

滿足的喜樂

當我們擁有很少的時候，
更容易體會到神的恩典，
也更容易在屬靈的事上專心。

文／梁得仁主講·神的兒女整理

圖／Rainie

真理
專欄

聽道筆記



引言

有個弟兄搬家，很多人恭喜他，因為大家都認為搬家一定是搬到更大的房子。結果，他的家比以前更小了，大家很驚訝！感覺生活水準是不是下降了呢？畢竟這樣的情況很少見。原來，他這一兩年很認真的追求信仰的長進；一旦在這方面投入愈專注，就會發現屬世的東西多，不一定是福氣。

New York Times 有一篇文章“Living with less”，即「活在很少的當中」。這個作者在網路時代發了財後，就買了一棟3,600平方英尺的房子，然後他就開始添購各樣的物品，如家具、電子產品、電視等，到最後，他就發現生活太忙了！因為東西一多，就要花很多時間和心力去整理和維修，而庭院的草皮也要定期修整。後來他就搬到一間420平方英尺的房子。他寫這篇文章的

目的不是因為他現在很痛苦，而是陳述他因此得到了自由。以前自認為從「很多」的當中得到自由，其實並不然；雖然現在變得「很少」，但不代表他沒有能力，而是願意選擇更簡單的生活。我想，這就是喜樂的來源。

在這篇文章中，作者做了一個研究，提到在1950年，美國的房子平均是983平方英尺，到了2011年是2,480平方英尺，總共多了1,500平方英尺，但是住房人口的比例卻沒有增加。1950年，一個房子大約住3.37人，到了2011年，一個大房子平均卻只住了2.6個人。這個統計數字說明了現代人的房子愈來愈大，住的人卻愈來愈少的現象。後來他就研究為什麼有人想要住那麼大的房子？其中的原因之一是，以前的人注重戶外活動，現在的人注重室內的娛樂與享受，所以客廳會愈來愈大，設備愈來愈多。另外，因為想要擁有很多，就需要有更高的收入；擁有很多後，又需要更多的時間，所以就變得更忙碌。這是個惡性循環。

簡單的生活

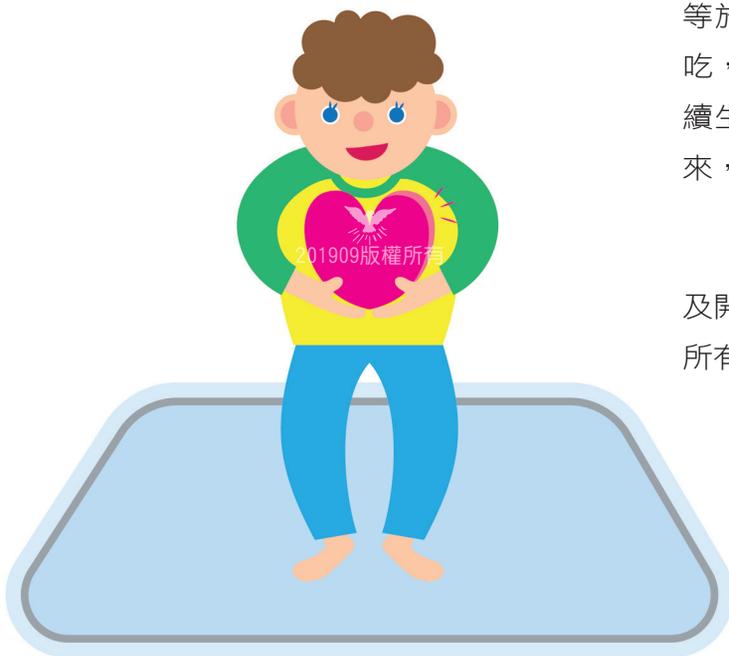
雖然聖經沒有提到基督徒要擁有多少才是對的，但有個原則就是——以對靈性有幫助為指標，來引導我們過日子。生活不是仿效他人，認為別人這樣我就要這樣，別人有我也要有。我們要謹慎自己的腳步，因為信徒的一些觀念也會受到社會潮流的影響而有所偏差。其實，我們應該對自己的信仰有一個「主見」，就是來自於對聖經的認識以及對神的信心。

簡單的生活是我們基督徒的一個方向。聖經中提到的人物，如以利亞，他要面對以色列百姓拜偶像，信仰一直走下坡的問題。此時，神訓練以利亞的方法就是把他「送」到基立溪旁，那裡什麼都沒有，只吃烏鴉叼

的餅及喝溪水來生活（王上十七2-6）。同理，當所有的東西都拿掉的時候，就很容易專心在屬靈的事上；當我們擁有愈多的時候，就很容易分心。經過這段時間的操練，以利亞雖然看到溪水漸漸變少了，還是對神有信心，因為他認為既是神的差遣，神就一定會負責。而烏鴉叼餅呢？以利亞沒辦法控制烏鴉，但肚子餓時就告訴神，神就差烏鴉來。所以在這個很簡單的生活方式中，培養了他服事神的心志與能力。

之後，神又把他「送」到寡婦的家。那名寡婦只剩下最後一把麵、一點油，打算做好吃完就等死。想想，真的沒有比這個更「簡單」的生活了！但以利亞還是告訴寡婦，先做給他吃，然後罈裡的麵和瓶裡的油都不會減少。這一定是神感動以利亞講的。而寡婦就真的照做，把最後一點麵做的餅，給神差來的工人吃，而麵和油也真的不減少、不短缺（王上十七8-16）。所以「少不等於沒有」，也不等於寡婦沒有東西可以吃，那之後為什麼寡婦和她的孩子還可以繼續生活，這些東西從哪裡來？從神的恩典來，因為我們拜的是又真又活的神！

以色列百姓走曠野的生活，如果從出埃及開始計算三餐，一百萬人走一百天，若要所有的東西都預備好，他們就沒有辦法出埃及，因為太重了、抬不動了。所以出埃及的時候，只帶簡單的衣服就出去了，可以說沒有比這更簡單了！但這並不等於什麼都沒有。百姓沒有東西吃怎麼辦？天降嗎哪！沒有水喝怎麼



辦？磐石出水！鞋子只有一雙怎麼辦？四十年穿不破！這個就是神的恩典。所以當我們擁有很少的時候，更容易體會到神的恩典，也更容易在屬靈的事上專心。

當然，倘若我們擁有很多，又能在信仰追求上專心也很好。一般來說，人的物質很豐富，要在屬靈上專心是很不簡單的，因此我們在選擇很複雜的生活方式時，就等於在製造自己屬靈生活的一個障礙，因為愈複雜，讓我們分心的事會愈多。聖經提到耶穌出來傳道時，有人說施洗約翰不吃也不喝，是被鬼附著；而耶穌來又吃又喝，被說成貪食好酒。如果我們要效法聖經的人物，請問要效法誰？又吃又喝？不行！因為這是貪食好酒；不吃不喝？這個好像不正常，是被鬼附著。我們要思考施洗約翰的任務是跟以利亞一樣的，就是要預備以色列人的心，讓他們悔改，將來預備主耶穌的救恩。所以施洗約翰需要有以利亞的心志能力，而以利亞的心志是從哪裡來？是從簡單的生活來的！所以簡單的生活是我們基督徒需要努力的一個方向。

知足的心

《腓立比書》第四章提到滿足的喜樂、知足的喜樂；喜樂，是從知足來的。「我靠主大大的喜樂，因為你們思念我的心如今又發生；你們向來就思念我，只是沒得機會」（10節）、「我並不是因缺乏說這話；我無論在什麼景況都可以知足，這是我已經學會了」（11節）。什麼景況我都可以知足，這

是學會的，不是與生俱來的。「我知道怎樣處卑賤，也知道怎樣處豐富；或飽足，或飢餓；或有餘，或缺乏，隨事隨在，我都得了祕訣」（12節），保羅說卑賤時，他可以處得很好；豐富時，他也可以處得很好。有時候會發現，我們處在豐富時很熱心、很感謝神；但遇卑賤時，信仰的根基就動搖。而有的人是在很豐富的時候離開神，因為他覺得不需要神，但是有一天神把他擁有的東西都拿掉了，他又回頭，因為這時候他需要神。

由於每一個人的情況不一樣，因此神常常按著我們所能夠承受的來祝福我們。有的人一生想要賺大錢，但是他到離世前都沒有賺到錢，為什麼？因為神知道一旦他富有了，就會離開神。但有的人沒有想要賺大錢，錢財卻一直多起來，為什麼？因為神看他是配得祝福的。因此身為基督徒，要能做到不管神賜豐富，或遇缺乏時，依然堅定信靠祂。這不是受洗後自然就會的，是需要透過學習的，到最後就能達到「我靠著那加給我力量的，凡事都能做」（13節）。「敬虔加上知足的心便是大利了」、「只要有衣有食，就當知足」（提前六6、8）。因此，聖經給我們一個最低的標準：「有衣有食，就當知足」。聖經中並沒有提到我們要穿什麼、吃什麼，只說有東西吃、有衣服穿就要知足；知足就會很快樂。



當我們到非洲傳福音時會有很多的體驗，其中有一個很寶貴的經驗就是，如果你在非洲可以生活下去，你回來就會很快樂。因為在那裡，真的是已經把生活的要求降到最低了。以睡覺來說，你沒有辦法挑什麼樣的彈簧床，因為那裡什麼都沒有！特別是80年代，床都是棕樹枝去編的，如果睡一兩個月後，回到家，你會感覺自己的床真的很好！以食物而言，他們煮的東西，就好像我們現在的地薯磨成粉，然後烘乾再泡水，變成一團一團的東西，或者是吃一種很大根，看起來像香蕉的食物。如果你吃得下去，回家以後，每一樣東西你都會覺得很美味。

有一位父親說他的女兒去多明尼加協助聖工，去了兩次以後，他發現他的女兒變得很成熟，回家都不會抱怨了，每一件事都很感謝！十年前，如果你去多明尼加海邊看他們住的房子，有的牆壁只有一半，上面再蓋一個鐵皮。然後再比較一下我們自己的生活，就會發現自己過得太好了！所以要知足，有一個方法就是把我們的生活水準降低，這樣我們就很容易知足。然而我們人常常是「靈性往下看；物質往上看」。靈性往下看的意思是，你看到某人每兩個星期來聚會一次，而自己每個星期都來聚會，就認為

自己很不錯了！而物質往上比的意思是，你會看誰有什麼，自己都沒有，這樣就會很痛苦。其實我們應該要倒過來，物質要往下比，把它壓低，有衣有食，就知足；靈性要往上比，別人這麼熱心，我們也應該可以像他這樣。當我們能夠這樣做，喜樂就會增加。而喜樂從哪裡來？從知足來；知足從哪裡來？從操練來；要怎麼操練？就是把我們的生活物質水準往下降，這是一個過程。

知足，另一個非常重要的方法，就是當神滿足我們的時候，我們對世界的需求就逐漸減少。有，感謝神；沒有，也感謝神！《約翰福音》十五章11節提到：「這些事我已經對你們說了，是要叫我的喜樂存在你們心裡，並叫你們的喜樂可以滿足」。我們的心如果可以滿足，對外在物質的需求就不高了，因為我們去追求很多外在的物質，其實到最後都是為了要滿足我們的內心，因此我們的內心若滿足，對外在的需求的慾望就降低了。

有一次我在教員講習會上調查參加的學員手機使用超過三年的，差不多有十個，我很佩服！為什麼？因為新手機一出來，舊的拿在手裡，年輕人會覺得丟臉啊！於是就想盡辦法說服父母，無論如何就是要換新的！如果一直這樣追求，會很痛苦，因為不久，新的手機又推出來了。倘若你對手機的要求是只要它會響、功能好、還可以使用，那你



的內心是很滿足的，因為你的快樂不在於擁有新的手機，那只是一個工具，你也不用靠這個來提高自己的身價。所以你會覺得有神在我裡面滿足我，只要這個手機還可以用，再用個五年也沒關係。如此，我們的心就自由，就喜樂了。但如果沒有神在我心裡滿足我，就會常常覺得不夠，就不會快樂，認為成為基督徒變成一種束縛。其實基督徒是很自由的，我們要能夠跳脫世俗和物質的捆綁，衷心仰望神，就能享受真自由。

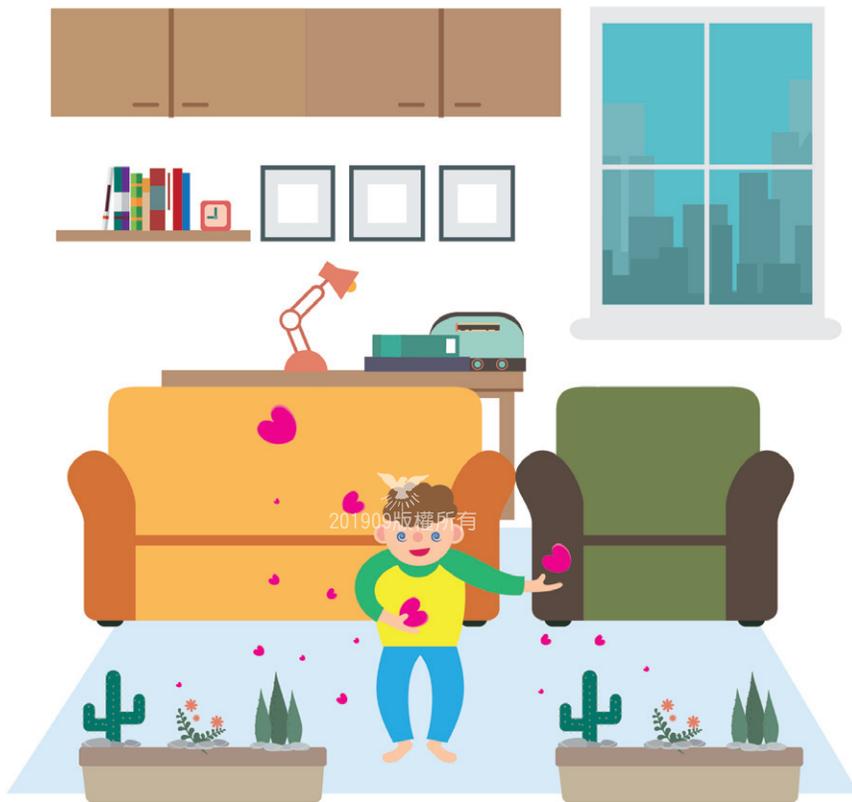
靠主喜樂

《腓立比書》第四章談到喜樂是學習來的，祕訣就是要靠主。「你們要靠主常常喜

樂。我再說，你們要喜樂」（腓四4）。為什麼說要靠主喜樂呢？6節又說要「一無掛慮」，因為人有掛慮，就不會喜樂，然而人很容易憂慮，因為對未來無知，對神沒有信心。聖經說一天的難處一天擔就夠了，但有時候，我們憂慮的卻不是明天，而是憂慮十年、二十年以後的事，這樣肯定就不會喜樂了。

靠主常常喜樂，就要藉著禱告、祈求和感謝，把我們所要的告訴神，也就是將我們的問題常常禱告、交託。有人就會問：「要禱告多久？」要禱告到我們把問題交託出去，你心裡平安了。但是我們今天交託出去，明天的憂慮可能又跑回來，那明天就再

繼續禱告、再交託，這樣操練、再操練，一直到我們把憂慮卸給神。第7節說：「神所賜的……」，表示從神那裡會有一個回應，就是神所賜出人意外的平安；神會聽、會看顧，所以要知足常樂，只要把我們的困難、掛慮交託給神，神就會看顧我們前面的道路，這就是我們信仰生活很重要的祕訣。有時候，



「交託」常伴隨著「等候」，如果只有交託沒有等候，愈禱告就愈著急，內心糾結：「為什麼還沒有實現？」神有神的時候，只要我們交託、等候，時候一到，祂就會滿足我們的需要。

「你們在我身上所學習的，所領受的，所聽見的，所看見的，這些事你們都要去行，賜平安的神就必與你們同在」（9節）。神就是滿足我們的來源；我們能滿足，就容易知足。然而神要滿足我們，我們也必須去追求，要將看見的、聽見的、學習的道理試著去行出來，這就是行道，然後神與我們同在，我們就會平安、喜樂、滿足。

結論

有一些信徒，他們會在網路下載一些MP3讚美詩、聖經和講道的內容。有一次，一位信徒告訴我，那些時常聽詩歌、聽講道MP3的信徒，在行為上都明顯的改變了。真的！有時候我們道理聽一次就忘記了，但若多聽兩三次，你心中就有神的話，也會發現你內心的平安愈來愈多；我們的觀念改變，生活就會改變，並且發現我們活得很自由。所以信仰是要追求的，如此，神的恩典、福氣就會跟著來，我們的生活也就會更充滿喜樂與平安。

註：本文根據梁得仁傳道（Pr. Derren Liang）的講道錄音整理。

<http://ia.tjc.org/elibrary/ContentDetail.aspx?ItemID=26895&langid=2>



聖靈專欄

徵文

「聖靈」是什麼？有何功用？您有感受到這從神來的能力嗎？請以聖靈的象徵（例：聖靈如鴿、如甘露、如江河……等）來著墨，或以聖靈如何改變人的觀念與行為等真實的事蹟與見證，加以敘述成文。文體請參考《聖靈》月刊（1、3、5月）月號雜誌的封面裡頁。

字數：900字以內

長期徵稿