

圣经生活指引

RESOURCES FOR BIBLICAL LIVING

DECEPTION

欺骗

LETTING GO OF LYING

弃绝谎言



卢·普里奥洛

LOU PRIOLO

《圣经生活指引》系列丛书

丛书主编 卢·普里奥洛

苦毒：污染人心的根源

怜悯：以耶稣的眼光看世界

欺骗：弃绝谎言

不满：为何我总不快乐

离婚：在说出“我不愿意”之前

忠心：不再寻找借口

恐惧：挣脱它的枷锁

哀伤：学会与失去共处

姻亲：婚后与父母相处

论断：草率还是公义

操控：学习合宜地回应

为人母：给灰心妈妈们的盼望

难题：以上帝的方式解决

自我形象：如何克服自卑的论断

自私：从爱自己到爱邻舍

试探：断然弃绝生命中的恶习

欺骗

弃绝谎言

卢·普里奥洛

I&R

P U B L I S H I N G

P.O. BOX 817 • PHILLIPSBURG • NEW JERSEY 08865-0817

Deception: Letting Go of Lying

Resources for Biblical Living

Lou Priolo

Originally published 2008

P&R Publishing

P.O. Box 817

Phillipsburg, NJ 08865

<https://www.prpbooks.com/>

Simplified Chinese version published 2026

P&R Publishing

Scripture quotations are from CUNPSS — 神 . Public domain

This volume is part of P&R Publishing's "P&R for China" project. The goal of this project is to provide multiple hundreds of P&R's books in Simplified Chinese, completely free, for the Chinese church.

P&R for China is supported by donations from P&R, foundations, churches, and interested individuals. The money is used to pay our team of Chinese editors and proofreaders. P&R makes no money from this project.

To learn more about P&R for China, click here:

<https://prpbooks.com/china>

To become a supporting partner of this kingdom ministry, click here:

<https://prpbooks.com/china-donate>

我們目標是翻譯所有 P&R 出版社的書，免費提供給所有的中國教會。如果你有感動在財政上支持我們，請用以下網絡鏈接線上捐款：

<https://prpbooks.com/china-donate>

We encourage you to let us know how this book has helped you and if you find any translation errors.

我們誠邀您反饋這本書對您的幫助，或者您發現此書有任何翻譯錯誤

Please email | [請電郵](mailto:China@prpbooks.com) — China@prpbooks.com

FOR FREE DISTRIBUTION ONLY—NOT FOR SALE

P&R
P U B L I S H I N G

1988 年《旧金山纪事报》(*San Francisco Chronicle*)发表的一项调查显示，成年人平均每周说谎（或愿意承认自己说谎）13次。更近期的估算则将频率提升到了每天 20 到 200 次。有人指出，美国最著名的两大谎言是：“我是政府派来帮助您的”，还有“支票已寄出”。

专栏作家安·兰德斯曾邀请读者票选第三大谎言。以下是收到的部分回复样本。

- “味道好极了，但我实在吃不下了。”
- “您来得正好，我正闲着呢。”
- “您看起来绝对不超过四十岁。”
- “宝宝真是可爱极了。”
- “您今天来得太巧了，库存只剩最后两件了。”
- “把地图收起来吧，我完全认得路。”

如果你与大多数人相似，你就也曾为说真话而挣扎。作为基督徒，这尤其是个问题——因为你不仅知道真理，更被命令要“用爱心说诚实话”。第九条诫命“不可作假见证陷害人”（出 20:16）正是基督徒生活的最基本的圣经准则之一。

“且慢！你是在指控我说谎吗？”

当然，我并不清楚你在说谎这件事上实际挣扎的程度。但如果你允许，我想假定，既然你正在读这本小册子，你（或你爱的人）就肯定有某种扭曲真理的惯用模式。

或许你曾多次尝试改变却屡屡失败——在压力山大的紧要关头尤其如此。但我有好消息告诉你：你并不孤单。许多上帝的百姓都曾与这罪争战。圣经中充满了说谎之人的例子，就连亚伯拉罕、雅各、亚伦、大卫和使徒彼得这些备受尊敬的人，也在压力下说过谎。

即使你不是惯常说谎之人，诡诈也存于你心灵深处。诚如经上所记：“人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢？”（耶 17:9）大卫说：“恶人一出母胎，就与神疏远。一离母腹，便走错路，说谎话。”（诗 58:3）

请看保罗在罗马书 3:9 – 13 的论述：

这却怎么样呢？我们比他们强吗？决不是的。因我们已经证明，犹太人和希利尼人都在罪恶之下；就如经上所记：

“没有义人，连一个也没有；
没有明白的，没有寻求神的；
都是偏离正路，一同变为无用。没有行善的，
没有义人，连一个也没有。”
“他们的喉咙是敞开的坟墓，他们用舌头弄诡诈”，
“嘴唇里有虺蛇的毒气。”

保罗在这里说的是谁？他说的是未重生的人——就是你我得救前的本相。

有些人声称自己从未说过谎。但请想想他们说这话背后的含义：他们声称自己从未违反第九条诫命。我们不妨看看历史文献《海德堡教理问答》第 112 问的解答。

第 112 问：第九条诫命要求什么？

答：命令我不作假见证陷害人，不曲解人的话，不背后说人或诽谤人，不强横定人的罪；但要畏惧神严厉的忿怒，避免一切谎言和欺诈，以之为魔鬼的作为；在审判和关于公义及其他事情上，要爱好真理，诚实说出真理，承认真理；又要尽力护卫并促进邻舍的美好名声。

谁能宣称自己确实从未违犯这条诫命？作出这样的宣告本身就是直接干犯这条诫命。

圣经如何看待欺骗

你可曾实在地从上帝的视角思想过自己的不诚实？除非你这样做，否则你就不会改变。“说谎言的嘴，为耶和华所憎恶。行事诚实的，为他所喜悦。”（箴 12:22）

“那位‘不能说谎’、信实守约的上帝极其严肃地看待欺骗的事！他恨恶谎言！你呢？”¹ 恨恶说谎，是件好事：

义人**恨恶**谎言。（箴 13:5）

谎话是我所**恨恶**所**憎嫌**的。惟你的律法，是我所爱的。（诗 119:163）

你是否曾停下来辨识过自己特有的说谎方式？你是否知道自己通常会用什么方法阻止他人了解真实的你？请容我来帮助你来回答这些问题。

我们先来检视欺骗的一般类别，接着再去探讨圣经中一些更具体的误导手段。盼望在我们结束的时候，你会对自己最易受试探去使用的欺骗形式有相当清楚的把握。

1. J. I. Packer, *Growing in Christ* (Wheaton, IL: Crossway, 1996).

定义欺骗并非易事。几个世纪以来，人们一直试着描述什么是欺骗。就算是神学家们，也并非总能在此议题的每一点上达成共识。但有以下几点是多数人一致认同的：

- 欺骗涉及蓄意向他人传递自己明知不实的信息。（词典将动词说谎定义为“为欺骗而故意作出虚假陈述”）。因此，当你故意以外在的方式来表达与内心所认定的真相相悖的内容时，你就是在进行欺骗。
- 欺骗是刻意误导既未被预先告知误导意图、也未主动要求被误导的对象（这不同于演员、魔术师、橄榄球运动员等——这些人的表演和行为的本质就是故意误导观众）。

欺骗有两种基本方式：伪造信息或隐瞒信息。伪造信息涉及扭曲真相（篡改事件核心事实），隐瞒信息则涉及隐匿关键真相（遗漏核心事实）。这就是为何美国公民在证人席宣誓时，被要求不仅要说出真相，更要说出全部真相且绝无虚言。这三重誓言几乎涵盖了所有谎言形式（及其组合），可能唯独可能排除了暗示或影射（我猜，这是为律师们着想，所以特意未将这两种谎言列入誓词）。

现在，我们已准备好戴上圣经的眼镜，仔细查考圣经中揭示的诸多谎言类型。据我所知，圣经明确记载的谎言类型超过二十四种。谎言的实际数量想必更为庞大。

我们可以想像这类谎言涉及的广度和范围有多大。谎言有几十种类（不是几十个谎言，而是几十种类型的谎言——几乎每种类型都在圣经中频繁出现）。你对每种类型的熟悉程度如何？这本小册子篇幅有限，无法详尽解析我所发现的二十三种类型，但我想在此探讨（或应说“揭露”）其中几个类型。

赤裸裸的谎言（明明白白的谎话）

我们来看看记载于创世记3:1-4的、圣经中最古老的欺骗手段：

耶和华神所造的，惟有蛇比田野一切的活物更狡猾。蛇对女人说，神岂是真说，不许你们吃园中所有树上的果子吗？女人对蛇说，园中树上的果子，我们可以吃，惟有园当中那棵树上的果子，神曾说，你们不可吃，也不可摸，免得你们死。蛇对女人说，你们不一定死！

撒但在言语上否定了上帝的应许。上帝宣告说：“你吃的日子必定死。”我知道有两种方式可以解释撒但的反驳，而二者都是谎言：要么他是在滥用“必定”一词，质疑上帝应许的确定性——“你们不一定死，我可不确定上帝给你们安排的这桩死亡交易是真的”；要么他是在用“必定”一词的断然语气来反对甚至嘲弄上帝——“你们必定（绝对）不会死！”

推论（暗示）

我们来看下一节经文（创 3:5）。

因为神知道，你们吃的日子眼睛就明亮了，你们便如神能知道善恶。

撒但在这里企图质疑上帝的属性（及其动机）。其言外之意是，上帝出于自私和嫉妒而不让他们吃那果子的。“上帝正将某样极其特别的事物向你隐藏。他是无所不知的——拥有这特殊知识——却不愿与你们分享！”

撒但的暗示其实始于第1节：“神岂是真说，‘园中各样树上的果子你们不可吃’？”我们如果仔细思考就会发现，他强调，上帝所给的禁令是狭隘的，却忽略了上帝所给的肯定的命令是何等广阔。撒旦就是这样扭曲上帝的话的。我们来看 2:16-17。

耶和华神吩咐那人说：“园中各样树上的果子，你可以随意吃；只是分别善恶树上的果子，你不可吃，因为你吃的日子必定死。”

撒旦通过弱化许可、放大禁令，扭曲了上帝为夏娃所设的祝福条件的本意。撒旦只需将重音放在错误的音节上，便能用暗示来欺骗夏娃。

假设上周六你和我受邀参加同一场社交活动。然后周日教会礼拜时，我和我们一位共同的朋友交谈时提到了你的名字。如果我向他和几位旁边的听众宣布：“昨天我和他/她待了好几个小时，期间他/她全程保持清醒”——你会如何看待我？

“我会认为你在诽谤我。”

诽谤？为什么？难道我不是在说关于你的正面话吗？难道我说的不是事实吗？

“是的，但你暗示我平日是个酒鬼。”

正是如此！

刚才我拿律师开玩笑，但说实话，如果不是从事圣职，我或许会成为律师。其实，高中时我就担任过模拟法庭的律师。记得那是1971年的秋天，我的一位同学决定翘掉我们

的商法课。老师给了他两个选择：要么去校长办公室走一趟，要么在全班同学面前接受审判。他选择了后者。

我们的老师担任法官，全班同学担任陪审团。我的一位同班同学被指定为被告的辩护律师。而鄙人则被任命为检察官。

审判当天，证据被呈上，被告站在了证人席。随后的对话大致如下。

“琼斯先生，请问事发当天你为何缺席课程？”

“因为我要工作。”

“请告诉我们你的工作地点，琼斯先生。”

“我在麦当劳工作。”

“所以你的证词是：你缺课那天正在麦当劳工作。是这样吗？”

“没错。”

“那么，如果我告诉你今早和你老板通过电话，他说你当天上学时段并没有上班呢？”

此时，我的朋友（前朋友）承认了罪行。

然后，我转向老师说：“若法庭允许，我要承认，我其实并没有与被告在麦当劳的老板交谈。但我并没有真的撒谎，我只是请他‘假设’我和他老板谈过而已。”²

老师双手掩面，开始摇头。我的法律生涯就此终结！
隐瞒

再者，隐瞒是指向有权知晓真相者刻意扣留关键事实。

2. 我是通过电视上观看一集老版《佩里·梅森》（Perry Mason）学会这个伎俩的。

在人堕落之前，撒但向亚当和夏娃隐瞒了一条极其重要的信息。你知道那是什么吗？

“因为神知道，你们吃的日子眼睛就明亮了，你们便如神能知道善恶。”于是女人见那棵树的果子好作食物，也悦人的眼目，且是可喜爱的，能使人有智慧，就摘下果子来吃了。又给她丈夫，她丈夫也吃了。他们二人的眼睛就明亮了，才知道自己是赤身露体。（创 3:5-7）

撒但告诉他们眼睛会明亮（确实如此），并且会像上帝一样知道善恶（某种程度上确实如此）。他们的眼睛确实明亮了，也确实认识到了善恶的区别。但与上帝不同（这正是蛇故意隐瞒的），亚当和夏娃将以亲身经历认识邪恶。上帝确实知晓二者的区别，但他对邪恶的认识并非亲身经历——而是一种保持距离的认知。

当然，撒但也隐瞒了这种“新启蒙状态”会带给他们的罪恶且极其悲惨的境况。

箴言 10:18 说：“隐藏怨恨的，有说谎的嘴。”所罗门说，隐瞒就是说谎。

隐瞒往往是孩童和青少年特有的问题。有些信息是父母根据圣经所有的权利，他们应当知晓的子女生活情况。故意向父母隐瞒这些信息，就是不够诚实。

我常对年轻人说：“你们的父母是你们的牧者——对吗？比起朋友或长辈，他们更有责任教导你们这一点：你们不仅要像基督徒一样行事，更要在思想和动机上像基督徒。为此他们需要询问你们——有时是非常私密的问题！而你们有义务敞开心扉，给他们必要的信息，使他们能遵行上帝所吩咐

的事（参看林后6:12-13）。当你向他们隐瞒那些能使你在主的管教和训诲中成长的必要信息时，就是犯了严重的罪！

作为一名热忱的垂钓者，我对隐瞒略知一二。钓鱼最基本的一条规则就与隐瞒有关：呈现诱饵，藏起钩子！

推诿责任

从创世记3章11节继续向下看，我们观察到另一种形式的欺骗。

耶和华说：“谁告诉你赤身露体呢？莫非你吃了我吩咐你不可吃的那树上的果子吗？”那人说：“你所赐给我、与我同居的女人，她把那树上的果子给我，我就吃了。”耶和华神对女人说：“你做的是什么事呢？”女人说：“那蛇引诱我，我就吃了。”（创3:11-13）

当你想要为自己的罪推卸责任时，你就是在行欺骗之事。你越是试图通过错误地将罪责从自己转嫁他人来逃避自身的责任，就越会显出你的不诚实。

以下是几种常见的推诿责任的例子：

- “要不是我妻子整天唠叨，我也不会对她发怒。”
- “要不是我丈夫如此专横，我也不会变得叛逆。”
- “我偷偷溜出去只是因为爸爸给我的自由不够。”
- “要不是父母对我如此多疑，我也不会向他们说谎。”³

3. 这句话的讽刺之处在于：没有什么比谎言更能迅速彻底地摧毁信任！

圣经以这些谎言开篇，但还记载了更多谎言。我们来看其中几个例子。

用“我不知道”来搪塞的谎言

“耶和华对该隐说，你兄弟亚伯在哪里？他说，我不知道，我岂是看守我兄弟的吗？”（创 4:9）

还记得妓女喇合的故事吗？她显然偏爱这种特定的欺骗手段，因为她在同一场欺骗中使用了两次。⁴

耶利哥王打发人去见喇合说，那来到你这里，进了你家的人要交出来，因为他们来窥探全地。女人将二人隐藏，就回答说，那人果然到我这里来。他们是哪里来的我却不知道。天黑要关城门的时候，他们出去了，往哪里去我却不知道。你们快快地去追赶，就必追上。（书 2:3-5）

基督时代的宗教领袖们也诉诸了这种欺骗手段。

耶稣进了殿，正教训人的时候，祭司长和民间的长老来问他说，你仗着什么权柄作这些事？给你这权柄的是谁呢？耶稣回答说，我也要问你们一句话，你们若告诉我，我就告诉你们我仗着什么权柄作这些事。约翰的洗礼是从哪里来的？是从天上来的，是从人间来的呢？他们彼此商议说：“我们若说从天上

4. 这段记载常引发疑问：撒谎是否总是罪——尤其是喇合因与此行为相关的信心，在希伯来书 11:31 中受到了称赞。许多人认为，欺骗在任何情况下都是不道德的。有些人则认为，尽管圣经普遍视谎言为罪恶，但在特殊情况下（如战争时期）或许并非如此。

若说从天上来，他必对我们说：这样，你们为什么不信他呢？”
若说从人间来，我们又怕百姓，因为他们都以约翰为先知。”于是回答耶稣说：“我们不知道。”耶稣说：“我也不告诉你们我仗着什么权柄作这些事。”（太 21:23 – 27）

祭司长和长老们并不认为约翰真是先知，但在场的百姓却承认他。因此，诚实的回答本应是：“我们不信约翰的洗礼是从上帝而来，而是从人间来的。”但他们因胆怯而撒谎了。

做父母的听到过多少次“我不知道”或“我不记得你说过这话”？这类托词在我家通常行不通。

为什么呢？因为我教导家人，对于某些事，他们负有圣经所规定的认知与记忆的责任：

- 圣经关于……这事、那事或其他事的教导。
- 家规。
- 他们作为基督徒应有的行为准则。

换句话说，生命中有某些知识是我们必须知道的。一旦意识到自己在这些领域的无知，我们就有责任寻求并获取所缺的知识。

作出无意履行的承诺

空夸赠送礼物的，好像无雨的风云。（箴 25:14）⁵

5. 关于这类欺骗的圣经例证，参见创世记 34:1-17。

当你作为基督徒许下承诺时，就有圣经上的义务⁶去履行，即使这样做会带来痛苦。“他发了誓，虽然自己吃亏也不更改……行这些事的人必永不动摇。”（诗 15:4-5）⁷

以下是几个常见例子：

孩子对父母说：“我明天会做。”

“等我拿到零花钱就还给你。”

父母对孩子说：“如果你再那样做，我就要打你屁股了。”

（然后当孩子第二次犯错时……）

“我告诉过你如果再犯，我要打你屁股了。”

（孩子又犯了一次……）

“别让我再说第二遍！”

丈夫对妻子说：“下周我们去约会。”

“这周末我会修好它。”

“等我下班回家后再谈。”

“我一有空就给你打电话。”

妻子对丈夫说：“假期结束后我就开始节食。”

“下次去商场时我会把它退掉。”

“我不会花超过 50 美元买那个小工具。”

雇主对员工说：“我们目前无法支付你太多薪水，但如果你‘坚持下去’，与我们共同成长，我们必会回报你的忠诚。”

6. 在某些情况下，是可以以体面的方式来解除因愚蠢而立下的承诺的（参民 30:3-15；箴 6:1-5）。

7. 还要指出的是，当人带着要守约的完全心意作出承诺，却在没有圣经依据的情况下毁约时，与这个“毁约”相关的罪，比起欺骗，更偏向于不忠。

说谗言与传舌

请看利未记 19:16 在两种流行的英文译本中的译法。

不可在民中往来搬弄是非。（新美国标准译本译作“好说谗言”[slanderer]）

不可在民中往来搬弄是非。（新英王琴定本译作“传舌”[talebearer]）

“好说谗言”和“传舌头”翻译的都是同一个希伯来词。说谗言是指出于恶意编造或传播关于他人的谎言。⁸

传舌则是在未经审慎核实的情况下散播或转述流言。

火缺了柴就必熄灭，无人传舌争竞便止息。（箴 26:20）

传舌人的言语如同美食，深入人的心腹。（箴 18:8）

你是否这样行过？听到关于某人的二手消息时，虽不确定其真实性，但因看似符合这人的特征——便以确信或可能属实的口吻向他人转述。此即为传舌。

说谗言常源于信息谬误。在这种情况下，很多事实要么缺失了，要么就是被扭曲了。

就像你知道的，十诫前四条教导我们如何爱上帝，后六条则关乎爱邻舍。第九诫旨在禁止诋毁他人、保护邻舍名声。圣经对于美誉的价值有许多论述。

美名胜过大财。（箴 22:1）

8. 法律上对诽谤的定义是“虚假的诋毁，损害被诽谤者的特征或声誉”。

名誉强如美好的膏油。（传 7:1）
监督既是神的管家，必须无可指责。（多 1:7；参提前 3:2）

我们肩负着至关重要的责任，要守护并保护他人的美好名声。这正是爱所行的——爱会因真理而欢欣！

你可曾听闻“贬损（detraction）之罪”？这一古老的说法指出言诋毁或贬损他人。其核心观念是减损或削弱某事物的价值。当你说别人的谰言时，你就是在剥夺（我们也可以称之为窃取）那人的尊荣与美名，贬低他美好名声的价值。这是你能对他人造成的最深伤害之一。你深知其痛，因你也曾遭受过这种伤害——或许不止一次！

我们仅仅触及了圣经所揭示的各类谎言的表层。我们虽然无法详述开头提道的其他谎言类型，但我整理了一份表格，来帮助你对其大多数类型有个初步的认识。

欺骗的类型	经文	解释/示例
隐藏目的	士 3:16-23 太 2:8	隐藏目的是一种不可告人的动机（即，其真实动机不是这人所说的那种合理动机）。以下是人们有时来找我咨询时所带的一些隐藏目的： · “我想让你改造我的配偶或孩子。” · “我想让你帮我跟我丈夫离婚。” · “我想得到孩子的监护权，并且想让你收集足够证据来（在法庭上）证明我妻子是个不称职的母亲。” · “我想让你同情我的自怜，并确认我事实上是一种疾病或他人对我所做之事的受害者。” · “我想让你说服我妻子不要离开我。” · “我想让你在不改变我自己的情况下消除我的痛苦和内疚。”

欺骗的类型	经文	解释/示例
作伪证	玛 3:5 太 26:59 可 14:56 -59	伪证是在宣誓之下，故意、蓄意地作出虚假、误导性或不完整的证词。 “他们（来自所谓‘自由人会堂’的司提反的反对者）收买假见证人，说：‘这个人不住地说亵渎圣所和律法的话；因为我们听见他说，这拿撒勒人耶稣要毁坏此地，也要改变摩西所传给我们的规条。’”（徒 6:13-14）
捏造	出 32:21-24	捏造是为欺骗某人而编造的故事。如果一个人总是为自己的行为作出“不寻常”或“难以置信”的解释，他很可能是在捏造理由。 “我上课迟到的原因是，我把牙膏挤得太用力了，花了很长时间才把它全弄回管子里去。”
谄媚	箴 5:3； 6:24；7:5， 21；28:23； 29:5 罗 16:18	谄媚是通过对他人的赞扬（或取悦）超过其品格所应得的，来试图影响或获得优势。这通常是一种狡猾而诡诈的赞美，旨在诱骗和伤害毫无防备之人，同时使谄媚者自己获利。 “于是，总长和总督纷纷聚集来见王，说：‘愿大流士王万岁！国中的总长、钦差、总督、谋士和巡抚彼此商议，要立一条坚定的禁令，三十日内不拘何人，若在王以外，或向神或向人求什么，就必扔在狮子坑中。’”（但 6:6-7）
说出猜疑或错误结论（诱骗）	撒下 22:11-15	诱骗是通过诡计来欺骗。当毫无根据的猜疑被口头传达给他人时，怀疑和不信任的种子就被播下——尤其是在天真和毫无防备的心灵中。 “我妈妈不想让我有任何乐趣。” “我能感觉到，我丈夫对我不忠。” “你相信我妻子的一面之词，却不相信我的。”

* 关于谄媚，作者在 *Pleasing People: How Not to Be an “Approval Junkie”* (Phillipsburg, NJ: P & R Publishing, 2007) 一书中有更详细的论述。

欺骗的类型	经文	解释/示例
转移话题	创4:9 约4:17-19	转移注意力是一种巧妙的策略，旨在将受害者的注意力从当前的问题上引开。 牧师：“你妻子说的关于你回应她的话是真的吗？” 会员：“让她告诉你昨晚她对我说了什么。”
只说出部分真相	创世纪 20:1 – 12	部分真相是隐瞒的一种。这种欺骗方式只会披露相当一部分真相，但会故意遗漏会改变信息整体含义的相关信息。 销售经理：“你和那位客户有暧昧关系吗？” 销售员：“我确实请她吃过午饭。我们是老朋友了。”
夸大其词	徒5:1-11 民13:30-33	“我妈从来不让我玩得开心！” “我丈夫晚上从不在9:30或10:00之前回家。” 夸张不仅可以是幽默的，也可以是诽谤性的： “我老婆购物可是黑带高手。”
掩盖过往的罪	撒下11:1-12:9 诗32：3-5 创37:29-35	“哦，我以前喝酒是有点小问题，但现在已经控制住了。” “我不记得曾对她动过手。有几次，我可能出于自卫推开了她；仅此而已。”
戏谑玩笑	箴26：18-19	“我威胁说要给我老婆买个口罩（或口套）当生日礼物，那只是开玩笑。” “我骂我儿子……那不是当真的。” “我有用枪指着女儿的男朋友，但那只是吓唬吓唬他。”

欺骗的类型	经文	解释/例证
言语与肢体语言的谎言	箴6:12-19	人们会发出各种语言和非语言的信号，受过辨别这些信号的训练人会捕捉到这些信号。 如，如果一个人闪烁其词——不直接回答问题，或字斟句酌，或显得焦虑、过度紧张，或脱口而出与之前所说内容不符的话；如果他频繁使用有声停顿、重复相同词语，或在回答问题时改变音调；如果他回答你的问题时比平时使用更少的手势——他就可能正在说谎。一些较为常见的非言语线索包括：呼吸模式改变、吞咽频率改变、出汗量改变、面色变化（脸红或苍白）、瞳孔放大或眨眼频率改变等。*
声称亲近神却持续犯罪	约一1:6；2:4	“上帝知道我是迫不得已才与丈夫离婚。我仍然爱上帝；只是不再爱我的丈夫了。”
用一种情绪掩盖另一种真实情绪	太 26 : 69-75	也许在试图“掩盖”真实感受时，最常见也最容易假装的情绪是愤怒。悲伤、恐惧和快乐（笑声）也常被用来伪装真实情感。
栽赃/捏造证据	创37:29-35	一位女性拿出一张有日期的销售收据（她从朋友那里“借”来的），向丈夫“证明”她在某个地方，而实际上她却在另一个地方与另一个男人幽会。

* Paul Ekman, *Telling Lies* (New York: Berkley, 1986), 80–161; Gini Graham Scott, *The Truth About Lying* (Petaluma, CA: Smart Publications, 1994), 175–88.

欺骗的类型	经文	解释/例证
表演型 (如装疯)	撒下： 21:13-14 撒下13:3-6	· 一名事故受害者假装受重伤，以骗取伤残保险金。 · 一名精神科医生的病人假装焦虑，以继续获得她所上瘾的管制药物。 · 一个青少年扮演着心理学家（为了保险起见）贴给他的心理学标签（即“障碍”），以此来逃避为自己罪恶的思想或行为悔改。

这个表并不完全。但事实是，你我曾说过的这类谎言比我们的头发还多。然而，罪在哪里显多，恩典就更显多了（参罗 5:20）。

成为说真话之人的指导原则

既然你已更清楚地认识了上帝对谎言的看法，并对这罪的广度和范围有了基本的了解，我们就可以来看你可以做的一些事，以配合圣灵在你生命中施行改变生命的恩典之工。

省察你的生活，寻找重生的证据

习惯性地说谎，可能表明你并不真正认识基督。

惟有胆怯的，不信的，可憎的，杀人的，淫乱的，行邪术的，拜偶像的，和一切说谎话的，他们的份就在烧着硫磺的火湖里。这是第二次的死。（启 21:8）

若你是个习惯性说谎者，就当警惕这段经文对你未来的警示。倘若你时常撒谎，你不是在效法天上的父，而是在效

法“说谎之人的父”——你不是在彰显上帝的形像，而是在彰显撒但的形像。

再看耶稣在约翰福音 8:44 所说的话：

你们是出于你们的父魔鬼，你们父的私欲你们偏要行，他从起初是杀人的，不守真理。因他心里没有真理，他说谎是出于自己，因他本来是说谎的，也是说谎之人的父。

理查德·巴克斯特曾对习惯性说谎者发出严厉的警告：

若不愿成为说谎者，就当敬畏上帝胜过敬畏人！过度惧怕人，是说谎的常见缘由。这使孩童为逃避责打而惯于说谎，也使大多数过分敏感的人为躲避他人的不悦而陷于说谎的危险之中。但你为何不更敬畏上帝呢？他的不悦远比世人可怕千万倍！父母或主人发怒时不过威胁要责罚你；但上帝却威胁要定你的罪——而他的忿怒是吞噬的烈火！世人的不悦无法触及你的灵魂，也不能延及永恒。难道你要为逃避地上的刑罚而奔向地狱吗？记住，当你受试探想用谎言逃避任何危险时，你正陷入千万倍的危险；用谎言躲避的伤害，绝不及谎言所招致伤害的一半。这就像为治牙痛而砍头般愚昧！

9

正如路德所教导的，我们唯独因信靠基督在十字架上替代性的死亡得救，而不是因“孤立无行为的信心”。换言之，得救的信心必会产生一定程度的证据（果子），表明新生命已开始。你要开始努力克服这种（或其他所有）辖制你生命的罪，务要确定你已真正为以自我为中心的生活方式而悔改，并信靠基督献上自己为祭、赎了你的罪。

9. Richard Baxter, *Baxter's Practical Works*, vol. 1, *A Christian Directory* (Ligonier, PA: Soli Deo Gloria Publications, 1990), 357.

识别你特有的说谎方式

或许你的下一步应是盘点自己最常用的欺骗手段。现在就花点时间填写下面的表格。

在你最常使用的谎言类型旁打勾。

赤裸裸的谎言（明明白白的谎话）

推论（暗示）

隐瞒

推诿责任

“我不知道”的谎言

作出无意履行的承诺

诽谤与传舌

隐藏目的

伪证捏造

口述猜疑或错误结论

转移话题

只说出部分真相

夸大其词

掩盖过往的罪

戏谑玩笑

言语与肢体语言的谎言

声称亲近上帝却持续犯罪

用一种情绪掩盖另一种真实情绪

栽赃/伪造证据

表演型（如装疯）

其 他： _____

其 他： _____

立志成为“说真话的人”

说谎者仅仅停止说谎，是不够的，而是必须立志在每种境况中都说出真相。从圣经的角度看，生命的改变总是包含两个要素。

我们圣经辅导者有时会讲几个笑话，并不是因其有趣（其实这些笑话相当老套），而是因其给了我们一种有益的范式。

这些笑话是这样的：

问：什么时候门不是门？

答：当它半开（ajar）时！

问：什么时候车不是车？

答：当它变成车道（driveway）时！

门变成别的东西时，就不是门；车变成别的东西时，就不是车。那么，什么时候说谎者不是说谎者呢？

“当他停止说谎时？”

不！只有说谎者成为另一种人——说真话的人时，他才不再是说谎之人。

所以你们要弃绝谎言，各人与邻舍说实话。因为我们是互相为肢体。（弗 4:25）

改变的过程包含两个步骤：脱去错误的行为和穿上正确的行为。为了脱去某物，我们必须穿上另一物。仅仅停止犯罪是不够的。我们必须以培养相应的、正面的圣经品格特质为目标，来取代我们想要根除的性情缺陷。

可见，说谎者如果只专注于戒掉自己习以为常的谎言，就永远无法真正停止说谎。他必须专注于用真理取代谎言。

我常常对辅导对象这样说：“想象有一天你走在街上，人们会说：‘那是约翰。他是我认识最诚实、最真挚的人。’”

当然，仅仅在总体上更加诚实，可能还不够。如果你真想要弃绝谎言，就应当找出圣经为你特定的撒谎方式给出的替代方案。

那么，这替代方案是什么？

你是否会伪造信息？如果你会，你就必须立定心志，对你所传达的信息给出准确的表述。

你的撒谎方式是否在于隐瞒信息？那么，你就必须向他们人敞开心扉、坦白那些他们为了与你建立正当关系所需知道的信息。

你是否通过说谗言或传舌来贬损他人的美名？你必须学会保持沉默（“不说任何人的坏话”），或更理想的是用舌头祝福他人，向他们施恩。

当你面对自己的罪时，是否责怪他人？你必须开始为自己的罪承担后果！要明白这则箴言的真理：“败坏之先，人心骄傲；尊荣以前，必有谦卑。”

当然，说实话还有其他益处，马克·吐温解释过最重要的一点：“如果你说真话，就不需要记住任何事情。”

我有一个驾驶习惯，让我大女儿非常恼火。每次转弯——变道、转弯、道路弯曲时、无论后方是否有车，甚至可能还在停车场里，我都会打转向灯。基本上，每次我需要将方向盘转动超过几度时，我都会打信号灯。

不久前，索菲娅问我：“爸爸，你为什么总是打转向灯？”

“因为亲爱的，如果我总是打转向灯，就永远不会因忘记打灯而吃罚单。”

说谎也是这样：如果你总是说真话，就无需惧怕谎言被揭穿。

在上帝与人面前持守清洁的良知（藉认罪除去罪咎）

当我们向某人说谎后，通常需要回到那人面前，认罪悔改并祈求赦免自己的欺骗行为。当然，认罪首先必须向上帝献上，因为我们所犯的罪最终都是得罪了他。

我曾经有一次不得不向我的妹妹请求原谅——那时她已经二十出头了，请她原谅我在她幼年时说的谎言。我早已完全忘了这件事，根本不知那些话对她幼小的生命造成了怎样的影响。那个造成伤害的谎言是什么？我告诉她，护林熊斯莫基在一次森林火灾中丧生了。

圣经多次强调持守清洁良知的重要性：

我因此自己勉励，对神，对人，常存无亏的良心。（徒 24:16）

但命令的总归就是爱。这爱是从清洁的心，和无亏的良心，无伪的信心，生出来的。（提前 1:5）

我儿提摩太阿，我照从前指着你的预言，将这命令交托你，叫你因此可以打那美好的仗。常存信心和无亏的良心。有人丢弃良心，就在真道上如同船破坏了一般。（提前 1:18 - 19）

只要心里尊主基督为圣。有人问你们心中盼望的缘由，就要常作准备，以温柔敬畏的心回答各人。存着无亏的良心，叫你们在何事上被毁谤，就在何事上，可以叫那诬赖你们在基督里有好品行的人自觉羞愧。（彼前 3:15 - 16）

这样做不仅符合圣经教导，而且纠正过去撒谎时所需的谦卑，本身也能成为不再撒谎的有力动力。一旦建立了清洁的良心，想到还要回去面对另一个曾被自己欺骗的人，

这种念头就能在悔改的撒谎者生命中成为强大的成圣力量——这就是良心清洁的效力。理查德·巴克斯特说得很好：

人们若做了自己害怕或羞于公开的事，便认为必须运用技艺来保守秘密……世上避免说谎的最佳方式就是清白无罪。¹⁹

注意，罗马书 9:1 将真理、不说谎、良知与圣灵关联了起来：

我在基督里说真话，并不谎言，有我良心被圣灵感动，给我作见证。

保罗以他那被圣灵圣化的良知为见证，表明自己没有说谎。你的良知是否在圣灵的管理之下？如果你希望学会不再说谎，就必须如此。但如果你不正视自己的罪咎，不按圣经的方式处理它、而使圣灵担忧（参弗 4:30），你的良心就无法被圣灵掌管。

愿意重新赢回因谎言而失去的信任

没有什么比说谎更快地使人失去对我们的信任。事实上，在我处理的数十起婚姻不忠案例中，忠贞的一方几乎无一例外地发现，相信配偶不会再说谎，比相信他们不会再出轨更难。归根结底，对忠贞的配偶而言，谎言通常比不忠的行为更难“翻篇”。当奸淫的罪持续数周以上时，更是如此。

10. 同上。

饶恕与信任是有区别的，二者不是同一回事。如果我得罪了你并请求你的饶恕，作为基督徒，你有责任饶恕我（太18:21 - 35；路17:3 - 10）。你必须将我造成的伤害包裹成精美的礼物，系上缎带，放在银盘里归还给我。然而，你没有义务将那因我的罪而失去的信任也放在这个银盘上。相反，我有责任通过行动赢回因犯罪而失去的信任。

赢回失去信任的关键，在于持续践行与失信行为相反的事。如果你因伪造信息而失信，就当以准确报告未来事实为目标，重新赢得所放弃的信任；如果你曾因隐瞒信息而失信，你就要将听者按圣经原则有必要知道的事告诉他们，以此来重建信任。事实上，我常常对受辅导者说：“下次你的配偶或父母提问时，要提供远超他们所能消化的信息量。目的是要给予足够多且详尽的相关信息，以至于他们心里想（或直言对你说）：‘抱歉我问了…谢谢，但我真不需要知道这么多细节——我已经相信你了！’”

识别并弃绝偶像化的私欲，以敬畏之心取代对其的恐惧

可以这样说，某种形式的恐惧几乎驱动着每一个谎言（即害怕被发现、害怕尴尬、害怕受惩罚）。偶像化的欲望通常有两面：一面是对某事物过度渴望，另一面是对失去该事物过度恐惧。通常，一种有益的做法是探究自己到底渴望什么或害怕失去什么，以至于甘愿说谎。贪爱钱财的人可能

会为获取财富（或避免损失）而撒谎。期待被人认可的人可能为博取他人好感或逃避伤害、拒绝（甚至冲突）而撒谎。贪恋享乐的孩子可能因惧怕说实话失去玩耍时间，就作业问题而撒谎。

如果想停止撒谎，你必须学会敬畏上帝胜过惧怕一切。你必须信靠主保护你脱离所恐惧的事，并在所惧怕的事临到时赐你够用的恩典。

尽管惧怕是欺骗背后最强烈的动机，但人们之所以撒谎，还有其他原因。R. C. 史普罗为我们列举了几项：

人为何彼此欺骗？撒但...为何在伊甸园欺骗夏娃？部分出于恶意，部分出于骄傲。当你为损害他人而撒谎，这是恶意；当你为打动、利用他人并掩饰自身不堪而撒谎，这是骄傲……恐惧、轻蔑、报复、自负、欺诈、以及讲述精彩故事以博关注的欲望，都是促使人撒谎的动机。¹¹

根本原因在于：我们撒谎，是因不信靠上帝会满足我们的需要！或许最常诱使我们撒谎的，莫过于渴求他人认可的欲望。

理查德·巴克斯特在这件事上也有一些很好的建议。

如果你不想成为说谎之人，就要克服你的骄傲和对他人看法的过度在意。骄傲使人极度渴望名声，又难以忍受他人的负面评价——骄傲者竭尽所能，仍难获得期望的声誉，因此会用谎言来填补。羞耻对他们而言是一种难以忍受的痛苦，以至于他们会用谎言作为遮盖自己赤裸羞耻的惯常手段。骄傲却无财富、又渴望被人高看的人，会通过谎言来炫耀自己的家产。出身并不显赫的人，如果心存骄傲，就会用谎言把自己装扮成绅

11. Packer, *Growing in Christ*, 272.

士……缺乏教育、学位或任何可夸耀资本的人，也会试图以谎言填补所缺……但如果你的骄傲问题被根治了，说谎的试探就会荡然无存。你会轻看尊荣或名声，因而不会为之牺牲自己的灵魂去触犯上帝的震怒。¹²

找一个人来帮助你在说真话方面持守责任

你可记得彼得三次不认主（撒谎）之后做了什么？

“他就出去痛哭。”

没错。但你还记得在他最后一次撒谎与第一次流泪间发生了什么？请看：

他们拿住耶稣，把他带到大祭司的宅里。彼得远远地跟着。他们在院子里生了火，一同坐着。彼得也坐在他们中间。有一个使女，看见彼得坐在火光里，就定睛看他，说，这个人素来也是同那人一伙的。彼得却不承认，说，女子，我不认得他。[第一次撒谎]过了不多的时候，又有一个人看见他，说，你也是他们一党的。彼得说，你这个人，我不是。[第二次撒谎]约过了一小时，又有一个人极力地说，他实在是同那人一伙的。因为他也是加利利人。彼得说，你这个人，我不晓得你说的是什么。[第三次撒谎]正说话之间鸡就叫了。主转过身来，看彼得。彼得便想起主对他所说的话，今日鸡叫以先，你要三次不认我。他就出去痛哭。（路 22:54 – 62）

主只需一个眼神就让彼得泪如雨下。这就是问责的力量。当我们在习惯性罪的模式里挣扎时，有时需要他人与我们同

12. Baxter, *Christian Directory*, 357.

行，帮助我们顺服上帝的话语。有时，我所辅导的人其实早已知道上帝期望他们做出怎样的改变——甚至知道多年了。辅导所提供的往往不是新知识，而是问责带来的动力。如果你今生只对自己负责，那你就只需向自己交账。但如果你今生向他人负责，来世你要交的账就会少一些！

如今你已明白如何经历清白的良心所带来的喜乐，还有因持守正直而得的尊荣。愿主赐你智慧与力量，既能弃绝谎言，又日益成为“说真话的人”！

成为说真话的人

你是否在欺骗的罪上挣扎？你如何定义“欺骗”？欺骗是只包括直截了当的口头谎言，还是也包括人们所行（或不去行）的许多行为？人是否可以仅仅通过不再撒谎就不再是说谎者，还是必须用别的东西来替代谎言？

在这本令人扎心的小册子中，卢·普里奥洛通过揭露欺骗的各种隐蔽形式，对抗了这种罪。他检视了欺骗可能出现的多种方式，并用圣经中的例子来佐证他的定义，然后帮助每位读者认清自己特有的说谎模式。

读完这本小册子，你会得到一个清晰的作战计划——不是仅仅抵挡说谎的诱惑，而是真正成为一个人说真话的人。

《圣经生活指引》系列小册子以直截了当、脚踏实地，最重要的是合乎圣经的方式，处理广泛的实际生活议题。

“《欺骗》是一本极其有帮助的小册子。卢以恩典和幽默，从一个非常实际且令人扎心的圣经视角，写了如何靠着神的恩典胜过说谎的罪，成为说真话的人。我向所有人推荐这本书，就算你认为自己在这方面没有问题，也是如此——你可能会感到惊讶！”

——玛莎·佩斯，《贤妻》与《危难中的女子》作者

“卢就我们内心彼此欺骗的种种方式，给出了非常实用且有益的概述。但他没有停留在那里，而是鼓励读者更像他所侍奉的上帝——那位真理的上帝。”

——罗伯特·凯勒尔，美南浸信会神学院圣经辅导中心主任

卢·普里奥洛是阿拉巴马州伯明翰市瓦利代尔教会的圣经辅导主任，也是“胜任辅导国际事工”的创始人和主席。他自1985年以来一直从事全职圣经辅导，是认证圣经辅导师协会的会员。

