

張 序

「愛人(鄰)如己」的確是誠命的其中一個核心。可是，這句話引發一個重要而基本的問題，而這個問題包括兩方面：一方面，誰是我的鄰舍？另一方面，何謂愛己？愛己，是否會成為自私、自大、自利、自義……的一個「好名稱」而已？

程志强先生以個人的心路歷練去反思信仰的真理，且切實地檢閱人生的多個範疇，即一般心理、喜怒哀樂、與人相處、寬恕與道歉及判斷與論斷等。相對於今天的華人教會還是一如既往地專注關顧教內會務，亦即對「愛己」的題目鑽研甚深；可是，對會外的事務諸如對「界線」的理解和尊重、對社會事務的參與和對政治的權責等議題，著實仍然留駐在提問的階段：誰是我的鄰舍！



本書雖說是一本小書，但其所議論的卻涉及最大誠命。他的文筆恰如一顆小石投進教會的大湖泊裏去。我深切祈盼這顆小石子激起的漣漪甚至浪濤，足以激發今天的教會和信徒不僅僅反省，乃是切實地去聆聽人心的呼聲、去服侍這個世代、去履行「愛神」以及「愛人（鄰）如己」的真理，正如書名所示，信仰乃須實踐。我們祈望作者日後有更多著作，激發我們對基督信仰有更遼闊、更廣遠和更深層的理解。

張國定博士

Amigos World 總幹事

傅序

這是一本令人驚喜、愛不釋手的佳作。作者寫作十分嚴謹，單從註釋的數量和仔細程度，可見其所下的功夫有多少；但此書絕不枯燥乏味，因為作者志在使生活信仰化，信仰生活化，這從書名可見一斑。

作者由淺入深論及基督徒所面對的各種信仰迷思，包括與人相處之道、寬恕之道、道歉之道、發怒之道、安慰之道、判斷之道、感恩之道、「扮靚」之道等，字裏行間流露出作者情理兼備的胸襟和對真理的委身。於處理不同議題之時，作者從不同的角度提出觀點和理據，同時亦顧及人的感受和實際的處境，然後再從聖經的真理提出指引性的方向或結論。我深信此書能擴闊我們思想



的領域和加增我們對人的包容，幫助信徒在生活中實踐信仰。

我十分欣賞作者不但關注個人靈命，如〈偏見？〉一文可見他對社會議題的關注，表明信仰實踐的場景也不能離開社會處境。他不單用腦分析，更用心在神的話語中反思，以致他所分享的能從他的「心」進入讀者的「心」，豐富讀者的心靈和生命。我誠意推薦此書給每一位願意跟隨主的信徒，願神祝福所有愛慕並願意實踐真理的人，阿門！

傅華耀牧師

中國基督教播道會尖福堂主任牧師

©2015 by lansprie Books
ALL RIGHTS RESERVED

自序

信主近三十年間，筆者所遇到的信仰問題俯拾皆是，當中例如未曾聽聞福音的人怎能得救之類的問題，對於日常信仰實踐似乎「實際」影響不大；相反，有些問題則較為「切身」，例如滿足一己所需是否一律有違「愛人如己」，又如信徒是否必須寬恕不願道歉的人。這本小書所討論的題目屬於後一類，當中包含一般心理、喜怒哀樂、人際相處、寬恕與道歉、判斷與論斷等範疇，並嘗試以愛人如己的角度切入此等信仰問題。筆者過去透過閱讀、觀察、討論、相處、自省，得悉信徒實踐信仰偶爾以偏概全，輕則可以一笑置之，重則恐怕誤人誤己。筆者既是過來人，而且身為教會的一分子，甚願指出箇中盲點。盼望本書能夠成為讀者及信仰羣體在追求屬靈生命成長道上的一點



補充劑，甚或能起拋磚引玉之效，啟發大家除掉生命中點點沙石，筆者於願足矣。

承蒙張國定博士不吝賜序，並於閱畢初稿之後，憑其豐富學養、寫作及著書經驗，提醒筆者本書命名之重要性，並按初稿內容建議聚焦「鄰舍」。書名構思得助於此概念，以致全書主旨更趨鮮明，張博士功不可沒。此外，張博士不但對本書的出版給予寶貴意見，其親切關懷，更使筆者牧養事奉及屬靈生命都獲益良多，實在銘感於心。

多謝傅華耀牧師在百忙中撥冗賜序。筆者在寫作期間較常參加

母會崇拜，多得傅牧師的牧養，增添心力。傅牧師的關懷恩賜多年來都為人稱道，他更時而從屬靈視野出發，道出社會現況的弊病，鼓勵肢體多關心別人，以實踐愛人如己之道，足見主僕性情剛柔並濟，實為筆者學習的對象。

在此感謝鄭以心牧師慨然應允，賜予序文。鄭牧師擁有多豐富牧會、宣教及神學教育經驗，向來事奉不遺餘力，充滿屬靈睿智，並且一直熱心培育及關心後輩。筆者過去有幸受教於鄭牧師，及後亦曾一起同工，使筆者於處事、於為人上，均獲益甚多，畢生受用，不勝感激。

多謝基道同工協助製作及代理本書，並協力修飾書名乃至敲定；特別感謝吳國雄先生給予寶貴的出版意見，並審校文稿，加以潤飾，令本書讀來更為暢順，此外他更為各章擷取引文及撰寫點題文字，幫助讀者易於掌握重點，功不可沒；多謝基道同工細心校對文稿；感謝設計師的精美封面及內頁設計，使本書生色不少；在此亦要多謝鄭倩霞小姐細心協助統籌製作事宜，令本書得以順利出版。

許偉恒弟兄公私兩忙，仍一口答允校對文稿，萬分感激。本書若有錯漏，文責全歸於己。

Gary Campbell 夫婦慷慨資助本書出版，特此向二人致謝。願主



繼續賜福予這個充滿主愛的家庭。

回想寫作期間，由於住屋問題需要兩度搬遷，大部分家當需要存於貨倉大半年，生活多有不便。不只如此，此時健康急轉直下，經常頭昏腦脹，難以專心工作，以致預算以數月時間完成的寫作計劃，難以實現，完成之期一拖再拖。太太一直支持、鼓勵及照料，才得以咬緊牙關繼續下去。雖然期間身體曾經短暫好轉，但很快就「打回原形」。直至二〇一四年底經親友轉介醫生診治之後，身體才逐漸康復。

回首信仰旅程，經過蜿蜒小徑，踏過康莊大道，也曾處身荒野。一路走來，全是恩典。這些年間，慶幸得到教會的牧養及神學院的栽培，又有肢體、友伴及同工互相砥礪，使生命知識俱進，更明白承載人生的信仰之寶貴。願榮耀全歸三一真神。是為序。

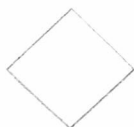
程志强

愛人如己，不可愛己？

1. 捨己？

如果不愛自己，
真的懂得甚麼是愛人如己嗎？

神的最大誡命是「你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主你的神。其次，就是說，要愛鄰如己，再沒有比這兩條誡命更大的了」（可 12:30-31），大家對此應無異議吧。可是如何實踐誡命，則可謂言人人殊。心理學家倡導「人懂愛己，才能愛人」，合乎人情常理。不過，有些信徒認為「愛自己」有違「捨己」的教導：「若有人要跟從我，就當捨己，背起他的十字架來跟從我」（可 8:34）。換言之，愛己便不能



捨己，此消彼長，甚至水火不容，何況聖經沒有「愛己」教導，所以想要徹底「愛人如己」的話，便要「少愛自己，多愛別人」，以求達到「不愛自己，只愛別人」。

到底何謂「愛人如己」？為何捨己亦要愛己方為合乎真理呢？

聖經不乏向人施予幫助的教導，諸如「不要單顧自己的事，也要顧別人的事」（腓 2:4）及「你們各人的重擔要互相擔當」（加 6:2）。這些經文強調顧念別人的需要，卻沒有否定照顧自己的需要。信徒捨己乃是天天要負的責任，並非一次過的行動。門徒應該好好照顧自己，愛惜自己，才能履行愛人的責任，¹正如主耶穌不是單單透過釘身十架實踐捨己，觀乎祂在世的一言一行都是捨己的見證（腓 2:6-8），但是主耶穌卻沒有忽略自己肉身的需要（可 4:38；太 11:19）。由此可見，捨己與愛己並非互相排斥。如果認為聖經沒有直接教導「愛自己」便否定之，恐怕未能掌握聖經的整體教導，也忽略「不愛自己，只愛別人」的講法，反倒攔阻人實踐「愛人如己」了。

捨己兼要愛己

心理學家亨利·克勞德（Henry Cloud）與約翰·湯森德（John Townsend）指出「滿足自己的需要便是自私（愛自己）」的想法是錯誤的。作者指出，倘若希望得到別人的鼓勵、幫助、關心，或者希望滿足個人需要都是自私的話，我們也就根本不應去鼓勵人、幫助人、關心人，因為別人的需要得到滿足，同屬「自

愛人如己不是常識

實踐最大誠命的 15 堂課

作者
出版

程志强
呼吸文化
ianspirebooks@gmail.com

封面設計
製作／總代理

Charlotte Chau
基道出版社
香港沙田火炭坳背灣街 26 號富騰工業中心 1011 室
電話：(852)2687 0331 傳真：(852)2687 0281
網址：http://www.logos.com.hk

承印
版次

陽光印刷製本廠
10/2015 初版
© 2015 呼吸文化
版權所有 · 請勿翻印

Love Others As Yourself

Put the Greatest Commandment into Practice

Author
Publisher

Ian Ching
Ianspire Books
ianspirebooks@gmail.com

Designer
Producer/Distributor

Charlotte Chau
Logos Publishers
Unit 1011, Fo Tan Industrial Centre,
26 Au Pui Wan Street, Fo Tan, Shatin, Hong Kong
Tel: (852)2687 0331 Fax: (852)2687 0281
WebSite: http://www.logos.com.hk

Printer
Edition
ISBN
Cat No.

Sun Light Printing & Bookbinding Factory
1st 10/2015
978-962-457-509-5
HR708

Copyright © 2015 by Ianspire Books

All Rights Reserved
Printed in Hong Kong

©2015 by Ianspire Books
ALL RIGHTS RESERVED

作者在書中加入了不少具體和活生生的事例，是他在落實牧養事奉時所經歷過的，這讓讀者在參閱過程中很容易生出一份津津有味的感覺！深願天父賜福使用這本書，讓更多信徒在閱讀的喜悅中，可以在實踐信仰的事情上，多結出榮神益人的果子。

鄭以心牧師
中華基督教會馬禮遜堂主任牧師

作者由淺入深論及基督徒所面對的各種信仰迷思，包括與人相處之道、寬恕之道、安慰之道、感恩之道，甚至「扮靚」之道等，字裏行間流露出作者情理兼備的胸襟和對真理的委身。我深信此書能擴闊我們思想的領域和加增我們對人的包容，幫助信徒在生活中實踐信仰。

傅華耀牧師
中國基督教播道會尖福堂主任牧師

作者不但以個人的心路歷練去反思信仰的真理，其所議論的更涉及最大誠命——愛人如己，我深切祈盼本書能激起漣漪甚至浪濤，激發今天的教會和信徒不僅僅反省、更切實地去聆聽人心底的呼聲，服侍這個世代，履行「愛神」以及「愛人如己」的真理。

張國定博士
Amigos World 總幹事

人際關係/信仰反思/小組研讀

Cat. No. HR708

ISBN 978-962-457-509-5



9 789624 575095

基道總代理

©2015 by lansprie Books
ALL RIGHTS RESERVED

HK\$68