



年長者的讀經生活

文／鄭啟清 圖／ME-me

人人需要神的話

新冠疫情爆發後，教會的實體崇拜聚會一度被迫暫停，此舉改變了許多人習慣的信仰生活。疫情使人焦慮，焦慮會激勵人們願意參加線上聚會和閱讀聖經。現在每天閱讀聖經的信徒並不多，不少人甚至把聖經袋留在教會，而晚間聚會的出席率，也僅約二成左右。根據「美國聖經協會」2021年度的報告，只有9%的美國人每天閱讀聖經。連年的天災、人禍、戰爭、動亂，使我們更需要聖經的指引和信靠神的保守，因此如何推動讀經的生活，就成了牧養信徒的重要聖工之一。各教會除了查經班聚會和線上讀經的推動外，還需要其他實用的辦法，來幫助各個年齡層實踐讀經生活。以下擬探討年長者讀經生活的相關需求：

聖經句句鮮活，其中所言竟可超越時空，

頓覺安慰與喜樂，無與倫比。





年長者讀經方法

1. 查經班聚會

白天查經班的聚會，有主領人分析經卷的時空背景和主要的信息，使參與的年長者更容易了解該段聖經的內容及相關的知識。藉著提問、分享，更加明白經文的詮釋和信仰生活的關係，成為盼望的源泉。

2. 聖經的各種版本

年長者讀經最常見的問題是眼睛看不清楚，除了需要合適的老花眼鏡或放大鏡外，運用大字本的聖經可以解決很多問題。

如果備有不同的譯本聖經，會讓我們有多方的思考，也會有更多的啟發。因此同時看幾種譯本的平行聖經，是閱讀聖經的很好方法。

3. 聖經的各種網路工具

目前本會提供的網路「瑞瑪」(Rhema)查經工具，匯整某個語詞在聖經不同處的原文翻譯，提供串珠式的經文，幫助我們更容易了解與查考。還有其他免費使用的英文聖經原文對照網站，提供語詞的查考、相關的經句出處，並陳列相關题目的英文見解及證道(例如：biblehub.com, [Interlinear Bible](#)

Apps)。有關聖經的知識及疑難問題，也可以由 Google (谷歌) 搜尋字詞得到部分答案。

4. 朗讀經文

大聲朗讀經文，是最初將誡命、律法傳授給以色列選民的基本方式。我們朗讀時，可以感受經文的韻律及當時話語的情境。在早禱會或查經班聚會時大聲朗讀，一方面練習某種語言的表達，一方面也增加讀經的興趣。目前手機有很多聖經軟體，使我們能跟著一起朗讀聖經經文，使讀經更有趣，又可學習正確的讀音。

5. 聆聽經文

聆聽聖經的朗讀，也是每日讀聖經的方式之一。藉此，可以感受經文傳達的信息。目前很多基督教已經錄製了各種語言的聖經朗讀版本，可以在網路上取得。不論是國語、臺語、英語、希伯來語、希臘語的經文朗讀，都可以讓我們更熟悉各種語言的經文及增加讀經的興趣。對於讀書不多的年長者，或難以找到穩定時間讀聖經的人，利用開車、走路、做家事時來聆聽，都是很不錯的選擇。聆聽聖經使我們得到神聖言的啟示，帶領我們過得勝的生活。這些朗讀版本，若能加上導讀，簡單介紹有關人物、時空背景、重要信息及疑難的字詞，對聖經不熟悉的人，能更理解其內容。

6. 按進度讀聖經

每個教會都會按照規劃，推出全體信徒的讀經進度，崇拜聚會的主題往往也圍繞這些進度章節的內容。這種多方面的安排，使我們對經文的理解更清楚。閱讀先知書的同時，也閱讀列王紀、歷代志有關於以色列王國以及周邊國家的故事，比較新約四福音書的記載、結合教牧書信來理解使徒行傳中發生的事情，這些都有助於增加對聖經完整的認知。

7. 讀完一本書卷

要閱讀整本聖經很困難，但若嘗試從較短的經卷開始，例如閱讀馬可福音後，再參閱其他三卷的福音書，可以認識不同作者所傳達的福音信息的差異。閱讀整卷的腓立比書，可以深入了解當時腓立比這個城市的情況，和認識保羅在該教會遇到的各種人，並看到他們與我們現今教會中的信徒有多麼相似。在閱讀其他的監獄書信時，可以更清楚地看到他對傳福音使命的迫切感。

8. 註釋或輔助查經工具

對聖經不熟悉的人，閱讀聖經需要《啟導本》的幫助，此版本提供作者的生平簡介、時代背景與經卷的提要，雖然有一些與本會教義的解釋不同或錯誤，但大體上可以作為聖經入門的工具。目前除了聖經啟導本及《研讀版》聖經外，還有不少新的註釋聖經出版，可以幫助我們查考經文的段落。《註釋版》能提供歷史和文化背景方面比研讀版聖經更進一步的資料，有助於以整體的方式將聖經的敘述串聯起來。

9. 每週反覆思考一首詩篇或一段經文

每天讀不同的詩篇印象可能不深，若選一首詩篇在一週內每天誦讀。讀的時候，留意詩篇中哪些語句讓你印象深刻，讓你更能感受到作者的情感。有人把詩篇五十一篇當作每天的禱告來讀，會驚訝地看到，那些經文反映了我們生活中正在發生的事情。向神呼求：「神啊，求祢為我造清潔的心，使我裡面重新有正直的靈」（詩五一10）——沒有比這禱告更好的方式開始我們的一天。詩篇二十三篇的經文，也可以讓我們度過種種考驗與挫折，使我們得到安慰與力量。



10. 抄寫整本聖經

很多年長的基督徒每日花時間抄寫聖經，令人佩服他們的精神。事實上抄寫經文可以幫助我們以新的方式閱讀聖經。抄寫時會發現某種模式開始出現，會看到哪些字或哪些話是如何重複強調的。過幾年後，翻閱親筆書寫的筆記，發現這會進一步將我們與聖經聯繫起來。有一位崔西女士在讀雅各書的時候，翻看自己第一次抄寫雅各書的筆記，驚訝地發現，雅各書的話語會聯想起耶穌的教導，如：「若有人說自己有信心，卻沒有行為，有什麼益處呢？這信心能救他嗎？」（雅二14）。這是她開始抄寫前還沒有注意到的信息——信仰就是生活。因著抄寫，讓她讀經時更有印象，感受也更深刻。

腳前燈，路上光

聖經都是神所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的，叫屬神的人得以完全，預備行各樣的善事（提後三16-17）。「活到老學到老」不但是年長者的健康法則，還能帶來更精彩的人生體認。走過大半人生，歷經酸甜苦辣艱辛，回首來時路，驚覺聖經句句鮮活，其中所言竟可超越時空，頓覺安慰與喜樂，無與倫比。

雅博渡口，體會內心掙扎交戰；哈拿求子，明白現代不孕的姐妹，懷孕生子的喜悅；浪子回頭，讓我們覺得自己猶如那長子，恨不得敗家子客死他鄉，但若無神的愛，我們亦無可誇；愛你鄰舍，讓你羞愧也讓你成長；耶穌智慧，教你如何處世及得享平安。

願我們常翻閱、聆聽和默想聖經，得到豐盛的生命。

