

讲题：顺境逆境、一样安稳

腓立比书 4 章 1-9 节

林婉妮牧师



引言

我们生活在前所未有的时代。对于我们大多数人来说，我们从未亲身经历过像现在正在发生的全球、国家和个人动荡的事情：冠病疫情、以色列与巴勒斯坦哈马斯战争、俄罗斯战争、国家选举的分裂，当然还有压力和孤立以及、经济困难，都深深地影响了我们。加上日常人们为抗议、骚乱、选举、生意合作和休闲旅行等事情而争吵时，我们变得越来越焦虑和沮丧。

使徒保罗在腓立比教会中也面对重重艰难。他被人指控而坐牢。腓立比教会也面对这些社会的问题和不公不义。同时，他们又面对内部的分裂。友阿爹和循都基是主要的领袖，但她们不同心，使教会产生很多争端、争论。另外，教会也面对从耶路撒冷来要守割礼的教导，跟使徒保罗的教导不一样，假教师却在那裡赚钱谋利，甚至攻击保罗。腓立比教会人很多人不开心，觉得自己很缺乏、被压迫，有很多负面的情绪。

但是，作为跟随耶稣的人，我们不必屈服于混乱和忧虑。我们也许会被我们生活的悲伤和破碎的世界所震撼，我们不必成为敌人摧毁我们的希望、

喜乐或爱的阴谋的受害者。我们不能控制我们的局势，但我们可以控制我们的反应，并在任何患难中依靠上帝。

说起来容易，做起来难，对吧？我们从哪里开始？保罗就借用这个机会教导教会思想生活的重要性：错误的想法导致错误的行动。这就是为什么信徒需要思考正确的事情。圣经也说：一生的果效都是从心发出来的。正确的思想导致正确的生活。我将提出 3 点来分享保罗如何在逆境中牧养教会：

1. 如何在分歧中求得和谐
2. 如何在挂虑中求得平安
3. 如何在试探中保持圣洁和思念美事

如何在分歧中求得和谐（2、3）

腓立比教会的其中问题涉及两个主要女领袖——友阿爹和循都基陷入了争论。我们不知道是什么导致了他们的争吵。她们可能是为一个重大的神学问题，还是更可能是已经说过或做过的一些小事？因此就不同心。人与人之间有分歧是不可避免的，但分歧不一定导致分裂。为什么保罗看不同心为这么严肃而不幸的事？它乃是与使徒的心意相违背，它乃是否定了教会设立的本意；它也是教会抵挡世俗防御设施上之缺陷。上帝的心意是希望

基督徒和睦相处。“用和平彼此联络，竭力保守圣灵所赐合而为一的心。”

（以弗所书 4: 3） 保罗要求他的福音伙伴成为和平的使者，帮助这两个女人，帮助恢复他们之间的合一。但他敦促妇女们自己同意在主里建立基础。

冲突从来都不是一件容易的事。至少在某种程度上，骄傲在大多数冲突中都是要害。骄傲在个人偏好问题上需要实行自己的方式，因为骄傲认为自己的偏好优于他人的偏好；骄傲认为他人不如自我重要，并寻求以牺牲他人为代价来实现个人利益。骄傲是傲慢的，所以它也会损害任何团体的正常关系结构，包括教会。当我们处理冲突时，我们意识到有一些自私和骄傲的火花，而我们需要纠正消除这些火花。因此，解决冲突的第一步是放下自私和骄傲。骄傲是谦卑的反面，谦卑是教会合一所必需的。谦卑把他人放比自我更重要，并寻求他人的最大利益，即使这需要个人牺牲。这正是耶稣成为人并替我们而死时为我们所做的。他把我们的利益放在他自己的利益之上。腓利比书 2 章就描述了耶稣的谦卑。

在马太福音 5: 23, 24 中，耶稣告诉我们，我们需要与我们的兄弟和好，然后才能正确地敬拜上帝。我们要努力与所有人和平相处，只要它取决于我们（罗马书 12: 18）。保罗只希望这两位姐妹会彼此认错和好。主要问题就是因为骄傲自私的心态。我们需要把注意力从自己身上移开！多关心他人的需求。而不是允许自尊影响你的人际关系。看来，两个女领袖都失去了宽容。或者更确切地说，是对彼此谦卑的心态。我们谁都不喜欢犯错，也

不喜欢有人向我们指出我们的缺点或错误。要承认自己有缺陷或软弱以及容易犯错不是我们自然想的事情。在 v5 保罗劝信徒说：“当叫众人知道你们谦让的心。主已经近了。”“谦让的心”就是要像基督一样体谅别人，这不但对教会领袖重要，也是每个信徒都需要学习的。我们要学习处处为他人着想，存忍耐、谦让、温柔的心，这样，便知道什么叫做各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事了。

昨天我和一位资深的牧者分享他牧会的心得。他分享他的教会几年前租借一个地方，崇拜时间本来是早上，过了几年，那个租借的主人竟然让别的教会优先拿了早上的崇拜时间。他教会只好用下午的崇拜。他不单不苦毒，他还带领教会在周六准备好音响系统，供给其他教会早上使用。我听了不禁觉得这就是教会的精神！绝对不是采取报复的姿态，不是保护自己的地盘，而是谦让！

弟兄姐妹，生活中的很多事情都不值得为之奋斗争辩。我们可以在每一个琐碎的问题上互相争吵，直到我们毁灭自己（加拉太书 5: 15）。或者我们可以吞下我们的骄傲，仁慈地接受明智的建议，并寻求与我们的兄弟姐妹合一。

如何在挂虑中求得平安（4-7）

保罗写信给腓立比的信徒，在 v6 鼓励他们应当一无挂虑”应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求，和感谢，将你们所要的告诉神”。用来表示“挂虑”的希腊字（merimnao），意思是一个人的思想“分散或分心”。保罗教导他们说，信靠基督的人要专心，

不要被其他的事情分散焦点，就像雅各书 1 章 6-8 节所描述“疑惑的人”一样。

对于那些患有焦虑症的人来说，你知道它在情感上和身体上是多么虚弱。焦虑症的人通常会出席以下的症状：坐立不安、容易疲倦、注意力不集中，头脑一片空白、情绪易怒、肌肉紧绷、睡眠障碍。

焦虑会给思想带来伤害，并用我们自己错误的想象场景来囚禁我们。研究表明，我们担心的所有事情中有 91% 从未发生过。问题是，许多人常常活到好像我们的恐惧已经实现，或者很快就会实现。

所以保罗劝导教会保持专注的方法就是在感恩的祷告中，将我们的挂虑交给上帝（腓立比书 4 章 6-7 节），这样就能让基督所赐的平安保守我们的心思意念。生活中本来就有许多忧虑不完的事情，但是基督徒有神的应许。要补充一点的是，保罗要信徒不要忧虑，他自己却并不是没有忧虑、不知道忧虑。相反的，保罗有许多仇敌、常常毁谤他，甚至企图杀害他，他说不要忧虑的时候，他正在监牢中，有生命的危险。保罗并不是要我们对危险毫无感觉，也不是要我们除去对环境合理的警戒心。他乃是要我们除去一切因为信不过神而产生的忧心挂虑。况且许多人对今生的某些忧虑，也表示出人们对物质生活的很大依恋性。这些忧虑，会夺去我们在主里的“喜乐”和“平安”。

我喜欢荷兰作家 Corrie Ten Boom 说的一句话：**忧虑不会清空明天的悲伤，它只清空今天的力量。**一个生活在恐

怖的大屠杀的人，还可以说出这些话，她的生命体验应该非凡的。所以保罗劝我们祷告。

有人说：“当你可以担心的时候，为什么要祈祷呢？重点很清楚：忧虑使我们一事无成，但祷告让我们与能够处理我们所有忧虑的那一位取得联系。祷告把我们的思想重新集中在关于我们和上帝的真理上。这是对上帝的爱的本质、品格和对他的创造物的态度的敬拜信靠。第 7 节谈到伴随我们祈祷的平安，这是一种保护。这里使用的术语“保守”这个字的原文是一个军事上的用语，保罗从军事的观念出发，用卫兵站岗守卫的情形，指出神对我们这些在基督里的人有完全的保护，这是多么宝贵的应许。

弟兄姊妹，挂虑是自我中心的结果，是我们对神的保护和照顾缺乏信心的结果，主耶稣曾经教导我们不要为生命、身体、明天忧虑，因为天父知道我们需用的一切。怎样才可以一无挂虑呢？腓 4:6 提供了答案，我们只要凡事借着祷告来告诉主就可以了，凡事是指每一件事，无论大事或者小事，神都会听我们的祷告。

一个故事讲到两位画家各自画一幅图画，表达他们对“安息”的概念。第一位画家选择的场景是一个安静、孤寂的湖，湖面如镜，倒映着远山。第二位画家在画布上画的是仿佛万马奔腾，气势澎湃的瀑布，水花四溅，所溅起的白沫间却横生一根脆弱的枝干，树枝的分叉处有一个几乎被水花溅湿的鸟巢，一只知更鸟安坐在里头。第一幅画所传的只是“停滞”，第二幅才是“安息”。平安不等于一个完

全没有困难和风暴的景况，而是在那一切的纷乱、翻腾和动荡中，心中仍然平静。

虽然在罗马的监狱中，但是他因着有主的同在而喜乐，并且写信的时候，劝勉信徒要喜乐，在腓立比书 4:4：他再一次说：“你们要靠主常常喜乐！我再说，你们要喜乐！”弟兄姊妹，被囚的人劝别人要喜乐，看来实在不可思议。保罗却给我们上了重要的一课。喜乐不只是一种乐观的情怀，而是在面对艰苦、逼迫的时候，内心发出的一种力量，这种力量并不是靠自己，而是来自神的，是不受外在环境的影响。保罗充满喜乐，因为他知道不论在什么事上，基督都与他在一起。在这封信中，他多次教导腓立比信徒要喜乐。我想到今天作为家长和孩子的压力和焦虑也越来越大。我的孩子今年小六会考，虽然我没有太多时间督促她，可是我看到她承受的压力的确不小。学校的压力很大。作为父母，我们怎么引导我们的孩子，提升自己 and 彼此的精神，“激发喜乐”，度过难关？我们首先要活出喜乐感恩的生命，来引导孩子。孩子看着父母的榜样生活。所以我们自己要突破焦虑的势力。我们就好好支持我们的孩子。我告诉我孩子，我们人生的道路是一个长跑，这小六会考只是我们人生一个里程碑。我们只要尽力就好。

喜乐就是要感恩。我鼓励大家养成每天感恩的习惯。这不一定是一场大煎熬：想想每天一到三个简单的感恩事项，就像我孩子每天祷告都是“感谢耶稣给我有好吃的食物”，这是他们心里的祷告。感谢主我没有生病，没有中 covid。尽管它们可能很简单。通

过这样做，即使在最困难或最痛苦的时期，你的感恩练习将有助于正确看待你的环境，间接创造快乐，并让你脚踏实地。让我们切记 4:6-7：是神宝贝的应许：“应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。”

如何在试探中思念美事（8、9）

在我们这个时代，我们发现一个世界绝不是纯洁无暇。每当您看或读新闻或社交媒体时，其中博闻会引发不良思维吗？现在你只要点赞一下，其中的人工智能就能把相关消息全送给你。但我们所看到的是，对我们是好的吗？保罗鼓励我们走向更高的思想，从而带来更高的生活。

保罗在 v8 教导我们要思念真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的事情，这是指什么呢？就是信徒要常常“思念”真实、清洁、可爱、有美名、德行、称赞的事。这就是信徒该做的事情，要分辨什么是主所喜悦的真善美的品德，时时思念并向往这些美德。这里“思念”这个词的意思就是考虑、沉思或是我们所说的“默想”的意思。这里是用现在时态，是指继续不断的“思念”。一个人心中所思想的，往往就能够管理和引导他一切的言行举止。例如，一个人若常常思想良善的事情，那么好行为和好言语就会很自然的流露出来；反过来说，一个人若心里老是存在着一些有罪、不洁净的思想，就算他非常善于掩饰遮盖，也必定会现出邪恶的言语和行为。像现在有许多色情和暴力的资讯到处可见，透过电脑和网络

设施直接进入我们的家中，真应该小心防备才是。

我们不但在消极方面要小心，不让败坏的资讯进入眼目和思想中，在积极方面我们也要常常对那些正面的事情开放自己，昼夜思想。正面的品德通常是指的哪些品德呢？首先来看第 8 节的“真实的”这个词，它是“虚假和谎话”的反义词，是指“诚实和不欺骗的”，包括所有和神的真理标准相符合的事情。而接下来“可敬的”意思是说庄严、高贵和值得尊敬的事。它和浅薄轻浮刚好相反。这里提醒基督徒说话不可随意轻浮。继续来看“公义的”，就是指公平、正义的人际关系，更是指行事为人合乎神的标准和遵行他的旨意。其它品德还包括在思想、动机、言语和行为上保持“清洁”，举止礼貌叫人喜爱，有好名声、和得众人称赞等等，这些都是我们要常常思想的品德。神的旨意都是纯全、善良、可喜悦的旨意（参考罗 12:2）。当我们思念又遵行这些美好的品德，行神所看为喜悦的事，那就是将自己放在神纯全善良的旨意中，如此，那些黑暗的诡计便无法对我们造成伤害。所以说这些美好的品德，实在保护叫我们不犯罪、不忧虑的最好屏障啊！

我探访一个会友，她的儿子很年轻，才 20 岁出头，因为一场意外，就一直昏迷不醒，后来就去世了。作为教牧还有母亲的感受，我为她感到难过。我一直犹豫要不要问她过得怎么样，因为我总觉得这是一个不合适的问题；她很伤心。但我最后还是问她说，她是怎么坚持的。她的回答是：“如果

听到令人沮丧的话，我会选择不听不想，就专注每天感恩和盼望。”那天，她的话带给我安慰。因为我当时也在面对一些很不愉快的情况。

我们必须选择如何生活。我们可以通过相信上帝对我们生命的应许来选择喜乐。我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。（罗马书 8:28）。或者我们可以选择专注于我们旅程中消极和困难的部分，让它们剥夺我们的快乐。你觉得很难控制你的思想生活吗？你是否经常被消极憎恶的想法所包围，或者你发现自己一直在与恐惧作斗争？

首先要做的事。有什么需要清除的吗？有没有任何电视节目、电影、歌曲或小说引导我们进入罪恶的思想？我们需要专注于我们的精神需求。在重新聚焦我们的思想生活时，还有什么比把我们的注意力转回我们与上帝的关系更重要的呢？本周的经课是耶和华的恩惠。在我们的呼召敬拜诗篇中，大卫思考了耶和华对他子民的恩宠。在《出埃及记》中，尽管以色列人对主不忠实，但主仍对他们施以恩惠。在给腓立比人的信中，保罗写到几位同工受到上帝的眷顾，他们的名字被写在生命册上。在《马太福音》中，耶稣讲述了一个慷慨的国王邀请所有人参加他儿子婚宴的寓言。这都是神丰盛的恩典！

最后，我们来看基督徒要效法属灵前辈的榜样。保罗鼓励弟兄姊妹听了他的教导、看见了他所做的事，就应该照样去行。就如希伯来书说的一些像云彩般的见证人在我们四周围，叫我们可以彼此扶持和学习。这并不是说

我们要从消极思维转变为积极思维，而是要知道神是如何在我生命中的消极事情上做工的。当我们明白了这一点，我们对负面事物的看法就会改变。我们的心会改变，因为我们看到了神在做工。

总结

保罗写信给他在腓立比的朋友。“你们所学的、所领受的、所听见的，或在我身上看到的，都要付诸实践”（腓立比书 4：9）。愿主也让我们从当中学习，藉著心灵的更新，祷告来到主面前，也藉著行动的落实，实践主的真理。就如我记得我学车，理论我可以考的很好，可是真正来到驾车，我真的觉得我读的理论还像在另一个世界，或者说还给老师。的确，一个概念只是一个概念，直到我们学会如何在实践中解决它。 我们被呼召作为耶稣的信徒活出这些。像任何习惯一样，这些美德必须练习才能被培养。我们从来不是靠自己的力量练习。神会供应我们所需要的（4：19）。