

# 小组聚会：知足

## 经文：腓立比书 4:10-13

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，只是没得着机会。

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，或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。13 我靠着那加给我力量的，凡事都能作。

## 讨论与分享：

**（一） 请分享一件「几年前你非常想要得到，后来真的得到了」的东西，并分享：**

- 当时为什么这么想要？
- 现在的你怎么看待这个东西？对你还是一样重要吗？

请组员自由分享。（如：笔者 50 年前，花了很长时间存钱买了台 Nikon 相机，为了拍建筑物，当时视为宝贝，爱不释手。用了几年后就束之高阁，直到 2016 年搬家时，就捐给了 Goodwill。）

**（二） 「知足」是在「得着了想要的」之后的满足感？还是需要拥有「与世无争、逆来顺受、安于天命」的心态，才能得着的心境？还是...？**

- 保罗写这段鼓励人要“知足”的经文时，他正处于什么样的光景？

1》请组员自由分享…。1】从生活经验中，我们知道：物质、爱情、名利、健康...，虽然让人渴望，但当真正得着后，往往会发现内心仍旧不满足。圣经早已告诉我们这个真理，（传 2:11/我察看我手所经营的一切事，和我劳碌所成的功。谁知都是虚空，都是捕风...）这是因为（传 3:11/神造万物，各按其时成为美好，又将永生（原文作永远）安置在世人们心里。）唯有永恒的事物，就是神自己，才能够真正填补人心的空处，带来满足。

2】保罗所说的「知足」，并不是像宿命论者（如：颜回）的消极无奈，以自我保护的方式来应对困难的环境，他们所谓的「知足」常出于逃避现实、愤世嫉俗，甚至隐藏着自傲与苦毒，无助于他人，更是与神毫无关系。

2》当保罗写信时，他正被囚在罗马监狱里。他没有自由、财产，也少有亲友来往，还要面对诉讼与不知的未来。然而他说「我无论在什么景况，都可以知足。」可见他的「知足」与外在的环境无关，乃是因他的心灵被圣灵所充满，而得着「知足」- 也是圣灵才能结出的属灵果子。

(三) 11 节中，保罗说他是透过「学习」才学会了「知足」。那么，

- 他学到了哪些真理？（参：林后 4:18，西 2:9-10，罗 8:38-39）
- 他如何表达自己是「知足」的人？
- 今天我们在学习「知足」的过程中，最大的障碍是什么？可以如何实际地突破？

1》圣经教导的「知足」不是与生俱来的心态，而是需要经过学习与操练而来的。首先，我们要学习的认知包括：

1】唯有永生真神自己，才能满足人心深处的渴望，使我们能够「知足」，绝对不是靠眼见的暂时之物。（林后 4:18）

2】相信神已经在基督里赐给我们一切的丰盛（无人可以夺走）；并承认基督是我们生命的主，我们才会愿意顺服他，无论在顺境或是逆境中，都信靠他的应许和供应，追求有永恒价值的事物，服事他人，荣耀神。（西 2:9-10）

3】与永生真神建立亲密关系，了解他给予我们的爱，永远不会失去，我们才能在他的护庇下得到安稳与满足，从而学会「知足」。（罗 8:38-39）

2》保罗的知足促使他凡事都能作，因为他倚靠神，而得着正面、乐观、进取的心态和力量。所以即使在困境中，他仍：1】感谢神，深知神在主耶稣里必有美意。2】抓住机会，用神所赐的恩赐与资源来服事他人。例如：在狱中向御营全军传福音、写信并打发同工去劝勉众教会、称赞鼓励信徒、赞美神。可见圣经教导的「知足」，是一种正面、积极、充满盼望、愿意服事人、荣耀神的「动态生活方式」。

3》请组员自由分享…。（如：笔者的挑战是学习将「安全感」建立在神的身上，而不是倚靠眼前可见的事物。我需要在生活中的小事上— 如：身体的状况、经济上的需要、儿女的婚姻…，操练将大大小小的忧虑交托给神，让祂来掌管与带领…。）

参考经文

（林后 4:18） ...因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。

（西 2:9-10） 9 因为神本性一切的丰盛，都有形有体的居住在基督里面。 10 你们在他里面也得了丰盛。他是各样执政掌权者的元首。

（罗 8:38-39） 38 因为我深信无论是死，是生，是天使，是掌权的，是有能的，是现在的事，是将来的事， 39 是高处的，是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝....。