

二零二四年四月至六月

“平安与喜乐：查考腓利比书”

许凌康牧师著

关于作者



许凌康牧师现任澳大利亚悉尼笃信圣经长老会牧师。他在新加坡远东神学院获得神学学士（2005年）和道学硕士学位（2015年），并在美国清教徒改革宗神学院获得神学硕士学位（2018年）。他与 Serena Ko 结婚，并育有三个孩子：Aletha、Derek 和 Zoe。

本季读祷长每日灵修资料译者：

四月份：黄勃豪弟兄（新加坡笃信圣经长老会真生命堂）

五月份：韩维维姐妹（大韩耶稣教长老会华山教会）

六月份：李立梅姐妹（新加坡笃信圣经长老会帐幕堂）

编辑：

李金雄牧师（西马笃信圣经长老会八打灵加略团契）

四月一日，礼拜一
腓立比书一章1-5节
腓立比书四章4-9节

“…给凡住腓立比、
在基督耶稣里的众圣徒…”

喜乐和平安的书信

腓立比书是保罗所写的书信中，比较亲切的一封。这封书信的语气如同某人给朋友写信一样，出于爱和关怀来激励他的亲人。保罗采用了与其他的书信明显不同的语气，例如写给加拉太的书信，其中更像是来自使徒的严厉教导和责备。

这封书信常被形容为喜乐的书信。在这封短短的书信中，喜乐的概念出现不少于十六次。保罗展现出对基督徒的目标的真正理解，即使在所面临的逆境中，他也能分享自己的喜乐，并劝勉他的读者与他一同喜乐。

虽然没有如喜乐多次提及，但这封书信也在各个不同层面上传达平安的概念。尽管保罗被囚禁，有许多敌人想要与他为敌（腓1:12-17）并且面临着非常真实的死亡前景（腓1:18-23），但他表达出他处在的平安状态。他还鼓励读者抛开所有的冲突，寻求顺服神，因为祂是“*赐平安的神必与你们同在*”（腓4:9）。

他之所以能有这样的喜乐和平安，是因为他的人生志向和目标已经被主耶稣基督改变了。身为基督徒，他活着就是基督，死了就有益处（腓1:21）。他每天都渴望向着标杆直跑，要得神在基督耶稣里从上面召来得的奖赏（腓3:14）。他鼓励读者“*要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐*”（腓4:4），并向他们保证，通过祷告，他们可以得到“*神所赐、出人意外的平安*”（腓4:7）。

在接下来的三个月里，当我们学习这封书信时，愿我们也能享受那通过我们主耶稣基督而来的喜乐和平安。

默想：所有基督徒的生命都应该以喜乐和平安为特征吗？

祷告：天父，愿我能学习常常靠祢喜乐，并且拥有祢所赐的出人意外的平安。

四月二日，礼拜二
腓立比书一章1-8节
使徒行传十六章11-15节

“因为从头一天直到如今，
你们是同心合意的兴旺福音。”

腓立比信徒是谁呢？

腓立比教会是保罗在第二次宣教旅程中建立的。腓立比城是保罗进入欧洲后第一个传道的主要城市。在那里，他向几位聚集在河边的犹太妇女布道，其中包括吕底亚。当保罗向他们传道时，主打开了她的心，使她成为马其顿第一个有记录的信徒（徒16:11-15）。她欢迎保罗到她家中，在那里很可能开始了一个家庭教会，因为保罗出狱后会到她家里与腓立比的弟兄们见面（徒16:40）。

从那时候起，保罗就与这个教会建立了密切而持久的关系。在他第三次传教旅程中，他很可能再拜访他们两次：第一次是当保罗收到他们为耶路撒冷有需要的基督徒收集的捐助时（林后8:1-5），以及在他返回耶路撒冷之前再次拜访他们（徒20:6）。

现在，距离保罗最后一次拜访大约四五年后，当被囚禁在罗马时，他通过教会领袖以巴弗提接待了教会的代表团。他讲述了他们过去如何在金钱上支持他（腓4:15-16），也非常感谢现在的捐助（腓4:10）。他写信感谢他们的供给，并鼓励他们与主同行。他还想向他们保证，尽管在监狱里，他过得很好，并且感谢他有机会与接触到的每个人传福音（腓1:12-17）。

当我们细想保罗与腓立比信徒的关系时，我们看到了一个美好的例子，描述什么是在福音中团契。这是一种从福音开始，一直持续在捍卫和证实福音的关系。如果所有基督徒都能享受同样的福音团契，那该有多好！

默想：我在生命中与其他信徒有什么样的关系呢？

祷告：天父，愿我的生命完全献上给基督的事工和福音。

仅仅是陈词滥调还是真正的属灵关怀？

在保罗写给腓立比信徒的书信中，我们看到他与腓立比教会之间真诚的爱和亲密的友谊。写信是为了因教会支持他的事工而感谢和鼓励他们，并在他们面对的某些问题上劝诫他们。

在这封书信的首几节经文中，我们看见了保罗与教会之间那种温暖的关系。有时候，我们很容易忽视这些开场白，将它们视为陈词滥调。但我们知道圣经逐字逐句都是神所默示的。保罗写下这些话并非只是一种形式或敷衍的问候。他是真诚地写下每一个字。

当他写信给他们时，他愿恩惠与平安临到他们。恩惠是那我们不配但却从神而来的恩惠，是主赐给我们的救恩和成圣的恩典。平安指的是我们作为信徒在主里所拥有的新关系。就是我们不再与神为敌，而是借着祂的恩典与祂和好，能够通过基督与神建立持久的关系。

在书信的其余部分，我们能读到更多保罗通过他的书信表达的情感，证明他确实关心他们。他会通过他为他们所做的衷心的劝告和祈祷来证明他传达的这些愿望是由衷的。这反映了一个真正的属灵关怀，希望神的恩典与平安确实会充满他们的生命。

当我们互相问候时，无论是面对面还是书面问候，我们经常会说一些问候的话语。我们这样做是出于习惯，还是出于真心呢？当我们说“神保佑”、“祝你有蒙福的一天”、“奉耶稣基督可称颂的名”向某人问好，或告诉某人“愿神的恩典与你同在”时，我们真正的意思是什么？我们会用实际行动来真正帮助他们生活得到祝福来证明我们的问候吗？我们是否也会在属灵上鼓励他们并为他们祈祷？

默想：是不打招呼比较好，还是打招呼但不是有心的？

祷告：愿我口中的话语，包括我的祝福，是的就说是的，不是的就说不是的。

你是否为有你的教会祈祷呢？

保罗是一个充满祷告的人。腓立比教会一直在他的祷告中。他分享说，每当他想到他们时，他都会对神充满感谢。他为他们的缘故热情洋溢地祈祷，为与他们之间的关系而喜乐地赞美神，并不断地为他们代求。他的祷告热情而且恳切，反映出他与他们之间深厚的个人关系。

他祈求什么？对他来说，他最感谢他们“同心合意的兴旺福音”（腓1:5）。他们是他在福音事工中的同伴和帮手，与他分担事工的重担。他所用被翻译成“同心合意”是希腊词“*koinonia*”。这个词有分享和交流的意思。它有时可以指金钱或物质上的分享。腓立比信徒一直慷慨地支持保罗（林后8:1-5；腓4:10-16）。他写信感谢他们最近的捐助。但不仅仅是金钱上的奉献，这个词也描述了他是如何感谢他与他们之间牢固的团结和友谊。从他向他们作见证的第一天起（徒16:11-15），这间教会就坚定地支持保罗，鼓励他，并乐意与他一起事奉。因此，这间教会在保罗心中占有特殊的位置，他一直非常喜悦与他们之间的特殊团结关系。

你与你的教会之间的关系如何呢？你能说你享受彼此之间牢固的团契关系吗？你是否感谢将你们联系在一起的属灵关系呢？你有没有感谢神，并且不断地为彼此祈祷呢？当你想到教会和你们一起事奉的所有时光时，你的脸上是否带着微笑，心里感到温暖呢？如果这不是你正在做的事，你会使你的教会成为你每日祈祷的一部分，“每逢为（他）们众人祈求的时候，常是欢欢喜喜的祈求”（腓1:4）？

默想：我应该把参加教会的祷告会当作优先事项吗？

祷告：愿我的祈祷不断，愿我不断地为我周围的人代祷。

四月五日，礼拜五

腓立比书一章6-8节

帖撒罗尼迦前书一章1-10节

“…因你们常在我心里…”

真正的属灵关系

当你每个星期天看到你教会的会众时，你对一同崇拜的信徒有多了解呢？你们可能知道彼此的名字，了解他们的背景和职业，也许了解他们的喜好厌恶，或者了解他们的某些性格上的怪癖。但是，你真的在属灵层面上了解他们吗？你对他们与主同行的状况有什么了解呢？你关心他们的属灵生命吗？

当保罗想到腓立比信徒时，他对他们的救恩充满信心。他称他们为“在腓立比，在基督耶稣里的众圣徒”（腓1:1）。因为他曾经与他们一起事奉，并与他们保持定期通信，所以他了解他们属灵上的挣扎和胜利，以及他们的喜乐和痛苦。他确信神已经在他们心里动了善工，呼召他们，拯救他们，他一定会一直“拯救”他们，直到主耶稣基督再来。

有这样的保证是何等蒙福的事！虽然我们永远无法绝对确定（因为只有神知道我们的心），但如果我们在亲密的属灵层面上很好地了解他人，我们就可以对他人的救恩有好的把握。为此，我们必须愿意参与彼此的生活。我们彼此关心的事项应该是他们与主同行，以及他们对祂话语的顺从。可悲的是，我们可能称某人为朋友许多年，却对他们与神的关系一无所知。

真正的属灵关系是神赐予我们在世上享受的礼物。祂使我们成为需要与周围的人交际的人。他们在我们低落时鼓励我们，在我们背道时劝诫我们，在主里互相造就。愿你努力与周围的主内弟兄姊妹建立更有意义的关系。

默想：当神说“那人独居不好”（创2:18）时，这也适用于友谊吗？

祷告：天父，愿祢将有意义的属灵关系带入我的生命！

四月六日，礼拜六

腓立比书一章7节

使徒行传十六章35-40节

“…你们都与我
一同得恩。”

逆境的恩典

逆境能被视为恩典吗？保罗在腓立比的时候经历过他的逆境。在向第一批信徒作见证后不久，保罗和他的同伴西拉就被带到官长面前，遭殴打和监禁。这一切的发生都是因为他们忠心事奉主并向他人传讲基督（徒16:16-24）。当他们在监狱里时，神发出地震，让保罗借此机会与禁卒分享福音（徒16:25-34）。在他们获释后，保罗花时间与腓立比的弟兄们在一起，在那里他们照顾他的伤口并在主里劝慰他（徒16:40）。

从那以后，腓立比教会继续支持保罗，尤其是在他经历的许多试炼中。他在捍卫和确认（建立）福音的过程中，从一个城市到另一个城市遇到了很多对立。他经历海难、殴打、多次监禁，这一切都是为了基督的缘故。

通过这一切，保罗记得腓立比信徒是“与（他）一同得恩”（腓1:7）。是的，保罗将他所经历的逆境视为来自神的恩典！他认为被算配得为基督受苦是一个特权。事实上，腓立比的圣徒在所有困难时期都与他站在一起，让保罗非常感谢他们。他因他们在福音中的同心合意而赞美神（腓1:5）并分享说：“你们常在我心里”（腓1:7）。他们的关系是如此坚固，即使他们没有与他同在，但他们在属灵和物质上支持他。因此在保罗的逆境中分享了恩典。

当试炼和困难出现时，我们教会的领袖是否确信你与他们同在？是否在他们所面对的试炼中，在他们事奉的痛苦和劳苦中，他们能说他们心里有我们，而且我们都与他们同享恩典呢？实践这种爱的教会将能够风雨同舟。

默想：我所面对的所有逆境都是神的恩赐吗？

祷告：愿我有智慧来明白逆境的恩典。

渴望属灵团契

在2020和2021年的新型冠状病毒大流行期间，我们都经历了长达数月的封锁和限制，整个世界突然之间相互隔离。教会被迫上网进行，所有团契活动都必须暂停一段时间。那段期间你有什么感受？

诗歌“教友联合”的第四节写道：

在地不免分离，互觉中心难受，
然想在天复遇之期，足可盼望等候。

基督徒的团契就是如此强烈，使我们彼此分离时感到痛苦。每次分离，我们都希望能早日团聚。你有经历过这样的渴望吗？

这就是保罗写信给腓立比信徒时的感受。他告诉他们，“我体会基督耶稣的心肠，切切的想念你们众人”（腓1:8）。

当保罗在罗马的监狱里受苦时，他想念的是他们的团契。他渴望的接触不仅仅是社交聚会或无意义的闲聊。他所渴望的是以前与腓立比信徒所经历的属灵团契和鼓励。

他将这渴望描述为“基督耶稣的心肠”（腓1:8）。圣经经常使用“心肠”，像我们使用“心”一样，来指我们情感的所在。他对他们的渴望是一种真正的属灵渴望，如同基督的心和温柔怜悯也渴望我们。他以基督般的感情爱他们，就像基督爱教会一样。

我们品尝过这样的团契吗？当我们都亲近基督并在我们对祂的爱中成长时，我们自然也会亲近其他信徒

默想：我更享受信徒还是非信徒的陪伴？

祷告：天父，愿祢增加我对其他信徒的爱和情感。

四月八日，礼拜一

腓立比书一章9-11节

帖撒罗尼迦前书三章12-13节

“…你们的爱心
…多而又多…”

多而又多的爱心

腓立比教会的特点是爱心。保罗和教会彼此之间深厚的爱和情感在这封书信的开头和结尾经文中非常明显。然而，当保罗写这封书信来感谢和鼓励他们时，他们为他们的祷告的是，他们的爱心多而又多。

“多而又多”（腓1: 9）的意思是增加、丰富、溢出。在保罗的祷告中，是要他们的爱心在数量和质量上都会增长。为了进一步强调这一点，保罗加上了“而又多”这句话（腓1:9）。是的，这是保罗的渴望，要他们的爱心会增加，并且会多而又多！

你读到这里，可能会想：保罗为什么提出这样的祈求呢？腓立比信徒不是已经是一间非常有爱心的教会了吗？作为忠心的教会，他们肯定会真诚地爱主！保罗不是刚刚称赞他们对他的关爱和支持吗？为什么保罗需要祈求他们的爱心会更多呢？

当保罗祷告时，他并不表示他们缺乏爱心。但是，对于每个信徒来说，信徒的爱心总有一些方面可以改进。自从我们得救以来，神的爱就浇灌在我们心中，这是我们必须在其中成长的东西。让我们的爱多而又多，意味着增加我们对神和祂话语的热心，增加我们在事奉、敬拜和传福音中的热情，还有增加我们服从和荣耀祂的渴望。爱心无疑是我们与神的关系和同行中必不可少的美德。

当然，没有一个对自己老实的人会宣称他有足够的爱心了，或者认为他的生命中没有任何方面可以增加他的爱心了。让我们都祈祷我们的爱心也能多而又多。

默想：我在哪些方面能够成长，有更多爱心呢？

祷告：“这乃真心实言；更爱我主耶稣，更爱我主，更爱我主。”

四月九日，礼拜二

腓立比书一章9-11节

歌林多前书十三章1-6节

“…在知识和各样见识上…”

爱心与真理

当保罗为腓立比信徒祷告他们的爱心多而又多时，是“在知识和各样见识上”（腓 1:9）。

是的，增加爱心很重要。但不幸的是，我们对爱心的理解已经被这个罪恶的世界腐蚀和污染了。如果我们的爱心被误导，如果它不是基于神话语的真理，而是基于我们以人为中心的经验，它可能会导致严重的后果。

这就是为什么保罗祈求他们爱心的增长是“在知识和各样见识上”（腓1:9）。爱心必须增加，但我们必须小心确保它在我们对神和祂的话语的知识范围以内。这种知识不仅仅是对圣经事实的理智了解。这是要对神向我们启示的一切有充分经验而得来的知识。真理和教义与我们的爱心和热忱一样重要。

除非我们有知识，否则我们无法正确地爱。然而，如果知识没有被爱调和，它也毫无用处。亚瑟沃金顿·宾克写道：“热心应该伴随着受过良好教导的理解力。这样他们就会有属灵的判断力，使他们能够权衡事物，辨别真假，明白爱什么、恨什么、寻求什么，避免什么。”两者的正确衡量将使我们拥有辨别是非的爱——“在各样见识上”，我们将拥有敬虔的智慧来辨别是非、真理与错误。

因此，我们必须如此应用爱心——基于知识和在各样见识上。这不是盲目增加被误导的爱，或没用应用但自大追求的知识。这是一个人必须拥有的非常谨慎的圣经平衡。因此这是保罗祈祷的事项，也是我们应该祈祷的。

默想：“爱使我们合一，教义使我们分裂”——这句话有什么问题？

祷告：“我所祷告的，就是要（我）的爱心在知识和各样见识上多而又多。”（腓1:9）

四月十日，礼拜三

腓立比书一章9-11节

帖撒罗尼迦前书五章16-24节

“使你们能分别是非…”

辨别力和毅力

对真理和爱心有正确的理解是一个重要的特征，我们应该祈求的。但是，是什么让它对我们的基督徒生命如此重要呢？在腓立比书一章9-10节中，保罗解释了当我们的爱心充满知识和辨别力时会发生什么。

首先，我们将能够“分别是非”（腓1:10）。这里并不是仅仅同意或认可某件事，而是要测试某件事，通过严格的分析来确定某件事是对的、好的，还是“美好的”。这是我们每日的基督徒职责。我们必须努力做到有辨别力：“但要凡事察验，善美的要持守，各样的恶事要禁戒不做”（帖前5:21-22）。我们每天都在无数不同事物上需要做决定。我们如何辨别每一个呢？我们怎么知道神的旨意？我们必须对爱心和真理有正确的理解和应用才能实现这目标。

其次，是坚持的毅力“直到基督的日子”（腓1:10）。在每一个工作和任务中，我们不仅会因为爱心而变得纯洁和诚实，也会因为知识和辨别力而“无过”（就是没有任何已知或明显的错误，不会使他人跌倒）。这对于使我们的属灵生活始终如一是必要的。我们不会轻易放弃或经不起诱惑，而是有能力一直坚定我们的信仰，直到基督的日子。这是我们必须诚恳祈求的，就像保罗一样：“愿赐平安的神亲自使你们全然成圣！又愿你们的灵与魂与身子得蒙保守，在我主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘”（帖前5:23）。

如果所有的信徒都能有智慧的辨别力，只追求主看为美好的事物，一生都能持守无瑕疵的见证，直到主再来，那该是多么有福啊！

默想：没有辨别力的话，我能坚持下去吗？

祷告：天父，愿祢圣洁我的心，赐我智慧，只追求祢眼中美好，而且讨祢喜悦的事。

四月十一日，*礼拜四*
腓立比书一章9-11节
希伯来书十二章5-11节

“…结满了
仁义的果子…”

荣耀的仁义

农夫种了一棵果树，期望这棵树能结出丰盛的果子。如同栽在溪水旁的树木（诗1）；作为主葡萄园中的枝子（约15:1-8）；作为落在好土里的种子（马太福音 13:1-9），圣经对神的子民不断的劝告是我们要为主结出仁义的果子。

同样，这就是使徒保罗在腓立比书一章11节所作的祷告，祈求我们“结满了仁义的果子”。这是指信徒因基督的救恩而在他生命中发生的明显改变。他已经远离罪恶，现在在他的生命中寻求仁义。

如果我们每天都做出正确的决定，并始终如一地坚持到基督的日子，那么我们的生命肯定会结出仁义的果子。我们能为主结果子。这将是一个丰盛、充实的生命，为我们的救主带来极大的赞美和荣耀。

是的，这就是我们仁义果子的最终结果—神的荣耀！当我们的生命见证福音的果效时，就会荣耀和赞美神！它展示了基督的伟大恩典和怜悯，将罪人转变为圣徒并引导他成圣的路途。它高举神的爱，祂会呼召这些不配的灵魂归向祂自己，并且赐予我们能力为祂结果子。神会非常喜悦我们的生活，而我们可以为祂作有效的见证。我们将能够实现人的首要目的：我们的一生将荣耀神作为活祭，是圣洁的，是祂所喜悦的。

这当然是我们要为主而活的生命描述。当我们祈祷并寻求主让我们的爱心充满知识和辨别力时，就会实现。你一直在祈祷吗？

默想：农夫会对一棵不结果子的树会做什么？

祷告：天父，愿我的生命为祢结出丰盛的果子。

四月十二日，礼拜五
腓立比书一章12节
提摩太后书二章8-10节

“…然而神的道
却不被捆绑。”

叫福音兴旺

很多年前，我在新加坡偶然发现了这家面条摊，面特别好吃。从第一口开始，我就被它丰富的味道所折服，并称它为“改变人生的云吞面”。我非常喜欢它，很快就成了这个摊位的倡导者，把它介绍给我的朋友，有时甚至主动带他们去那里体验同样的美食快感。这似乎有点极端，因为归根结底，这只是简单的一盘面。然而，在某个层面上，希望他人分享你所拥有的快乐并努力引导他人体验同样的快乐是很自然的举动。

对保罗来说，他的喜乐就是福音。在前往大马色的路上，他经历了认识基督所带来的改变生命的影响。在他的余生中，他唯一的目标和使命就是传福音。每一次传福音和有人得救，他都欢喜。这就是为什么他写信（在腓立比书一章12-18节）向腓立比基督徒保证，他们不需要担心他目前在监狱中的处境。因为他能够看到神的安排，确保所有事情发生是“更是叫福音兴旺”（腓1:12）。

保罗为自己的处境感到欢喜，因为他是耶稣而活，他能够将世人认为是坏的事情变成为基督的绝好机会。他被锁在一名二十四小时看守的罗马士兵（该撒的皇家卫队）身边，就获得了绝佳的传福音机会，以至于整个御营都在聆听基督，该撒的许多家人都得救了（腓4:22）！许多人听到了他的故事、他的见证，以及他对主的热忱和热心。他们知道保罗被囚禁不是因为犯了任何罪，而是因为他为主作见证。

一个为兴旺福音而活的人是多么美好的见证！我们有同样的热忱吗？

默想：有什么比福音更能“改变生命”的吗？

祷告：愿兴旺福音的热忱成为我内心最恳切的渴望。

四月十三日，礼拜六
腓立比书一章12-18节
以弗所书六章18-20节

“…基督究竟被传开了。
为此，我就欢喜…”

欢喜，因为基督被传开！

保罗被囚禁的结果之一是，许多人现在更有信心传福音。或许在听到保罗为基督的缘故被囚禁时，他们受到激励更加努力，因为他们意识到为基督被捕，甚至被杀都不算过分。他们看透了自己的恐惧和忧虑，勇敢地愿意为耶稣冒生命危险。他们继续保罗传福音的工作，现在有勇气毫无畏惧地讲道。因此，保罗的见证不仅鼓励了教会以外的人，也鼓励了教会以内的人。

可惜的是，有些人利用他的囚禁为机会攻击他或超越他。可悲的是，这些敌人是在教会内被发现的。这些牧师和宣教士不是出于对神的爱而传道，而是出于嫉妒和纷争。也许他们嫉妒保罗的成功和知名度，所以利用他现在的处境来伤害他，增加他捆锁的苦楚，或者试图“偷他的羊”。保罗知道这一点，但他没有抱怨。他能够看到由此产生的好处。

尽管发生了这一切，保罗还是能够说他为此欢喜，是的，并且还要欢喜。对他来说，最重要的是传扬基督的名。只要这发生，他就心满意足了。他被关在监狱里，或者他的名誉受到诽谤都没有关系。基督被传开，他就欢喜。

当然，这并不表示他纵容那些出于结党而传基督的人的行为。事实上，通过写下他们的行为，他是在斥责他们的行为。保罗的意思是，只要传扬的是真正的福音，即使是出于对他的恶意，他也不生气，反而可以欢喜。这是为兴旺福音而活的人的心志。这也是我们关心的吗？

默想：我曾因为错的原因分享过福音吗？

祷告：愿我学习因基督被传开而欢喜！

四月十四日，主日
腓立比书一章19-21节
歌罗西书一章9-14节

“…总叫基督在我身上
照常显大。”

祷告帮助我们为基督而活

在忙碌的生活中，很难记住我们作为信徒的目的。我们如此沉迷于今生的事务，以至于忘记了我们已经得救是为了用我们的生命来显大基督。我们忘记了我们不该再为自己而活，而是为爱我们并为我们会舍己的主而活。我们自私地度过一生，追求世界的事物来满足肉体的欲望。

这不是使徒保罗的心。因为对他来说，活着就是基督！他热切的愿望是，无论是生是死，他都能在一切事上荣耀基督。这是“藉着你们的祈祷和耶稣基督之灵的帮助”（腓1:19），就是说通过祷告和圣灵的工作，我们可以为基督而活。

从这里我们学习祷告的重要性。我们必须祈求神帮助我们将我们的心专注在祂身上。通过祷告，我们被提醒我们所拥有的一切都来自祂，我们所做的一切都应该为祂的荣耀。我们也需要为我们周围的人祷告。当我们为彼此代求时，我们在承认一个事实，就是我们所有人，基督的整个身体，都需要主的帮助，使我们能够为祂而活。正如身体需要头才能正常运作一样，我们都需要我们的首，就是主耶稣基督，使我们能够一心一意来为祂的荣耀事奉。保罗承认了这个需要，他分享说他相信他在监狱中所经历的一切会导致他的“得救”（腓1:19；不是指永恒的救赎，而是指从他所处的试炼中得到属灵的拯救）。那只有“藉着你们的祈祷”才能实现。他在腓立比教导基督徒代祷的重要性。在他有需要的时候，他们继续为他祈祷是至关重要的。因为即使他在监狱里，主也会帮助他能够继续为祂而活。

默想： 如果我不祈祷，我能为基督而活吗？

祷告： 愿我祈祷的重点优先是属灵的事项。

四月十五日，礼拜一
腓立比书一章19-21节
路加福音十一章9-13节

“…藉着你们的祈祷，
“和耶稣基督之灵的帮助…”

圣灵帮助我们为基督而活

使我们能够为基督而活的另一个必要部分是圣灵的帮助。“帮助”这词（腓1:19）有充分、丰富供应的意思。这是对每个信徒的应许，因为我们被教导要祈求圣灵的充满。

保罗确信正是神通过圣灵运行的丰盛恩典，使他能够在所面临的逆境中为基督而活。正是借着圣灵的鼓励和引导，他才没有因许多反对他的人而灰心。他们传道是出于嫉妒和纷争，想在他的捆锁中加添苦楚（腓1:15-16）。正是圣灵的力量赋予他力量和信念，使他能够大胆地向在监狱里看守他的士兵传讲基督。同样，我们所有人都需要圣灵在我们的生命中，使我们能够过得胜的基督徒生活。

请记住，身为信徒我们也可以通过祈求接近神，并已被应许赐予祂丰盛供应的圣灵。正如主耶稣基督向祂的门徒保证：“你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女；何况天父，岂不更将圣灵给求他的人麼？”（路11:13）。

在我们感到沮丧或远离主的时候，记得祈祷。记住不要销灭圣灵的感动。反而要屈服于圣灵的引导，让祂将我们的欲望从世界转向基督。不断祈求圣灵的充满，使我们清楚地看到我们今生的目的，好让我们可以自信地回应保罗：“因我活着就是基督，我死了就有益处”（腓1:21）！

默想：我应该多常祷告有圣灵的充满呢？

祷告：天父，愿祢的灵充满我，使我每天都能为基督而活。

死了就有益处？

我们天生的倾向是热爱生活，惧怕死亡。没有人期待死亡。我们花很多时间和精力试图延迟这件可怕但不能避免的事情。我们投资于医疗保健、营养、饮食、运动、健康生活等。但我们是否问过自己，我们如此珍惜生命的是为了什么呢？为什么我们想要活得这么久，我们害怕死亡又是因为什么呢？

对保罗而言，他有一个以基督为中心的美好观点。他在第二十一节宣告：“*因为我活着就是基督，我死了就有益处。*”这种观念与当今世界的普遍理想大大不同。在大多数文化中，长寿被视为一种祝福，而英年早逝是“不幸的”，根本不可取。几乎没有人期待死亡或认为这是一种“益处”。死亡是一件令人哀伤、恐惧且不常谈论的事情。

只有当我们先为基督而活时，我们才能将死亡视为益处。保罗与神如此亲近，凡事都献身于基督，以至于对他来说唯有基督才是真正重要的。无论他是生是死，一切都是为了基督。活着，就是为基督而活，一个凡事献给祂的生命。死了，也算是有益处，他终于可以永远和他所爱的主在一起了。他形容与基督同在是“好得无比的”（腓1:23），远胜于我们目前在世上的存在。当我们与主同在时，就意味着我们进入了永生。这意味着我们不再有与罪恶斗争的困扰；这意味着我们摆脱了尘世的辛劳；这意味着我们将“和主永远同在”（帖前4:17）。

唯有这样的观念，保罗才能成为这有效的神的仆人。即使在监狱里，他也能有喜乐和盼望。他不仅不惧怕死亡，甚至将死亡描述为他渴望的事！我们也能有这样的观念吗？

默想：如果我今天被诊断出患有绝症，我会怎么办呢？

祷告：天父，帮助我对生死有正确的圣经观念。

希望的重要性

保罗怎么能作出如此的声明呢？这种观念背后的想法是什么？保罗不是有自杀的倾向或抑郁。他并不认为死亡是一种逃避现实的轻松方式，并没有想着逃离监狱和迫害的痛苦。事实并非如此。

这种愿望的基础是根据“（他）所切慕和（他）所盼望的”（腓1:20）。这个“盼望”不是痴心妄想，也不是一厢情愿。这是基于他对盼望永生的坚定信念。他确信当他死时，它将“离开身体与主同住”（林后5:8）。保罗以信心的保障相信了这个盼望。他知道神在他的话语中所应许的必定会实现。他相信死后有肯定和确切的蒙福生活，因此能够最有把握地宣告：“因我活着就是基督，我死了就有益处”（腓1:21）。

我们有信心相信这一切吗？我们可以面对死亡并宣告哥林多前书十五章55节吗？“死阿！你得胜的权势在那里？死阿！你的毒钩在那里？”我们是否有同样的信念，我们不仅不害怕死亡，而且我们甚至期待死亡？我们能够拥有这样一个充满盼望的渴望，能够将死亡视为“好得无比的”的事情的唯一方法是，如果我们有基于神话语的绝对确定性，知道我们将在哪里度过永恒。希伯来书六章19节将这种盼望美妙地描述为“灵魂的锚，又坚固又牢靠”。

世人非常惧怕死亡，因为他们唯一的希望就在今生。对他们来说，这一生结束，他们的希望就没有了。他们不确定在那之后会发生什么事，所以他们害怕。作为信徒，我们无所畏惧，万事期待！

默想：“我的希望完全建立在耶稣的宝血和公义之上。”

祷告：天父，赐予我相信祢话语的信心，和坚定可靠的盼望。

四月十八日，*礼拜四*
腓立比书一章24-26节
罗马书一章8-15节

“…使你们在所信的道上
又长进又喜乐。”

你为什么而活？

我们醒来和起床的每一天都是主赐给我们生活的多一天。也是我们被允许存在于这个必死的身体中的多一天，又是生命继续的多一天。我们是否曾经停下来思考：我们为什么而活？

保罗内心的渴望是与基督同在。然而他知道他不能忽视他的呼召而只希望死亡，因为那将是有罪和不负责的。保罗知道神对他的旨意是要他活着并事奉他。他必须遵循神为他的生活制定的时间表，而不是试图塑造自己的时间表。他承认，虽然他的愿望是离开并与基督同在，但他还是留下来更好，因为这对腓立比信徒的信仰长进和喜乐更为要紧。保罗的生命都是关于事奉和遵行神的旨意。他的渴望是腓立比信徒的属灵进步和利益。他希望他们能像他所经历的那样，对信仰有同样的理解和喜乐。出于对他们的爱，他想回到他们身边，做教会最需要的事。这就是在基督里的生活应该的模式，我们努力“舍己，天天背起〔我们的〕十字架，跟从〔基督〕”（路9:23）。

有了神赐给我们的生命，我们必须每天努力顺服基督并遵行祂的旨意。只要我们“在肉身活着”，我们就必须一直寻求神的旨意，以便为耶稣的缘故知道我们最要紧的事情。我们必须努力成为更好的朋友、更好的员工、更好的家人，这样我们才能为基督作好见证，荣耀祂的名。我们不再为任何自私的放纵而生活，也不再寻求满足我们自己的琐碎需求。我们必须在生活中优先考虑属灵的事，而不是属肉体的事。

这是我们生命中最强烈的渴望——认识基督并让祂为人所知吗？我们是否爱神的子民并愿意为他们而活？我们是否想做更多事来造福我们周围人的生活？我们是竭尽所能为基督而活，还是仍然为自己而活？

默想：今日我要为主完成什么呢？

祷告：天父，愿祢帮助我为祢而活，而不是为自己而活。

福音的公民!

许多人认为成为美国或英国等富裕发达国家的公民或居民是一种特权和荣誉。对于其他人来说，能够移民并生活在这样的国家是一个梦想。

作为基督徒，圣经谈到公民身份。“行事为人”一词（腓1:27）是从希腊语“*politeuomai*”翻译而来的，它具有公民身份的含义，远远超过这个世界所能给的任何公民身份。这公民身份是授予每一位接受基督的福音的信徒。它是天堂永恒的公民身份，拥有与神永在的生命的荣耀应许。

然而，这种公民身份在我们今生也带来某些责任和义务。在腓立比书一章27节，保罗对他们的劝告是，他们必须谨记自己是天堂的公民，并且要以与这种身份相称的方式生活。他们都听过福音，认罪悔改并相信耶稣为他们的救主。现在他们必须始终如一地活出这个信仰。毕竟，天堂是他们最终和永久的目的地。他们不应该再将自己的感情放在地上的事，或追求地上的罪恶。他们要将自己的感情和心灵放在天上的事，不断寻求神和天堂。

同样，对于我们来说，我们必须按照基督的福音行事为人！也就是说，我们必须以与我们作为基督臣民的身份相称的方式生活。我们必须忠心于我们的主，并按照福音生活。我们必须实践我们所宣扬的，过一个与我们所声称的一致生活。这是我们对周遭的人的见证。简而言之，如果我们称自己为基督徒，那么我们必须活出一个基督徒的生活！

作为天堂的公民，我们必须记住我们对救主耶稣基督的忠诚。祂欢迎我们进入祂的国度。你愿意作为忠贞不渝的臣民为祂献上感恩的事奉吗？

默想：不履行公民义务的公民会如何呢？

祷告：“天父阿，我愿立即、真诚地将我的心献给祢。”（约翰加尔文）

四月二十日，礼拜六
腓立比书一章27节
彼得前书三章8-12节

“…我或来见你们
或不在你们那里…”

当无人观看时

在2020和2021年的新型冠状病毒封锁期间，当居家办公变成习以为常时，有报道称一些老板坚持要求员工在整个上班时间都必须开启网络摄像头。他们不信任自己的下属，觉得有必要不断地监督他们，以确保他们不在偷懒。

虽然许多人会认为这种微观管理过分、侵扰和霸道，但在某些方面我们可以理解他们的原因。我们的人类倾向是当我们知道其他人在注视着我们时，我们就会改变自己的行为。这是一个常见的问题，不仅是儿童；成年人也为此挣扎。当我们知道没有人在看我们时，我们认为我们可以做任何我们想做的事——而这通常就是我们做坏事的时候。

这是因为我们倾向于讨好他人。我们以某种方式行事只是因为我们的老板、父母、朋友、配偶、老师等。我们看向对我们有权威的人并想方设法取悦他或她。一旦他们不在监督着我们的行为，我们就会改变。

身为基督徒，这是不应该的！保罗对腓立比信徒的劝告是无论他是否与他们在一起，都不应改变他们的行事为人。他的希望是，无论如何，他会继续收到报告，表明他们确实在属灵上做得很好，他们与主亲密同行，站稳脚步不动摇，为福音而努力。

同样，我们的基督徒行为也必须始终如一。我们必须记住我们为什么始终如一地顺服主并以与福音相称的方式行事为人。这不是我们为了表面而做的事。我们这样做是因为我们爱主，并渴望为主而活。我们必须始终如一地按照神的话语行事，无论其他人是否看到或知道，因为我们单单是为神而做的！

默想：当我独自一人时，我的行事为人如何呢？

祷告：天父，愿我的圣洁生活不只是表面上的，而是我渴望为祢而活的真实表达。

四月二十一日，主日

腓立比书一章27节

以弗所书四章1-6节

“…同有一个心志”

团结的重要性

每个教会都是一个联合的教会是重要的。合而为一的心是我们所有人都必须“竭力保守”的（弗4:3）。保罗对腓立比信徒的劝告是，他们“同有一个心志，站立得稳，为所信的福音齐心努力”（腓1:27）。“站立得稳”这个词的意思是根深蒂固，站稳脚跟，毫不动摇。它就像一个被指定在某个地方站岗的士兵，绝不能离开他的岗位（例如，在哥林多前书十六章13节中：“你们务要儆醒，在真道上站立得稳，要作大丈夫，要刚强”）。它有着坚持、忠心和忠诚的理念。那是保罗对他们的渴望，无论他在还是在不在，他都会听到作为一个教会，他们站立得稳，坚持他们的信仰，没有妥协或以任何方式犯罪。

这必须“同有一个心志…齐心努力”（腓1:27）。不是一个人坚持，而是所有人一起坚持，合则站立，分则跌倒。教会能够站稳脚跟、坚持不懈的唯一方法，就是我们齐心协力。教会的每一位成员都必须站在一起，在主里团结一致。他们必须坚定地与他们的领袖站在一起，在为真理的奋斗上支持他们。他们必须心甘情愿地参加教会的活动，总是询问他们作为成员如何能为主做出贡献和发挥作用。

我们决不能让任何微小的分歧撕裂教会。任何错误的偏见、骄傲的行为或罪恶的欲望都会如此迅速地导致教会中出现分裂和派系，必须加以防范。我们必须努力消除所有这些造成不团结的原因。

当我们能够真正在一起站立得稳时，这将是一个最蒙福的团结。我们会在渴望遵行主的旨意上合而为一。我们将能够彼此享受美妙的交通和团契。这是你愿意竭力保守的吗？

默想：什么罪最会导致教会不团结呢？

祷告：天父，愿祢祝福我的教会，并帮助我们同有一个心志来努力，在主里合而为一。

四月二十二日，礼拜一

腓立比书一章27节

犹大书一章1-4节

“…为所信的福音
齐心努力。”

团结的目的

但团结的目的是什么？为什么我们如此在乎，以至于我们站立在一起并坚持下去？目的必须是为了福音的信仰，为了基督的缘故。如果我们团结一致但没有明确的属灵目标，那么我们与社区俱乐部没有什么不同。如果我们只保持表面的合一，但在信仰上不一致，那也不是有益处的合一。我们必须“同有一个心志”（腓1:27）站立得稳，有一个共同的目标，为福音而奋斗，传讲和捍卫信仰，一起持守真理，为正义而战。

这就是“齐心努力”这句话所表达的意思。它来自希腊语中两个词的复合词：“*sun/athleo*”。从第二个词我们得到英文单词“*athlete*”。它表现出运动员们在同一个团队中一起比赛的画面。作为一个团队，他们一起训练，建立良好的默契，并且有一个共同的目标，那就是赢得胜利！他们完全同步，优势互补，知道彼此的弱点。他们只有团结一致，各司其职，才有希望在赛场上取得成功。如果团队中的任何成员只关心自己的荣耀，或者选择偷懒，或者更糟的是腐败并为另一个团队而战，那肯定会失败。每个人都必须专注于目标，那就是为团队竭尽所能。

在基督徒的赛跑中，情况也是如此。作为一间教会，它是一个为福音的信仰而共同奋斗的肢体！为了打好仗，我们必须确保我们都在同一个页面上，在教义上团结一致，在我们的共同的目标上团结一致，以确保传扬纯正的福音，并且没有罪恶挡住我们的路。我们当中不能有任何人不为福音而奋斗，自私地关心自己或者有自己隐藏的目的或来这里是有邪恶动机。齐心努力真的意味着我们完全合一，同心合意，都渴望为基督而活！

默想：如果一个教会不为福音的信仰而奋斗，那么它为什么而奋斗呢？

祷告：天父，愿祢帮助我在基督的肢体里尽我的本分。

四月二十三日，礼拜二

腓立比书一章27-30节

提摩太后书一章7-8节

“凡事不怕敌人的惊吓...”

可怕的敌人

彼得在彼得前书五章8节中警告我们：“务要谨守，儆醒。因为你们的仇敌魔鬼，如同吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人。”撒但就像在大草原上追捕猎物的狮子一样，不断四处寻觅，寻找为主作见证的忠心基督徒。的确，这听起来确实令人害怕。然而，这就是我们所面对的属灵现实。在属灵境界里一直在进行着战斗。只要忠心的基督徒事奉主并带领其他人到基督那里，撒旦和他的恶魔就永远不会休息。

逼迫是早期教会（以及历代以来的大部分基督教）面临的问题。逼迫和敌意是由于基督的敌人而产生的。有敌人困扰他们，使忠心的信徒生活艰难。结果，他们承受巨大的苦难，这在每个基督徒社区中引起了极大的恐惧和担忧。

保罗劝勉腓立比信徒不要被这些敌人惊吓到。这对他们来说是一个非常真实的问题，正如保罗在使徒行传十六章第一次进入腓立比时所经历的一样。保罗解释说，这些敌人造成的麻烦只是他们沉沦（毁灭或损失）的证据。当迫害者四处逼迫他时，保罗解释说这是一个“证明”（腓1:28），是他们自己的罪和即将到来的审判的证据。他们将遭受他们的命运。当他们做这些事时，他们只是在揭露他们的罪恶，并向世界表明他们终有一天会被毁灭。

所以不用害怕十字架的仇敌，因为神对他们的审判是确定的。虽然我们不知道什么时候，但我们可以安心，神确切地知道发生什么，以及他们应得的公平公正的报应是什么。我们对他们的反应应该是同情，而不是恐惧。我们应该努力向那些为了我们的信仰而逼迫我们的人分享福音。

默想：我面临什么样的逼迫呢？

祷告：天父，愿祢赐予我胆量和勇气甚至与那些逼迫我的人分享福音。

四月二十四日，礼拜三

腓立比书一章28-30节

彼得前书四章12-13节

“…不但得以信服基督，
并要为他受苦。”

得救的明显标志

当信徒为义受苦时，它被描述为“证明…你们得救”（腓1:28）。这意味着当我们经历逼迫时，这是一个可观察的证据，证明我们是真正的信徒，我们被算为配为耶稣受苦。这是来自神的苦难，赐给信徒作为祂恩典的礼物。

苦难是礼物？这可能是一个难以接受的想法，但它是贯穿圣经的一个教导，就是凡敬虔度日的都要受逼迫（提后3:12;彼前4:12-13）！为什么？因为耶稣亲自为我们受苦，我们身为祂的门徒能期望没有苦难吗？当知道我们或我们的教会经历考验和磨难时，应该是一种安慰。这对我们来说是一个迹象，表明魔鬼正在与我们作对，我们正处于属灵争战的前线，我们确实是对主有用处的！

保罗自己面对这么多苦难，他安慰信徒说，当他们也遭受这些事情时，那是为他们好，而不是什么应该惊吓或害怕的。重要的是无论如何，他们都要保持始终如一的见证，始终站稳在主一边。

我们的周围已经准备就绪了。我们时代的主流文化越来越敌视基督教和我们持有的保守价值观。当我们坚持正义时，一定会遭受周围世界的愤怒和蔑视。

我们是否为在无神论环境中成长的孩子感到害怕呢？我们是否允许这种恐惧削弱我们，并阻止我们为主作见证呢？让我们得到安慰的是，我们所面临的逼迫向我们证明了我们是主的一边战斗。让我们继续信靠主，祈求祂赐给我们勇气，在我们可能面临的任何敌对情况下都为祂奋力前行。

默想：我可以是一个忠心的基督徒但不必遭受逼迫吗？

祷告：天父，感谢祢，我可以在祢的话语中得到安慰和保障。

四月二十五日，*礼拜四*
腓立比书二章1-2节
约翰福音十四章26-31节

“…所以，
在基督里若有甚麽劝勉，
爱心有甚麽安慰…”

有福的基督徒生活（一）

保罗继续他之前在腓立比书一章27节开始的想法，在那里他劝勉会众要合一，“同有一个心志，站立得稳，为所信的福音齐心努力”。他现在以更个人的层面敦促他们，这将是他的喜乐（当他在监狱中受苦时），当他们抛开任何分歧并“意念相同，爱心相同，有一样的心思，有一样的意念”（腓2:2）。他劝勉他们团结的基础是他们作为基督徒的共同经历。如果他们都得到了神如此丰富的祝福，那么他们应该很自然地想要为基督而活，而不是为自己而活。

然后，他提出了四个简单的想法，作为他呼吁他们合一的理由，这四件祝福是每个基督徒在基督徒生活中都经历的。这些“若”在希腊语中的表达方式设定这些是确定性的，而不仅仅是可能性的。它也可以表述为“既然你有”：

既然你经历了基督的劝勉：“劝勉”（腓2:1）这个词的意思是“来到身旁劝勉”。这与圣灵作为保惠师的名字是同一个词根（约14:26；15:26；16:7）。这是每一个信徒已经领受的——基督鼓励我们、劝勉我们，在我们人生的旅途中陪伴在我们身边。每当我们需要帮助时，耶稣就是我们不断的支持，祂会引导我们并加添我们力量。

既然你借着神的话得到了爱心的安慰：“安慰”这个词（腓2:1）与上面的“劝勉”这个词略有不同。这里的意思是来到身旁通过交谈来安慰你。这是一种通过讲话或发表的鼓励。因此，这里的引导和安慰更具体——它来自神的话语。这就是神作为我们慈爱的天父赐给我们的。

默想：即使在最黑暗的时刻，神的话语也能给我们安慰。

祷告：天父，我感谢祢在基督里曾赐给我们天上各样属灵的福气。

四月二十六日， 礼拜五

腓立比书二章1-2节

罗马书八章9-17节

“…圣灵有甚麽交通，
心中有甚麽慈悲怜悯，”

有福的基督徒生活（二）

保罗在腓立比书二章1节的后半部分强调了另外两个祝福。

既然你享受了与圣灵的交通：在我们归信的时候，每个信徒都领受了圣灵内住的恩赐。这就是神与我们同在，祂在我们的生命中活落地动工。在祂里面，我们有“圣灵的感动”（林后13:14）来带领我们度过一生。这是今生宝贵的保障，知道我们永远不孤单，但圣灵永远与我们同在，带领我们走过生命的每一步。祂帮助我们明白属灵的事，向我们保证我们是基督的儿女，叫我们认罪，引导我们明白一切真理，并牵引我们亲近神。

既然你经历了慈悲和怜悯：“心中”（腓2:1）被视为一个人的性情和感情的所在。这也许等同于我们如何理解我们的心。与“慈悲怜悯”一起用在一个短语中，它描述了一个人对另一个人的衷心温柔的同情和关怀。这就是我们从神那里得到的如此丰富的福气，就是祂通过祂的伟大慈爱和温柔怜悯拯救了我们并呼召我们归向祂自己。这就是我们身为神的儿女，应该向身边的人表现出的慈悲和怜悯：“所以，你们既是神的选民，圣洁蒙爱的人，就要存怜悯、恩慈、谦虚、温柔、忍耐的心”（西3:12）。

你在生命中经历过神如此宝贵的祝福吗？你今生真的得救，享受得救的果子了吗？的确，我们已经蒙神赐予我们所不配得的祝福！你不想与他人，周围的人分享吗？这难道不会让你想要每天都为基督而活吗？

默想：“耶和華果然為我們行了大事，我們就歡喜。”（詩一百二十六篇3節）

禱告：天父，了解了祢賜給我們豐盛的祝福，幫助我獻出我的生命作為活祭為祢而活。

四月二十七日，星期六
腓立比书二章1-2节
哥林多前书一章10-17节

“你们就要意念相同……
使我的喜乐可以满足。”

意念相同

正如这个词所暗示的那样，要意念相同就是我们的思想相似。头脑负责我们的思想，它影响我们的意志和所热衷的。但是我们怎么可以有同样的思想呢？

身为基督徒，我们的思想是通过圣灵的动工，受神话语的引导。意念相同并不表示我们总是有完全相同的思维模式或有相同的喜好。但这确实表示我们都跟从相同的原则和目的。如果我们基督徒经常研读圣经，让我们的心思意念被神的话语浸透，那么当我们都因心意更新而变化时，意念相同就会是自然而然的。我们都会在我们的敬虔上长进，变得越来越像基督，不仅在我们的行为上，也在我们的思想上。

我们许多人的问题是，即使在成为基督徒之后，我们仍然坚持许多旧的思维方式、旧的偏见、迷信和思想。有些人自称是基督徒，但在思想和行为上仍然很像世界的人。其他人更多的是被他们的情绪而不是思想所引导。他们没有耐心从神的话语中学习真理，而是根据自己的感觉是对是错来行事。还有一些人认为他们已经完成了所有的学习。他们固执己见，认为自己有所有的答案。所有这些想法和行为都是成为意念相同的障碍，也是真正团结合一的障碍。

意念相同的弟兄是那些对神和祂的话语有着相同的爱、渴慕和热情的人。是的，仍然会有意见分歧，我们有时可能会在某些问题上意见不一。然而，如果我们在圣灵的引导下谦卑地顺服于神和祂的话语，神的应许是真理的圣灵“要引导你们明白一切的真理”（约16:13）。当我们抗拒圣灵的引导，顽固地坚持自己的行为时，就会发生分裂。当我们不接受神话语的引导和教导时，我们就停止学习，变得心胸狭隘，而不是意念相同。

默想：不意念相同，能不能团结一心吗？

祷告：愿我在祢的话语面前总是受教和谦卑的。

四月二十八日，主日

腓立比书二章1-2节

彼得前书三章8-12节

“…爱心相同…”

意念相同的要素(一)

虽然我们不知道所有的信徒都应该意念相同，但我们也知道这是一项非常困难的。我们都不同的，有自己的背景、教育、个性和特点。然而，神的话语劝勉我们要意念相同，这一事实表示这并非不可能完成的任务。

在腓立比书二章2节的后半部分，保罗解释了一些我们需要注意的“意念相同”的关键要素：

首先，我们必须有同神一样无私、无条件、牺牲的爱心。这就是我们从神和祂的话语中学习到的爱。所有的基督徒都被呼召去爱神，并以同样的爱彼此相爱。这意味着我们要像爱自己一样爱我们的邻居。我们非常关心身边人的属灵健康。我们如此深爱彼此，以至于我们愿意为他们服务、事奉他们、尽力付出不求回报。

你有同样的爱心吗？你是否那么爱你周围的人而可以忽视他人的缺点和过失，或者你是否让骄傲和自我成为阻碍？你是否会决定彼此相爱，抛开任何可能妨碍和平、和阻碍团结的性格差异或偏见呢？这就是神对我们无条件的爱，即使我们是祂的敌人，祂也选择爱我们。

这并不代表我们可以忽视罪恶或错误。然而，因为我们爱，我们会充满爱心地劝诫、责备或引导那个人了解他的错误道路并悔改转向主。如果弟兄之间在教义上出现任何分歧，我们会在爱中更好地理解眼前的问题，并虔诚地寻求神话语和圣灵的指引，以正确理解真理。只有这样我们才能意念相同，因为我们都对神怀有同样的爱，都渴望对祂的真理有同样的认识。

默想：“恨能挑启争端；爱能遮掩一切过错。”（箴10:12）

祷告：天父，愿我能学会像祢爱我一样去爱别人。

四月二十九日，礼拜一

腓立比书二章1-2节

罗马书十五章5-7节

“…有一样的心思，
有一样的意念…”

意念相同的要素(二)

除了爱心之外，我们还必须努力争取另外两个“一样”，才能彼此意念相同：

一样的心思：从字面上看，一样的心思就是我们有同样的心灵，同样的意志，同样的目标。它描绘了一个和谐团结的情景，我们所有的精神都交织在一起，我们的心一起跳动。这就是我们应该拥有的团结程度，从而使我们对属灵事物的渴望、需求和愿望都是一致的。我们都应该渴望福音事工的进展，以及神的荣耀和名得到尊大。一个只关心自己的意志和自私愿望的人会成为教会不团结的原因。每个人都朝着同一个方向前进，而他来这里只是为了实现自己的目标，朝着另一个方向前进。这肯定会导致冲突和问题！

一样的意念：与“意念相同”一词类似，保罗重申了我们思想的重要性。基督徒的思想必须受神话语的引导。当我们的思想充满祂完美的真理时，它会圣化我们的思维，这就会引导我们的思想和行动。这是我们必须努力实现的心意更新，这样我们就不再效法这个世界，而是被神的话语而变化（罗12:2）。

既然我们都领受了同样的救恩，并被圣灵和神的话语引导，那么我们的意念就应该与神的旨意保持一致。我们的思想、渴望和目标都是为了基督的荣耀。这成为我们心思意念中的头等大事！不再是我想要的和我的想法，而是现在神想要的和他的旨意。如果我们都能够这样想，那肯定会大大有助于实现真正的团结和真正的意念相同。

默想：我们力求同心合意，而不是完全一律。

祷告：天父，求祢用真理使我成圣；祢的道就是真理。（约17:17）

四月三十日，礼拜二

腓立比书二章3节

彼得前书五章5-11节

“凡事不可结党，
不可贪图虚浮的荣耀…”

骄傲的问题

骄傲可以通过多种方式体现在一个人身上。它常常是许多冲突的起因，也是许多纷争的根源。在不同程度上，我们都是骄傲的人。当保罗劝勉腓立比信徒要在基督里合一时，他提醒他们要放下骄傲，穿上谦卑和卑微。

“结党”这个词（腓2:3）有时被用作一个专业术语来描述“竞选或谋职”。它指的是幕后发生的政治阴谋，某些人会采用卑鄙和不道德的手段来获得胜利。可悲的是，这种结党也发生在教会中，因为有些人贪图“虚浮的荣耀”——人类虚荣、自私地渴望得到认可和赞美。为自己的荣耀和“面子”而争执是多么愚蠢啊！当我们开始感到内心对荣耀或赞誉的渴望升起时，我们必须将其在萌芽状态就斩断，并提醒自己这是虚荣心，也是许多冲突的根源。

相反，我们必须温柔谦卑，尊重他人。“存心谦卑”（腓2:3）意味着你对自己有谦卑的看法。这不是自嘲，也不是没信心，觉得自己残废，什么都做不了。我们必须公正客观地看待我们的才能和能力，并且知道这是神赋予我们的天赋去使用它们。我们必须有一个现实和实际的态度，一方面，我们对自己的道德脆弱和弱点有深刻的认识，但另一方面，认识到在神的帮助下，我们可以和必须用我们的才能。

有这样的态度，我们就会看别人比自己强。我们必须谦卑地承认我们周围有许多人客观上在各个方面都比我们好。在我们与他人的互动中，我们必须有一种务实、谦虚和尊重的态度。一直记住，我们都只是被恩典拯救的罪人，并且不断需要引导和指教。千万不要傲慢和自豪地主张自己。相反，我们必须始终以谦卑而不是傲慢的态度，委婉地和尊敬地与他人相处。

默想：如果虚浮的荣耀是愚蠢的，为什么还有那么多人贪图它？

祷告：天父，愿祢帮助我温柔和谦卑。

五月一日，礼拜三

腓立比书二章1节至4节

帖撒罗尼迦后书三章6节至15节

“各人不要单顾自己的事…”

一个敬虔的爱管闲事的人？

爱管闲事的人是喜欢打听和干涉别人的事情的人。他干涉不该与他有关的事情，这引起了有关各方的愤怒。圣经谴责这样的行为，如果一个人“…懒惰，挨家闲游。不但是懒惰，又说长道短，好管闲事，说些不当说的话。”（提前5: 13）然而，腓立比书2: 4似乎，至少在表面上，鼓励这样的行为。有一种“好管闲事”的行为实际上是好的吗？

腓立比书2: 4出现在保罗对腓立比基督徒的劝勉中，让他们放下了为了虚浮的荣耀而进行的骄傲的争竞，反倒要竭力存基督谦卑的心。当他告诉他们不要单顾自己的事情，而要顾别人的事情时，这并不是在多管闲事。事实恰恰相反。

“顾”（look）这个词来自希腊单词 *skopeo*，意思是集中注意力。保罗在这里告诉我们的是，我们必须停止对自我的自私的执着：我们自己的舒适，我们自己的愿望，我们自己的欲望。这种以自我为中心的行为是不讨神喜悦的。

相反，我们必须向外看，关心他人。我们必须学会把别人的需要放在自己之前，去关心别人的需要。当然，这并不意味着我们会成为好管闲事的人，仅仅出于自己反常的好奇心而多管闲事。这也意味着我们不应该试图提供未经请求的建议，批评和挑剔别人的事情，或者八卦和窥探别人的私事。但它真正需要的是对我们周围人的需求和问题的关爱和关心。我们必须停止被自己的小世界和琐事所困，而要有一颗基督徒关心和怜悯的心。如果我们所有人都能学会做这样敬虔的“爱管闲事”的人，这对使我们的教会成为一个更有爱心和造就人的地方大有帮助。

默想：我该如何区分有益的关心和多管闲事？

祷告：父啊，请赐给我爱和智慧，让我知道如何在关心他人的过程中充满爱心和造就。

五月二日，礼拜四

腓立比书二章1节至8节

哥林多前书二章6节至16

“你们当以基督耶稣的心为心。”

基督的心

基督的心是什么?我们这些有罪的人，怎能有我们完美的救主的心呢?根据腓立比书2: 5，这是一种我们应该为之奋斗的可能性。

真正的谦卑始于心。我们必须有正确的思想:对上帝，对我们自己，还有对我们周围的人。我们必须积极寻求把自己的欲望和需求放在一边，学会把别人放在第一位。当我们对自我有过度膨胀的想法时，我们会骄傲，认为我们的形象、我们的需求或我们的情感比其他任何东西都重要得多。因为罪，我们天生都是骄傲和自私的人。只有当我们通过神的话语寻求神，并更多地了解耶稣时，改变才会到来。

是的，我们必须认识基督!完全谦卑的主要例子是在基督里发现的。从腓立比书2: 5节开始，保罗通过祂的道成肉身展示了基督的谦卑。的确，在人类历史上，从来没有人像我们的主耶稣基督那样表现出如此纯洁和自我牺牲的谦卑。在救赎的伟大故事中，耶稣向我们展示了谦卑最伟大、最完美的榜样。祂选择来的时候所放弃的;祂作为一个人必须忍受的生活;祂舍命所受的苦，都是首屈一指的。然而祂选择这样做。那么为了谁呢?这是为了自私，骄傲，叛逆，像我们这样不值得的罪人。

因此，如果我们想要有基督的心，那么我们需要知道祂为我们做了什么，并理解祂行为背后的思想。腓立比书2: 5-8是一个非常丰富、深刻和有意义的段落，让我们看到了基督降临人间，为我们的罪而生而死的幕后的心。这是一个美丽的故事，基督对我们无限的爱，以及祂为我们得救所作的无条件的牺牲。这是一段我们应当仔细研读的经文，为要造就我们，使我们有基督的心。

默想：拥有基督的心不仅是一种可能，而且是一种必要!

祷告：父啊，愿你赐我能知的意志，能立志的心，能执行你命令的手。

完美的谦卑

在祂的道成肉身中，耶稣抛弃了天堂的荣耀，成为了这个世界上的一个人。祂这样做不是出于勉强或无奈，而是自愿地出于对我们的爱。这是一个无私和谦卑的完美例子。

耶稣“本有神的形象”（腓2：6）。这意味着祂曾经是（现在也是）神。这并不仅仅意味着祂像上帝或有上帝的某些方面。耶稣确实“与神同等”（腓2：6），是完全的神。祂一直都是，永远都是。祂本在天上，拥有与上帝有关的所有神圣荣耀：全能，无所不知，无所不在，不受时间和空间的限制。祂所行的一切都是完美的，是无限的和永恒的。神的伟大、威严、华美和大能是无法用言语形容的。

然而，耶稣“不以自己与神同等为强夺的”（腓2：6）。这句话的意思是，祂不认为拥有作为神的所有好处是祂必须为之争取的高度珍贵的财产，或者是一个人会紧紧抓住并不惜一切代价保留的东西。

基督甘愿离开了祂在天上的宝座。祂“反倒虚己”（腓2：7），来到世上要作我们的救主。出于爱，祂甘愿舍己，使我们能得救。祂没有放弃祂的神性，也没有停止作为神的完美。祂继续是百分百的上帝，但现在也是百分百的人。祂放弃了在天上的神圣权利和特殊待遇，让祂的神性被遮盖了一段时间，以便祂可以成为唯一的神-人。作为一个人，耶稣顺从于祂地上的身体的限制。祂被固定要在同一时间待在同一个地方。虽然祂从未停止无所不知，但在祂的人性中，祂选择不去行使它。

的确，这是一幅多么美丽的谦卑的图画。基督为我们放弃了那么多。在祂身上，我们看到了一种谦卑，这谦卑远远超过了我们为祂所能做的一切。保罗呼吁我们要有这样的基督之心。我们愿意为了他人做出这样的牺牲吗？我们能彼此相爱，像基督爱我们一样吗？

默想：我做了什么值得如此无私的牺牲吗？

祷告：请教导我领会基督的大爱！

五月四日，礼拜六
腓立比书二章6节至7节
以赛亚书五十三章

“…取了奴仆的形象…”

受难的仆人耶稣

耶稣被孕育并在一个简陋的马厩里被生到这个世界上，因为客店里已经没有地方给他们住了。祂没有像出身高贵的国王那样大张旗鼓地来到这里，周围都是财富和荣耀。虽然祂确实是我们的王，但祂第一次来的目的是要作一个受苦的仆人。祂出生在一个卑微的工匠家庭，在最朴实无华的环境中来到这个世界。祂度过了一个默默无闻的童年，把自己交给人类父母的权威。

正如以赛亚书53：2-3所预言的：“他在耶和華面前生长如嫩芽，像根出于干地。他无佳形美容，我们看见他的时候，也无美貌使我们羡慕他。他被藐视，被人厌弃，多受痛苦，常经忧患。他被藐视，好像被人掩面不看的一样。我们也不尊重他。”

祂是一个仆人，就祂来顺服父神而言。祂的全部目的就是要遵行差祂来的天父的旨意。正如耶稣在约翰福音5：30所解释的：“我凭着自己不能作甚么。我怎么听见，就怎么审判。我的审判也是公平的。因为我不求自己的意思，只求那差我来者的意思。”祂来是要完成在创世以前所立的约，甘愿来过作为一个人的完美生活，然后死，为我们的罪作了挽回祭。

这样做，祂也是谦卑地服事人。正如耶稣在马太福音20：28向祂的门徒解释的那样：“正如人子来，不是要受人的服事，乃是要服事人。并且要舍命，作多人的赎价。”祂的全部目的就是服事，祂把祂的一切都奉献给祂的主人，就像一个仆人一样，谦卑地服从祂的主人。祂这样行，是出于爱，甘心为这甚至不认识祂的悖逆有罪的百姓。还有比耶稣更谦卑的仆人吗？

默想：如果我所服事的人藐视我，我还会服事吗？

祷告：父啊，当我更多地默想基督的牺牲，愿祢教导我要像祂一样无私和谦卑。

五月五日，主日

腓立比书二章6节至7节

哥林多后书八章1节至15节

“…成为人的样式”

完全的人耶稣

想象一下，世界上最富有的人的儿子，拥有他父亲的所有财富和权力。有一天，他决定去寻找世界上最贫穷、最肮脏的贫民窟。它充满了社会的弃儿和被排斥者，充满了最邪恶和堕落的人。他放弃了所有他习惯的舒适和奢侈品，去生活在他们中间。他和他们一起受苦，在这样一个地方忍受生活的艰辛。他这样做的目的是寻求帮助，在这样一个地方忍受生活的艰辛。他这样做的目的是寻求帮助，他们改变和改善他们的生活。尽管在这个想象的场景中，这样的牺牲可能是崇高的(和不太可能的)，但它甚至无法与耶稣以人类的形象来到地上所做的牺牲相提并论。

就祂的人性而言，耶稣就像任何一个曾经活过的人一样。祂让自己承受住在这个人的身体里的一切限制和困难。祂必须吃饭、休息和睡觉。祂又累又饿。祂也经历了人类的喜悦、悲伤、爱和愤怒的所有情感。祂物质上从来就不富裕。在祂的公开传道中，祂从来没有一个固定的地方可以称之为家。祂的周围都是有罪的不信的门徒，尽管祂耐心而慈爱地引导他们，但是他们常常不能领会祂的教导。祂经常受到文士和法利赛人的挑战和嘲笑，并遭到宗教统治者的反对。这一切都是祂乐意作的，为我们得著义，好使我们称义。

然而有一个关键的区别：祂在祂所有的方面都是完美的。正如希伯来书4：15节所解释的，祂经历了作为人的一切软弱，因为祂“也曾在凡事受过试探，与我们一样。”尽管如此，祂完全“没有犯罪。”虽然耶稣面临许多诱惑，但是祂没有半点向他们屈服。正是因为祂完全的无罪，祂才得以作为神无瑕疵的羔羊被献祭，为我们的称义得义。

默想：在我的生命中，有什么是我不愿意为基督的缘故舍弃的呢？

祷告：哦，我多么感谢祢，天父，感谢祢差遣祢的儿子，完美的神的羔羊！

五月六日，礼拜一

腓立比书二章1节至8节

约翰福音十五章9节至14节

“…就自己卑微，
存心顺服，以至于死…”

顺服的祭物耶稣

基督的谦卑不仅体现在祂的道成肉身上，也体现在祂心甘情愿地在加略山的十字架上受死。

耶稣道成肉身的目的是祂可以死来为我们的罪赎罪。上帝的儿子心甘情愿地来到这个世界，在十字架上牺牲，为了人类可以得救。祂知道祂作为神和人，必须承担人的罪的刑罚，而且只有通过这样的死，罪的刑罚才能得到救赎。因此，“惟独见那成为比天使小一点的耶稣，因为受死的苦，就得了尊贵荣耀为冠冕，叫他因着神的恩，为人人尝了死味。”（来2：9）

就是为了这样的献祭，耶稣“就自己卑微，存心顺服，以至于死。”要知道，只要耶稣愿意，祂是可以轻易逃脱死亡的。这并不是因为犹大比耶稣聪明，也不是因为祂被罗马士兵制服了。这是祂知道将要发生的事情，而祂顺从地把自己交给恶人手里，被治死。正如耶稣在约翰福音10：18所解释的：“没有人夺我的命去，是我自己舍的。我有权柄舍了，也有权柄取回来…”

一个骄傲自私的人绝不会愿意做出这样的牺牲。他会觉得自己的生命太重要了，不能放弃。在他眼里，没有人，没有事，值得他为之放弃生命。事实上，对于我们大多数人来说，我们甚至不愿意为了别人而放弃自己的舒适和奢侈的东西，更不用说做出死亡的终极牺牲了。耶稣从来没有这样想过。祂不认为自己的生命太伟大，不能为了人类而放弃。虽然我们是可怕的罪人，甚至不配得到祂的注意，但祂愿意受苦受死，好叫我们能活下去。

默想：“人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的。”（约15：13）

祷告：父啊，我感谢祢，为我救主耶稣基督的完全顺服。

十字架之死

当我们想到主耶稣基督的死时，我们必须记住这不是一般的死，而是最痛苦和最羞辱的死：作为一个罪犯被钉在十字架上。

耶稣被出卖是因为祂自己的门徒，加略人犹大的一个吻。祂必须在腐败的祭司和野蛮的罗马当局面前受审。就是祂来要拯救的人，喊着说：“钉他十字架，钉他十字架！”邪恶的士兵嘲笑祂，吐唾沫在祂身上，鞭打祂。他们把荆棘冠冕戴在祂头上。罪恶的手把祂的手和脚钉在木头上，当祂的血在衣服周围肆意流淌时，他们在十字下打赌要分祂的衣服。当祂被钉在十字架上时，祂的全部重量都是钉在祂骨头上的钉。祂的每一次呼吸都是刻意的努力，推着祂的脚，拉着祂的手掌，让祂的肺充满空气。

然而肉体上的痛苦和在十字架上所受的羞辱，与祂背负罪的重担、父神背弃祂儿子时所面临的痛苦相比，根本不算什么，于是祂大声呼喊：“我的神，我的神，为甚么离弃我？”（太27：46）在十字架上，哥林多后书5：21解释道：“神使那无罪的，替我们成为罪。好叫我们在他里面成为神的义。”

祂为什么要这样做？那是因为爱。这是上帝救赎人类的唯一途径。我们都是罪人，违背了神的律法，我们活该被处死。我们生在罪中，活在罪中，也应当死在罪中。本该被钉在十字架上的就是我们。我们什么也救不了自己。这就是为什么耶稣来了，替我们死，为我们的罪付上刑罚，给我们生命！啊，多么奇妙的爱，多么伟大的谦卑！

默想：“惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。”（罗5：8）

祷告：哦，父啊，愿我永不忘记基督为我的罪而死所作的巨大牺牲。

五月八日，礼拜三
腓立比书二章1节至11节
以弗所书一章15节至23节

“…又赐给他那超乎
万名之上的名。”

超乎万名之上的名！

历史上有些人的名字是举世公认的。一些人因其伟大或高尚的事迹而受到尊敬，另一些人则因其智力或对艺术和文化的贡献而受到尊敬。在教会的历史上，我们记得那些为基督的事业做出巨大贡献的人。然而，所有这些“伟人”的显赫，都比不上那超乎万名之上的名，就是耶稣基督的名。

在耶稣第一次来的时候，祂是“被藐视，被人厌弃，多受痛苦，常经忧患。祂被藐视，好像被人掩面不看的一样。我们也不尊重祂。”（赛53：3）这就是上帝亲自来到这个世界。然而世人却不理祂，就是祂所要拯救的人也恨恶祂。“祂在世界，世界也是借着祂造的，世界却不认识祂。祂到自己的地方来，自己人倒不接待祂。”（约翰福音1：10-11）这是多么悲惨的一件事。

今天，耶稣的名字被许多人亵渎地用作一个骂人的词和标点符号。世界上有许多地方不尊重耶稣的名。相反，他们选择崇拜名人。他们颂扬这些易犯错误且常常罪孽深重的“超级明星”的名字，而忽略那迄今为止世上所知的最伟大的主。

然而，我们必须明白的是，耶稣已经处于被升高的状态。通过从死里复活升天，耶稣从一个最卑贱的羞耻和屈辱的位置升到一个最高荣耀和尊贵的位置。耶稣现在坐在神宝座的右边，是我们的中保和代祷者，统治和掌管上帝所创造的万物。

这个世界拒绝耶稣，但是基督徒必须因为祂是谁而敬拜祂。祂比世界上任何领袖都伟大，比任何作家或哲学家都聪明，比任何慈善家都更有爱心和高尚。祂是我们慈爱的救主，祂舍命让我们活。我们要极高地尊崇祂为万王之王，万主之主。

默想：耶稣的名对我宝贵吗？

祷告：愿我在言语和行为上，常高举基督的名。

五月九日，礼拜四
腓立比书二章9节至11节
启示录五章11节至14节

“无不口称
耶稣基督为主…”

什么时候有这些事呢？

作为信徒，我们应该高度尊崇耶稣的名。然而，有时你会觉得这是一种非常孤独的努力。我们周围几乎没有人愿意了解耶稣。甚至基督徒也羞于宣布祂的名字——是的，这个美丽的名字被许多人可悲地用作骂人的话。

那么，保罗如何描述这样一个场景：万膝跪拜耶稣，万口承认耶稣基督是主呢？不只是信徒，而是地上、天上、地底下的每一个人（指坟墓里的死人）。这节经文没有给出这个全球崇拜耶稣的时间框架。但可以肯定的是，有一天，整个世界（即每个人）都会承认耶稣是谁。

我们在启示录5：13节看到类似的描述。这是约翰看到未来天堂场景的一瞥，天使和圣徒将在那里敬拜上帝（启5：11-12）。在第13节中，他们合唱了一个大合唱，每个人都跟着唱：“我又听见，在天上，地上，地底下，沧海里，和天地间一切所有被造之物，都说，但愿颂赞，尊贵，荣耀，权势，都归给坐宝座的和羔羊，直到永远永远。”它描述了未来的一天，整个宇宙将别无选择，只能承认耶稣确实是万有之主，祂是全能的、至高的神。

这只会发生在耶稣第二次降临时发生。祂必带着能力荣耀降临，作万王之王，万主之主。当祂成为全世界的统治者和审判官时，祂的荣耀将被所有人知道。在那一天，世界上的每一个人，无论是死的还是活的，都将认识到祂是谁的真理。

愿我们不要等到最后审判的日子，才跪下来承认耶稣是主。现在，我们有机会俯伏在耶稣面前，敬拜祂为主和救主。你会吗？

默想：我现在承认耶稣基督是主吗？

祷告：愿我永远承认耶稣是我生命的主。

五月十日，礼拜五

腓立比书二章12节至18节

帖撒罗尼迦前书一章5节至10节

“…不但我在你们那里
就是我如今不在你们那里…”

一贯的行为

有时当我们试图分享福音时，我们会遇到这样的反驳：“我不想去教堂，因为所有的基督徒都是伪君子！”可悲的是，这种说法也有一定的道理。有许多人言行不一，没有活出他们所传的福音。

这是保罗替腓立比的基督徒所担心的。他劝勉他们要确定他们所作的见证与他们所信的福音是一致的。也许是因为他与这个教会的亲密而温暖的关系，他知道当他在他们中间时，他们非常愿意听他的话。然而，他强调，这不仅仅是他在那里的时候顺服，在他不在的时候更是如此。我们顺服的目的不是要讨人的喜悦，而是要讨神的喜悦！如果我们只是因为知道别人对我们的期望而表现出顺从，那么当我们被不信的人包围时会发生什么呢？我们的行为会因为我们所处的环境而改变吗？

真正的考验是当没有人在看的时候，或者当我们周围都是不信主的人，他们不关心我们的顺服的时候。我们会屈服于诱惑而陷入罪中吗？我们会屈服于压力，去适应这个世界的方式吗？或者我们还能为了主保持一贯的行为吗？

如果我们对神的事奉和我们对神的见证不是始终如一的，那么我们就变成了假冒伪善的人，为了讨人的喜悦，试图装出一副仅仅表面顺从的样子。不，我们必须拥有的是真实的，衷心的，对主的顺服。谁在看，谁和我们在一起，都不重要。我们必须寻求过圣洁的生活，并且坚持不懈地、勤奋地为主而活。到那时，我们的见证才最有效，因为人就可以看出我们真是为神而活，是讨祂的喜悦，不是讨人的喜悦。

默想：我顺服的背后的动机是什么？

祷告：父啊，愿祢赐给我信心和勇气，无论发生什么事，都能始终顺服祢。

五月十一日，礼拜六
腓立比书二章12节至18节
雅各书二章17节至26节

“…就当恐惧战兢，
作成你们得救的工夫”

作成你们得救的工夫！

“作成你们得救的工夫”(腓2: 12)这句话有时被用来呼吁基督徒检查他们的救恩，看看他们是否真的得救了。它有时也被误解为我们必须做某种工作来赢得或确保我们的救赎。这两种解释都不符合这段话的上下文。

保罗呼召我们做的是“作成”(即去做、去实现、去执行)我们的救恩。这并不是说我们要通过我们的行为来实现救赎，而是说我们必须通过我们的行为和我们的生活方式来显示我们的救赎。这样做，我们就证明了我们的生活已经被福音改变的事实，我们现在是出于一颗真诚顺服的心来顺服主。

态度必须永远是恐惧和战兢，而不是骄傲和自满。我们的恐惧并不是害怕我们会失去救恩，也不是因为我们认为上帝对我们生气而战栗。这是一种敬畏，指的是我们对上帝的崇敬。我们怀着圣洁的敬畏尊敬祂，怀着深深的谦卑侍奉祂，时常想起我们的罪性和我们的许多软弱。我们在祂面前战兢，就像一个卑微的仆人在伟大仁慈的国王面前战兢一样。我们敬畏祂，就像一个顺从的孩子在严厉慈爱的父亲面前。我们尽我们最大的能力侍奉祂，不是因为我们害怕祂会在任何时候惩罚我们，而是因为祂是我们伟大的主，值得我们最高的忠诚！

因此，我们都被呼召通过我们顺服的生活来显示我们确实相信主耶稣基督，来作成我们得救的工夫，已经悔改了我们的罪，现在完全为祂而活。这是我们必须坚持做的事情，不管谁在看着我们。当我们这样做的时候，我们就会“显在这世代中，好像明光照耀”，成为我们主耶稣基督光辉的见证。

默想：当我犯罪时，我是更害怕神对我的愤怒呢，还是更害怕我让祂失望了呢？

祷告：父啊，愿我对祢常存谦卑的心，惧怕战兢地来到祢面前。

五月十二日，主日

腓立比书二章 12节至13节

哥林多前书十五章9节至11节

“因为…都是神
在你们心里运行…”

神在你们心里运行

虽然我们尽自己的一份力，履行我们作为人的责任是很重要的，但最终我们能并且能够有任何顺服的唯一方法，就是上帝在引导我们！当我们谈论我们的顺服时，要意识到只有当神在我们里面工作，给我们力量，坚固我们，赐给我们恩典，勇气和信心，让我们有愿望去顺服，然后真的去做祂所喜悦的事时，我们才能顺服。这是圣灵的工作，而且它已经赐给了所有在主里的真信徒。

你在生活中有过这样的经历吗？你有神在你里面工作吗？你是否听见圣灵的微小声音，促使你离开罪，走向圣洁？你是否经历过神的话语对你说话并引导你？你与基督有一个健康的关系吗，为的是讨祂的喜悦来激励和驱使你？你是否在你的生命中彰显了圣灵的果实？这些迹象应该在每一个因恩典得救的人身上显现出来。

我们能够顺服主，忠心地事奉祂，不是靠我们自己的努力，而只是靠主的力量。祂使我们渴望和能力去实现祂的美意。在追求顺服和成圣的过程中，我们并不孤单。记住，没有基督，我们什么也不能做。但有神与我们同在，有圣灵引导我们，我们就能始终如一地顺服神，只渴望寻求神的喜悦，不寻求别人的喜悦！

因此，当我们事奉主，在我们的内心感受到渴望为祂而活时，我们绝不能骄傲，以为自己是善的。我们必须重复使徒保罗的话，就是“然而我今日成了何等人，是蒙神的恩才成的。”而且“这原不是我，乃是神的恩与我同在。”（林前15：10）

默想：我绝不能骄傲地把我做的任何好事都归功于自己。

祷告：父啊，愿祢在我里面行大能的事，使我立志行事，都能成就祢的美意。

怨言

作为人类，我们天生就有抱怨的倾向。就像在旷野中的以色列人一样，我们为最轻微的不便或不适而抱怨。当事情不如我们所愿时，我们会感到沮丧和抱怨。在任何我们感觉到的不公正的情况下，我们都会奋起反抗，为我们认为是我们的权利而争论和斗争。

然而，腓立比书2:14非常直接地指责我们的这种态度，呼吁我们“凡所行的，都不要发怨言，起争论。”在我们所做的一切事情中，我们必须记住，我们生命的目的不是我们自己的奢侈或舒适，而是为了神的荣耀。还要记住上帝永远掌控着一切，没有任何事情是偶然发生的。每件事都是按照神的旨意和喜悦发生的。

请认识到，每当我们发怨言和抱怨时，我们都是在责备神。我们知道神在万有之上。祂已经答应照顾我们，我们也知道祂所做的一切都是完美的，从来没有错。因此，当我们为所发生的事情而烦恼时，我们不只是对我们周围的人和环境感到烦恼，更重要的是，我们是在向神表达我们的不满！

我们必须学会少抱怨，开始更多地欣赏上帝在我们生活中的美好。当我们开始对所发生的事情感到最轻微的不愉快或不满时，请记住希伯来书13:5-6的话语：“你们存心不可贪爱钱财。要以自己所有的为足。因为主曾说，我总不撇下你，也不丢弃你。所以我们可以放胆说，主是帮助我的，我必不惧怕。人能把我怎么样呢？”

当我们这样做的时候，我们描绘了一个强有力的见证，表明我们相信上帝的主权。无论我们面临什么样的逆境，让我们通过信靠上帝来显示我们的信心，并记得感谢祂在我们生命中所做的一切。

默想：“然而敬虔加上知足的心便是大利了”（提前6:6）！

祷告：父啊，愿祢教导我知足于我生命中所发生的一切，而不受诱惑去发怨言和抱怨。

五月十四日， 礼拜二

腓立比书二章12节至16节

马太福音五章13节至16节

“…你们显在这世代中
好像明光照耀。”

世界上的光

在圣经中，罪恶的世界经常被描绘成在黑暗中，而基督是在黑暗中照耀的光(约1: 1-9)。当基督徒被描述为世上闪耀的光时，我们要成为基督光辉的反射，就像月亮在黑暗的夜空中照耀一样。它本身并没有光，但月亮之所以发出明亮的光，是因为它反射了太阳的光。照样，在这弯曲悖谬的世界里，我们的见证要像亮光，不是为我们自己的荣耀，乃是为显明世上光的荣耀，那光就是耶稣(约8: 12; 9: 5; 12: 46)。

当我们恐惧战兢作成我们得救的工夫的时候，当我们凡事不发怨言、不起争论的时候，我们周围的人就会发现其中的不同。他们将见证我们基督徒的见证。我们可以被看作是无可指摘的(无可指责的，没有缺点的)和诚实无伪的(无辜的，单纯的，没有狡诈的)，在这弯曲悖谬的世代中没有瑕疵。我们会被认为是上帝的儿女，因为我们是真正的上帝的孩子，我们反映了我们天父的属性。

世界是个罪恶的地方。然而，通过基督，我们已经改变了。我们已经看见了光，而现在蒙召为祂发光。我们不再需要遵从这个世界的邪恶方式。相反，我们必须与世界不同。你应对周围情况的方式必须是不同的;你与周围人互动的方式必须是不同的;你行事为人和做出选择的方式必须是不同的。

我们生命中的这种不同，正是使我们为基督发光的原因。就像光明与黑暗相对立一样，我们的生活也必须完全与世界的方式相对立。这就是我们蒙召为基督作出的见证，使别人也能看见并认识基督。

默想：“世界漆黑一片，待我光照，你我去朝自家，将真光照。”

祷告：父啊，求祢帮助我在这黑暗的世界中为祢发出明亮的光。

五月十五日，礼拜三
腓立比书二章16节至18节
以弗所书四章17节至24节

“将生命的道表明出来…”

将生命的道表明出来

将生命的道表明出来是什么意思？“表明”这个词有呈现或提供某物的意思。我们所要做的，显然不是实实在在地举起圣经，而是在我们的生命以神的话语为例证，这样别人就能看到并接受它。

当我们以生命的道生活，并遵守它的每一个字母时，我们就将生命的道表明出来。我们把它作为我们崇高而神圣的标准，作为我们唯一的指南，作为我们教导的唯一来源。这是每一个基督徒的重要责任，通过我们的生活，向世界证明上帝的话语是真实的！世人可能永远没有机会读到神的话语或听到福音，但是他们所看见的，乃是我们的生活，我们的行为，和我们的见证。你用自己的行为，始终的顺服，和对比的见证，向他们证明神是真的。这样，他们就能认识活的道——耶稣基督。

因此，神的话语必须是我们生活的中心。当我们传讲、顺服和捍卫神的话语时，我们就是一切圣经所写的活的化身。我们向周围的所有人反映基督的形象。

对保罗来说，这就是他的希望和喜悦。如果腓立比人在他们的生命中表明出来生命的道，那么对他来说，这就是一个迹象，表明他们在他们中间的劳苦没有白费。他将能在基督的日子喜乐，当他在审判的日子，站在基督的宝座前，他将展现出来这些生命。他自己将给予生命的道表明出来，因此，其他人被引导到基督面前，反过来，他们也带领其他人认识救主的救恩。这条不断的锁链一直通向我们，因为有人曾经向我们表明过这道。你现在会向所有你周围的人宣讲生命的话语吗？

默想：“你的生活就像他们眼前的一本书，他们正在从头到尾地阅读。说，它能把他们指向天空吗，别人能看到耶稣在你里面吗？”

祷告：父啊，愿我常忠于生命的道，使别人在我里面看见基督。

五月十六日，礼拜四

腓立比书二章17节至18节

帖撒罗尼迦前书二章17节至20节

“…你们的信心为供献的祭物。

我若被浇奠在其上…”

喜乐的牺牲

有时候，做一个基督徒会让你付出代价——无论是你为基督的缘故所受的迫害，还是你为见证而放弃的东西，还是在基督的事奉上花费的时间、努力和精力。所有这些都需要你做出牺牲，或者如保罗所说的：“以你们的信心为供献的祭物。我若被浇奠在其上，也是喜乐。”

希腊词被翻译为“被浇奠”，是一个技术术语，用于描述作为祭奠的酒被倾倒，如民数记15: 5所述。他把自己的服事生涯比喻为倒在祭坛上，在主面前献祭。他愿意费财费力(林后12: 15)，以至于他的一生都为服事主而消耗。

然而，这是一种带着喜乐而作的服事。他说，通过牺牲的生活，“也是喜乐，并且与你们众人一同喜乐。”这也是一种有感染力的喜乐，当他们看见保罗的喜乐，他们也会有喜乐，并与他一同喜乐。只有当我们都有相同的属灵目标和优先次序时，这才会发生，我们都关心神的荣耀和圣徒的造就。

什么能给你带来真正的喜乐和最大的快乐呢？无论什么能给你带来喜乐，那都是你愿意为之牺牲、愿意付出努力去获得的东西。如果我们追求世界上的事，那就是我们会投入时间和精力去获得的地方。如果是基督，那么我们的事奉将是一种喜乐和愉悦，并且我们将非常乐意这样做，而不仅仅是出于义务。

我们绝不能把为主作见证看作是一件苦工或苦差事。我们不能把服事看成是强加给我们的负担。相反，我们应该把它视为一种喜乐的努力。事实上，这是一个巨大的特权，因为我们是罪的和不配的，我们被授予荣耀，服事至高的神！

默想：真正爱孩子的父母会吝惜为确保孩子幸福而做出的牺牲吗？

祷告：父啊，求祢使我明白，为祢献上我的生命作活祭，是何等大的特权。

五月十七日，礼拜五

腓立比书二章19节至30节

哥林多前书十三章1节至7节

“…叫我知道你们的事
心里就有着安慰。”

无私的关爱

在腓立比书第2章的最后一部分，保罗转移到一个新的主题。他写信告诉他们提摩太和以巴弗提来了，并简单地称赞了他们。在这几节经文中，我们大致了解了这两位主的仆人的生活，以及使徒保罗决定派他们俩去腓立比的心意。

记住保罗是在狱中写信给他们。他与外界的联系有限，在传道时也只有为数不多的几位宝贵的同工帮助他。对他来说，放走这些人——那些他可以依靠来帮助他的忠实的人，是一种巨大的牺牲。然而，为了他们的缘故，他觉得有必要打发这些人去见他们。

保罗非常关心教会，他想要听到更多关于教会的报告。这就是提摩太的主要使命——他被派去做教会运作的第一手报告。这将给保罗带来“安慰”。这是一个从希腊语*eupsuchoeo*翻译过来的短语，这个词的字面意思是良好或愉快的精神。这就是保罗的感受——当他听说腓立比的基督徒是怎样的时候，他的心就会欢欣鼓舞。虽然他深信自己不久也能到他们那里去，但他很挂念他们，就想先打发提摩太到他们那里去服事。

保罗打发以巴弗提回去，叫他们看见他的病好了，叫各方都不用为这事彼此挂虑。

由此，我们看到使徒保罗无私的关怀。因为他非常热爱教会，他们的属灵事情比他自己的身体的需要更重要。保罗为了腓立比人，非常愿意舍弃他忠心的助手。

我们呢？如果可以为了我们周围人的属灵上的益处，我们愿意放弃对我们来说亲密和珍贵的东西吗？

默想：“为你为我命曾舍，你舍何事为我？”

祷告：父啊，教我无私地爱我的邻居就像爱自己一样。

五月十八日，礼拜六

腓立比书二章19节至24节

使徒行传十六章1节至15节

“…实在挂念你们的事。”

实在挂念

保罗认为提摩太是一个志同道合的人，和他关心同样的事情，有同样的属灵关怀。这就是他们能够如此有效地一起服事的原因。这样同心合意，是难得宝贵的，因为保罗说，再没有像提摩太的人了。那真是一种高度赞扬。

保罗强调的一个关键品格是提摩太对腓立比人有真实的关怀。在保罗的第二次传教之旅中他第一次加入，就在保罗听从马其顿人的召唤去欧洲之前不久(徒16: 1-10)。腓立比是他们亲眼所见证的第一个大城市。它在提摩太心中一定占有特殊的地位，是他非常关心的一个教会。他们对他们的这种关心不是被设计或强迫的。他真诚地关心他们，因为这源于对主真诚的爱。只有当我们爱主的时候，我们可以真诚地爱祂的子民。

保罗解释说，大多数人没有“实在挂念”的原因是，我们天生都是自私的人。我们追求并关心我们自己的事，而不是基督的事。保罗一定很沮丧，因为即使在事奉这么多年之后，他周围许多与他一起服事的人仍然很自私。他可能指的是我们在腓立比书1: 12-17中读到的那些教师，他们讲道是出于分争和结党，并不真正关心他们所宣扬的福音。与他们相反，提摩太是主的真仆人，因此是保罗可以信任和推荐给腓立比人的人。

这不是我们今天在教堂里看到的吗？许多人声称自己在服事，但他们真的是出于正确的动机而服事吗？他们是真心关心彼此，还是只是为了一己之私？你呢？我们必须寻求耶稣基督的事，促进“以致爱弟兄没有虚假，就当从心里彼此切实相爱”（彼前1: 22）。

默想：我怎样才能增加对周围人的爱呢？

祷告：父啊，求祢赐我不虚假的爱给我周围的人，使我在主里真诚地关心他们

我们侍奉的明证

决定我们事奉主的效力的很大一部分是我们为祂作的见证。通常只有当人们信任我们，并看到我们生命中救恩的果实时，他们才会愿意听我们所传讲的信息，或参与我们所计划的项目。

保罗向腓立比人举荐提摩太的时候，提醒他们说，他们自己也曾观察过提摩太的侍奉，因为他们初到腓立比的时候，提摩太同保罗一起在那里。保罗描述提摩太“待我像儿子待父亲一样。”保罗不仅视他为同工，而且视他为孝顺的儿子，是忠心跟从他，向他学习的门徒。记得在那个年代，父子关系是不同的，因为儿子经常会跟他父亲从事同样的行业。例如，耶稣被认为是木匠的儿子(太13: 55)，应该接受过木工训练，同样，雅各和约翰也像他们的父亲一样是渔民。作为属灵的儿子，他在“兴旺福音”上与保罗并肩服事，在这方面非常忠心，值得信赖。

保罗这样描述提摩太，是在向腓立比人推荐他，暗示有提摩太在他们中间，就好像保罗自己在那里一样。这就是保罗所提供的事奉的明证，他向他们保证提摩太一定能在他们中间做好事工。

你事奉主的明证是什么？你在圣徒中有这样的见证和美名，叫人知道你是忠心的工人，是别人会把职责和责任托付给你的吗？你可以从小范围的服事开始，证明自己是值得信赖和可靠的。总有一天，别人会认可你的信实，主也会赐给你机会事奉祂。

默想：一份好的“属灵简历”应该是什么样的？

祷告：父啊，求祢赐我恩典，叫我在小事上有忠心，叫我也在大事上有忠心。

五月二十日，礼拜一
腓立比书二章25节至28节
罗马书十二章9节至21节

“…就可以喜乐，
我也可以少些忧愁。”

爱的担忧

以巴弗提是腓立比教会的领袖之一，也可能是牧师。他被称为“是你们所差遣的”，他长途跋涉，把为保罗的需要而收集的东西交给保罗(腓4: 18)，并提供教会的最新情况。

我们没有被告知确切的原因，但在前往罗马的途中，他遭受了一场受伤或疾病，几乎要了他的命。腓立比的基督徒听说了这件事，非常担心。由于没有像我们这样的现代通讯设备，他们无法知道他是否活了下来，也不知道他的情况如何。

尽管如此，以巴弗提并没有自怨自艾。他没有为自己的处境感到悲哀。相反，他非常关心教会在担心他！他“极其难过”，因为他不想让别人为他担心。的确，他是一个多么无私、关心他人的人。

神的怜悯使以巴弗提得以痊愈。保罗说，这不仅是神对他的怜悯，也是对保罗的怜悯，因为他若死了，这对保罗来说将是极大的悲哀。保罗在写这封信的时候，向腓立比人保证，以巴弗提一切安好，并解释了为什么他认为把他送回他们那里很好。虽然保罗发现以巴弗提很有用，但他决定“越发急速”(迅速地、殷勤地)打发他往腓立比去，好叫他们见他好了，就可以喜乐，不必再为他的病情担心。

通过这整件事，我们看到了保罗，以巴弗提，和腓立比教会之间的美好关系。他们都彼此关心，彼此深爱，他们很容易把别人的需要放在自己的需要之上。这是一种对彼此真实的、真诚的、无私的关心——根植于他们对上帝的爱的关心。这是你以前经历过的爱吗？

默想：“与喜乐的人要同乐。与哀哭的人要同哭。”(罗12: 15)

祷告：父啊，愿我有同理心和敏感，能把别人的需要放在自己的需要之上。

五月二十一日，礼拜二
腓立比书二章25节至30节
使徒行传二十章18节至24节

“…他为作基督的工夫，
几乎至死…”

主忠心的仆人

保罗打发以巴弗提回到他们那里，就吩咐他们欢欢喜喜地接待他，又因他在主面前忠心的事奉，就尊重他。也许是担心他们认为保罗拒绝了他，过早地缩短了与他的事奉。保罗写信来消除任何这样的观念，并向他们保证，他在服事主的事上，确实体现了最高的献身。因此，他们应该欢欢喜喜地接待他，因为他是一个忠心的仆人而重视他。

在罗马，以巴弗提被证明是主忠实的仆人，他在保罗需要的时候给予了很大的帮助。保罗重视他的事奉，认他为基督里亲爱的兄弟、同工的小伙伴、主耶稣基督的战友。保罗在第30节进一步赞扬了以巴弗提的服事，“他为作基督的工夫，几乎至死”！正如我们前面所看到的，他冒着生命危险来确保他能完成他的使命。尽管如此，他还是拒绝放弃，因为他关心的不是他自己，甚至不是他自己的生命，而是保罗的安康，以及教会托付给他的任务。

也许他在旅途中生病了，或者受了伤，继续下去对他来说是危险的。从腓立比到罗马的陆路和海路的旅途约1300公里，需要两个月左右才能完成。这是一段艰难的旅程，但他还是这么做了，因为他知道他的使命的重要性，就是把供应补给品送到监狱里的保罗那里。这表明他愿意为主的事奉甚至牺牲自己。

你对主的事奉的投入如何？你愿意把自己置于危险之中，或者牺牲对你来说珍贵的东西吗，如果你知道它可以给你周围的人带来福份？一个主的忠心仆人会毫不犹豫地为主基督的缘故冒生命危险。你会吗？

默想：“主已替我舍身，罪债全还清。”

祷告：父啊，愿我明白我所欠的福音债，并寻求将我的一切奉献给祢。

五月二十二日，礼拜三
腓立比书三章1节至2节
加拉太书三章1节至14节

“…防备作恶的，
防备妄自行割的。”

防备!

在腓立比书3章，保罗转而警告腓立比人，他们正面临潜在的危險。有一些假教师威胁要把他们的注意力从基督上转移开，使他们回到旧的方式去信靠自己的行为。这些犹太主义者坚持遵守律法是得救的先决条件。保罗极力反对他们，并提醒腓立比人，他们必须单独倚靠基督，而不是倚靠肉体。

他呼吁他们靠主喜乐，但同时也要警惕到处都有的危險。他解释说，他所写的担忧并不是新的，因为他们以前就听说过。然而，这“并不为难”，意思是这对他来说并不是不方便或麻烦的，尽管他被囚禁在罗马，背负着重重的负担和忧虑。这是一个非常重要的问题，他必须写信警告他们，因为这是为了他们的安全，为了他们自己的益处!

保罗在他的警告中直截了当地谴责那些假教师。他用严厉的言辞呼吁他们防备犬类，防备作恶的，防备妄自行割的。这三个词描述了保罗警告的一个群体——宣扬靠肉体的犹太主义者。

“犬类”：这是对犹太人的严重侮辱，将他们描述为希腊人和犹太人都厌恶的不洁野兽。

“作恶的”：他们所做的都是恶事，违背神。

“妄自行割的”：更具体地说，他们所做的行为，就是“自残”。这是一种文字游戏，说的是，当这些犹太主义者声称割礼对于救赎仍然是必要的，并坚持割肉体，他们实际上是在自残，没有任何原因，只是因为他们自己罪恶的错误。

每一代人都需要警惕和分辨力。就像保罗当时警告基督徒要提防危險，所以我们今天也必须不断提防撒但的诡计。

默想：今天谁是作恶的？

祷告：父啊，帮助我时刻警惕虚假的教导。

五月二十三日，*礼拜四*
腓立比书三章3节至8节
加拉太书六章11节至18节

“…在基督耶稣里夸口，
不靠着肉体的。”

你的信心在哪里？

事实上，保罗并不是在嘲笑神所命定的割礼，因为他自己是犹太人，一出生就受了割礼。然而，问题是犹太人坚持割礼是得救的必要条件。这就是因行为得救，也就是保罗所说的“靠着肉体”。

他想要纠正这种观念，教导他们真正的信徒是那些崇拜和侍奉上帝的人，他们本质上是属灵的，而不是属肉体的。他说，“真受割礼的，”是包括那未受割礼的外邦人在内。因为他们身体上可能没有受割礼，心里却受了割礼(罗2: 29)，相信同一福音。像任何信徒一样，他们现在的夸口是在基督耶稣里。请注意，这里的“夸口”一词有自夸或夸耀的意思。这与犹太人对肉体的徒然信靠形成对比，因为他们夸耀自己身上的印记，而基督徒则夸耀他们在耶稣身上的印记。

从腓立比书3: 4开始，为了进一步强化他的观点，保罗分享了一个非常个人的见证，关于他如何对自己过去的行为感到骄傲和自信。他分享它不是为了炫耀，而是为了让自己感到羞愧。他非常坚决地否认了他曾经为之而活的生活，因为他后来将其描述为“粪土”。

然而，我们人类倾向于对有形的事物印象深刻。我们看的是一个人的证书，冗长的简历，世俗的成就。这就是世界的运作方式，可悲的是，有时在教会也是如此。

保罗必须把这个列出来，不是为了自夸，而是为了向犹太人彻底证明，他很了解他们的神学，因为他也曾经完全赞同。但现在，他为了更伟大的事情，把它抛在了身后，那就是认识基督！

默想：哪一个更让我印象深刻：一个白手起家的亿万富翁，还是一个忠诚、谦卑的主的仆人？

祷告：父啊，愿我除了在我主耶稣基督的十字架上以外，别无夸耀。

五月二十四日，*礼拜五*
腓立比书三章4节至7节
罗马书三章9节至20节

“只是我先前以为与我有益的，
我现在因基督都当作有损的”

以善行为荣

保罗的“宗教资历”会让任何犹太人印象深刻。如果有人能因为行善而在天堂赢得一席之地，保罗可能就是那个人。他完全有理由为自己的成就感到骄傲，对自己的肉体有信心，至少他是这么认为的。

至于他的出身，保罗是“希伯来人所生的希伯来人”。这意味着他两边的父母都是没有外邦血统的纯犹太人。这无疑是这个年轻犹太人成长过程中引以为豪的一点。他的父母可能是虔诚的犹太人，因为他们按着律法在第八天给他行了割礼。

他来自便雅悯支派，是雅各最宠爱的妻子拉结的第二个孩子的后裔。这是以色列第一个王扫罗和王后以斯帖的叔叔末底改的本族。便雅悯也是一个以他们的军事能力而闻名的支派，他们有用机弦甩石精确的左手战士(士20: 16)。那是一个显赫的支派，他为自己是其中的一员而感到自豪。

保罗在法利赛人中是一颗冉冉升起的新星，他曾师从他们最重要的学者迦玛列(徒22: 3)。作为法利赛人，他是热心的、真诚的、狂热的，虽然这是非常错误的。他不是维护和捍卫法律，而是反对它！但那时候他还不明白，全身心地投入到迫害教会的工作中，以为自己是在服事神。他想自己自幼遵行律法，这就是他的义，他的一生也必极其蒙神喜悦。

当然，我们知道在去大马士革的路上发生了什么。他属灵的眼睛被打开了，在一瞬间，他所有的观点都改变了。他现在意识到他是一个需要基督的罪人。在完全圣洁的神面前，他曾经引以为豪的旧生活毫无价值。再多的善行也救不了我们。只有基督才能拯救！

默想：“…没有义人，连一个也没有。”(罗3: 10)

祷告：父啊，求祢让我知道，除了主耶稣基督，我没有办法做任何好的事来拯救自己。

五月二十五日，礼拜六
腓立比书三章7节至9节
罗马书五章12节至21节

“…我也将万事当作有损的，
因我以认识我主基督耶稣为至宝…”

认识基督是何等的荣耀!

保罗痛斥他虚荣而愚蠢的过去。所有他曾经引以为傲的东西，现在都被他视为亏损和粪土！这些都是他过去认为的“有益”——对他有利的东西，他认为这些优点会让他更接近上帝和天国。但现在他说，他已经为基督把他们当作有损的。他使用动词“当作”的完成时，意思是这是一个发生在过去某个时间点的动作，但其影响持续到现在。他认为，现在他继续认为，他所坚持的所有这些徒劳的行为实际上对他的属灵生活是有害的。事实上，他们阻碍了他承认自己的罪，也妨碍了他在全能的神面前谦卑自己。

他不再做那些曾经引以为傲的徒劳的行为，现在他把他们放在一边，只以认识他的主基督耶稣为至宝(至高的成就)！为了基督，他更愿意抛弃对肉体的信靠，只视他们为垃圾！相反，他现在渴望的是在他的生命中有更多的基督。“得着”一词与在第7节中的“有益的”一词有相同的词根。他画了一个对比，他过去认为是有益的，现在被视为损失，丢弃了所有这些东西，他现在可以用基督的益处来取代它。

他的观点发生这种完全改变的原因，是因为他已经认识到通过律法所获得的义是徒然的，一个人唯一能真正拥有的义，就是因信而得的神的义。他看到他过去所做的一切努力都是徒然的，因为他所做的一切都是为了律法。他不再想自己闯出一片天地，那么努力尝试却总是失败。他意识到他必须在基督里被找到，通过他对基督的信心，他可以拥有神完全的义。这就是我们称义时所领受的义，使我们能与神在天上享受永生。这也是你的信心所在吗？

默想：在这世上，还有比认识基督更好的知识吗？

祷告：愿我每天都不断寻求更多认识基督。

五月二十六日，主日
腓立比书三章10节至14节
歌罗西书三章1节至10节

“…我只有一件事…
向着标竿直跑…”

属灵的雄心

当我们谈论一个人的抱负时，我们通常会想到一个人的事业、人生梦想、目标和希望。我们想象，当我们实现了我们渴望的东西，我们会找到幸福和满足。一个人的野心可以是一种强大的动力，激励他做出巨大的牺牲来实现他想要的。另一方面，一个在生活中没有太多抱负的人会在生活中没有动力，无精打采，漫无目的。他会从一种尝试转向另一种尝试，没有太多的动力去想要在他所做的任何事情上取得成功。

在属灵的领域也是如此。一个有正确的属灵雄心的人会非常热心和专注。他将有正确的动力出发，尽他所能为神成就一切。他会愿意舍己受苦，过一种讨神喜悦、荣耀神的生活。另一方面，我们看到其他人可能自称基督徒，但在属灵上是冷漠的。他们不关心自己与神的关系，只做自己眼中看为正的事，不关心自己的生命是否是为神而活。我们可以把这样的人描述为很少或没有属灵的抱负。如果他们继续沿着这条路走下去，他们的生命将被浪费。

在腓立比书3: 10-14中，我们看到保罗与我们分享他成为基督徒后的抱负，以及他为实现这些抱负所做的事情。他已经丢弃了过去的的生活，现在正朝着一个新的目标和新的奖赏而努力。他的心和思想都集中在基督身上，尽他所能，努力成为神最好的孩子。

当我们学习这段经文的时候，我们也应该审视自己的内心和抱负，看看我们是否也在为同样的目标而努力，还是我们发现自己对属灵的事情不感兴趣，反而向往世人所追求的罪恶的东西？

默想：我对这一生有什么抱负？他们是属肉体的还是属灵的吗？

祷告：父啊，愿我总是思念上面的事，而不是地上的事。

五月二十七日，礼拜一
腓立比书三章10节至11节
以弗所书一章15节至23节

“使我认识基督…”

属灵的目标 (I)

在腓立比书3: 10-11中，保罗列出了他成为基督徒以来所追求的属灵目标。他不再追求他曾经引以为傲的徒然的世俗成就(腓3: 4-6)，因为他现在把它们视为粪土。相反，他一心一意地专注于增长他的知识和与基督的关系。

认识祂：这说明他渴望与神建立正确的关系。这种知识是经验性的，而不仅仅是理论的。就是以一种亲密、详细的方式了解一个人。这是一种知识，来自于了解神的话语，有一个不断的祈祷与祂交通，和活在基督里的生命。我们越与祂同行，就越了解祂。我们的属灵生活开始于认识神的渴望。这是每个神的孩子的自然愿望，因为如果我们爱祂，我们就会想要和祂有关系。

晓得祂复活的大能：他也渴望更多地认识和经历神使耶稣从死里复活的大能。当我们对神和祂为我们所做的事了解得越多，对他的能力了解得越多，我们对神的信心就越坚定。神使基督从死里复活所表现出来的属灵的大能，就是祂把我们从罪的辖制中释放出来，使我们在基督耶稣里升到天上的大能。复活是上帝大能的终极展示。保罗也在以弗所书1:19-20中描述过，“并知道他向我们这信的人所显的能力，是何等浩大。就是照他在基督身上，所运行的大能大力，使他从死里复活，叫他在天上坐在自己的右边。”

你认识神吗，并知道祂掌管罪和死亡的大能吗？

默想：哪一个更难：是使一个人从肉体上死里复活，还是使一个人从罪的权势和刑罚中洁净？

祷告：父啊，愿我一天比一天更认识祢，更爱祢。

五月二十八日，礼拜二
腓立比书三章10节至11节
彼得前书四章1节至11节

“…并且晓得和他一同受苦…”

属灵的目标 (II)

晓得和祂一同受苦：接下来，保罗谈到他渴望与基督同受患难。这是信徒在基督里的经历，保罗在提摩太后书3：12中警告说：“不但如此，凡立志在基督耶稣里敬虔度日的，也都要受逼迫。”当我们过着基督徒的生活，为基督的缘故经历试炼和苦难时，结果是我们会越来越与祂的死相一致。每次我们经历某种程度的痛苦，我们都能尝到基督亲自走向十字架时所经历的滋味(尽管与基督所经历的相比还是很微弱和苍白)。这样做，我们就能更好地欣赏基督为我们所做的一切，能在我们对祂的爱和尊敬中成长，且在我们的成圣中成熟，“因为在肉身受过苦的，就已经与罪断绝了”(彼前4：1)。

得以从死里复活：在这里，保罗所追求的，所期待的，是救恩的结果：从死里复活。“得以”这个词在这里有到达某地的意思，强调的是目的地。他在寻找围绕基督再临的事件(即复活，所有在基督里死了的人都将得到荣耀的身体)，这是他所向往的目的地。

这并不是说保罗对复活的盼望没有信心，也不是说他正在努力获得救恩。他的意思是，这种盼望是他生活的目标和主要目的。他愿意全身心地来实现它。现在他已经学习了福音和基督在十字架上完成的工作，他知道使他上天堂的不再是他自己的义，而是对基督的认识、神的大能和基督的牺牲。他如此强烈地渴望永远与神同在，以至于在他目前的生命中，他所做的一切寻求更多地认识神，都是为了盼望那最后的一天，在那一天，他将以荣耀的身体永远与神同在。

默想：我为基督经历了什么苦难？

祷告：愿我每天都能更多地理解基督的伟大牺牲。

五月二十九日，礼拜三
腓立比书三章12节至14节
罗马书七章14节至25节

“这不是说，
我已经得着了…”

我们属灵的缺乏

保罗知道他远非完美。他和我们所有人一样，在肉体上仍有挣扎。为了避免他的读者认为他已经达到了完全认识基督的目标，他告诉他们，他当然还没有达到任何属灵上的完美，和他们一样，他也在成圣的路上。

原文第12节中翻译为“得着”的词与第11节中使用的词不同。在第12节里，这个词的意思是“拿”或“抓住”。这里强调的不是目的地或目标，而是获取或达到的过程或行动。保罗要强调的是达到属灵成圣的过程。他承认他离他的目标还很远，因此需要在他的生命中努力奋斗，继续在圣洁中成长。

他知道自己还不完美，于是他不得不“竭力追求”。这个词在原文中有奔跑的意思，意思是某人尽全力去追求某件事。有时，它有追求的意思，纠缠或不断攻击。它描述了为追求一个目的或目标而进行的非常激烈和一致的努力。在这种情况下，保罗用这个词把他的动力比作运动员的动力。这就像一个跑步者竭尽全力冲向终点线，或者一个运动员为了赢得一项赛事而努力拼搏。这是保罗常用的比喻，因为他经常描述我们基督徒是如何在赛跑，并且我们有责任做到最好。为了在这场赛跑中取得好成绩，我们必须忘记那些背后的东西(骄傲和虚妄的荣耀)，努力面前的，时刻专注于基督！这就是激励保罗继续努力奋斗，和在他面前继续奔跑的动力。他知道自己还远远不够完全，因此他必须继续努力工作，每天为基督而活。

像保罗一样，我相信我们都承认我们也远远不够完全，在生活中有许多方面我们必须改进。我们是否会以此为动力，为主竭力事奉？

默想：在我的生活中，我需要“竭力追求”哪些领域？

祷告：愿我能谦卑地承认自己的软弱，并在上帝的恩典下有动力寻求改变。

五月三十日，礼拜四

腓立比书三章12节至14节

以弗所书一章3节至14节

“…基督耶稣所以得着我的”

我们属灵的呼召

保罗接着从另一个角度解释他属灵的缺乏，谈到他从神那里所受的呼召。他分享了他的愿望是能够得着(握住，紧紧抓住，捉住)基督所要他得的(基督“抓住”我们的目的)——他的成圣!这就是基督拯救我们的目的，就是要我们效法祂的形像。保罗知道他还没有得着，他离基督给他的标记还很远。因此,保罗解释说，当基督拿住他的生命，使他从一个罪人变为圣徒时，他如何尽他最大的能力，努力达到神对他的期望。

每一个神的儿女都有作为基督徒的呼召。我们所有人被拯救都是有原因和目的的。我们必须明白，我们得救不是为了过罪恶和放荡的生活。不是!神在创世以前，就费尽周章地制定了救恩的计划，“使我们在他面前成为圣洁，无有瑕疵”(弗1: 4)。保罗明白这个目的，正是这个目的激励他寻求过一种神喜悦和悦纳的生活。当神在他去大马色的路上抓住他，呼召他作神的仆人时，他正在为达到基督为他所定的目标而奋斗。

在这些经文中，我们看到使徒保罗的动机，是他对基督的爱和对自己不完全的认识激励他继续前进。他知道他还没有到那个地步，所以不断地为主寻求更好的自己。他没有停留在过去成就的桂冠上，因为他知道，一旦他变得自满，他就会在主面前失去效力!这就是一个有抱负的人，当他为世界的成就而奋斗时的样子。他被对现状的不满和对成功的渴望所驱使。就我们属灵的抱负而言，我们也是这样吗

默想：一个真正的基督徒能在属灵上没有雄心吗?

祷告：父啊，愿我永远意识到祢为我所设立的呼召。

我们属灵的焦点

一个有野心的人会尽其所能去实现他的目标。他对长时间工作、做出巨大牺牲、挑战自己的极限没有任何顾虑，如果这是必要的话。他有一种专一的奉献精神，为了得到他想要的东西，他会全身心地投入到他知道他需要做的事情中去。这就是世界上的人们在实现他们在地上的雄心时会做的事情。

对于信徒来说，我们有一个更高的呼召。我们已经得救脱离罪的辖制，蒙召为主耶稣基督而活。神渴望我们为祂的荣耀而活，为祂作见证。这就是保罗的目标，这使他有动力引导自己的注意力去实现这一目标。

保罗描述了他是如何坚定地要达到他的属灵目标。就是“我只有一件事。”在原文中，没有动词“做”。保罗只是说“只有一件事。”这强调了他的专注和决心，这是他一生中唯一的优先事项。当他想到自己的身份是一个“基督耶稣所以得着”的人，想到他还没有达到基督为他设定的目标时，这是他脑海中唯一的一件事，也是他要集中精力去做的一件事。

像运动员一样，他一心一意地奔跑。他很清楚自己还没有达到目标，因此强迫自己继续前进，永不停歇。在他的余生中，他将保持这个雄心壮志，尽他所能在圣洁中成长。他没有被这个世界的情欲所迷惑。他只有一个目的，这也是他最关心的。世上的享乐和奢侈对他没有吸引力，因为他现在在基督里，他只想专心事奉祂。

你生活的焦点是什么？我们周围有太多的喧嚣吸引我们的注意。如果我们没有正确安排我们的优先事项，就很容易被这个世界的忧虑所分散注意力。我们必须把我们的放在基督身上，每天都集中为祂而活。

默想：是什么事使我的注意力从基督身上转移？

祷告：愿我把心放在祢身上，每一天都为祢而活。

忘记背后

过往发生的事可能会阻碍我们前进。阻碍我们属灵之路的可能是罪、不好的经历、世俗的欲望或属肉体的心态。我们可能会感叹，没有在更年轻时成为基督徒，因而属灵的基础不够坚固；我们可能会不停回看所犯下的、从未完全解决的严重罪行；我们可能仍在为过去不愉快的关系感到痛苦。因为这些事，我们有时会觉得在与主同行的过程中有“障碍”，因而认为自己在基督里永远不能超越婴孩的阶段。

保罗也有自己的“包袱”。他经常想起自己是如何热心地迫害基督徒，并把自己形容为罪魁（提前1:15）。他为自己曾是个骄傲、相信自己肉体的法利赛人，而感到羞愧。然而，他拒绝找借口。他努力确保自己余下的生命不白活，而是能为那拯救他的上帝所使用。

因此，他要“忘记背后”（腓3:13）。他知道他必须把罪恶的过去抛在脑后，专注于未来。就像一个赛跑者必须“放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪”（来12:1）一样，他要在没有过去的牵绊下跑这条属灵之路。他已经把所有的包袱抛在一边，继续把它们视为粪土，拒绝纠结，或为任何灵命的停滞不前找借口。

耶稣在路加福音9:62中如此教导祂的门徒：“手扶着犁向后看的，就不配进神的国。”我们也必须抛开过去的邪恶欲望或牵绊，展望如今在基督里的生命。生活中确实有许多值得期待和追求的东西！

默想：我的生命中有哪些事是应该遗忘的呢？

祷告：天父啊，愿祢赐我恩典，将任何会阻碍我属灵之旅的往事搁置一旁。

六月二日，主日

腓利比书三章13-14节

哥林多前书九章24-27节

“……努力面前的……”

向前！向上！

保罗把过去抛诸脑后之后，一心一意地继续向前迈进。他定睛于基督的十字架，一心要达成基督呼召他的目的。他没有沉湎于过去，而是“努力面前的”事（腓3:13），期待在基督里的新生命，不断向着标竿直跑。

在腓立比书3:14中被译为“直跑”的根词，与第12节中“竭力追求”的根词是一样的——形容了他的热切追求。他向着标竿直跑——那是摆在他面前的终点。这个终点在他的基督徒生活中，不断浮现在他脑海。他拒绝把目光从奖赏上移开，拒绝被周围的事物分散注意力。

就像赛跑者盯着终点线一样，我们也应该努力定睛在“神在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏”（腓3:14）。这个奖赏是什么？是作为神的儿女所能期待的赏赐；是我们作为重生信徒的身份取得的最终成果，或是“得着基督耶稣所以得着我的”（腓3:12）——在天上永远与神同在！这是每个信徒都在奔向的属天呼召。因此，我们在今生要在乎天上的事，而非地上的事。神会赐给我们奔向祂、远离世间一切的渴望。我们将更关心我们的属灵抱负，并为之努力，而不是徒劳地试图实现我们曾经如此珍视的世俗抱负。我们将耐心地跑完比赛，仰望为我们信心创始成终的耶稣（来12:1-2）。

这是一场我们永远不会完成的比赛。只有当我们被召回天家或主再来的时候，这一切才会结束。只要我们还有力量，就要奔跑、前进、追求、努力、战斗。是的，这或许会很累；是的，我们有时会想放弃。然而，我们必须时刻牢记我们属灵志向的目标和动力，为主继续向前、向上！

默想：当基督徒决定停止赛跑时，会发生什么事？

祷告：天父啊，愿祢赐我力量和毅力，不断向标竿直跑！

六月三日，礼拜一

腓利比书三章15-21节

彼得前书四章1-4节

“……凡是完全人总要存这样的心……”

总要存这样的心

只要我们还活着，基督徒的赛跑就永远不会结束。我们可能会问：要怎样才能有毅力坚持下去呢？怎样才能取得切实、有效的进步，使我们能够在属灵道路上忍耐和成长？在接下来的经文中，保罗解释了在等待基督“将我们这卑贱的身体改变形状，和他自己荣耀的身体相似”之际，我们要“怎样”做（腓3:21）。

接着，保罗向所有“完全人”（腓3:15）发出请求。这显然不是指无罪的完美，因为他是第一个承认自己并非如此的人（腓3:12）。相反的，保罗是向那些跟他一样拥有“完全”或丰盛属灵渴望的人发出请求。他劝告我们要志同道合，要和他有共同的目标和志向。只有当我们积极地寻求主，并热切地渴望遵行祂的旨意时，这才可能实现。

他吁请我们继续致力于此事，永远不要偏离为我们设定的道路。我们不可偏离这属灵的目标，或被引诱往错误的方向跑去，因而“存别样的心”（腓3:15）。他也向我们保证，一旦我们行差踏错，神会引导我们、纠正我们。祂会向我们揭示我们的任性，耐心地引导我们回到祂的旨意。无论我们目前处于什么属灵状态，无论我们已经达到什么境界，保罗劝告我们要坚持到底，要拥有这共同的属灵热情和渴望，要把我们的心思意念都专注于基督。

从某种意义上说，“从容不迫是制胜的法宝”这句古老的格言适用于我们所处的这场属灵竞赛。我们必须坚持不懈，稳步前进，永不放弃，永不停止。我们未必能经常看到进步，但我们知道，靠着神的恩典，祂会赐我们前进的恩典！

默想：有什么事情会使我偏离上帝为我设定的道路？

祷告：天父啊，愿祢赐我恩典，使我始终不渝，永不偏离方向或“存别样的心”。

六月四日，礼拜二
腓利比书三章17节
以弗所书五章1-14节

“弟兄们，
你们要一同效法我……”

当效法……

要真正知道如何“照着什么地步行”（腓3:16），如果身边有敬虔的榜样可以效法，就肯定有所帮助。若是单靠自己，就可能无法总知道在实践上如何效法基督。是的，神的话是我们最终的向导，在圣经中也可以找到很多这样的例子。与此同时，我们身边真实的榜样肯定也是有用的，因为他们是有形的、可见的，是我们可以看到和学习的。此外，他们活在当下，是当代的见证，向我们展现如何在这个世代过敬虔的生活。因此，保罗劝勉腓立比人“一同效法”（腓3:17）他。他促请他们审视他的生命，只要他服从基督，他们就要效法他。

当然，使徒保罗并不在我们身边让我们效法。这就是为什么他告诉他们要“留意”（腓3:17）那些照他榜样行的人，好叫我们效法他们的榜样生活。

我们不应该低估敬虔的榜样对我们的生命所能带来的影响。倘若我们周围都是有着正确属灵倾向的虔诚人，那么我们的生活就会受到正确的影响，像他们有同样的渴望、热忱和希望。相反的，如果我们周围都是物欲、肉欲横流以及有罪的人，那么我们也会像他们一样。

我们应该问问自己：我们和谁在一起的时间最多？谁是我们生命中影响最大的人？我们最好的朋友应该在教会里，因为他们是我们永远的朋友。这些朋友志趣相投，会在我们走在当下的路上时鼓励我们，成为我们生命中的正面榜样。反过来，当我们在主里成长时，我们必须努力成为他人敬虔的榜样，这样我们就能对他们的生命带来积极的影响。

默想：我是否为生命中敬虔的影响而感恩？

祷告：天父啊，愿祢引导我尊敬和效法生命中敬虔的典范。

六月五日，礼拜三
腓利比书三章18-19节
罗马书十六章17-18节

“……许多人……
是基督十字架的仇敌。”

基督十字架的仇敌

保罗一方面鼓励腓立比人效法那些与主同行的人，一方面也警告他们要提防那些不在主里行事的人，他们实际上是基督十字架的仇敌！他所警告的可能是那些他先前在书信中提到的人——那些传基督是出于嫉妒和分争的人（腓1:15-16），或是那些试图使他们相信自己而不相信基督的人（腓3:2-3）。这些都是保罗先前所警戒的对象，如今，他含泪写信论及他们，因为他们是腓立比基督徒所要当心的敌人。他们的行事为人与神完全相反，为周围的人带来伤害和破坏。他警告说，他们的结局是毁灭。他们目前似乎取得了一定程度的成就，但可以肯定的是，他们的结局不会是令人羡慕或愉快的。

这些人错在哪里呢？从本质上说，他们只关心自己的私欲。他们崇拜的是自己的欲望和爱好要求。他们在这一生中所做的一切都是为了取悦和放纵肉体的自我。他们今生所作的就是朝向讨他们肉体的欢喜及顺从肉体。他们一心只顾念地上的事。他们夸耀自己的成就、虚荣的作为，却没有意识到这只会导致他们自取其辱和自取灭亡。他们当中有些人甚至声称自己是基督徒，并上教堂。然而，他们不愿寻求神，也不愿遵行祂的旨意。他们只有兴趣自我满足。

这是世界的普遍哲学和心态。如果我们追随这样的人，就会受他们影响，很快地也会有跟他们一样的结局。

这里的信息很明确。我们必须避开这类人。他们的影响可以迅速伤害我们，引我们入歧途，让我们偏离所应具备的属灵优先事项。相反的，我们应该寻求神，并且效法那些诚心诚实寻求主的人。

默想：我能做些什么来帮助十字架的仇敌？

祷告：天父啊，求祢帮助我有分辨的能力，好叫我避开任何反对基督十字架的人。

六月六日，礼拜四

腓利比书三章20-21节

哥林多前书十五章51-58节

“我们却是天上的国民……”

我们是天上的国民

与那些不虔诚的人相比，保罗提醒我们关于救恩和永恒归宿的荣耀盼望。“国民”这个词（腓3:20, *politeuma*）描述了我们的公民身份。他指示我们喜好上面的事，因为那是我们永远所在之地。当我们的思念专注于永恒时，观点就会改变，因为我们会意识到世上的许多事物是多么短暂和徒劳的。

我们反而应该把注意力集中在救主耶稣基督身上。唯独在祂里面我们才有指望，因为祂要成就我们的救恩。祂要改变我们卑贱、邪恶、属血气的身体，并以不腐败、不朽坏、荣耀的身体取而代之！祂能这么做，因为祂是掌控万有、满有主权的主，祂能征服万有。

倘若我们只关注自己，关注短暂的事物，关注当下，那么我们一定会失败。但如果我们定睛仰望天国，热切地期待那等待着我们的荣耀，那么我们就能像保罗一样大声地说：“因我活着就是基督，我死了就有益处”（腓1:21）！

可悲的是，对许多基督徒来说，他们的天堂似乎就在此时此地。他们如此专注于地上的事，专注于谋生、组建家庭，专注于谋求幸福和成功。他们希望越长寿越好，并且把所有的希望和梦想都寄托在当下。作为想实现正确属灵抱负的基督徒，我们必须看得更远。我们必须记得自己是天上的国民，并要开始以这个身份活着！

因此，我们要扪心自问：我是否愿意付出一切来确保自己能达到上帝为我设下的目标？要做到这点，首先必须先有正确的渴望，以及正确的奋斗目标。因此，我们必须积极地接受敬虔榜样的引导和影响，而不是被世俗罪恶和属血气的观念所影响和引导。在整个过程中，我们的心必须专注于天上的事，而不是地上的事。我做得好吗？我是否愿意在生命中做出必要的改变，来达到这个目标呢？

默想：我是否期待天堂和永恒？

祷告：天父啊，“把永恒印在我的眼球上”。（约拿单·爱德华）

六月七日，礼拜五

腓利比书四章1节

帖撒罗尼迦前书二章19-20节

“我所亲爱、所思念的弟兄们，
你们就是我的喜乐，我的冠冕……”

我的喜乐和冠冕

在最后一章的第一节中，保罗以最温柔、最慈爱的方式对腓立比人说话。他称他们为“所亲爱、所思念的弟兄们”。这些都是亲昵用语，表达了他将他们视为在主里的亲人。他记念他们为他所心爱的人，他对他们有着深厚的感情，并渴望与他们同在。

他也形容他们为“我的喜乐，我的冠冕”。他视他们为他喜乐的源泉，尤其在他所面临的情况之下。他为他们“欢欢喜喜的祈求”（腓1:4），他愿意仍住在世间，使他们“在所信的道上又长进又喜乐”（腓1:25）。他告诉他们，倘若同心合意，就能使他的喜乐得以满足（腓2:2），而为他们事奉和牺牲，他就能“喜乐，并且与你们众人一同喜乐”（腓2:17）。当他听闻他们结了属灵的果子，就“靠主大大的喜乐”（腓4:10）。

他也把他们形容为他的冠冕，就像运动员在比赛中获胜时所期待的奖品。因为保罗确信他们已得救，所以他盼望着当他站在主前时，他所服事的腓立比基督徒也会在主面前站立得住（帖前2:19-20）。这将是他所渴望的最大回报，激励着他在当下继续为主效力。

的确，使徒保罗是主多么忠心的仆人。他从他人的属灵受益中找到最大的快乐。对他而言，最重要的是他人的救恩，以及他们如何在主里行走。这使他所有的辛劳和苦难都变得值得，也给他带来了最大的快乐。我们也能如此评论自己吗？

默想：生命中是什么带给我们最大的喜乐？

祷告：天父啊，愿我拥有正确的属灵目标和优先次序，好叫我在主里找到最大的快乐。

六月八日，礼拜六
腓立比书四章1-3节
以弗所书四章1-6节

“我亲爱的弟兄，
你们应当靠主站立得稳。”

靠主站立得稳

有人的地方就有冲突。为什么？因为我们都是骄傲、自私的人。虽然得救了，我们却常常屈服于属肉体的旧我。和平不会自然到来，即使对基督徒而言也是如此。这是我们在教会必须为之奋斗的。如果放任我们的天性，冲突往往会接踵而来。有些分歧一开始看似微不足道，但若处理不当，就会迅速恶化，升级为严重的冲突，破坏教会的团结和效率。

很多时候，冲突之所以发生是人们坚持自己的欲望、骄傲或顽固的忠贞。他们非常固执，拒绝屈服。当出现误会或分歧时，双方都不愿意让步，因而产生了问题。

在腓立比书4:1，保罗呼吁教会“在主里站立得稳”。“站立得稳”是一个经常在军队中使用的命令，要求一个人坚守自己的岗位，在战斗中不让步。它表明了坚定、坚决和毫不动摇的立场。保罗在腓立比书1:27已经呼吁他们要这样行，要他们“同有一个心志，站立得稳，为所信的福音齐心努力”。他向他们表达了自己的愿望，要他们确保自己在主里的灵命稳定。他们的忠诚和忠贞首先必须是只对基督。他们都必须站在主耶稣基督坚固的根基上，因为他们就是为祂事奉，为祂战斗！

我们也都必须靠主站立得稳，而不是靠自己的欲望和愿望。当我们有相同的属灵目标时，要有和平及团结就轻而易举了。我们将意识到琐碎的争吵是多么愚蠢和不成熟，我们将团结起来服事上帝。就像一支有效的军队，团结一致地坚守阵地，我们将能够坚定地对抗魔鬼的诡计，为主得胜！

默想：一支不团结的军队会如何？

祷告：天父啊，求祢常常帮助我在主里站立得稳。

六月九日，主日

腓利比书四章1-2节

彼得前书三章8-11节

“要在主里同心……”

克服冲突

在这封书信的最后一章中，保罗必须处理一些相当敏感的个人问题。他以慈父般温柔的方式向腓立比的基督徒提出属灵忠告。由于他与他们关系密切，因此有资格进行调解。他一开始就诚恳地提醒他们，对他而言他们是多么亲近。他是以深爱他们、真心为他们好的朋友身份劝勉他们。

保罗在解决腓利比教会问题时，直接指名道姓——友阿爹和循都基。不过，他并非靠权威，而是以“恳求”的方式这么做。这两名来自腓立比的女子很可能就是这场冲突的核心人物。她们发生纠纷的原因不详，但我们知道两人都是基督徒，在教会中担任某种职务。她们看似有分歧，不再同心。她们的想法不同，对于任何事情都持有不同的意见，这导致会众之间出现了分裂。

保罗给予他们的信息是“要在主里同心”。他要他们认识到他们在主里的共同性。他们必须同心，因为他们都是基督徒，而每个信徒都应该同心。这自然不是什么新教义，因为保罗在这封书信中已多次重复这点（腓1:27；2:2-5；3:15-16）。

要注意的是，一致性和共同性之间是有区别的。保罗并不是要求他们没有个性，或盲目地遵循一个标准。他强调的事实是，他们都在主里，因此应该有共同的抱负、目标和愿望。他们应该遵照神的话语生活，以服事神和荣耀神为目的。一旦达到这样的共同性，毋庸置疑的是，教会的冲突就会大大减少，甜美的团契则会大大增多。

默想：保罗至此在腓利比书中，针对“心”教导了些什么？

祷告：天父啊，求祢用祢的话语引导我的心思和欲望。

六月十日，礼拜一
腓利比书四章1-3节
加拉太书六章1-10节

“……和我一同做工的，
他们的名字都在生命册上。”

真实同负一轭的

保罗知道教会的冲突是多么脆弱和棘手，于是呼吁教会里的其他人伸出援手，协助化解局势。

他找来了一个“真实同负一轭的”人，主要负责协助解决纠纷。关于他的详情甚少。他或许是保罗的同工，被称为“真实同负一轭的”。从字面而言，这个词形容跟你有着同样负担的人，就像两头牲畜轭在一起犁地。保罗视他为同志、伙伴、主里的同工。保罗要求他帮助这些妇女，确保她们再次在基督里团结起来。

他也请求革利免和教会的其他同工帮忙，确保教会的团结。这是解决冲突的方式——每个人都一起努力，没有隐秘不明的动机，以确保和平与和谐。

保罗要求众人同心合意，彼此团结，因为他们终究服事的是同一位主。事实上，保罗曾跟这两名女子共事过，因此认识她们。他恳求她们把个人的纠纷和分歧搁置一旁，一起工作！

他还提出了联系我们所有人的一点，那就是他们都得救了，名字都写在生命册上。所有基督徒都有同样的目的地和盼望，那就是：我们都要上天堂。既然我们要在永恒中永远在一起，难道我们在世上就不能和睦相处吗？因为我们对永恒生命有着同样的盼望，我们在世上的渴望和推动力也应该是一致的。

在某种意义上，所有的基督徒都应该是“真实同负一轭的”。我们都在主的服事中联系在一起。我们应该能够彼此团结，共同负起彼此的担子，在主里团结一致。

默想：倘若同负一轭的人不尽责怎么办？

祷告：天父啊，愿我有恩典能把同他人的小分歧搁置一旁，在主里合意一。

六月十一日，礼拜二

腓利比书四章4-7节

帖撒罗尼迦前书五章16-22节

“靠主常常喜乐……”

要喜乐!

在腓立比书4:4-7中，保罗给予了一系列的命令，教导腓立比的基督徒如何在冲突中，在主里找到平安与喜乐。他以命令的方式劝勉他们，而这些命令需要我们努力去落实。

第一条命令是：我们必须竭力靠主常常喜乐，之后为了强调这点又重复——“我再说，你们要喜乐”（腓4:4）！保罗在此提出的当然并非新的想法，因为这就是他致函腓利比人的重要主题。他自己已经做了榜样，无论境况如何，都要有这常存的喜乐，而现在他指示腓立比的基督徒也要这样做。

试想想，唯有基督徒有充分的理由感到喜乐，因为这喜乐是“靠主”的。我们已经被主耶稣基督拯救了。我们的罪已得赦免，对天堂和永恒有着美好的盼望。现在，那至高无上、慈爱的神已经应许看顾我们，而我们相信祂。我们知道这一生的目的是什么——荣耀神，永远与神同在。这些都是我们必须铭记于心的宝贵真理。我们知道，只要靠着基督，就有喜乐的理由。

你们也要知道，靠着主而不是其他东西才能得着喜乐。很多时候，我们的情绪和人生观会受到周遭环境变化的影响。一帆风顺之际，我们的行为举止就会显出快乐，个性也会充满喜乐。然而，当事情不如所愿，或当悲剧发生时，我们的整个世界都崩塌了，因而感觉不到生活中有喜乐。

无论发生什么事，我们必须谨记神的应许，记得祂掌管一切，而事情的发生总是有原因的。作为基督徒，我们总是有理由喜乐。这喜乐或许不是小孩在玩具店里所感到的无比兴奋，而是对主有平静、恒久的信心，常常为祂的恩慈而喜乐。

默想：倘若我不与主同行，是否能靠主喜乐呢？

祷告：天父啊，帮助我靠祢常常喜乐！

六月十二日，礼拜三

腓利比书四章5节

彼得后书三章8-13节

“当叫众人知道你们谦让的心。”

谦让的心

下一个命令是要让众人人都知道他们谦让的心，指示他们在情感上要节制，无论与同胞打交道时，或是世俗的追求。他们的行为举止都不可偏激，除了对主的感情之外。在所有其他的情况下，无论是如何应对不利的环境和难以相处的人，或是追求这世界的事物，他们都得以冷静和温和的风度克制自己。

这为何重要呢？答案就在这个经节的后半部，保罗提醒他们主已经近了。这是为了提醒他们主的再来迫在眉睫。

当我们被提醒主快再来时，这应该使我们对事情有正确的认识。我们意识到周围的一切都是暂时的，很快就过眼云烟。我们优先考虑的事将有所改变，因为我们不再追求今世的事物，而是能够思念上面的事。我们会对周遭发生的事情有更冷静、更坚定的看法。从大局来看，我们的事业、学业、爱好其实都不算什么，我们不应该以如此极端的热情去追求它们。这世上没有什么事情有如此的吸引力，可让我们倾注所有精力和努力，除了服事即将来临的主。我们会谨记，我们的目的并非自我享受，也不是沉溺于今生的奢靡，因为我们盼望基督的再来。

有鉴于此，我们意识到自己所担心的许多事其实不应该是我们所关注的。反之，我们必须专注于最重要的事——我们与主的关系，以及我们为祂所作的见证。

默想：我生活中的哪些方面需要进行调整？

祷告：天父啊，求祢帮助我以永恒的价值观生活，而不是追求这世界的事物。

六月十三日，礼拜四
腓利比书四章6节
马太福音十六章25-34节

“应当一无挂虑，
只要凡事……祷告、祈求……”

停止忧虑，开始祷告

你是个焦虑的人吗？晚上会失眠，然后一整天都有所挂虑？主对我们说：“停下来，‘应当一无挂虑’！”我们知道主已经近了。这应该增强我们信靠祂的决心，不是充满忧虑，而是要常常祷告。

这里简单地劝勉我们必须停止焦虑。停止烦恼，停止担心，不要认为每一个坏消息都是悲剧和灾难。保罗告诉腓立比的基督徒不要在困境中烦恼，而是要在祷告中把一切都交托给主。

当我们因忧虑而陷入困境时，我们必须藉着祷告、祈求和感谢，让神知道我们的诉求。这么做显示我们对祂的信赖和依靠，在任何处境中相信祂的主权和眷顾，并且知道祂肯定能为我们提供一个完美的解决方案。

与之相反的话，我们就会设法自己解决问题。我们常常认为可以靠自己的智慧和人的努力来解决问题。我们因此而倍感压力，认为所有的结果都取决于我们的能力和行动。这肯定是将以失败告终的努力。我们越想解决问题，就会给自己带来越多的烦恼和痛苦。相反的，我们更多地祷告，就更多地祈求神供应我们的需要，对至高、慈爱的神就更有信心。

值得注意的是，我们在祷告中也要感恩。当我们感谢上帝时，就是承认祂在我们的生命中动工，而这都是祂完美计划的一部分。倘若我们凡事感谢，就意味着我们知道神掌控一切，并且相信祂的解决方案永远是最好的。

默想：多多祷告，忧虑少少！

祷告：天父啊，帮助我多多祷告，而且要抱着信心祷告。

六月十四日，礼拜五

腓利比书四章4-7节

约翰福音十四章26-27节

“神所赐、出人意外的平安……”

出人意外的平安

我们借着祷告祈求，把一切挂虑都交托给主，所得的确据就在于：“神所赐、出人意外的平安必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。”

这是主应许给每一个神的儿女最宝贵的平安。这是神的平安，是世人无法理解的，因为神只将这平安赐给在基督里的人。

没有上帝的世界迷失在混乱之中。他们经常处于动荡和冲突之中，因为他们没有得到在他们生命中掌权的仁慈上帝所给予的确据。他们对未来没有把握，对现在也没有信心。他们不断地犯罪，对灵眼中的罪恶没有任何解决办法。陷入如此境地确实是可怕的。以赛亚书48:22警告说：“耶和華說，惡人必不得平安。”

对于信徒而言，情况就不同了。我们认识神，也认识主耶稣基督。我们可以与我们的救主和造物主建立爱和持久的关系。祂向我们保证赐下能够保守我们心怀意念的平安。当我们面对生活中的烦恼和挑战时，我们的思想和情绪很容易失控。然而，神的平安会使我们坚定地信靠祂。我们要得安息，因为我们知道慈爱的神垂听我们的祷告。

每个基督徒都能获得这份平安。我们知道自己的罪已得赦免，我们已与神和好。我们都能在基督里感到安稳，因此，我们不会因变化多端和经常令人震惊的环境而仓皇失措。我们周围的世界可能崩塌，我们可能身处最可怕的境地，但我们对主的信心将坚定不移。我们可以继续信靠主、继续喜乐，并在逆境中保持平静！

默想：“……你们心里不要忧愁，也不要胆怯。”（约翰福音14:27）

祷告：天父啊，感谢祢赐下如此奇妙的平安应许。

六月十五日，礼拜六

腓利比书四章8节

雅各书三章13-18节

“……这些事你们都要思念。”

思念这些事(1)

我们都明白思想的重要性。你可能听过拉尔夫·沃尔多·爱默生的这句话：“播下一种思想，收获一种行动；播下一种行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。”他可能不是基督徒，但他对这件事的观察肯定是相当准确的。作为想过荣耀神生活的基督徒，我们必须非常小心我们的心怀意念。散漫的思想生活将引导我们走向许多罪恶。我们知道，神肯定不仅仅关心我们的行为和外在，祂也关注我们的思想、欲望、希望和抱负。

保罗在这封书信中一直强调的一个重要主题就是思想的重要性。他常劝勉他们要同心合意，存基督的心。来到信末，他向他所珍视的教会提出了慈父般的建议，而这些建议再次集中于信徒的思想上。

他列出八件基督徒必须专心思考的事。“这些事你们都要思念”这句话是以现在式时态说的，说明了我们应该持续的思念。“思念”在希腊文中的意思不单是冥想这八件事，而是要仔细研究，深思熟虑。

这些对我们而言是很好的指南，划出了明确的界限，让我们清楚知道该琢磨和考虑些什么。凡在这清单之外的，或与之相悖的，都是基督徒必须拒绝的。凡是真实的、可敬的、公义的、清浩的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事我们都要思念。

默想：我一整天都在思想什么？

祷告：天父啊，愿祢赐我有保守我心怀意念的纪律，好叫它们常讨祢的喜悦，常归荣耀于祢。

六月十六日，主日
腓利比书四章8节
马太福音十五章17-20节

“……凡是真实的、
可敬的、公义的……”

思念这些事(2)

让我们来一一探讨基督徒应该专心思念的事：

凡是真实的——真实而非虚假的。当然，我们要记住，世上唯一绝对的真理就是神话语的真理。我们必须时常思念神和祂的话，因为“祢的道就是真理”（约翰福音17:17）。我们必须经常默想它，因为这是我们成圣的关键。不要对流言蜚语、半真半假的陈述、谣言和欺骗进行揣测。这么做也保护我们免受对未知和未经证实的事所感到的恐惧和焦虑。要专注于真理，专注于绝对正直和真实的事。

凡是可敬的——这个词在提摩太前书3:8被译成“端庄”，指的是作执事的必须恪守的礼仪，好叫他们成为可敬且正直的人。它描述的是庄重、严肃、值得尊敬和高尚，指的是不轻率、不琐碎的行为、工作或活动，而是有尊严、正经和端正的。它不仅是正直和真实的，而且具有崇高的道德价值、重要性和属灵意义。

凡是公义的——指正义的事（在道德上绝对正直的）。这些事都符合神完全的公义，也符合祂完全的律法——即祂衡量公义和正义的准绳。反之，我们必须避开不义、罪恶和邪僻的事。把心思意念都放在这些事情上，会迅速败坏我们的心，并使我们犯罪。

基督徒必须在一生中，不断地问自己：这些事在神的眼中是真实、可敬和公义的吗？若是，我们必须思念这些事。若不是，我们要警戒，将心怀意念转向神的事上。

默想：我所接触的媒体内容是否真实、可敬和公义？

祷告：天父啊，保守我远离不真实、不可敬、不公义的事。

六月十七日，主日
腓利比书四章8节
箴言十五章26-33节

“凡是……清洁的、
可爱的、有美名的……”

思念这些事(3)

以下是我们应该思念的另外三件事：

凡是清洁的——指绝对的道德纯洁、成圣、圣洁，所有神圣、清洁、干净的。“清洁”一词和“圣徒”一词属同一个根词，与腓立比人周围的许多异教徒、淫荡和邪恶事物形成对比。同样，在我们的世界里，我们也被腐败、污秽和肉欲所包围。我们必须保护自己的思想不受这类邪恶的影响，只思念清洁、美善的事物。

凡是可爱的——可爱的事物是指那些引导和指引人们朝向爱的事物，形容的是神所喜悦、能加增我们对正确属灵事物的爱和感情的事；任何能激发人们对神或彼此有更大的爱的事。与之相反的是那些煽动纷争、仇恨、愤怒和冲突的事。这些都是可恨的、伤人的事，一点也不可爱。

凡是有美名的——指的是无可指摘的、光明正大的、受人尊敬或褒奖的事。我们必须经常把心专注于正面的（神所要的）事，拒绝罪恶和负面的（有坏名声）的事。我们的基督徒生活，甚至我们的思想，必须无可指责。我们必须时刻注意为主所作的见证，以确保我们弃绝恶事，只寻求帮助他人加增对主的尊崇。

这个世界试图用不纯洁、仇恨和不光彩的事来充斥我们的思想。我们经常被这些负面的影响所轰炸，使我们的心思意念偏离神、转向罪。我们必须默想基督和祂的话语，从而洁净我们的思维。

默想：“恶谋为耶和华所憎恶……”（箴15:26）

祷告：天父啊，求祢引导我的思想常常寻求那清洁、可爱、有美名的事。

六月十八日，礼拜二
腓利比书四章8节
哥林多后书十章1-6节

“……若有什么德行
若有什么称赞……”

思念这些事(4)

若有什么德行——所谓德行是美德和卓越的灵命。有德行的事物绝对没有任何道德败坏的迹象。我们必须有这样的善念，拒绝傲慢或不道德的思想。

若有什么称赞——这话指的是赞扬和崇拜，所形容的是归荣耀于神及赞美祂名的事。我们必须思念那值得称赞的，和荣耀神的事。至于不带来任何称赞反而使基督蒙羞的事，我们必须拒绝。

纵观以上清单，神对基督徒显然有很高的要求。祂要我们拥有纯洁、干净的思想，可持续帮助我们在各方面变得更圣洁，更像基督。毋庸置疑的是，倘若我们的心怀意念都被这些事充满，并拒绝罪恶、污秽和世界的哲学，那么，我们就能和神建立更亲密的关系。

我们必须不断地审视自己：我所深思的是些什么？我每天都在想些什么？是这世界不道德、腐败的事吗？我是否经常羡慕或梦想财富？我是否经常感到恐惧和焦虑？我是否充满了骄傲和自负？

我们都要祷告求主帮助我们思念腓利比书4:8所列之事。

默想：维护心思意念是我应该培养的、非常重要的属灵纪律。

祷告：“神啊，求你鉴察我，知道我的心思，试炼我，知道我的意念，看在我里面有什么恶行没有，引导我走永生的道路。”
(诗139:23-24)

六月十九日，礼拜三
腓利比书四章9节
罗马书十章13-17节

“你们……所学习的，
所领受的……”

我们如何学习

在总结这段经文时，保罗劝勉腓立比的基督徒，以确保他们实践他所教导他们的一切。在命令他们去“行”之前，他提醒他们，自己是如何把“这些事”传授给他们的。他使用了四个简单的被动语态动词来描述整个学习过程

“所学习的”——这描述了他们从保罗那里得到的教导和指示。它指的是他们对这些教导的领受，是否通过他的书信或他的直接劝勉而知道和理解他所教导的一切。

“所领受的”——领受的意思是接受别人为你提供的某样事物，并且自己留着。在学习方面，保罗确信他们所领受的不只是头脑的知识，而是已经完全内化于心。他们已经领会并接受了他的教导，完全相信这些教导的好处。

“所听见的”——这个学习和领受的过程是如何进行的？基本上是通过“听见”，因为信道是从听道来的，而听道是从神的话来的。这是最直接的教导方式，保罗传讲或书写，而他们聆听。

“所看见的”——但保罗不仅仅是通过直接的说教，他的教导还体现在他和他们周围敬虔人的生命中。他们从这些榜样中，亲睹何谓过敬虔的生活，以及如何为基督作见证。

我们今天也以同样的方式学习。讲道和查考圣经是重要的，但门徒训练和团契也同样重要。我们通过直接和间接的教学手段来学习。知道了这一点，我们就必须努力善用各种途径，学习和领受那可以引导我们在基督里过更丰盛生活的重要真理。

默想：正如我从他人学到的一样，我也应该尝试引导周围的人，并成为他们的榜样。

祷告：天父啊，愿祢帮助我不断学习，永不要忘记宝贵的教诲。

六月二十日，*礼拜四*
腓立比书四章9节
提摩太前书四章6-8节

“……所见的，所看见的
……都要去行……”

都要去行!

腓立比书4:9的命令就是“行”这个字。它指示我们学以致用。这个字在希腊文中的意思不是只做一次，或例行公事，而是不停地操练，是致力于遵循这些教导，使之成为生活的一部分。

这是保罗希望腓立比人在基督里努力过敬虔生活时所拥有的奉献精神。他们一生都要不断地操练和实践敬虔生活。这是他们一生的事业，他们必须不断地训练自己去思念和去行这些事。

的确，这就是所谓的敬虔生活。它是一种训练，就像运动员献其一生，以便成为某项运动中最优秀的选手一样。对于短跑运动员而言，这意味着反复跑同样的距离，直到他确切地知道需要跨出多少步和需要呼吸多少次来跑完这段距离。他在饮食、复原和睡眠方面都需极度自律，确保生活中的一切都做到最好，以便达到最佳表现。

属灵方面，我们也必须有同样的决心和属灵纪律。我们必须在与敬虔有关的事上不断地去行、操练和培训。这意味着我们要守护我们的心思意念、言语和行为。我们要更虔诚地祷告，更多地学习神的话语，以便严格地在生活中应用神的话语。

我们也许没有保罗来到我们当中教导我们，但我们每周都得到神完全话语的教诲。我们是否将这些教导付诸实践了？是否积极且自觉地尝试履行这些指示，以便与上帝建立更密切的关系？

默想：倘若运动员不遵循培训计划，会发生什么事？

祷告：天父啊，愿祢赐我自律和决心在生活中实践祢的道。

六月二十一日，*礼拜五*

腓利比书四章9节

希伯来书十三章20-21节

“……*赐平安的神*就必与你们同在。”

赐平安的神

我们若思想正确，行事敬虔，*赐平安的神*就必与我们同在。

祂是*赐平安的神*；是以和平为特征的神！我们当然愿意这位*赐平安的神*与我们同在。我们要在今生拥有持久的平安，这是最好、也是唯一的方法。这平安不仅仅是没有战争和冲突，也是一种深刻的、持久的平静和精神稳定，因为神就在我们身边，我们也知道我们已经与祂和好。有了这位*赐平安的神*，我们无论发生什么事，经历什么试炼，遇见什么样的人，都无关紧要了。我们永远都能得平安，因为*赐平安的神*与我们同在。

也许，通过比较经文，我们能最好地了解*赐平安的神*能带来什么：

希伯来书13:20-21：“但愿*赐平安的神*，就是那凭永约之血、使群羊的大牧人我主耶稣从死里复活的神，在各样善事上成全你们，叫你们遵行他的旨意；又藉著耶稣基督在你们心里行他所喜悦的事。愿荣耀归给他，直到永永远远。阿们！”

帖撒罗尼迦前书5:23-24：“愿*赐平安的神*亲自使你们全然成圣！又愿你们的灵与魂与身子得蒙保守，在我主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘！那召你们的本是信实的，他必成就这事。”

帖撒罗尼迦后书3:16：“愿*赐平安的主*随时随事亲自给你们平安！愿主常与你们众人同在！”

哥林多后书13:11：“还有末了的话：愿弟兄们都喜乐。要作完全人；要受安慰；要同心合意；要彼此和睦。如此，*仁爱和平的神*必常与你们同在。”

默想：赐平安的神是否与我同在？

祷告：天父啊，愿祢赐我在祢里面有安慰和平安，并且深知祢是那赐平安的神，永远与我同在。

六月二十二日，礼拜六

腓利比书四章10-20节

希伯来书十三章5-6节

“我无论在什么景况都可以知足……”

你知足吗？

身为基督徒，我们被呼召过知足的生活。我们承认神对万物有绝对的主权，因而知道我们所有的一切都来自祂，而祂关乎我们的旨意永远且绝对是最好的。因此，我们应该常常为着我们的一切心存感激，不再奢望更多，因为神已经保证赐予我们最好的。

然而，你的生命是否如此呢？知足的反面是贪婪、物质主义和不满等情绪。这些态度在世上如此普遍，在我们身上是不是也能找到呢？

我们从一出世，就一直有很多想得到的东西，并要求更多。我们总是处于一种思想状态，认为一定还有更好的东西可以争取，而我们也总是觉得自己离完全的快乐和满足不过只差几步之遥。我们从身边的老幼妇孺身上都能看到这样的行为。让他们感到不满的，从物质到其他无形之物都有，比如人际关系、长相、能力或所面临的任何情况。

然而，我们知道，一直处于贪婪的状态是痛苦的，因为我们永远不会快乐。我们总是在寻求更多的东西，以便在生活中得到满足。

因此，我们在使徒保罗的身上看到了令人钦佩的品质，他说：“我无论在什麼景况都可以知足，这是我已经学会了”（腓4:11）。这是值得我们效法的例子，让我们知道无论今生拥有什么（或缺乏什么），我们都可以而且必须知足，因为我们已经拥有基督！

默想：“敬虔加上知足的心便是大利了。”（提前6:6）

祷告：天父啊，愿祢教我知道如何在祢里面感到知足。

六月二十三日，主日
腓利比书四章10-12节
使徒行传二十二章1-15节

“我靠主大大的喜乐……”

知足的写照

我们在保罗的身上看到了敬虔的满足。保罗与腓立比的基督徒分享他的喜乐，因为他刚从他们那里得到一笔奉献。他很高兴这么多年以后，他能再次听到关于腓立比基督徒的消息，知道他们在主里坚定不移。他知道他们有一段时间没有为他提供资助，乃是因为“没有机会”。如今，他们知道保罗在罗马，就打发以巴弗提去帮助他、服事他。保罗虽然身在监狱里，却为这事欢喜。

保罗也赶快地作出声明，自己分享这份喜悦，并非试图婉转地要求更多支援。他也向他们保证，他并不缺乏！他告诉他们，无论身处什么景况，他都学会了知足。

此时，我们应记得保罗的背景。他一出生就是罗马公民，享有特权。他小时候就被送到耶路撒冷，在受人尊敬的老师迦玛列门下学习，并在最好的拉比学校接受训练。他被人尊为法利赛人的领导，因着他的学识、热心和公义的生命，受人尊敬。然而，当他成为基督徒时，他放弃了这一切。他不再是受人尊敬的领袖，而是一名逃犯。他在余生中被迫害、被石头砸、被殴打、被囚禁。有时，他不得不工作来养活自己和他的同工。他必须忍受生活中的艰苦和困难。

尽管如此，他仍能满怀信心地说，他已经学会了知足。“学会”这个词属于过去不定时态，指的是过去发生的一次性事件。什么时候发生的？是当他得救并与神的话语对峙时。当他认识基督时，他也认识到神对他的眷顾和慈爱。他不再追求世俗的利益，而是以认识基督为至宝，将万事当作有损的——这是他当下唯一的志向，也使得他在今生得到完全的满足。

默想：倘若我们的志向是世俗的，我们永远也不会知足。

祷告：天父啊，愿我所渴望的皆以祢为中心。

六月二十四日，礼拜一
腓利比书四章12节
哥林多后书六章1-10节

“我知道怎样处卑贱，
“也知道怎样处丰富……”

处卑贱与处丰富

虽然保罗已经学会了知足的原则，但它仍需要通过经验来培养。他在事奉主的过程中，借着祝福和逆境，不断地从主那里领受这个教导。

第12节中“知道”和“得秘诀”使用的是完成时态动词，指的是过去的行为导致现在的后果，意思是：尽管他过去已经学会了知足，但通过各种各样的经历，他在任何情况下都能知足的能力也不断增长。

保罗一生经历了多次的卑贱和羞辱，遭受饥饿和许多痛苦。他被基督的仇敌强烈地迫害，被丢石头、逃亡，经历了真正的苦难。然而，他也有很多时候是富足的，比如当他享受着弟兄们的款待和照顾。这可能是指他在腓立比受到吕底亚一家的欢迎（徒16:15），或在哥林多与亚居拉和百基拉在一起（徒18:2-3）。有时候，正是这样的变化让人难以知足。倘若我们只经历过贫穷，就不会意识到自己错过了什么。只有当我们经历了富足和充实，然后突然陷入赤贫后，才会发现难以接受这样的变化。反之亦然，只有当我们自己经历了卑贱，才能更为珍惜丰富。

通过这些经历，保罗不断学习。他不断地被提醒，自己只是这世界上一个过客，他的目的不是追求今生的奢华和舒适。在他所面临的各类环境中，他意识到唯一不变的、使他坚持下去的，不是桌上的食物或身上的衣服，而是他与主耶稣基督的关系。

默想：我拥有的越多，就越难学会知足。

祷告：天父啊，不论祢允许我经历何种状况，求祢赐我恩典，知道感恩。

六月二十五日，礼拜二
腓利比书四章10-13节
约翰福音十五章1-8节

“我靠著那加给我力量的，
凡事都能做。”

凡事靠基督！

保罗如何能知足且毫不动摇呢？他是如何在各种经历中站立得稳呢？他在腓立比书4:13解释说，这是因为他的信心稳稳地抛锚在基督。当他仰望基督时，当下的困难和痛苦对他而言不过是“至暂至轻”（林后4:17）的，他也认为，“现在的苦楚若比起将来要显于我们的荣耀就不足介意了”（罗8:18）。这就是为何他能如此自信地宣称，他靠着那加给他力量的基督，凡事都能做。

这绝不是保罗傲慢地吹嘘超人的能力，也不是为了说服自己而不断重复的咒语。从他说这句话的背景来看，他坚信基督会加添力量给他，好让他能忍受所面临的许多试炼。

从字面上看，第13节可以翻译为“我靠着那赐给我力量的基督，有能力做任何事”。他意识到是基督赋予他知足所需的忍耐和恒心，而他也知道如何在凡事上处卑贱、处丰富。这显然是属灵而非肉体的力量，源于他的生命以及与基督的关系，使他能够勇敢而坚定地面对所有的挑战。

的确，我们今生做任何事的能力都来自基督。正如耶稣在约翰福音15:5如此教导祂的门徒：“我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面的，这人就多结果子；因为离了我，你们就不能作什么。”没有基督，我们是不幸且无助的。但是靠着那加给我们力量的基督，我们为祂凡事都能做！

因此，我们寻求在凡事上都能知足之际，也要知道：要达到这个目的的唯一方法就是归向基督。唯独在祂里面，我们才能在此生找到真正的成就和满足。

默想：我为基督而活的能力也来自基督。

祷告：天父啊，帮助我时刻谦卑自己，因为我知道唯独靠着基督而非自己的力量，我才能凡事都能做。

六月二十六日，礼拜三

腓利比书四章14-16节

哥林多后书十一章7-9节

“……你们和我同受患难……”

为所有物质供应感恩

保罗从腓立比书4:14继续赞扬腓立比人照顾他物质上的需要。这封信的措辞非常巧妙，意在表明尽管他并不贪图任何物质上的东西，但他决不轻视他们的捐赠。他虽然已经学会在任何情况下都知足，但对于在他患难中给予他的捐赠，他还是深表感激的。他们的乐捐将大大减轻他的问题，并有助于他在罗马被监禁期间的福音工作。

“同受”一词来自希腊文的 *koinonia*，意思是团契、伙伴关系、分享或共享。当他们为保罗提供物质上的供应时，并非是单向的付出，而是在某种意义上与他共患难。它描述了他与他们之间温暖而柔和的关系，使得他们的供给不仅是一种奉献，而是一种相交。

保罗感谢他们的慷慨，并突出了他们在他多年的传道生涯中所给予的帮助。保罗并没有忘记他们从他离开马其顿（腓立比所在地）以及他在帖撒罗尼迦期间为他所行的一切善事。腓利比是唯一一间向他提供财务支援以帮助他传道的教会，对此他非常感激。

生活的现实是：我们需要物质供应来生存。我们必须为着所得的一切感恩，无论它们是多么微不足道。我们不可将所拥有的一切视为理所当然，也不可认为拥有更多是理所当然的。我们要为所拥有的一切（舒适的生活、栖身之所、衣食无忧）感谢神。

默想：“我赤身出於母胎，也必赤身归回；赏赐的是耶和华，收取的也是耶和华。耶和华的名是应当称颂的。”（约伯记1:21）

祷告：天父啊，感谢祢为我供应日用的饮食。

六月二十七日，礼拜四

腓利比书四章17-19节

哥林多后书八章1-5节

“我……所求的就是你们的果子
渐渐增多，归在你们的账上。”

为属灵果子感恩

当保罗谈到物质供应时，他与他们分享说，他们的慷慨是重要的，因为这是他们为主结出属灵果子的证据。对保罗来说，这更为重要——腓立比的基督徒慷慨大方、热心事奉，是神所喜悦的教会。

他谨慎地补充说，他写信不是为了要求更多。相反的，他是为了感恩他们在属灵上的增长而写信。借着乐捐，他们也为福音的传播作出贡献，他们的果子也渐渐增加。我们必须记得，他们的教会并不富有。事实上，“他们在患难中受大试炼的时候，仍有满足的快乐，在极穷之间还格外显出他们乐捐的厚恩”（林后8:2）。他们很穷，但他们把保罗的需要和事工看得比自己的苦难更重要。他们的慷慨甚至超出了他们的能力（林后8:3），还要再三求保罗接受他们的捐赠（林后8:4）。

保罗将他们的捐赠形容为“极美的香气，为神所收纳、所喜悦的祭物”（腓4:18）。他以这样的方式表明神对腓立比基督徒的事工感到喜悦。虽然他们的乐捐是给保罗的，但实际上却是献给主的祭物，就像旧约中所献上的祭物一样，是“献给耶和華馨香的”祭物（利未记1:17）。的确，这个教会有保罗应该感恩的地方，因为他渴望他们为主结果子，而这个希望已大大实现了。

同样地，我们要扪心自问：我们是否为着周围的人在生命中所结出的属灵果子而感恩？抑或更关心他们物质上的成功？我们是否会因弟兄升职或考到好成绩，而感到喜乐，多过当他们在基督里成长成熟、更多地事奉主、战胜罪和试探？

默想：是什么带给我更多喜乐：属灵的果子或实质的饮食？

祷告：天父啊，愿我能看见并了解为祢所作的每一项事工的属灵意义。

六月二十八日，礼拜四

腓利比书四章19-20节

诗篇二十三篇

“我的神必照他荣耀的丰富
……使你们一切所需用的都充足。”

神会供应你一切所需

诗篇的作者说：“耶和华是我的牧者，我必不缺乏”（诗23:1）。这句来自神的安慰，古往今来一直触动信徒的心。它说明主如何看顾我们，如同牧羊人慈爱地照料他的羊群一样。他确保羊群的每一个需要都能得到满足，无论是绿草、清水、保障它们免于危险、困难中的安慰，抑或对未来的确据。无论我们面对什么困难，都有慈爱的牧者与我们同在。

保罗在腓立比书4:19反思神在多年事工中对他的施恩与照顾时，也给予了同样的确据。在所有的苦难和丰裕中，他知道是主照祂荣耀的丰富，在基督耶稣里，为他供应所需的一切。他希望腓立比人也能像他一样对主有这份宝贵的信心。虽然他不能以物质回馈他们的友谊，但他向他们保证，神一定能供应他们所需。他要他们信靠神，要他们知道无论面临什么困难，神是能供应他们一切需要的那位。

此外，神照着祂荣耀的丰富，在基督里供应我们所需用的！我们能衡量神的荣耀吗？这供应是何等取之不尽，用之不竭啊！它是一个巨大的、不可估量的水库，永远不会枯竭。这对我们而言是一个确据：神会永远供应我们的一切所需，无论我们的需求有多大。

当我们明白了这一点，我们自然的反应就会像保罗一样：屈膝把所有的颂赞和荣耀归给神，直到永永远远！尤其是当我们意识到即使我们根本不配，但神仍为我们作了很大的付出。我们是否认主并感谢祂赐予我们物质和属灵上的一切？

默想：拥有一个富有且慈爱的父亲，儿子还会缺乏吗？

祷告：天父啊，求祢帮助我每天靠着信心而活，相信祢会供应我每日的需要。

六月二十九日，礼拜六
腓利比书四章21-23节
罗马书一章8-17节

“众圣徒都问你们安，
在该撒家里的人特特的问你们安。”

神救赎的大能

保罗在信末向他们问安。期间，他说了一句简单但令人惊讶的话：在向腓立比人问安的圣徒中，有该撒家里的人。他们也被纳入圣徒之列，意味着他们得救了，是“在我这里的众弟兄”的一员（腓4:21）。

这是怎么一回事？要记得保罗当时在罗马的监狱里。他之前已经分享了他的处境如何让他有机会在宫里向许多人作见证，而负责看守他的御营全军也都清楚他的情况（腓1:13）。他们当中有的人可能在保罗的影响下归向神，然后向该撒家里的其他人作见证，甚至是皇室成员。

我们再次于保罗的苦难中，看到神引导他成为一个有效的见证，好叫福音能渗入异教的罗马核心。对于罗马殖民地腓立比而言，这是特别令人印象深刻的，因为该撒在那里受到高度的尊崇。腓立比的基督徒知道该撒家里有人成为了圣徒，这对他们而言是极大的鼓励。

神救赎的大能在此就可见一斑。即使在最不可能的情况下，主也能拯救。神将保罗捆锁到罗马是有目的的：这样他就有这独一无二的机会，把福音传到该撒家中。没有任何人是如此遥不可及以致不能得救。保罗不以基督的福音为耻，抓住一切机会传福音。我们也应当如此，争取每一个机会向周围的人作见证，因为救恩出于主。

默想：我是否有时会在心里先入为主地判断一个人不能得救，或不值得被拯救？

祷告：天父啊，愿我永不以基督的福音为耻，而是不论身在何处都有勇气为祢作见证。

六月三十日，主日

腓利比书四章23节

哥林多后书十二章7-10节

“愿主耶稣基督的恩常在你们心里！”

愿恩惠归与你们

这封书信以保罗祝福腓立比人开始：“愿恩惠、平安从神我们的父并主耶稣基督归与你们”（腓1:2）。信末，他再次祝福他们：“愿我主耶稣基督的恩常在你们心里。”

虽然保罗的许多书信都会以这样的祝福为结尾（罗16:20,24；林前16:23；林后13:14；加6:18；弗6:24；西4:18等），但我们必须记住，这些话语都是神所默示的。它们是一封绝妙书信最有意义的结论，不应该避而不谈。

主耶稣基督的恩典在每一个信徒的生命中是至关重要的。我们或许不配，但这是祂给予我们的美善、慈爱和神圣的恩惠。我们唯靠神的恩典，才能相信祂，并认罪悔改。祂借着恩典，呼召我们归向祂，使我们有能力过祂喜悦的生活。当我们受试探时，是祂的恩典使我们不犯罪；在困难的时候，祂的恩典够我们用，使我们能忍受和克服所面临的挣扎。

因此，保罗在信末祝愿基督的恩惠常在祂读者的心里，是非常恰当的。他在每一封信中，给予了许多我们需要遵守的劝勉和鼓励。单靠自己，我们永远不能指望能遵守这些指示，因为我们生来就倾向于犯罪。

因此，主耶稣基督的恩惠归于我们所有人是如此重要。这也是我们应该不断为自己和周围的人祈求的。没有神的恩典，我们是无助的。但有主的恩典赐我们力量，我们就能为基督凡事都能做。

当你反思和默想借着这封书信所学到的一切，愿主耶稣基督的恩惠归于你。

默想：“耶稣无与伦比的恩典真是奇妙！”

祷告：天父啊，祢慈爱地施恩于我，我要赞美祢。

Notes

Notes

Notes

To: *The RPG Ministry*

Calvary Pandan B-P Church

201 Pandan Gardens, Singapore 609 337

电话: (65)-6560 1111 传真: (65)-6561 1861 电邮: rpg@calvarypandan.sg

《读经、祷告、长进》(读祷长)乃读祷长事工定期出版并免费赠阅的每日灵修辅助本。你若因这灵修辅助读本蒙福,且愿意为自己或朋友订阅此刊物,请填妥以下表格:

1. 请寄: (最多两年数量)

____ 份 ____ 年数量之英文版读祷长
____ 份 ____ 年数量之英文少年版读祷长
____ 份 ____ 年数量之英文小学生版读祷长
____ 份 ____ 年数量之中文版读祷长

从 _____ 年 一月/四月/七月/十月 起分发

2. 姓名: (Dr/Rev/Mr/Mrs/Miss/Mdm/Ms) _____

地址: _____

国家: _____ 邮区: _____

电话: _____ (H/O) _____ (手提电话)

电邮(为发收据与更新使用): _____

一年四期的邮费及运送费

每期数量	新加坡	马来西亚/文莱	亚洲	其他国家	
	本地邮费	空运	空运	平邮	空运
1 copy	S\$6.00	S\$8.00	S\$15.00	S\$8.00	S\$20.00
2 copies	S\$7.00	S\$12.00	S\$23.00	S\$12.00	S\$31.00
5 copies	S\$10.00	S\$23.00	S\$50.00	S\$24.00	S\$67.00

爱心奉献: 读祷长事工欢迎读者的爱心奉献以资助印刷与运输费。因此,我们需要您的慷慨奉献与帮助。谨此献上感谢。“你们白白地得来,也要白白地舍去。”(马太福音10:8)

谨此附上爱心奉献

支票请注明收款人: CALVARY PANDAN B-P CHURCH

海外捐款者,请使用(以新币兑现之)银行汇票。请勿汇现金。

我谨明确允准帐幕书局收收据集,储存并使用我所提供的上述个人资料。(遵照新加坡个人资料保护法令2012的要求)

姓名 / 签名

