1月3日～9日 **第2課** 安息日下午

感恩與祈禱的理由

閱讀本週學課經文

腓1：1-18；林前13：1-8；耶17：9；西1：1-12；彼前1：4；詩119：105；賽30：21。

存心節

「我深信那在你們心裡動了善工的，必成全這工，直到耶穌基督的日子。」(腓立比書1：6)

保羅在書信的開頭特意寫下了自己的問候和感謝。「寫信給歌羅西的聖徒，在基督裡有忠心的弟兄。願恩惠、平安從上帝我們的父歸與你們！我們感謝上帝我們主耶穌基督的父，常常為你們禱告。」**(西1：2、3)**

和保羅一樣，我們也有許多值得為之感恩的事。我們以各種深刻的方式經歷上帝的恩典，有些方法甚至連天使也不能完全理解。上帝所賜的平安也是如此，它包含著與上帝的和睦以及從上帝的愛中流淌出的希望。

論及人與人之間的關係，我們可以向他人表達感恩，並希望他們也能感激我們為其所付出的一切。父母總是祈禱他們的孩子能夠愛上帝，終有一天**(即便不是現在)**能感激父母為了給他們最好的環境而做出的真正犧牲。但作為人類，我們還是會時常犯錯，但我們也會從錯誤中汲取教訓**(至少應該這樣做)**。

本週我們將探索保羅在〈腓立比書〉和〈歌羅西書〉中開篇的感恩與祈禱，或許能夠使我們自己的禱告生活更豐富、更有力量。

■研究本週學課，為1月10日的安息日預備。

福音中的團契

閱讀腓1：3-8。保羅為什麼事感謝上帝？他給腓立比人帶來什麼慰藉？為什麼這些安慰之言十分重要？

保羅建立了腓立比的教會，因此我們看到他的信裡充滿了基督徒團契的溫暖。儘管與他們相隔甚遠，身陷囹圄的保羅依然將教會和信徒們放在心上，以「基督耶穌的心腸」(腓1：8；譯註：直譯為「耶穌基督的深情」)思念他們，為他們而感謝上帝。保羅感恩的禱告甚至讓我們窺見了耶穌在天上為我們代求的模樣。

大祭司的胸牌上鑲嵌著十二塊寶石，代表以色列的十二支派。當大祭司為百姓代禱時，他們就在他「胸前」(出28：29)。當我們的大祭司在天上的聖所事奉時，祂要以更偉大的方式將祂百姓的名字帶到父的面前。

值得注意的是，〈腓立比書〉第1章3節的表述並不清晰，但這反而強調了保羅與腓立比人之間親密的關係。通常的譯本會說保羅在禱告中記念他們，但也可以理解為他們掛念著保羅。不管是哪一種，都突顯出他們之間密切的關係，這也是「團契」(希臘文：koinonia)一詞所強調的。正如保羅同享基督的苦難(腓3：10)，腓立比人也「分享了」(希臘文：sunkoinōneō)保羅的苦難，並共同為保羅的事工提供經濟援助(腓4：14、15)。這種從「頭一天直到如今」(腓1：5)的相互支撐，使保羅為他們而感謝上帝，並且「歡歡喜喜地」(腓1：4)為他們祈求。

還有一點值得關注，保羅在描述自己的監禁環境時是相當積極的——他認為這是「辨明證實福音」(腓1：7)的好機會。他用這兩個法律術語，一方面表示他的審判迫在眉睫，另一方面也表明他正積極地向士兵和訪客傳講福音。為福音辯明(希臘文：apologia)使其免受攻擊，並證實它是不容辯駁的永恆真理，這都是至關重要的。比起他自己的未來，保羅似乎更關心為福音平反。無論是生是死，保羅都堅信上帝會在所有信靠祂的人身上完成祂所開始的「善工」(腓1：6)。

你如何理解這一應許，就是上帝會完成祂在你心裡所動的「善工」(腓1：6)？這是什麼意思？這善工會在基督復臨前結束嗎？

保羅的祈求

幾年前，有位牧師談到了那種僅僅圍繞著「我、我、我，以及我的需求和願望」的禱告。他稱這樣的禱告為「自私的小禱告」是十分恰當的，因為上帝心中有更偉大的事。

閱讀腓1：9-11。禱告的重點是什麼？他提出了哪些重大的請求？這些請求讓你對禱告有什麼新的看見？

這篇禱文在希臘原文中只有43個字，但卻囊括了保羅所有關心的事，在接下來的信件中也會進一步闡述：愛心、知識、分別是非、誠實、不絆倒人，並靠著耶穌基督結滿仁義的果子。支撐著保羅獻上這樣的禱告以及先前感恩之基礎的，是他對整個教會的看重。保羅的祈禱完全是以他人為中心，代表整個教會，為她的福祉禱告。讓我們對這篇禱文的各部分進行分析：

「愛要多而又多。」保羅祈求的不僅是愛要多，而且是要在特定的方向上增長：「知識和各樣見識。」**(腓1：9)** 這裡所提到的知識並非只是頭腦中的知識，而是透過與上帝相交並研讀祂的話語所獲得的屬靈知識**(參見弗1：17；4：13；提前2：4)**。

「分別是非。」這一點保羅解釋為「喜愛那美好的事」**(將其與道德上有害的事物分別開來)**，「好成為純潔無過失的人。」**(腓1：10，選自呂振中譯本)**

「誠實。」這在希臘文中的意思是「由陽光來評判」，指的是毫無污染的純潔行為：「基督徒所做的每一件事，都當如陽光一般光明坦白。」——懷愛倫，《彰顯主基督》，原文第71頁。

「不使人絆倒。」這意味著不作絆腳石。沒有任何言語或行為構成他人信主道路上的障礙。

「透過基督得義。」保羅在〈羅馬書〉和〈加拉太書〉中詳細論述了這一點，在〈腓立比書〉第3章也做了進一步闡述。我們自己是沒有義的，只有透過基督才能得著義。

不管我們做什麼，如何使我們的愛心「多而又多」？**(腓1：9)** 為什麼這對基督徒的生命來說如此重要？**(參見林前13：1-8)**

應用屬靈的分辨力

腓立比教會聽說保羅被囚，自然十分憂慮。如今他的工作被大大限制了。他無法走遍各方，也無法傳道，更無法到會堂中教導人耶穌就是彌賽亞。他也不能再建立教會。腓立比教會差遣以巴弗提去探望保羅，要鼓勵他，滿足他的生活所需。

閱讀腓1：12-18。保羅如何看待自己被囚？儘管他身處逆境，從他的態度中我們可以學到哪些功課？

保羅託以巴弗提帶回的消息一定讓腓立比人倍感驚訝。他以不同的眼光看待自己的處境。憑著屬靈的分辨力，他將自己的被監禁看作是好事一樁。他的工作沒有受到阻礙，「我所遭遇的事更是叫福音興旺。」(腓1：12) 別人只看到枷鎖和鐵窗，保羅卻將看守他的羅馬兵丁看作是上帝國度的候選人。他也看到他的被囚大大激勵了其他信徒，他們更積極堅定地傳揚福音，無所畏懼地放膽為基督作見證。

也許很難想像，但確實有人想借保羅的被囚而謀利。顯然他們認為保羅被噤聲會使自己獲得更多關注，他們所傳的福音也更為人所知。即便是在教會裡，也有人類私心的可悲例證。早在保羅以前先知耶利米就曾經說過：「人心比萬物都詭詐，壞到極處，誰能識透呢？」(耶17：9)

好在也有忠心的同工，他們更加熱忱地投入傳福音的工作。他們深深愛著保羅，當他們看到他因信仰受苦，便更加信靠基督，更有勇氣為主作工。從前不敢去的地方，如今勇往直前；從前不敢開口的場合，如今放膽說話；這樣一來，就有更多的人接受基督，傳揚救恩的福音。

那些無疑是遭遇壞事的經歷中，竟也隱藏著些許益處，從這件事上你能學到什麼？即便是在看不出任何好處的狀況下，我們怎樣學會無論如何都要信靠上帝？

福音的果實

保羅與歌羅西教會的關係不同於與腓立比教會的關係。他稱他們為「沒有與我親自見面的人」(**西2：1**)。儘管如此，保羅向他們保證，他待他們就像待腓立比人一樣，為著他們感謝上帝，並且「常常」為他們禱告。

閱讀西1：3-8。保羅為哪三件事感謝上帝？

保羅將他在其他書信中提到的三種美德匯集起來：信、望、愛(**參見林前13：13；帖前1：3；5：8**)。請注意，保羅並沒有將這些事情歸功於歌羅西人，而是感謝天父，因為他們所擁有的「各樣美善的恩賜和各樣全備的賞賜」都是從祂那裡賜下的(**雅1：17**)。當我們看到上帝對我們的愛時，就會生出對基督的信心(**弗2：4-8**)，並得著天國的盼望。彼得稱這種盼望是「不能朽壞、不能玷污、不能衰殘，為你們存留在天上的基業」(**彼前1：4**)。

保羅還強調福音是可信的，因為它是以「真理的道」為基礎。保羅在其他書信中也用同樣的話指代上帝所默示的話語(**參見林後6：7；提後2：15**)。不像「人的道」，它能在相信之人的心中運行(**帖前2：13**)，並成就上帝的旨意(**賽55：11**)。因此，當福音被傳揚開來，上帝的大能就透過聖靈在聽眾心中動工顯明出來，使人做出回應。福音本身會結出果子，因為它是「生命的道」(**腓2：16**)。

或許最令人驚奇的，是福音竟在短時間內迅速傳開。在基督死而復活後大約三十年間，保羅就說福音已經「傳到普天之下」(**西1：6**)。稍後在同一章中，保羅說福音「傳於普天下萬人聽的」(**西1：23**)。這得益於羅馬當時發達的道路系統，使信息的傳播和旅行都更為便捷，這也是保羅的書信得以廣泛快速地流傳的原因。但真正讓人獲得屬靈生命的，是藉著道作工的上帝的大能(**雅1：18；彼前1：23**)，使人們成為在基督裡新造的人(**林後5：17**)。

在〈歌羅西書〉第1章5節中，保羅提到「那給你們存在天上的盼望」。你如何理解這一盼望？即便我們的確不配得這盼望，為何它仍然與我們有關？

禱告的力量

閱讀西1：9-12。在保羅的祈禱中有哪些具體的祈求？

保羅禱告，願「你們……滿心知道上帝的旨意」。他說知道上帝的旨意就是「屬靈的智慧悟性」(西1：9)。首先，智慧源自於對上帝全然的信靠，甘心遵行祂的旨意(約7：17)而不倚靠自己的聰明(箴3：5)。但我們常常面臨的問題是：「在這一具體的狀況下，上帝對我的旨意是什麼？」我們可以透過以下三種方式，在禱告中尋求上帝的旨意：

❶智慧最重要的來源是聖經。「你的話是我腳前的燈，是我路上的光。」(詩119：105)

❷上帝的旨意和帶領也可以透過祂所安排的環境來顯明，祈求祂為我們開門或關門(參見西4：3)。

❸當我們學會辨認祂的聲音時，聖靈便會引導我們。「你或向左或向右，你必聽見後面有聲音說：『這是正路，要行在其間。』」(賽30：21)

保羅祈求歌羅西人能夠「行事為人對得起主」(西1：10)。當然，沒有人生來就能「對得起」，但上帝因祂的恩典算我們為配得的，呼召我們要按照這崇高的呼召而活(弗2：6；西3：7；4：5)。單單在這封信中，保羅又三次使用「行」或「行過」(西2：6；3：7；4：5)這個動詞，它的意思是按照上帝的律法行事為人(出18：20)，惟有透過聖靈的工作才能實現這一點(結36：27)。

保羅還祈禱，願他們(和我們)的生命能夠凡事蒙主「喜悅」，接著他還提供了幾種方法：「在一切善事上結果子」(西1：9、10)，還要「漸漸地多知道上帝」(西1：10)，最後，要「感謝」父上帝(西1：12)。

如果有人問你：「你怎麼知道上帝正引導你走這一條路？」你會如何回答？請說明原因。

進修資料

「許多人對將來沒有一定的計畫。他們的生活不安定，看不到事情的結果，滿心憂慮不安。我們要記住上帝的子民在世上所過的，不過是客旅的生活。我們沒有智慧規劃自己的人生。我們無法決定自己的未來。『亞伯拉罕因著信，蒙召的時候，就遵命出去，往將來要得為業的地方去；出去的時候，還不知往哪裡去。』**(來11：8)**

「基督在世之時，沒有為自己的生活打算。祂接受上帝對祂的計畫。天父天天展示自己的計畫。我們也當這樣倚靠上帝，使我們的人生只遵行祂的旨意。當我們把自己的道路交託給祂時，祂就會指引我們的腳步。

「許多人在規劃燦爛的前程時一敗塗地。要讓上帝為你計畫。要像小孩子那樣，信靠主的引導。祂必『保護聖民的腳步』**(撒上2：9)**。他們如果能夠從起初看到末後，認識到他們與上帝同工所要成就之宗旨的光榮，就會知道祂的子民若不願意，祂就不會帶領他們。」——懷愛倫，《服務真詮》，原文第478、479頁

討論問題

❶回想過去的一週，將你所要感恩的事列下來；也許你會發現，你所要感謝的事比你所意識到的更多？

❷細細琢磨左欄懷著引文的最後一句；這是極為有力的信心宣言。你如何能學會以如此深刻的方式信靠上帝？

❸根據〈歌羅西書〉第1章6及23節，討論以下內容。「古代的以色列民經歷四十年之久的不信、埋怨與背叛，以致不能進入迦南地。同樣的罪孽也阻擋了現代以色列民不能進入天上的迦南。這兩者都不是因上帝的應許有什麼問題或短處。那使我們滯留在充滿罪過與憂傷之世界多年的，乃是自稱為上帝子民之間的頑梗不信，愛慕世界，未曾獻身與相互爭吵。」**(懷愛倫，《末世大事記》，原文第38頁)** 今天我們會在哪些方面犯下同樣的錯誤呢？

1月43日～9日 **第2課** 安息日下午

感恩與祈禱的理由

第一部分：概述

存心節：腓1：6

學習重點：腓1：1-18；弗5：18-21；西1：4-8

作者唐．卡森（D．A．Carson）對當今基督教會最迫切的需要進行推測，他猜想人們可能會給出不同的答案。卡森列舉了許多層面；例如：性純潔、財務誠信與慷慨、佈道、植堂、屬靈思維，以及真正的群體敬拜經驗。他最後總結說：「從某種意義上說，這些迫切的需要只是更嚴重之缺乏的表象。西方基督教界最迫切的需要，就是更深入地認識神。我們需要更了解上帝……而認識上帝的一個基本步驟，以及證明我們確實認識上帝的一個基本表現，就是禱告——屬靈的、恆切的、合乎聖經教導的禱告。」——唐．卡森，《屬靈改革的呼召：保羅及其禱告的優先次序》（密西根州急流城：貝克出版社，1992年），原文第15、16頁。

保羅一貫強調基督徒的屬靈操練，例如禱告和感恩。感恩不僅是他禱告的重要組成部分，也是他書信中常見的內容。他不僅透過不斷地祈禱向上帝表達感激之情，也鼓勵他的聽眾這樣做（西3：17；帖前5：18）。他認為感恩是上帝在一個人心中作工所結的果子（腓1：6，10、11）。

本週課程強調兩個重要主題：

❶ 感恩與禱告本質上緊密相連，就像一枚硬幣的兩面。

❷ 感恩與禱告（以及其他表現）是上帝在我們裡面做美善之工的具體表現。

第二部分：註釋

例證

心理學家羅伯特·A·埃蒙斯（Robert A. Emmons）曾引用梅斯特·艾克哈特（Meister Eckhart）十分美好的一句名言：「若你一生中唯一的禱告，就是一句『謝謝』，那也足夠了！」當時，埃蒙斯分享了一位患有後小兒麻痺症候群之婦女的故事，來完美呈現出感恩禱告與有意義的生命之間的關係。她在寫給埃蒙斯的信中說：

「讓我最感恩的經歷之一，就是我第一個孩子出生的時候。在我不斷成長的過程中，我一直在想自己能否生孩子，能否用僅剩的一隻手臂來照顧孩子，上帝是否願意以這樣的方式賜福我。在我的女兒出世後，所有的護士都懷疑我能否照顧好她。然而我意識到，上帝既然選擇給我一個孩子，就一定會賜予我照顧她的力量。既然上帝沒有讓我免於小兒麻痺症，那麼我能有一個孩子就絕非偶然。所以，當她出生時，我讚美上帝，因為祂讓我的丈夫和我能分享培育一個新生命並讓她成為上帝祝福的喜樂……還有什麼比撫養另一個人更偉大的目的呢？沒有了，而這就是我感恩的喜樂——生命中的意義與目的帶來的喜樂。」埃蒙斯進一步指出：「有證據清楚地表明，無論在生活中還是在面對生活的態度上培養感恩的心，都能使我們成為更快樂、更健康的人。」——羅伯特·A·埃蒙斯，《感恩的力量：感恩科學如何讓你更快樂》（紐約：霍頓米夫林公司，2007年），原文第90，110，185頁。

感恩與禱告本質上緊密相連

保羅的書信中有一個習慣性的特徵——感恩段落，而它實際上就是禱告。下表可以清晰說明這一點：

經文	感恩與禱告
羅1：8-10	「我靠著耶穌基督……，感謝我的上帝……上帝可以見證，我怎樣不住地提到你們；在禱告之間常常懇求。」
林前1：4	「我常為你們感謝我的上帝。」
弗1：15、16	「因此，我……為你們不住地感謝上帝。禱告的時候常提到你們。」
腓1：3、4（直譯）	「我感謝我的上帝……在我每次的禱告中常常這樣做。」
西1：3	「我們感謝……常常為你們禱告。」
帖前1：2	「我們……常常感謝上帝……禱告的時候提到你們。」
帖後1：3	「我們該為你們常常感謝上帝。」
提前1：12	「我感謝我們的主耶穌基督。」
提後1：3	「我感謝上帝……祈禱的時候，不住地想念你。」
門4	「我禱告的時候提到你，常為你感謝我的上帝。」

觀察上表可以得出三個重要結論。第一，對於保羅來說，感恩就是一種祈禱，因為感恩與禱告始終交織在一起。第二，即便保羅在某些書信的感恩段落並沒有提到「禱告」這個詞，但他感謝的對象依然是上帝（帖後1：3；提前1：12）。第三，「不住地」、「常常」這些詞反覆出現，表明在保羅的生活中，禱告和感謝是持續不斷、甚至不可分割的。

值得注意的是，在感恩和祈禱的事上，保羅期望他的聽眾能夠效法他。在保羅看來，不敬虔的人有個明顯的特徵，就是不將榮耀和感謝歸給上帝（羅1：21）。他鼓勵羅馬的信徒們要感謝上帝（羅14：6）。當他請求哥林多教會為他和他的同工們禱告時，他是希望許多人為他們感謝上帝的恩典（林後1：11）。

在〈以弗所書〉第5章18-21中，保羅指出了被聖靈充滿之人的特徵。他

們 (1)「用詩章、頌詞、靈歌」相互啟迪；(2) 生命中充滿對上帝的頌揚；「口唱心和地讚美主」；(3)「凡事要奉我們主耶穌基督的名常常感謝父上帝」；(4) 而且「存敬畏基督的心，彼此順服」。這樣看來，感謝上帝與歌唱讚美祂一樣，都是敬拜的表現。

保羅在〈歌羅西書〉第3章17節中更進一步地說明，「無論做什麼，或說話或行事，都要奉主耶穌的名，藉著他感謝父上帝。」保羅也對帖撒羅尼迦人說同樣的話，「凡事謝恩。」(帖前5：18) 保羅鼓勵他的聽眾要將感恩與祈禱融入自己的生活，也效法他個人對於感恩與祈禱的深刻投入。

上帝在我們裡面的工作

在保羅寫給腓立比教會的書信中，有一句堪稱金句：「我深信那在你們心裡動了善工的，必成全這工，直到耶穌基督的日子。」(腓1：6) 有些讀者可能會傾向於將「善工」解讀得過於狹隘，認為它是指腓立比人對保羅的關心和愛戴，因為他們在保羅入獄期間不斷提供經濟支援。雖然他們對保羅的關心和福音的推進的確是上帝在他們心中動工的結果，但保羅在這裡所指的是更廣泛的概念，就是藉著基督得蒙救贖。

上帝是那位開始救贖善工的主，在基督復臨時，這工作也必圓滿結束。值得注意的是，這一概念在感恩段落中表述，說明感恩正是上帝在我們心中動工的證據。保羅在〈腓立比書〉第2章12、13節中說過類似的話：「就當恐懼戰兢做成你們得救的功夫。因為你們立志行事都是上帝在你們心裡運行，為要成就他的美意。」

至少可以說，保羅的建議——做成自己得救的功夫——很能引起人的興趣。我們該怎麼做呢？在〈希伯來書〉第12章2節中可以找到答案，其中講到耶穌「為我們的信心創始成終」。因此，保羅指出，我們應當「奔那擺在我們前頭的路程，仰望……耶穌」(來12：1、2)。但這並不是全部。我們也必須「放下各樣的重擔，脫去容易纏累我們的罪」(來12：1)。有的經文 (例如腓1：6和來12：2) 會提醒我們，救恩從根本上來說是上帝的工作，不是我們的。然而，我們仍被呼召去做成自己得救的功夫，或

者換句話說，去「奔那擺在我們前頭的路程」，這就要有禱告的生活，尋求聖靈所賜的基督徒的美德（腓1：9-11；西1：4-8），並對上帝在我們裡面的工作心存感恩（腓1：3-6）。總而言之，我們應當「行事為人對得起主，凡事蒙他喜悅，在一切善事上結果子，漸漸地多知道上帝」（西1：10）。

第三部分：應用

默想下列主題。引導學生回答下列問題：

我們都喜歡好事發生在自己身上。無論是買車買房，還是經歷多年刻苦學習終於畢業，亦或是脫離險境，我們都要感謝上帝。這些人生重要的里程碑讓我們的心中充滿了喜悅和感激。然而，如果我們留心觀察周圍的一切，就會發現無數值得感恩的事。然而，沒有什麼比認識到上帝在我們身上的善行更能激發我們的感激之情了。懷愛倫說：「我們的思想需要擴展，好能理解上帝所作預備的意義。我們要反映上帝品德的最高特質。我們應當感激沒有被撇下獨自為人。」——《使我認識祂》，原文第302頁。

上帝期望我們在禱告中要有真誠的感恩之心。例如，在〈帖撒羅尼迦前書〉第5章17、18節中，在「不住地禱告」後面，緊接著的就是「凡事謝恩」。這意味著一方面我們總有感恩的理由，另一方面我們的禱告應該要常常表達對上帝的感激之情。值得注意的是，保羅的意思並不是「要因著每一件事謝恩」，而是說「要在一切狀況下感謝上帝」。上帝將祂的獨生子賜給我們，替我們而死，這就足以讓我們每天都心存感激，並以禱告中那讚美之言和生活中的善舉來表達我們的感恩。

問題：

❶你會因哪些屬靈的祝福而感謝上帝？又會因哪些在物質上和身體上

的祝福而感謝祂？

❷「因著每一件事謝恩」和「要在一切狀況下感謝上帝」究竟是什麼意思？二者之間的不同有何重要意義？

❸懷愛倫所說的，我們「沒有被撇下獨自為人」，究竟什麼意思？我們為什麼要因此心懷感激？