



舉目向山

凡事謝恩

帖撒羅尼迦前書5章16~18節

◎吳慧馨（七星中會台北公館教會牧師）

保羅在帖撒羅尼迦前書5章16~18節說：「要常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩；因為這是上帝在基督耶穌裡向你們所定的旨意。」你今天感謝上帝了嗎？每天起床後，無論是看到陽光灑落窗邊、聽見雨水滴落、呼吸著空氣，或輕吻身旁的孩子，都能為此感謝上帝。自己如此、家庭如此，教會也是如此。教會弟兄姊妹要以上帝的話語為中心，彼此同心服事，建造一個充滿愛的信仰家庭，好與更多人分享上帝的愛與恩典。保羅對帖撒羅尼迦教會的提醒，就是常常「喜樂、禱告、感謝」。

在喜樂中，感謝上帝

什麼時候令你最開心呢？上帝讓每個人都有喜怒哀樂等情緒，這些情緒豐富了我們的生命。情緒，能調節身體機能，讓人保護自己，但過度悲傷也會讓人生病。因此，保羅提醒我們要常常喜樂，讓喜樂成為我們的祝福。

1914年出生在美國華盛頓州的瑪喜樂（Joye Meredith McMilliam），是彰化二林喜樂保育院的創辦人。她把一生的歲月，全留給台灣。當年她來到台灣，看見許多窮困的小兒麻痺孩子，就決定照顧他們。1965年，二林基督教醫院開始收留16名小兒麻痺院童，全由她照護。1970年，喜樂保育院正式立案。瑪喜樂幫助超過400多名小兒麻痺患者；不僅照顧他們，更將喜樂給這群院童。人稱喜樂阿嬤的她，一生靠著與主連結，而有最真實喜樂的生命。喜樂，成為她的祝福，上帝也藉由她把喜樂帶給眾人。

在困境中，人確實很難說出：「主啊！我感謝祢。」但即使當下我們不明白上帝的旨意，仍能感謝祂，正如作家杏林子所說：「主啊！求祢叫我不看輕自己。也許我的能力有限、我的學問貧乏、也許我的環境狹窄，但

是主啊！我還是可以做一些事情，是別人無法替代我的，我可以作一個好孩子，對父母盡孝；我可以作一個好朋友，對同伴盡心；我也可以將我的歡笑灑向四周。哪怕是一抹友善的微笑、一個關切的眼神、一句安慰的話語，也能帶給那些心靈憂傷的人，一點慰藉和幫助。」

喜樂是信仰生命的表現，讓我們用喜樂的生命影響生命，隨時喜樂，因上帝與我們同在。

在禱告中，感謝上帝

司布真是英國浸信會牧師，也是佈道家。有學生問他：「禱告以後如何能得著上帝的應許？」

司布真就從口袋中拿出他的金錶，放在桌子上，並對學生說：「誰想要這個錶，可以來拿去。」那些學生立刻就議論紛紛。

等了一會兒，有一個女同學走到司布真牧師跟前說：「我要！」

司布真立刻把錶放在她手中，真的給了她。當其他人正懊悔不已時，司布真說：「我說送給人就是要送給人，你們為何不信呢？神給我們的，比錶貴重得多了，乃是把祂的兒子賜給我們。神要賜下，我們為什麼不信呢？」

司布真牧師如此比喻：「禱告，好比在下面拉繩子，來敲響天上在神耳邊的大鐘。」

當我們將祈求帶到上帝面前時，我們要先獻上感謝，因為知道上帝與我們同在，上帝正在聽我們的禱告。

電影《賽德克·巴萊》男主角林慶台傳道，曾分享自己在還沒有讀神學院以前，因酗酒造成胃出血，生命面臨極大打擊，即使病後依然故我。直到受鼓勵進神學院，真實認識自己的生命極其寶貴，才因而改變。後來他發現，原來母親已默默為他禱告



資料照片

15年，母親的禱告，讓上帝改變他的生命。

因此，讓我們舉起手彼此代禱，在禱告中看見上帝的同在；在禱告中，感謝上帝。

凡事感謝，感謝上帝

凡事謝恩，原文意思是「在任何情況都要感謝」。也就是，不論情況好壞，都要感謝。

曾有一位在非洲宣教的牧師分享，他所住的地區時常停電，有時一週會停電3次，停電時間甚至長達24小時，連基本的家電都無法使用，生活非常不便。

一位基督徒鄰居常問：「碰到這種事，我們也要感謝嗎？」牧師總是回答：「當然，我們凡事都要感謝上帝。」雖是這樣說，一遇到停電，鄰居還是會忍不住抱怨。

有一天，他對凡事謝恩有新的看法。那天牧師回家，鄰居跑來跟他說：「感謝上帝，幸虧那時候停電，否則恐怕我們早就家毀人亡了！」

原來，有一輛垃圾車撞上他家門前的電線桿，並扯下好幾戶住宅上的高壓電纜線。若照常供電，可能造成嚴重傷亡，後果不堪設想。

在順境中，我們很容易感謝上帝；在困境中，卻不容易。但是，上帝在任何境況中，都能讓我們放心信靠祂。因此，我們可以試著從英文Thanks來思想感謝的意義：

Toothpick（牙籤）：發掘別人的美好特質。

Hug（擁抱）：學習聆聽他人的心聲。

Acceptances（接納）：透過別人的眼睛，發現真正的自己。

Newspaper（報紙）：因為知道世人的需要，而懂得惜福感恩。

Kindness（仁慈）：仁慈待人是回應恩典。

Salt（鹽巴）：在我們的生活中不可或缺，獻上感恩也是如此。

在禱告中，凡事感恩，靠主常樂，不斷激發我們的信心、愛心和熱心，使我們從上帝領受更大的恩惠和福樂。❖

舉目向山祈禱會

【培育上帝兒女】

主題：凡事謝恩

宣告：凡投靠祢的，願他們喜樂，時常歡呼，因為祢護庇他們；又願那愛祢名的人都靠祢歡欣。（詩篇5篇11節）

啟應文：

啟：上帝啊，求祢保佑我，

應：因為我投靠祢。

啟：我的心哪，你曾對耶和華說，

應：祢是我的主，我的好處不在祢以外。

啟：耶和華是我的產業是我杯中的分，

應：我所得的，祢為我持守。

啟：用繩量給我的地界，坐落在佳美之處，

應：我的產業實在美好。

啟：我將耶和華常擺在我面前，

應：因祢在我右邊，我便不致搖動。

啟：因此我的心歡喜，我的靈快樂；

應：在祢面前有滿足的喜樂，

齊：在你右手中有永遠的福樂。

讚美：新《聖詩》18首〈我心謳唸上帝〉

祈禱：親愛的天父上帝，感謝祢賜下我們彼此合一禱告的時間，讓我們一起同心聚集在祢面前，為彼此的需要來祈禱。願祢賜下平安在我們當中，知道祢此時此刻正與我們同在。奉靠主耶穌基督的名祈禱，阿們。

聖經：帖撒羅尼迦前書5章16~18節

信息：凡事謝恩

回應詩：新《聖詩》26首〈今既感謝上帝〉

默想：

- 1.從英文字母A到Z每個字母寫出一個單字，分享感恩的事。
- 2.思想5位你最想感謝的對象，找時間寫下感恩小卡片來送給他。

祈禱：請帶領者提出祈禱方向後，邀請會眾一同出聲祈禱，最後請一位參與者帶領大家為該主題禱告，其餘的人可依照帶領者的禱告內容，用阿們來回應。

一、為每日的生活感謝祈禱

每一天，都是一個新的開始。上帝讓我們每一天都能重新設定自己的目標與方向，願上帝幫助我們定睛於祂，並更新我們的靈，使我們充滿來自上帝的平安與喜樂。

禱詞：親愛的天父上帝，感謝祢賜給我們新的一天；感謝祢在我們新的一天當中，賜給我們需要的健康與智慧，用喜樂的心來做好每一件事。謝謝主看顧我們，讓我們享受自由與喜樂。求主更新我們的靈，充滿主的平安與喜樂。獻上感謝，奉靠主耶穌的名祈禱，阿們。

二、為困境感謝祈禱

神未曾應許：天色常藍，人生的路途花香常漫；神卻曾應許：生活有力。讓我們學習在困境中也能感謝，在每日的生活中，學習讚美。讓我們學習常常喜樂，不住地禱告，不管遇到什麼情況，都能感恩。

禱詞：親愛的天父，謝謝祢賞賜生命的一切。在我們的人生中，有順境也有逆境，我們雖然無法完全明瞭，但仍相信一切都有祢美好的旨意。我們特別為日前發生的普悠瑪翻覆事件祈禱，懇求祢親自安慰罹難者的家屬，並醫治、安慰、扶持那受傷的人，也懇求主幫助我們，在苦難中學會互助，以仁慈待人，以愛擁抱生命受創的人。奉靠主耶穌的名祈禱，阿們。

三、為一切喜樂感謝禱告

生活遇到的困境往往會令我們心情低落，讓我們很難用感謝的心看待事物。願上帝開我們的眼，看見祂為我們的生命所預備的禮物。而在豐衣足食、順境喜樂中，更莫忘上帝的恩典，不至於驕傲自負。

禱詞：親愛的天父上帝，我們要把自己的軟弱與限制交給祢，求祢住在我們裡面，使我們得以完全。感謝上帝賜給我們身體的健康與自由，有愛心與智慧行出祢的旨意。獻上感謝，奉靠主耶穌的名祈求，阿們。

聖詩：新《聖詩》635首〈願主旨意得成付地〉（唱完全首後，請會眾彼此祝福離開）