻子及六個兒女——但公牛去後，他再無能力耕種農田，於是生計斷絕。當被問到他的將來，他回應說不知如何打算。他兩手抱頭，幽幽說：「我的孩子餓著哭了，我覺得自己沒有資格做爸爸。」¹

這些報導深深觸動我們，但我們只感到愛莫能助。我們可以怎樣回應——既要忠於良知，又要真有實效？面對上述及其餘無數的社會不公不義，我們需要一個策劃行動的立足點，而操練簡淳就是這個立足點。在簡淳的沃土裏，可以生發個人、教會、

企業層面的行動。

我們深陷的另一掙扎，是紛至沓來且苛索不止的諸般差事，就像童話中傑克的魔豆莖（Jack's beanstalk），我們的職責似乎在一夕之間升到天際！我們被放在競技場的中央，不但要掙錢，也要盡家庭及職場的責任，無數任務與會議使我們氣喘吁吁。對真心想做好正確之事的人，這問題尤其要命——忠誠的我們在忙亂中企盼能夠回應所有事奉呼召，以致未能辨清基督的聲音，甚而陷入人的支配宰制中。因著要持守誠信，我們情緒低落，匍匐而行。

但我們毋須被生活苛索得沮喪消沉。從簡淳而來的基督恩典，可領我們進入一個平靜且得力的「核心」（the Center）。我們可以效法祈里（Thomas Kelly），親身體驗上帝「永不會領人進入無法按捺的爭鬥與紛擾之中」。² 通過簡淳，我們進入深渺的靜默中，這靜默是起初上帝造人時已經預備的。教宗若望二十三世（Pope John XXIII）說得好：「我愈年老，愈能感受簡淳在思想、行為、言語中的價值與完美——惟願能夠簡化一切複雜事物，並以最自然最清明之心去看待每事每物。」³

簡淳不簡素

簡淳為現代人所面對的矛盾提供了答案，惟這答案並不簡易。簡淳（simplicity）與簡化（simplism）不可混為一談。你若想從本書獲得通往全然簡淳的四個簡易方法，必然會大失所望！簡化的答案——正如其本質所示——不可能幫你體會生命的豐

富、秩序、複雜。

無論是端詳望遠鏡裏的宇宙，還是顯微鏡裏的宇宙，都必令人讚歎受造秩序的複雜。從銀河到螞蟻到原子，箇中的精巧與繁茂，都教人嘖嘖稱奇。正如我們的大腦，它是名副其實的複雜構造，包含千億個神經細胞。此外更大的奧秘——人的意識——更是遠超想像所及。詩篇作者所言非虛，我們「受造奇妙可畏」。

基督教簡渾與生命的複雜秩序並行不悖。基督教簡渾堅拒為艱深難題提供簡化、公式化答案。正正如此，基督教簡渾予人自由空間，從而理解當代社會的複雜議題，並作出合宜的回應。但若心懷二意，則只會愈覺混亂和費解。心靈僵化者，就難明白簡中之繁；心懷二意者，就不能理解紛中之合。

我們由此進到議題的核心弔詭：簡渾不簡素。基督教關乎簡渾的教導包含著弔詭，實不應教人意外——基督的生平與教導，都帶著弔詭意味：要得著生命，就要失喪生命（太十 39）；透過給予，方能接受（路六 38）；既是和平之君，又帶來刀劍紛爭（太十 34）。心存簡渾，就能明白主的話，因為生命體驗可以印證上述弔詭說法；惟有傲慢與反智之徒，總被上述弔詭絆倒。

當然，所謂弔詭，不過看似矛盾，其實並不矛盾。要發現弔詭所蘊含的道理，就要維持兩端教導之間的張力——雖然兩端皆承載真理元素，但若只強調某一端而排斥另一端，箇中道理就會扭曲變形。譬如說，我們宣稱（我信這是合乎中道）上帝既內住（immanent）又超越（transcendent）——既存於受造萬有之中，又超乎受造萬有之外。假若只強調內住而排斥超越，最終結論會

是種泛神主義；但若只強調超越而排斥內住，最終結論會是一位抽離、冷漠、造出萬有然後揚長而去的上帝。如果只單單擁抱教導的一端，箇中道理必遭扭曲；但若維持教導兩端的張力，就能找到亞伯拉罕、以撒、雅各的上帝。又譬如上帝的愛與公義，基督的神人二性，以及聖經中其他許多例子。總言之，在思考簡淳的同時，必須維持教導兩端的張力，才可領會這重要的基督教德行。

其中一個要緊的弔詭：簡淳既是恩典，又是操練。有一首貴格會古老聖詩，道盡這弔詭的精義——它一方面快樂地宣告：

簡淳是恩賜，

自由是恩賜。

另一方面又宣告：

要做好，要做好，

要做好為止。

簡淳是恩典，因為是上帝所賜，非人可以靠賴意志或改變自己而達致。簡淳是透過上帝恩典領受的禮物。「裁縫漢斯」(Hans the tailor) 的故事也許可作說明：裁縫漢斯聲名遠播，城中一個巨賈想添置大衣，就跑到漢斯的店要求度身訂造。幾天後巨賈回到店鋪試身，發現一邊衣袖扭向這邊，另一邊又扭向那邊；一邊肩

膊隆起，另一邊卻塌陷。巨賈花盡力氣，扭動曲身，終於將這古怪的大衣穿上身，但不想惹人注目，於是快快謝過漢斯，付錢，即乘搭公車回家。不料公車上一個乘客不住打量巨賈，審視他的奇裝異服，最後更問他這身打扮是否出自裁縫漢斯的手。巨賈將真相告之，乘客說：「唷！我知道漢斯手藝非凡，卻不知道他也可以為你這樣一個身材怪異的人，做出合身的衣服啊！」

我們也像那個巨賈，以為看到了簡淳是甚麼模樣，然後不斷屈就自己，扭手曲腳，只為「迎合」那形象——然而簡淳不是如此得來的！簡淳是悄然而至的——是一種嶄新的驚喜、專注、認真，不期然便注入了我們的性情中。我們因此改變生活方式，甚至自發甘於貧窮，覺得這明顯不過是正確與應分之事，並確信能力會伴隨呼召而至。一切渾然天成。簡淳是恩典。

當然我們不可忽略張力的另一端：簡淳也是操練（discipline）。簡淳是操練，因為我們是蒙召去做一些事。簡淳是人刻意選擇的行動，觸及羣體及個人的生命。人的作為不會令人獲致簡淳，卻可予人達至得以領受簡淳的地步，讓上帝得以在這生命裏賜下簡淳的恩典。那是重要的預備，是耕耘，如保羅所言，是「順著聖靈撒種」的工夫。

也許我們要學習一個說法：「經操練的恩典」（disciplined grace）。這豈非關乎信心與行為的共生聯結的一大真相嗎？我們得救是「唯獨信心」（*sola fide*），只因信，但沒有行為的信心是死的。福音的落實乃本乎恩，卻帶著靈命操練的印記。

基督教簡淳緊密相聯的第二個弔詭：既容易又困難。說它

▼
靈修著作精選

世界很喧鬧，但你仍然可以很簡淳

在紛繁的人生中專一跟從上帝，活出自由的生命

Freedom of Simplicity

Finding Harmony in a Complex World

作者

傅士德 Richard J. Foster

譯者

黃大業

審校

基道編輯小組

執行編輯

羅慧琪

裝幀設計

奇文雲海，設計顧問

出版 / 發行

基道出版社

香港沙田火炭坳背灣街 26 號富騰工業中心 10 樓 1011 室

LOGOS PUBLISHERS

Unit 1011, 10/F, Fo Tan Ind. Centre, 26 Au Pui Wan St., Shatin, Hong Kong

電話：(852) 2687-0331 傳真：(852) 2687-0281

網址：https://www.logos.com.hk

承印

陽光 (彩美) 印刷有限公司

版權所有，請勿翻印

© 2023 基道文字事工有限公司

7/2023 初版

Cat. No. LP679

ISBN: 978-962-457-639-9

Copyright © 2023 by Richard J. Foster,

Originally published in the U.S.A. by HarperOne,

a Division of HarperCollins Publishers; Revised Edition 2005.

Chinese Edition © 2023 by Logos Ministries Limited

ALL RIGHTS RESERVED

Printed in Hong Kong

經文取自《新標點和合本聖經》，香港聖經公會版權所有，承蒙允許使用。

刷次	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
年份	2032	2031	2030	2029	2028	2027	2026	2025	2024	2023

©2023 by Logos Ministries Limited
All Rights Reserved

靈修大師傅士德經典作品
初版二十五年後新修版
最新中文譯本

基督教簡淳 (Christian simplicity)

是靈命操練，也是上帝的恩典
昔日，耶穌基督過的是完美的簡淳生活
簡淳，正是作基督門徒的精義所在

本書是一篇美麗動人的宣言
告訴你怎樣在忙亂中活出簡淳的生命

傅士德未必意識到自己在倡議變革：他向基督徒發出挑戰，提醒我們基督信仰不僅僅是一堆教義，更是生命的轉化，而轉化源於紮實的靈命操練。我深信其影響力定必經久不衰。

麥拉倫 (Brian D. McLaren)

傅士德不是「靈命操練控」，他其實是「耶穌控」。作者用他的生命見證和著作，引領大家回到那不可少的智慧：如何活出耶穌的樣式。惟願這復興之火永不止息。

奧伯格 (John Ortberg)

靈性與生活

Cat. No. LP679

ISBN 978-962-457-639-9



9 789624 576399