

安息予我

——從聖經看安息的意義

出版總監：楊熙楠

作者：高銘謙

責任編輯：龔萬正

美術設計：胡敏

出版：明風出版

o/b Institute of Sino-Christian Studies Ltd.

香港新界沙田道風山路33號

電話：(852)2694 6868 傳真：(852)2601 6977

電郵地址：mingfeng@iscs.org.hk

初版：二〇二五年

經文引自《新標點和合本》，版權屬香港聖經公會所有，蒙允准使用。

© 2025年版權所有，不得翻印

Sabbath as Gift

The Meaning of Sabbath in the Bible

Publishing Supervisor: Daniel H. N. YEUNG

Author: Ming Him KO

Editor: Jonathan KUNG

Design: Man WOO

Published by: MING FENG Press

o/b Institute of Sino-Christian Studies Ltd.

33 To Fung Shan Road, Shatin, N. T., Hong Kong

Tel: (852) 2694 6868 Fax: (852) 2601 6977

Email: mingfeng@iscs.org.hk

1st Edition: 2025

© 2025 All Rights Reserved

ISBN 978-988-8165-79-7

每位基督徒都會提到安息日，但能對其具深刻理解並能實踐的人卻寥寥無幾。高博士的新書《安息予我》揭示了安息日的真正意義，指出許多信徒甚至教牧同工皆偏離了福音所帶來的安息本質。作者從神學、聖經的視角作深度反思，全方位探討安息日的意義——安息日是神所分別出來並賜福的日子，是神同在的時刻。

本書挑戰了當代的工作狂文化，清晰指出安息日的真正意義在於讓我們效法神的創造模式。正如神在六天創造天地萬物，第七天便安息，我們也應停止「年終無休」的工作，進入神所定的安息，「打回原形」，回歸人之所以為人的本質。無論地位高低，每個人都應放下社會角色，「和你一樣」，以弟兄姊妹和耶穌基督門徒的身份團契，共同進入安息。

周序

此外，本書精確地探討了如何避免法利賽式的教條主義，活出彌賽亞式的安息神學；高博士指出，人生的旅程就是竭力進入永恆安息的過程，這段旅程雖有起伏，但若能堅持到底，最終便能進入永恆的安息。

安息日並非填滿工作、節目或事工的空間日。《安息予我》不僅深入探討聖經中的安息日觀念，更挑戰每位基督徒的生活方式，鼓勵他們活出信仰，是一部十分珍貴的著作。我深信，每位想更深明白安息日和渴慕有神同在的信徒，必能從這本書中獲得啟發與醒悟。我就是其中一位。

陳傳華

播道會雅斤堂創堂牧師、顧問牧師（義務）
中國神學研究院訪問教授（實踐科）及教牧學博士課程主任

正值第二次放安息年假，讀着高牧師的文字，感到饒有意思！

憶起第一次安息年，我減少了上網，又暫停在社交媒體上線，心靈空間多了。我把空出來的位置，多點接上上主的線。但七年間的營營役役，彷彿讓我退回原地。是次安息年的頭幾天，我從恆常的日程中停了下來。只是，手機的訊息並不會停下來，同工向隊工群組傳來徵詢意見的短訊。平素我的工作模式，習慣「速戰速決」，能「秒回」就「秒回」；不能的話，起碼不要隔幾日才回覆同工。

咦！我不是「安息」中嗎？為甚麼差點禁不住回應，而不讓代理的同工跟進呢？讀到此書中的一句，感受良多：「既然耶和華不是『工作狂』，為何我們又要奴役自己或奴役別人？」（頁33）停下來回望，或許

自序

我真的慣常「奴役自己」。這樣看來，適時「安息」讓我「熄匙」，甘心停下來，「進入上帝所定的安息當中……合乎上帝所創造的秩序」（頁 31-32）。

當然，這並不是一本專門討論安息年實踐的書。但經歷過安息年的銘謙兄，寫下關於安息的聖經神學，其闡釋是具立體感和溫度的。誠意推薦給大家！

周曉暉

基督教宣道會北角堂主任牧師
基督教宣道會香港區聯會執委會主席（2023-2027）

何以華人教會的信仰，已離開了福音帶來的安息本意？

耶穌的福音產生的震撼，豈只是帶來教會人數的增長、事工的成功與奉獻數字的增加？福音就是耶穌道成肉身的生命，帶來死而復活的盼望，引領人進入因認識基督而享有的安息。可是，教會若把福音的事工變得功能化與機械化，使之成為推銷及服務教會某項事工發展的工具，便會物化有血有肉的人性，把福音那種豐富的安息神學淘空。教會往往盡力培訓懂得帶領敬拜、查經、傳福音、栽培、家訪、教主日學等具備不同技能的萬能信徒，發展出種種不同的事工，卻漸漸丟失信徒在主日記念安息的本意；這樣的信徒的確可以在教會內發揮所長，卻很難在日常生活中尋覓到讓人安身立命的安息。「六日工作，第七日安

息」這定律，轉變成「六日工作，第七日工作」的咒詛；這種停不下來的奴役，把信徒帶到埃及法老式的奴役生活中，致使部分信徒只為教會事工而存在，而並非為了跟隨基督而存在。

安息神學是整部聖經的核心神學之一。從創世到終末，安息的元素都佔一席位。《安息予我》這本書正正就是以從創世到終末的向度來編寫，透過七個篇章來探討、說明聖經中的安息神學。首先，筆者在第一章說明了安息乃是上帝創造的本意，六日勞碌工作而於第七天安息，正正就是上帝做事的方式與時間模式。若我們按這時間模式來工作與安息，便能仿效上帝創造之工的樣式，參與在創造與管理大地的職召當中。之後，筆者會在第二章說明安息的相反，那就是埃及法老對以色列民的奴役。法老必須確保以色列

民不斷又不斷去工作，為要合乎他的工程進度與時間表；然而上帝聽見以色列民哀求的聲音，便帶領他們出埃及作自由人，在西奈山與他們立約，並以安息日作為盟約的記號。本書第三章帶領我們探索《申命記》版本十誡中的第四誡（申五 12 ~ 15），讓我們明白「和你一樣」的安息福音，亦即是說，若以色列民能夠在第七天安息而放下工作，他們所放下的就不只是工作，而是他們因工作而帶來的身份與地位，以及老闆和員工的對立，各人就都「打回原形」，使主人與奴僕都能「和你一樣」進入安息，並一同認定自身的身份就是盟約的子民。本書第四章探討《利未記》、《以賽亞書》及《路加福音》有關安息年、禧年、恩年與悅納之年的福音，指出真正的安息就是被擄的得釋放、被囚的出牢獄，以及瞎眼的得看見。本書第五

章重回安息日作為盟約記號這關乎核心身份認同之探求，指出外邦人也能藉此獲取盟約子民的身份。本書第六章進入新約，以耶穌基督在安息日治病的經過，來說明安息日那種尊重生命、拯救生命及重視生命的價值觀。最後，本書第七章分析《希伯來書》，這部書卷使用了以色列民在曠野行走之路的反叛與試探上帝的過去，來說明信從福音而進入安息，就是堅心進入上帝所應許之地。如此，從舊約到新約，從創世到終末，安息神學皆充斥在聖經神學的主線，並且也理應指引着信徒人生的走向。

本書批判法老的奴役生態，以及法利賽人與文士的教條主義。讀者不難對號入座，以此來審視現今教會與機構所做的，會否不知不覺地重複了法老的強權與法利賽人的偽善，不但不能使人進入安息，更引導人

進入停不下來的奴役與牢不可破的規條。本書批判權力欲與自保地位的心態，並同時批判那種借助安息福音之名來欺壓與奴役別人的事工。筆者深信，福音使人進入安息。正如書中的內容所說，安息的意思並不是休息與放假，而是進入以上帝為聖、敬畏上帝、建立人性與身份、重視盟約關係、遵守上帝吩咐、尊重生命與愛鄰如己的人生，視在世的生活為曠野之路的歷程，並堅心盼望進入終末的安息。這種安息神學，乃是聖經論述耶穌基督福音的主線，它理應成為我們行事為人的主線，更要成為教會見證福音大能的核心。

讓我們一起竭力進入安息！

高銘謙

2024 年 12 月 4 日

寫於屯門

安息與
創造秩序



人類，
往往以為自己是
世界的中心。



自古以來，人類很喜歡用創造故事來證明自己是全世界的中心，例如古米所波大米有名的《吉爾伽美什史詩》(Gilgamesh Epic) 所描述的神話歷史，大約是在公元前 2700 年至 2500 年之間，講述了蘇美 (Sumerian) 時代有關吉爾伽美什的英雄傳說故事。這作品所記載的是神話，其中在一號泥版，記載了君王吉爾伽美什的誕生，有一段這樣說：

是眾女神繪製了他的身影，
而他的體型則由神聖的努迪穆德來完善，
〔強壯的〕身體，雄偉的〔美麗〕，
〔他身材高大〕，〔身高〕十一肘。¹

1 It was the Lady of the Gods drew the form of his figure, while his build was perfected by divine Nudimmud. [Powerful of] body, majestic of [beauty,] [he was large] of stature, eleven cubits [tall.] Tablet I. 49–52. Andrew George, *The Epic of Gilgamesh: The Babylonian Epic Poem and Other Texts in Akkadian and Sumerian*, 2nd ed. (London: Penguin Books, 2020), 3.

這一段文字說明吉爾伽美什擁有高大的外型及完美的身體，並有美麗的外表。這都是古近東君王的形象，而這形象的建立需要以創造故事來正當化，當中提到眾女神把吉爾伽美什創造為完美的形象，以此來合理化他為古近東神明所命定及揀選的君王。

這樣，創造故事不只是純粹的創造故事，更是古近東文化用來合理化某人或某民族之意識形態宣傳。眾人皆爭先以創造故事來證明其在人類的中心位置，甚至證明某人是神明所揀選的。

舊約《創世記》也記載了創造故事，這故事一共涵蓋七天（創一 1～二 3），但其中的主角並不是人類，也不是某君王或某民族，而是耶和華在第七天所設立的安息日。²《創世記》的創造故事把以人類為中心的古近東文化，轉移為以耶和華為中心的安息日。如上所述，既然安息日是聖日，那麼安息日的主角便

2 希伯來聖經的創造敘事以第七日作為終結，同時也把第七日定為聖日，當中「神聖」的意思，就是屬於耶和華的意思。如此，第七日成為六日創造之後的總結，因而亦成為最重要的一天。

是神聖的耶和華。經文以此來說明整個創造的中心是上帝——這是天父世界。

耶和華在第七天安息

在創造故事中，第七天是這樣記載的：

天地萬物都造齊（כלה）了。到第七日，上帝造物的工已經完畢（כלה），就在第七日歇了他一切的工，安息了。上帝賜福給第七日，定為聖日，因為在這日，上帝歇了他一切創造的工，就安息了。（創二 1～3）

首先，在這段經文中，「完成」（כלה）這詞出現了兩次，分別在第 1 及第 2 節。第 1 節指出，所有天地萬物都「被完整地完成了」（ויכלו）。這詞採用了被動的強力式（Pu'al），用以強調耶和華在六日所創造的內容已完成，並且是完整地完成，沒有任何加添與