

核心课程：认识苦难

第十二讲：知足的秘密



在基督里、在任何情况下都有喜乐

导论

大家早上好。到今天为止，我们花了十二个礼拜天上午来讨论这个重要的问题：圣经如何谈论人类在地上会经历的各种不同苦难。我们学习了神对人类苦难的目的，我们谈论了为什么受苦是一种关乎信心的挣扎，我们也花了好几个小时讨论我们该如何在面对实际苦难的时候为信心争战。我们讲到，受苦是成为基督徒必然会面对的一个独特呼召，我们在上周的时候也讲到作为基督徒，我们如何经历苦难是在向观望的世界提供一个我们在基督里有盼望的真实画卷。

我不知道各位是什么、出于什么动机而参加这个课程的，我想一定有很多的原因——你想帮助自己、你想帮助别人、你没地方去……。虽然我们讲了这么多面对苦难的工具和方法，但是苦难的本质问题在于：你没有办法绕开，你必须经历过去。我们在圣经中常常看到面对苦难的词是忍受、坚忍、盼望，“等候”常常出现的描述苦难中状态的动词，例如：

- 神给亚伯拉罕关于后裔的应许，但是亚伯拉罕等候了25年才有以撒的出生。¹
- 以色列人在旷野游荡了40年，才得以进入应许之地。
- 诗篇充满了要“等候耶和华”的提醒和教导：
 - 诗篇25:3“凡等候你的必不羞愧。”
 - 诗篇27:14“要等候耶和华！当壮胆，坚固你的心！我再说，要等候耶和华！”
 - 诗篇62:5“我的心哪，你当默默无声，专等候神，因为我的盼望是从他而来。”
 - 诗篇130:5“我等候耶和华，我的心等候；我也仰望他的话。”
- 罗马书8:23说，神的儿女等候我们身体得赎的日子。
- 罗马书8:19-22则讲到，受造之物都在等候脱离罪所带来的捆绑。
- 启示录22章更是表明神的百姓在等候耶稣基督的再来：“阿们！主耶稣啊，我愿你来！”

然而在等候中，我们都面对一个挑战：不满足。我们厌倦了等候，我们在等候中常常被这世界各样的事物分心、开始埋怨、指责，并且为之焦虑。各位，你们有多少次为自己的问题没有得到解决而有类似的感觉？你可能对自己的工作感到不满足、为自己的单身状态感到不满足、为自己的婚姻状态感到不满足，或者对教会不满足、对你的友谊关系不满足（或对没有友谊而不满足）、为别人给你的礼物不满足、为你的预算不满足、为你的才能不满足、为你的属灵恩赐不满足，甚至为你得到的服事机会不满足。没有一样事物是我们不能为之感到不满足的。

只要你活的长久，你就会面对苦难。如果我们要以荣耀神的方式受苦，那么我们就不单单要学会为信心争战，而且还要学会好好地等候。我们的等候同样应当是荣耀神的、知足的，而不是带着苦

¹ 创世记12:4告诉我们他得到应许的时候是75岁，21:5则说以撒出生的时候亚伯拉罕100岁。

毒、怨恨或者受搅扰的心。要在盼望中等候！今天是我们的最后一讲，关于知足，我们要知道什么是知足，以及如何知足。

一、什么是知足

对于知足的定义，我们可以在腓立比书4章，4:10-12找到：

¹⁰我靠主大大地喜乐，因为你们思念我的心如今又发生；你们向来就思念我，只是没得机会。¹¹

我并不是因缺乏说这话；我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。¹²我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。

保罗说，他为腓立比人慷慨地给予他的馈赠而感恩，在感恩的同时，他不希望自己被误解，他不希望对方认为他说“谢谢”仅仅是为了获得（或者期望获得）更多的金钱支持。所以他清楚地告诉她们，他并没有缺乏，他已经掌握了无论在什么样的境遇中——无论是富足还是贫穷——都能知足的秘密。

什么是知足呢？根据10节，我们可以给知足一个定义：知足就是一个人的满足与他的处境、条件和遭遇无关，知足是表达满足。在认识了这一定义之后，我们也需要明白知足不是什么：

1. 知足并不是无欲无求

a) 保罗有追求：

- i. 罗马书15:20告诉我们，保罗的愿望就是在基督的名没有被传开的地方传讲福音。
- ii. 哥林多后书5:9则说，保罗的愿望是在一切的事上讨神喜悦。
- iii. 提摩太前书3:1说，如果一个弟兄渴慕成为长老，这是羡慕善工，是值得称赞的。

b) 但是保罗批评自私的追求：

- i. 腓立比书2:3说：“凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀；只要存心谦卑，各人看别人比自己强。”

2. 知足并不是在各种不同的环境面前都不为所动

知足并不是无感觉或者无感情，而是说我们的感情、回应不应当被环境的好或者坏所控制。如果一个人可以通过合法、公平的方法来改善他的环境，那么他就应当这样做。使徒行传16:37-39给了我们这样的例子：

³⁷保罗却说：“我们是罗马人，并没有定罪，他们就在众人面前打了我们，又把我们下在监里，现在要私下撵我们出去吗？这是不行的。叫他们自己来领我们出去吧！”³⁸差役把这话回禀官长。官长听见他们是罗马人，就害怕了，³⁹于是来劝他们，领他们出来，请他们离开那城。

保罗在一个糟糕的处境面前并不是逆来顺受或者毫无反应的，他使用了自己罗马公民的身份来改善自己的处境。但是，我们也特别的要注意，在这段经文之前，在他们的处境很糟糕的时候，保罗和西拉是怎么做的呢？他们反抗吗？他们抱怨吗？并没有。25节说：“约在半夜，保罗和西拉祷告，唱诗赞美神，众囚犯也侧耳而听。”保罗和西拉的喜乐并没有因为处境或者在监狱里而受控制，无论是囚犯还是狱卒都得以听到了他们的喜乐，并且为此感到惊讶。

另一个例子来自哥林多前书7:20-21：

²⁰各人蒙召的时候是什么身分，仍要守住这身分。²¹你是作奴隶蒙召的吗？不要因此忧虑；若能
2

以自由，就求自由更好。

根据上下文，保罗是在说当神呼召我们成为基督徒的时候，我们当时的身份并不是最重要的（无论处境如何、是不是奴隶、结婚还是单身，等等）。如果一个人认为他需要改变自己的处境才能够成为一个基督徒，那就错了。但是保罗也不是说奴隶制度就是合理的，他说如果你有合法的方式能够为自己争取自由，那样做就是更好的。保罗的要点是：知足并不是对环境或者遭遇都毫无反应，而是说从永恒的角度来认识环境，并且如果有机会用合法和公平的方式脱离处境的话，当然可以这样做。如果你的工作对你来说是个苦难，离开这样的工作并不是犯罪；如果你想要脱离单身，那么结婚也不是犯罪；如果你觉得很热，开空调更不是犯罪。问题只是，我是不是必须这样做才能满足？如果你是这样认为的，那么你就已经被你为之不满足的事物控制了。

【看大家有什么样的问题】

二、如何知足

我们现在理解了什么是知足，我想这并不难，但是要经历真正的满足则不是那么容易的事情。我们应该如何知足呢？让我们回到刚才读过的腓立比书4章的经文。我们注意到，11节保罗说：“我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。”12节他进一步说：“我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。”我不知道你的情况是怎样的，但是对于我来说，我受到很大的鼓励：这位伟大的使徒，写下了新约圣经中将近一半篇幅的人，他也需要“学习”才能知足，他并不是突然就知道了，他需要学习，和我们一样。换句话说，知足需要我们的学习，而且我们是可以学会的。保罗是如何学会的呢？我们接下来认识四个保罗“学会”的方法，这四个方法我们也是靠着神的恩典可以使用和学习的。我们需要学习知足，学习无论在什么处境下、无论将来会怎样，我们都可以知足的秘密。

1. 透过经历而学习

思想哥林多后书12:7-10，保罗在那里写道：

7又恐怕我因所得的启示甚大，就过于自高，所以有一根刺加在我肉体上，就是撒但的差役要攻击我，免得我过于自高。8为这事，我三次求过主，叫这刺离开我。9他对我说：“我的恩典够你用的，因为我的能力是在人的软弱上显得完全。”所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。10我为基督的缘故，就以软弱、凌辱、急难、逼迫、困苦为可喜乐的；因我什么时候软弱，什么时候就刚强了。

我们并不知道7节所说的“一根刺加在肉体上”究竟是什么，但是无论这“刺”是什么，保罗为之受苦、保罗为此祷告和祈求神改变处境。很显然，在刚开始的时候保罗并不喜欢和满足自己的处境，但是透过经历，神教导了他重要的功课，这功课就是：“我的恩典够你用的。”（9节）

有的时候，我们就是对神的心意、神的良善学习的很慢，我们对神为什么允许某个苦难临到自己、神的目的、该如何信靠神、该如何知足学习的很慢。让我们回想一下，过去的基督徒生涯中有哪些你借着经历而学习到的、关于神的重要功课？在哪些时候你的成长最大？是你平安稳妥的时候吗？大多数情况都不是的，而是在你面对挑战的时候、受苦的时候。虽然受苦不是一个愉快的经历，经历苦难的时候也并不愉快，但是当我们回顾的时候我们就会为这段经历感谢神，因为我们都从中得到了成长。正因如此，即便我们身处苦难之中（正如保罗），我们也可以靠着神的恩典感谢祂，因为这让我们学习神的恩典对我们来说是够用的。很多时候，这些苦难成为神展现祂大能的舞台。

我们在雅各书1:2-4看到同样的教导：

²我的弟兄们，你们落在百般试炼中，都要以为大喜乐；³因为知道你们的信心经过试验，就生忍耐。⁴但忍耐也当成功，使你们成全、完备，毫无缺欠。

雅各说忍耐所带来的是什么？“毫无欠缺”！你能想象吗？雅各和他的弟兄们在经历各样苦难之后结出的果子就是成全、完备，毫无欠缺，这就是经历坚忍的果子。

2. 透过做眼前的工而学习

在不知足的时候，我们面对的一个试探就是转向自己、而不是转向神，我们的心里想来想去的就是有没有改变的可能性，以至于我们会认为说，只要某个东西改变了，整个处境都会不一样了，然后我就好了。当我们越往这个方向去想，我们的焦点就越多地是自己而不是神，更不是他人。过不了多久，神在你的心中就变得越来越小，你自己的问题和需要就变得越来越大，我们就会变成自己需要和想法的奴隶，如果环境或者某个条件得不到改善，就不会感到满足。

在面对这样的情况时，我们该怎么办呢？我们不应该转向自己的里面、不应该纠缠于如何改变自己的处境，相反我们要问：“神把我带到这个处境里，神要求我做什么呢？”然后我们就积极（忙碌）地去做我们的责任要求我们做的，无论是工作、人际关系，或者是教会的 服事。在腓立比书2章12节，保罗呼吁教会殷勤地做神呼召教会所作的工，换句话说就是要“恐惧战兢做成你们得救的工夫。”当他们缺乏信心、感到自己软弱或者不想要去做的时候，保罗就接着在13节鼓励他们说：“因为你们立志行事都是神在你们心里运行，为要成就他的美意。”做我们眼前要做的工，这可以造就他人，也讨神的喜悦。我们会发现说做这些神已经托付的工给我们力量，也给我们坚忍的意愿，即便这些工并不是我们最想做或者最喜悦做的。

3. 透过聆听真理而不是聆听情绪而学习

如果你用一台电脑可以下载你的情感数据，你觉得可以从你的情感数据报告里读到什么？如果你看到你自己的一天情感曲线，这些数据会告诉你什么呢？我们先前讲过一个概念叫做“实践的认信”与“宣告的认信”之间的区别，我们实践的认信和宣告的认信之间存在差距，因为我们有的时候会聆听情感的声音而不是聆听真理的声音。当我们面对苦难的时候，情感的声音会听起来比真理的声音要大。情感并不是邪恶的，但是情感却常常是不可靠的。

譬如，我可能“感觉”神不关心我。但是真理是：神爱你，神关心你，他是我们的父亲，若不是神的允许和关注，什么事都不会发生在你的身上，圣经说我们的头发都被神数算过了（太7:11,10:30）。我们的处境可能会改变，但神是不改变的。

我可能“感觉”神不存在，或者我的处境神无法控制，或者神在那里但他不想控制。但真理是作为神的儿女，我们的所有处境都是在神掌权之下的，都是神爱和怜悯的彰显，我可能不能理解神为什么这样或那样做，但是神让万事互相效力都是为了我们的益处（罗8:28）。

我可能会“感觉”苦难永远不会过去，但真理是无论我们的处境现在是怎样的，它都是暂时的。它会过去，而且没有什么能够剥夺我在基督里能够得到的喜乐、盼望和完全。（罗8:35-39，彼前1:6-7）。

情感是神赐给我们的美好礼物，我们不是禁欲主义者、我们也享受丰富情感带来的美好。但是我们必须要让神的话教导我们，而不是让情感教导我们；我们要让真理引导我们的生活，而不是让情感引导我们的生活。

4. 透过在基督里得到真满足而学习

最后，我们透过在基督里得到真满足而学习。让我们回到腓立比书4章。在12节，保罗说：“我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。”

什么是“秘诀”呢？13节保罗解释说：“我靠着那加给我力量的，凡事都能做。”秘诀就是基督！当保罗在哥林多后书12章为自己肉体上的刺而挣扎、与神摔跤的时候，神给他的解决方案不是拿走这根刺、也不是让他没感觉，而是在艰难中经历神的恩典，在自己的软弱中经历神的大能。

这是如何发生的呢？怎样在基督里得到真满足呢？让我们回到第三章，在那里可以看到对我们很有帮助的经文。在3:8，保罗写道：“不但如此，我也将万事当作有损的，因我以认识我主基督耶稣为至宝。我为他已经丢弃万事，看作粪土，为要得着基督。”保罗并不是说这些事——例如工作、配偶、友谊、自己的健康——都毫无价值，是有价值的！但是如果与他在“认识基督”这件事上所得到的价值相比，是毫无价值的、是可以被“看作粪土”的。

当苦难迫使我们失去一些我们认为有价值的事物时，我们会不知足，但是如果有人偷走我们的“粪土”，我们会为此感到焦虑和不知足吗？不会的！

所以，无论在什么境况下都能知足的秘诀是什么？是在基督里找到真满足。今生的事物是短暂的，他们不值得成为你喜乐满足的来源。但是基督是不改变的，基督是一个稳固的根基，如果我们的喜乐、满足、盼望是建立在基督之上的，那没有什么可以夺去，即便整个世界都变得很糟糕。所以，当我们把盼望和满足建立在认识基督上，我们就可以更好地等候，因为我们有一位值得信靠的救主。

这是为什么耶稣在福音书中常常描述自己就是道路。在约翰福音7:37-38，我们读到“耶稣站着高声说：‘人若渴了，可以到我这里来喝。信我的人就如经上所说：从他腹中要流出活水的江河来。”这不仅仅是一个宣告和声明，这是呼吁听众努力去品尝耶稣、认识神的良善（诗34:8），这一点非常重要，我们努力地道耶稣那里去喝、直到我们明白耶稣所说的活水江河是什么。耶稣的确是活水的源泉，他的确能够满足你。你今天早上的“干渴”是什么呢？是得到肯定和荣誉？是坐的舒适？是需要陪伴？无论你的“干渴”是什么，耶稣宣告说，如果我们到他面前去、认识他真的是谁，我们信靠基督，我们就不单能够满足自己的干渴，而且会让“活水的江河”从我们自己里面涌流出来，我们也成为活水的管道！

所以弟兄姊妹们，当我们面对不知足的试探时（我们总会碰到的），我们就阅读和默想神的话，尤其是默想神的话如何告诉我们耶稣是谁、耶稣成就了什么。我们要为自己更多认识基督而祷告，让神开我们的研经和耳朵来聆听祂的声音。我们在不满足时也可以用诗篇90篇祷告：“求你使我们早早饱得你的慈爱，好叫我们一生一世欢呼喜乐。”（14节）然后我们等候，知道说等候神的永不至羞耻。

总结

受苦是真实的，受苦是痛苦的，但是神是一位掌权的神，神也在我们的受苦上掌权，所以我们不会在我们的苦难上浪费什么——一切都是为了我们的益处。是的，苦难中我们会有很多问题得不到解答，但是我们信靠神，我们等候神，我们可以满足。我们如何知足呢？因为我们在十字架的下面所学到的，我们学到福音所告诉我们的神的不改变。神是良善的、神是可信的，神是掌权的，并且神

是为了我们的益处。有一天，神会抹去我们所有的眼泪，到那一天就不再有死亡、不再有悲伤，也不再有痛苦和哭泣。我们会看到，旧的次序会过去，我们会为神所造的新天新地而欢呼。带着这样的盼望，我们现在就知道我们当下的受苦与将来会揭示的荣耀比起来就不值一提了。

【看大家有什么问题】

【祷告】