1月3日～9日 **第2课** 安息日下午

感恩与祈祷的理由

阅读本周学课经文

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

存心节

“我深信那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子。”(腓立比书1：6)

保罗在书信的开头特意写下了自己的问候和感谢。“写信给歌罗西的圣徒，在基督里有忠心的弟兄。愿恩惠、平安从上帝我们的父归与你们！我们感谢上帝我们主耶稣基督的父，常常为你们祷告。”**(西1：2、3)**

和保罗一样，我们也有许多值得为之感恩的事。我们以各种深刻的方式经历上帝的恩典，有些方法甚至连天使也不能完全理解。上帝所赐的平安也是如此，它包含着与上帝的和睦以及从上帝的爱中流淌出的希望。

论及人与人之间的关系，我们可以向他人表达感恩，并希望他们也能感激我们为其所付出的一切。父母总是祈祷他们的孩子能够爱上帝，终有一天**(即便不是现在)**能感激父母为了给他们最好的环境而做出的真正牺牲。但作为人类，我们还是会时常犯错，但我们也会从错误中汲取教训**(至少应该这样做)**。

本周我们将探索保罗在〈腓立比书〉和〈歌罗西书〉中开篇的感恩与祈祷，或许能够使我们自己的祷告生活更丰富、更有力量。

■研究本周学课，为1月10日的安息日预备。

福音中的团契

阅读腓1：3-8。保罗为什么事感谢上帝？他给腓立比人带来什么慰藉？为什么这些安慰之言十分重要？

保罗建立了腓立比的教会，因此我们看到他的信里充满了基督徒团契的温暖。尽管与他们相隔甚远，身陷囹圄的保罗依然将教会和信徒们放在心上，以“基督耶稣的心肠”（腓1：8；译注：直译为“耶稣基督的深情”）思念他们，为他们而感谢上帝。保罗感恩的祷告甚至让我们窥见了耶稣在天上为我们代求的模样。

大祭司的胸牌上镶嵌着十二块宝石，代表以色列的十二支派。当大祭司为百姓代祷时，他们就在他“胸前”（出28：29）。当我们的大祭司在天上的圣所侍奉时，祂要以更伟大的方式将祂百姓的名字带到父的面前。

值得注意的是，〈腓立比书〉第1章3节的表述并不清晰，但这反而强调了保罗与腓立比人之间亲密的关系。通常的译本会说保罗在祷告中记念他们，但也可以理解为他们挂念着保罗。不管是哪一种，都突显出他们之间密切的关系，这也是“团契”（希腊文：koinonia）一词所强调的。正如保罗同享基督的苦难（腓3：10），腓立比人也“分享了”（希腊文：sunkoinōneō）保罗的苦难，并共同为保罗的事工提供经济援助（腓4：14、15）。这种从“头一天直到如今”（腓1：5）的相互支撑，使保罗为他们而感谢上帝，并且“欢欢喜喜地”（腓1：4）为他们祈求。

还有一点值得关注，保罗在描述自己的监禁环境时是相当积极的——他认为这是“辨明证实福音”（腓1：7）的好机会。他用这两个法律术语，一方面表示他的审判迫在眉睫，另一方面也表明他正积极地向士兵和访客传讲福音。为福音辩明（希腊文：apologia）使其免受攻击，并证实它是不容辩驳的永恒真理，这都是至关重要的。比起他自己的未来，保罗似乎更关心为福音平反。无论是生是死，保罗都坚信上帝会在所有信靠祂的人身上完成祂所开始的“善工”（腓1：6）。

你如何理解这一应许，就是上帝会完成祂在你心里所动的“善工”（腓1：6）？这是什么意思？这善工会在基督复临前结束吗？

保罗的祈求

几年前，有位牧师谈到了那种仅仅围绕着“我、我、我，以及我的需求和愿望”的祷告。他称这样的祷告为“自私的小祷告”是十分恰当的，因为上帝心中有更伟大的事。

阅读腓1：9-11。祷告的重点是什么？他提出了哪些重大的请求？这些请求让你对祷告有什么新的看见？

这篇祷文在希腊原文中只有43个字，但却囊括了保罗所有关心的事，在接下来的信件中也会进一步阐述：爱心、知识、分别是非、诚实、不绊倒人，并靠着耶稣基督结满仁义的果子。支撑着保罗献上这样的祷告以及先前感恩之基础的，是他对整个教会的看重。保罗的祈祷完全是以他人为中心，代表整个教会，为她的福祉祷告。让我们对这篇祷文的各部分进行分析：

“爱要多而又多。”保罗祈求的不仅是爱要多，而且是要在特定的方向上增长：“知识和各样见识。”**(腓1：9)** 这里所提到的知识并非只是头脑中的知识，而是透过与上帝相交并研读祂的话语所获得的属灵知识**(参见弗1：17；4：13；提前2：4)**。

“分别是非。”这一点保罗解释为“喜爱那美好的事”**(将其与道德上有害的事物分别开来)**，“好成为纯洁无过失的人。”**(腓1：10，选自吕振中译本)**

“诚实。”这在希腊文中的意思是“由阳光来评判”，指的是毫无污染的纯洁行为：“基督徒所做的每一件事，都当如阳光一般光明坦白。”——怀爱伦，《彰显主基督》，原文第71页。

“不使人绊倒。”这意味着不作绊脚石。没有任何言语或行为构成他人信主道路上的障碍。

“透过基督得义。”保罗在〈罗马书〉和〈加拉太书〉中详细论述了这一点，在〈腓立比书〉第3章也做了进一步阐述。我们自己是没有义的，只有透过基督才能得着义。

不管我们做什么，如何使我们的爱心“多而又多”？(腓1：9) 为什么这对基督徒的生命来说如此重要？(参见林前13：1-8)

应用属灵的分辨力

腓立比教会听说保罗被囚，自然十分忧虑。如今他的工作被大大限制了。他无法走遍各方，也无法传道，更无法到会堂中教导人耶稣就是弥赛亚。他也不能再建立教会。腓立比教会差遣以巴弗提去探望保罗，要鼓励他，满足他的生活所需。

阅读腓1：12-18。保罗如何看待自己被囚？尽管他身处逆境，从他的态度中我们可以学到哪些功课？

保罗托以巴弗提带回的消息一定让腓立比人倍感惊讶。他以不同的眼光看待自己的处境。凭着属灵的分辨力，他将自己的被监禁看作是好事一桩。他的工作没有受到阻碍，“我所遭遇的事更是叫福音兴旺。”(腓1：12)别人只看到枷锁和铁窗，保罗却将看守他的罗马兵丁看作是上帝国度的候选人。他也看到他的被囚大大激励了其他信徒，他们更积极坚定地传扬福音，无所畏惧地放胆为基督作见证。

也许很难想象，但确实有人想借保罗的被囚而谋利。显然他们认为保罗被噤声会使自己获得更多关注，他们所传的福音也更为人所知。即便是在教会里，也有人类私心的可悲例证。早在保罗以前先知耶利米就曾经说过：“人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢？”(耶17：9)

好在也有忠心的同工，他们更加热忱地投入传福音的工作。他们深深爱着保罗，当他们看到他因信仰受苦，便更加信靠基督，更有勇气为主作工。从前不敢去的地方，如今勇往直前；从前不敢开口的场合，如今放胆说话；这样一来，就有更多的人接受基督，传扬救恩的福音。

那些无疑是遭遇坏事的经历中，竟也隐藏着些许益处，从这件事上你能学到什么？即便是在看不出任何好处的状况下，我们怎样学会无论如何都要信靠上帝？

福音的果实

保罗与歌罗西教会的关系不同于与腓立比教会的关系。他称他们为“没有与我亲自见面的人”(西2:1)。尽管如此，保罗向他们保证，他待他们就像待腓立比人一样，为着他们感谢上帝，并且“常常”为他们祷告。

阅读西1:3-8。保罗为哪三件事感谢上帝？

保罗将他在其他书信中提到的三种美德汇集起来：信、望、爱(参见林前13:13；帖前1:3；5:8)。请注意，保罗并没有将这些事情归功于歌罗西人，而是感谢天父，因为他们所拥有的“各样美善的恩赐和各样全备的赏赐”都是从祂那里赐下的(雅1:17)。当我们看到上帝对我们的爱时，就会生出对基督的信心(弗2:4-8)，并得着天国的盼望。彼得称这种盼望是“不能朽坏、不能玷污、不能衰残，为你们存留在天上的基业”(彼前1:4)。

保罗还强调福音是可信的，因为它是以“真理的道”为基础。保罗在其他书信中也用同样的话指代上帝所默示的话语(参见林后6:7；提后2:15)。不像“人的道”，它能在相信之人的心中运行(帖前2:13)，并成就上帝的旨意(赛55:11)。因此，当福音被传扬开来，上帝的大能就透过圣灵在听众心中动工显明出来，使人做出回应。福音本身会结出果子，因为它是“生命的道”(腓2:16)。

或许最令人惊奇的，是福音竟在短时间内迅速传开。在基督死而复活后大约三十年间，保罗就说福音已经“传到普天之下”(西1:6)。稍后在同一章中，保罗说福音“传于普天下万人听的”(西1:23)。这得益于罗马当时发达的道路系统，使信息的传播和旅行都更为便捷，这也是保罗的书信得以广泛快速地流传的原因。但真正让人获得属灵生命的，是借着道作工的上帝的大能(雅1:18；彼前1:23)，使人们成为在基督里新造的人(林后5:17)。

在〈歌罗西书〉第1章5节中，保罗提到“那给你们存在天上的盼望”。你如何理解这一盼望？即便我们的确不配得这盼望，为何它仍然与我们有关？

祷告的力量

阅读西1：9-12。在保罗的祈祷中有哪些具体的祈求？

保罗祷告，愿“你们……满心知道上帝的旨意”。他说知道上帝的旨意就是“属灵的智慧悟性”(西1：9)。首先，智慧源自于对上帝全然的信靠，甘心遵行祂的旨意(约7：17)而不倚靠自己的聪明(箴3：5)。但我们常常面临的问题是：“在这一具体的状况下，上帝对我的旨意是什么？”我们可以透过以下三种方式，在祷告中寻求上帝的旨意：

❶智慧最重要的来源是《圣经》。“你的话是我脚前的灯，是我路上的光。”(诗119：105)

❷上帝的旨意和带领也可以透过祂所安排的环境来显明，祈求祂为我们开门或关门(参见西4：3)。

❸当我们学会辨认祂的声音时，圣灵便会引导我们。“你或向左或向右，你必听见后面有声音说：‘这是正路，要行在其间。’”(赛30：21)

保罗祈求歌罗西人能够“行事为人对得起主”(西1：10)。当然，没有人生来就能“对得起”，但上帝因祂的恩典算我们为配得的，呼召我们要按照这崇高的呼召而活(弗2：6；西3：7；4：5)。单单在这封信中，保罗又三次使用“行”或“行过”(西2：6；3：7；4：5)这个动词，它的意思是按照上帝的律法行事为人(出18：20)，惟有透过圣灵的工作才能实现这一点(结36：27)。

保罗还祈祷，愿他们(和我们)的生命能够凡事蒙主“喜悦”，接着他还提供了几种方法：“在一切善事上结果子”(西1：9、10)，还要“渐渐地多知道上帝”(西1：10)，最后，要“感谢”父上帝(西1：12)。

如果有人问你：“你怎么知道上帝正引导你走这一条路？”你会如何回答？请说明原因。

进修资料

“许多人对将来没有一定的计划。他们的生活不安定，看不到事情的结果，满心忧虑不安。我们要记住上帝的子民在世上所过的，不过是客旅的生活。我们没有智慧规划自己的人生。我们无法决定自己的未来。‘亚伯拉罕因着信，蒙召的时候，就遵命出去，往将来要得为业的地方去；出去的时候，还不知往哪里去。’(来11：8)

“基督在世之时，没有为自己的生活打算。祂接受上帝对祂的计划。天父天天展示自己的计划。我们也当这样倚靠上帝，使我们的人生只遵行祂的旨意。当我们把自己的道路交托给祂时，祂就会指引我们的脚步。

“许多人在规划灿烂的前程时一败涂地。要让上帝为你计划。要像小孩子那样，信靠主的引导。祂必‘保护圣民的脚步’(撒上2：9)。他们如果能够从起初看到末后，认识到他们与上帝同工所要成就之宗旨的光荣，就会知道祂的子民若不愿意，祂就不会带领他们。”——怀爱伦，《服务真诠》，原文第478、479页

讨论问题

❶回想过去的一周，将你所要感恩的事列下来；也许你会发现，你所要感谢的事比你所意识到的更多？

❷细细琢磨左栏怀着引文的最后一句；这是极为有力的信心宣言。你如何能学会以如此深刻的方式信靠上帝？

❸根据〈歌罗西书〉第1章6及23节，讨论以下内容。“古代的以色列民经历四十年之久的不信、埋怨与背叛，以致不能进入迦南地。同样的罪孽也阻挡了现代以色列民不能进入天上的迦南。这两者都不是因上帝的应许有什么问题或短处。那使我们滞留在充满罪过与忧伤之世界多年的，乃是自称为上帝子民之间的顽梗不信，爱慕世界，未曾献身与相互争吵。”(怀爱伦，《末世大事记》，原文第38页) 今天我们会在哪些方面犯下同样的错误呢？

1月43日～9日 **第2课** 安息日下午

感恩与祈祷的理由

第一部分：概述

存心节：腓1：6

学习重点：腓1：1-18；弗5：18-21；西1：4-8

作者唐 · 卡森（D · A · Carson）对当今基督教会最迫切的需要进行推测，他猜想人们可能会给出不同的答案。卡森列举了许多层面；例如：性纯洁、财务诚信与慷慨、布道、植堂、属灵思维，以及真正的群体敬拜经验。他最后总结说："从某种意义上说，这些迫切的需要只是更严重之缺乏的表象。西方基督教界最迫切的需要，就是更深入地认识神。我们需要更了解上帝……而认识上帝的一个基本步骤，以及证明我们确实认识上帝的一个基本表现，就是祷告——属灵的、恒切的、合乎圣经教导的祷告。"——唐 · 卡森，《属灵改革的呼召：保罗及其祷告的优先次序》（密西根州急流城：贝克出版社，1992年），原文第15、16页。

保罗一贯强调基督徒的属灵操练，例如祷告和感恩。感恩不仅是他祷告的重要组成部分，也是他书信中常见的内容。他不仅透过不断地祈祷向上帝表达感激之情，也鼓励他的听众这样做（西3：17；帖前5：18）。他认为感恩是上帝在一个人心中作工所结的果子（腓1：6，10、11）。

本周课程强调两个重要主题：

❶ 感恩与祷告本质上紧密相连，就像一枚硬币的两面。

❷ 感恩与祷告（以及其他表现）是上帝在我们里面做美善之工的具体表现。

第二部分：注释

例证

心理学家罗伯特·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："若你一生中唯一的祷告，就是一句'谢谢'，那也足够了！"当时，埃蒙斯分享了一位患有后小儿麻痹症候群之妇女的故事，来完美呈现出感恩祷告与有意义的生命之间的关系。她在写给埃蒙斯的信中说：

"让我最感恩的经历之一，就是我第一个孩子出生的时候。在我不断成长的过程中，我一直在想自己能否生孩子，能否用仅剩的一只手臂来照顾孩子，上帝是否愿意以这样的方式赐福我。在我的女儿出世后，所有的护士都怀疑我能否照顾好她。然而我意识到，上帝既然选择给我一个孩子，就一定会赐予我照顾她的力量。既然上帝没有让我免于小儿麻痹症，那么我能有一个孩子就绝非偶然。所以，当她出生时，我赞美上帝，因为祂让我的丈夫和我能分享培育一个新生命，并让她成为上帝祝福的喜乐……还有什么比抚养另一个人更伟大的目的呢?没有了，而这就是我感恩的喜乐——生命中的意义与目的带来的喜乐。"埃蒙斯进一步指出："有证据清楚地表明，无论在生活中还是在面对生活的态度上培养感恩的心，都能使我们成为更快乐、更健康的人。"——罗伯特·A·埃蒙斯，《感恩的力量：感恩科学如何让你更快乐》（纽约：霍顿米夫林公司，2007年），原文第90，110，185页。

感恩与祷告本质上紧密相连

保罗的书信中有一个习惯性的特征——感恩段落，而它实际上就是祷告。下表可以清晰说明这一点：

经文	感恩与祷告
罗1：8-10	“我靠着耶稣基督……，感谢我的上帝……上帝可以见证，我怎样不住地提到你们；在祷告之间常常恳求。”
林前1：4	“我常为你们感谢我的上帝。”
弗1：15、16	“因此，我……为你们不住地感谢上帝。祷告的时候常提到你们。”
腓1：3、4（直译）	“我感谢我的上帝……在我每次的祷告中常常这样做。”
西1：3	“我们感谢……常常为你们祷告。”
帖前1：2	“我们……常常感谢上帝……祷告的时候提到你们。”
帖后1：3	“我们该为你们常常感谢上帝。”
提前1：12	“我感谢我们的主耶稣基督。”
提后1：3	“我感谢上帝……祈祷的时候，不住地想念你。”
门4	“我祷告的时候提到你，常为你感谢我的上帝。”

观察上表可以得出三个重要结论。第一，对于保罗来说，感恩就是一种祈祷，因为感恩与祷告始终交织在一起。第二，即便保罗在某些书信的感恩段落并没有提到“祷告”这个词，但他感谢的对象依然是上帝（帖后1：3；提前1：12）。第三，“不住地”、“常常”这些词反复出现，表明在保罗的生活中，祷告和感谢是持续不断、甚至不可分割的。

值得注意的是，在感恩和祈祷的事上，保罗期望他的听众能够效法他。在保罗看来，不敬虔的人有个明显的特征，就是不将荣耀和感谢归给上帝（罗1：21）。他鼓励罗马的信徒们要感谢上帝（罗14：6）。当他请求哥林多教会为他和他的同工们祷告时，他是希望许多人为他们感谢上帝的恩典（林后1：11）。

在〈以弗所书〉第5章18-21中，保罗指出了被圣灵充满之人的特征。他

们 (1) “用诗章、颂词、灵歌” 相互启迪；(2) 生命中充满对上帝的颂扬；“口唱心和地赞美主”；(3) “凡事要奉我们主耶稣基督的名常常感谢父上帝”；(4) 而且 “存敬畏基督的心，彼此顺服”。这样看来，感谢上帝与歌唱赞美祂一样，都是敬拜的表现。

保罗在〈歌罗西书〉第3章17节中更进一步地说明，“无论做什么，或说话或行事，都要奉主耶稣的名，借着他感谢父上帝。” 保罗也对帖撒罗尼迦人说同样的话，“凡事谢恩。” (帖前5：18) 保罗鼓励他的听众要将感恩与祈祷融入自己的生活，也效法他个人对于感恩与祈祷的深刻投入。

上帝在我们里面的工作

在保罗写给腓立比教会的书信中，有一句堪称金句：“我深信那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子。” (腓1：6) 有些读者可能会倾向于将 “善工” 解读得过于狭隘，认为它是指腓立比人对保罗的关心和爱戴，因为他们在保罗入狱期间不断提供经济支援。虽然他们对保罗的关心和福音的推进的确是上帝在他们心中动工的结果，但保罗在这里所指的是更广泛的概念，就是借着基督得蒙救赎。

上帝是那位开始救赎善工的主，在基督复临时，这工作也必圆满结束。值得注意的是，这一概念在感恩段落中表述，说明感恩正是上帝在我们心中动工的证据。保罗在〈腓立比书〉第2章12、13节中说过类似的话：“就当恐惧战兢做成你们得救的功夫。因为你们立志行事都是上帝在你们心里运行，为要成就祂的美意。”

至少可以说，保罗的建议——做成自己得救的功夫——很能引起人的兴趣。我们该怎么做呢？在〈希伯来书〉第12章2节中可以找到答案，其中讲到耶稣 “为我们的信心创始成终”。因此，保罗指出，我们应当 “奔那摆在我们前头的路程，仰望……耶稣” (来12：1、2)。但这并不是全部。我们也必须 “放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪” (来12：1)。有的经文 (例如腓1：6和来12：2) 会提醒我们，救恩从根本上来说是上帝的工作，不是我们的。然而，我们仍被呼召去做成自己得救的功夫，或

者换句话说，去“奔那摆在我们前头的路程”，这就要有祷告的生活，寻求圣灵所赐的基督徒的美德（腓1：9-11；西1：4-8），并对上帝在我们里面的工作心存感恩（腓1：3-6）。总而言之，我们应当“行事为人对得起主，凡事蒙他喜悦，在一切善事上结果子，渐渐地多知道上帝”（西1：10）。

第三部分：应用

默想下列主题。引导学生回答下列问题：

我们都喜欢好事发生在自己身上。无论是买车买房，还是经历多年刻苦学习终于毕业，亦或是脱离险境，我们都要感谢上帝。这些人生重要的里程碑让我们的心中充满了喜悦和感激。然而，如果我们留心观察周围的一切，就会发现无数值得感恩的事。然而，没有什么比认识到上帝在我们身上的善行更能激发我们的感激之情了。怀爱伦说：“我们的思想需要扩展，好能理解上帝所作预备的意义。我们要反映上帝品德的最高特质。我们应当感激没有被撇下独自为人。”——《使我认识祂》，原文第302页。

上帝期望我们在祷告中要有真诚的感恩之心。例如，在〈帖撒罗尼迦前书〉第5章17、18节中，在“不住地祷告”后面，紧接着的就是“凡事谢恩”。这意味着一方面我们总有感恩的理由，另一方面我们的祷告应该要常常表达对上帝的感激之情。值得注意的是，保罗的意思并不是“要因着每一件事谢恩”，而是说“要在一切状况下感谢上帝”。上帝将祂的独生子赐给我们，替我们而死，这就足以让我们每天都心存感激，并以祷告中那赞美之言和生活中的善举来表达我们的感恩。

问题：

❶你会因哪些属灵的祝福而感谢上帝？又会因哪些在物质上和身体上的祝福而感谢祂？

❷“因着每一件事谢恩”和“要在一切状况下感谢上帝”究竟是什么意思？二者之间的不同有何重要意义？

❸怀爱伦所说的，我们“没有被撇下独自为人”，究竟什么意思？我们为什么要因此心怀感激？