晨運

馮虛

港人熱愛晨運。也許是人口太多，住得擠，空間既然那麼狹小，白天車輛又多，大部分地方給弄得烏煙瘴氣，缺乏的是新鮮空氣。那麼，一早起身，與車爭口氣，豈不是自然的事？

記得：在維多利亞山腰住過幾天，當晨光還未出現，就有雜沓的腳步聲，登山頂去迎參朝陽了。那公園裡的晨運陣勢，還真是很可觀的呢！後來，在沙田住了些日子，看到瀝源橋畔的小公園裡，有大群人按時去聚在那裡，不知是否有約而來，排列的整齊，隨著擴音器發出的音樂，有節奏的，伸手動腳的作著集體運動。

城門河畔的行人道上，從一大早就有各色行人：祖孫，祖母孫女，夫婦，相攜相扶，在那裡走著。還曾有幾個早晨，我連續遇到一名盲人，拿著白手杖，也在人群中間走路。眼睛不方便，並不妨礙他走他的路。

運動可以健身，也就是延長身體的使用時間。不過，我們該想：身體是為了甚麼目的存在，為了甚麼目的而使用？還要知道，在身體的存在之外，更有靈命的存在。

人都知道，運動是有益的。新約聖經有多次提到運動，都是予以正面的肯定。

不過，運動可能有不正常的發展：

喜好運動荒廢正事：莎士比亞劇亨利五世(Henry V)中，法國王子藉使臣的手，送給英王亨利五世一盒網球，表示輕視他是喜好戲玩的少年，不經意於國事。

喜好運動以為社交：在高爾夫球場上，常成為交際，談生意的場合。任何運動場上，常有“醉翁之意不在酒”的人，不在乎輸贏，也可以不運不動，只要建立起關係，就是達到贏家的目的。

喜好運動只為旁觀：水滸傳中的高球，是不懂仁義禮智，游手好閒的小人，只為善於鑽營，得到皇帝的信任，就作威作福，為禍社會國家。那時的皇帝，著重於觀賞別人踢球。今天的人，作忠實的運動觀眾，而不自己下場，只是捧場，為製造運動明星，增加他們不合理的高昂工資。實在說，那很難算得上是“工資”；因為工資是勞動所得的代價，運動到底不是勞動，不勞而得，是不合理的，或許該叫“運資”吧！

看運動的人，比運動員更有興趣，就形成了一種反常現象叫作運動狂(sportsmania)。實在說，把運動代替神，運動至上，實際上等於拜偶像。

次經瑪克比二書(*2 Maccabees*)第四章記：背道的大祭司耶孫(Jason)，諂媚當權的安提阿庫(Antiochus

Epiphanes)，在耶路撒冷建造競技場，效法希臘化生活，參加競技，不顧在神殿當盡的責任。這是說，他把運動當作另外的宗教，以運動場代替神的殿。不論他是為了政治目的，取悅他的主人，或是他自己的愛好，都是得罪神的事，因為他沒有把神放在首位。

影片火戰車(*Chariot of Fire*)，記述蘇格蘭的飛毛腿李愛銳(Eric Henry Liddell, 1902-1945)的故事：他在 1924 年的巴黎世界運動會中，不肯參加在主日舉行的百米預賽，寧願棄權；雖然有人拿國家榮譽大帽子壓他，也不放棄原則。結果“尊重主的人，主必尊重他”(撒上二：30)，竟然得了四百米冠軍。

在二十世紀初，愛足球運動的英國，在主日還是不舉行球賽。只是到後來信仰每下愈況，人對神失去興趣，盡情追逐情欲和世界，牧師也染上了運動狂的毛病，向會眾宣佈：既然你們不來參加聚會，乾脆停止聚會，讓你們心安理得的看球賽！實在那無異於出賣主。

如果教牧對主忠心，不怕得罪會友，叫他們不在主日看球賽，專心聚會敬拜主；球場上的觀眾不見了，球員在熱心打球的興趣恐怕不會高。

有個略通文字，不通聖經真理的教會領袖，告訴會眾：如果主日有親友來，可以陪他們，而向神請假，不去教會聚會。這正是看人情，雖然可說籠絡有術，卻是藐視主的教導。

基督徒的倫理原則，是要決定生活中的優先，首要的事，首先作。如果把運動放在首位，忽略敬虔，靈命進步的成分，絕不會太大。甚至不論人在不在聚會，那個心中的偶像一直在那裏，即使把偶像帶到教堂，也不是好事，總要對付才行。

在今天，特別是美國，運動成為新宗教，運動明星成為崇拜的對象：他們的工價，以千萬美元計，使這種“新階級”，不僅能夠過富而有名的生活，且可以在法律之上！一個高大的成年人，能夠用一根棍子，打中一只球，算得是甚麼英雄！為了這還彀不上一“技”之長的表現，就可以享各種優厚待遇；而終生辛勤勞苦，對社會有貢獻的人，遠方窮荒傳道的人，反而少人關心尊重，這不是基督徒所應該有的價值標準。薪酬本來是為了他們的工作，對社會有所貢獻，予以認知的表示。他們的貢獻是甚麼，而能配得那樣高的薪酬？國家元首的薪酬，為何反不如他們？沒有貢獻而居高位，是不對的；受高薪，而沒有大的貢獻，也是不對的。這只表示社會的是非顛倒，不是正常的人間社會所應看到的，基督徒如果也跟著狂捧這種狂亂現象，是值得注意改正的。

還有一件怪現象：有名的運動明星，或有名的明星教練，都有號召力；這種號召力，可以移嫁到宗教上。禮拜堂平常門可羅雀，到弄個甚明星來演講，叫“作見證”也好，證道也好吧，立即可見座為之滿的功效。當然，明星們對真理和生命不一定清楚，沒有誰可以保證，明星們的聖經或神學知識都可靠；但

他們卻能夠受信任，甚至受崇拜，這樣合不合理？如果教堂子裡的群眾，這樣的容易被領導，會領到哪裏去？是不是很可憂的事？但這已經成為工商業社會的風氣，沒有誰人敢說個“不”字。這也是運動狂的副作用。

有人說：運動或狂熱的崇拜運動，並不是壞事，有甚不道德的？

事實上，並不是“壞事”才有壞的結果。舉例來說，現代人很多用行動電話，既方便，又可用於緊急呼援，是有益的理想通訊用具。可是，有好些國家和地區，禁止正在駕車時使用行動電話。為甚麼？因為駕駛的首務，是使車輛在道路上正常的運作，能夠安全而迅速的到達目的地。當駕駛人在使用電話的時候，他的心思和注視，就不能集中在道路上，會造成自己或別人的危險。

基督徒在屬靈的道路上，也是如此。人的時間和精力，都是有限的；如果用在運動上，當然對身體健康有益，但用於看別人運動，益處就不多了，對敬虔和靈命的追求，難免不得不忽略。長此以往，讀經，禱告，靈修，讀書，勢必都要大大減少，靈命的瘦弱，是自然的結果，那不是四肢發達所可以補償的。人的心被別的東西吸引，就不能被主的愛吸引，專注主，跟隨主了；至於關心別人，幫助別人，就更加談不上了。

使徒保羅說：“凡事我都可行，但不都有益處。凡事我都可行，但無論哪一件，我總不受它的轄制。”(林前六：12)盼望今天的信徒，也都能夠這樣說，並且能真自由，靠主得勝，不受運動狂的轄制，也不受任何事物的轄制，使我們“或吃或喝，無論作甚麼，都要為榮耀神而行。”(林前一 O：31)把運動或運動員代替神，是明顯的罪。我們應該深思。

> 操練身體益處還少；惟獨敬虔，凡事都有益處，因有今生和來生的應許。(提前四：8)

求聖靈感動人，認識自己多麼容易被地上的事物吸引；願主幫助我們，勝過這些，專心愛主，把主和主的事工，放在最優先的地位。阿們。

作者：于中旻
©2025 James C. M. Yu

聖經網
aboutbible.net