

# 感恩的生活藝術

想來有些奇怪，為什麼世界上有感恩節的國家不多？

當然，現代人不見得就比從前更壞，也許只是更自我中心；這樣，對人更加現實，只有“利用價值”；達到了目的，或不再可以利用，就完全忘記，不再放在心上。另外，如果誰對我好，受者以為是應該的；這樣，就消除了“恩”的觀念。

說來是兩個問題：不記憶，就不能“感”；無“恩”可感，自然就不能知足，也就常不快樂。

感恩的行動，不是讓施恩者得好處，也不僅是受恩者的義務，更是一種生活的藝術。在詩篇第一〇三篇說明感恩的生活：

我的心哪，你要稱頌耶和華，

凡在我裏面的，也要稱頌祂的聖名。

我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記祂一切的恩惠。（1-2）

## 如何感恩呢？

詩篇作者勉勵自己的心，向神獻上他的心。這也是我們應當作的。解經家馬太·亨利（Matthew Henry）說：“人可以作各樣的宗教表現，如果不是由於內心，都是虛空的。”主耶穌說：“神是靈，所以拜祂的，必須用心靈和誠實拜祂。”（約四：24）稱頌神，必須發自內心。

不僅如此，感恩所要求的，不僅是一張巧嘴；有時聽人禱告，真是巧妙，果然善頌善禱，但張開眼睛，看到發出那樣頌禱的人，會不寒而慄，絕不再羨慕了。感恩是要全部的，“凡在我裏面的”，是說全部在內裏的真人，無保留的感恩。正如平安祭牲，是自願的，但必須得完全，沒有瑕疵，把脂油和血，獻給耶和華為火祭；至於其餘的祭肉，所有潔淨的人都可以吃（利七：11-21），表明在主內的團契無間。

“我的心哪，你要稱頌耶和華！”感恩必須心口相合，感謝的時候，要勉勵自己的心，或說捫心自問，是否能發出真正的感恩之聲。“不可忘記祂一切的恩惠”，人最大的問題：“雖然知道神，卻不當作神榮耀祂，也不感謝祂；他們的思念變為虛妄，無知的心就昏暗了。”（羅一：21）在末世，人愛自己，愛錢財，愛宴樂，就“忘恩負義”（提後三：1-4），不記念神的恩典，人的恩情。

## 為何感恩呢？

祂赦免你一切的罪孽，醫治你一切的疾病。  
祂救贖你的命脫離死亡，以仁愛和慈悲為你的冠冕。  
祂用美物，使你所願的得以知足，以致你如鷹返老還童。  
耶和華施行公義，為一切受屈的人伸冤。  
祂使摩西知道祂的法則，叫以色列人曉得祂的作為。（3-7）

在舊約聖經中，神要以色列人常記得的：如何從埃及為奴之地，救贖他們出來。在所有各卷書中，除創世記之外，所最常提到的，就是這救贖的恩典；所最要記念的，就是逾越節，靠羔羊血，免被滅絕而出埃及，進入迦南應許之地。

聖徒在神子基督裏被揀選，成為聖潔，“這恩典是祂在愛子裏所賜給我們的：我們藉這愛子的血，得蒙救贖，過犯得以赦免，乃是照祂豐富的恩典。”（弗一：5-7）

世人普遍的心理問題，是罪咎感和孤獨感。因此，赦免是最需要的。神赦免一切的罪孽，不僅是過去的，也包括現在的罪孽。現代醫學越來約清楚，罪咎與疾病的關係。聖經更告訴我們，人類最大的毛病，是背道的病，這惟有神可醫治。罪的結局就是死，惟有主耶穌基督的救贖，使人能夠“脫離死亡”的坑，死亡的權勢，不至滅亡；祂不止救人到此地步，卻過着悲慘的叫化子生活，而是有冠冕和榮耀。

什么是神賜的“美物”呢？

耶穌說：世上的父母雖然不好，還知道拿好東西給自己的兒女，天父更是把“好東西”給祂屬天的兒女，就是把聖靈給求祂的人。聖靈是神賜給人的“美物”，可以使人知足。墮落的人，有不能滿足的習性。耶穌恰切的稱之為乾渴現象：“人若渴了，可以到我這裏來喝。信我的人，就如經上所說：從他腹中，要流出活水的江河來。”（約七：37-38）記錄這話的使徒加注：“耶穌這話是指着信祂之人要受聖靈說的。”世上惟有這“好東西”（美物），能夠使人知足。聖經更繼續應許說：“以致你如鷹返老還童。”古人傳說，鷹活到百歲，會脫去全身的羽毛重生，返老還童。這是比喻人信主重生，而有永遠生命。不僅如此，在主再臨施行公義審判的時候，“祂的聖民都有這榮耀”（詩一四八：9）。這是何等的福分！

這裏還說，神為得救贖屬祂的人，行各樣神蹟奇事，顯出祂的作為。更重要的，是“祂使摩西知道祂的法則”，就是神特殊的啟示，藉祂的僕人寫出祂的話，就是聖經，明白當行的道路。這是何等的福分！

**誰何感恩**

宇宙萬有都是神所造的，從祂得生，靠祂維持，為祂所有，所管理，“萬有都是本於祂，倚靠祂，歸於祂。”（羅一一：36）因此，包括人類在裏面，萬有都有責任讚美祂，永遠向祂感恩。

耶和華在天上立定寶座，祂的權柄統管萬有。

聽從祂命令成全祂旨意的有大能的天使，都要稱頌耶和華。

你們作祂的諸軍，作祂的僕役行祂所喜悅的，都要稱頌耶和華。

你們一切被祂所造的，在祂所治理的各處，都要稱頌耶和華。

我的心哪，你要稱頌耶和華。（19-22）

看，這宇宙如此的浩渺無垠，卻是在寶座上至高權威的神統管，都是照祂的全知所造的，為要成全祂的旨意。神所有的設計，安排，非常奧祕難測，遠超過我們所能夠理解。單說自然界偉大的生態環，互相依存，彼此關聯有人稱之為“預設的和諧”（Pre-established Harmony），奇妙不可思議。

更奇妙的，“神以風為使者，以火焰為僕役”（來一：7），為要執行神的命令；但這一切最終極的目的，卻是“服役的靈，奉差遣為那將要承受救恩的人效力”（來一：14）。神愛子基督耶穌，為救贖犯罪的世人，被釘死在十字架上，“原來那為萬物所屬，為萬物所本的〔神〕，要領許多兒子進榮耀裏去”（來二：10）。

這真是可敬畏的，敬虔的奧祕！原來神為要我們成為祂的家，設定了這偉大救恩的計劃，竟然是為要我們卑微的人，得永遠榮耀。

宇宙萬有，都應該稱頌神；歸結是我們蒙恩的人，更應當感恩。

世界上災難這麼多，平安就是值得感恩的事。何況祂引導我們，進入神永遠平安的國度。願我們時常記得神的恩典，感謝神的恩典。

作者：于中旻  
©2025 James C. M. Yu

聖經網  
[aboutbible.net](http://aboutbible.net)