

腓立比書

Προς Φιλιππησίους

靈修資料



THE BCEC

TO LOVE GOD & LOVE OUR NEIGHBOURS

腓立比書靈修資料2022

© 2022 伯明翰中華福音教會 (BCEC)

經文取自《和合本2010 (和合本修訂版) 》,
© 香港聖經公會

作者：Gary Lau

校對：Jasmine Ip

設計及排版：阿波

版權所有，請勿翻印

伯明翰中華福音教會 (BCEC)

14 Upper Gough Street

Birmingham

B1 1JG

www.thebcec.org.uk

THE LETTER OF PAUL TO THE PHILIPPIANS

To Live Is Christ

and Timothy, servants¹ of Christ
the saints in Christ Jesus who are at
with the overseers² and deacons³
to you and peace from God our
and the Lord Jesus Christ

Prayer and Praise

Thank my God in all my remembrance
always in every prayer of mine for
making my prayer with joy because
partnership in the gospel from the first
I am sure of this, that he
will bring a

Yes, and I will rejoice, ¹⁹for I know that
through your prayers and the help of the Spirit
of Jesus Christ this will turn out for my deli-
verance, ²⁰as it is my eager expectation and
hope that I will not be at all ashamed, but
that with full courage now as always I
will be honored in my body, whether
to die is gain. ²¹For to me to live is Christ
and to die is gain. ²²If I am to live in
this means fruitful labor for me. I
shall choose I cannot tell. ²³I am
between the two. My desire is
to be with Christ, for that is far
better. ²⁴For to remain in the flesh is necessary
for me, ²⁵because of my work.

應當一無掛慮
只要凡事藉著禱告
祈求和感謝
將你們所要的告訴神
神所賜那超越人
所能了解的平安
必在基督耶穌裏
保守你們的心懷意念

腓立比書

4:6-7

第一天

主題：僕人

禱告：主啊！願祢幫助我有安靜的心，並且有敏銳聖靈的耳朵。願祢透過今天的經文使我得著提醒和造就。

經文：一章1-2節

1 基督耶穌的僕人保羅和提摩太寫信給住腓立比、在基督耶穌裏的眾聖徒，以及諸位監督和執事。2 願恩惠、平安從我們的父神和主耶穌基督歸給你們！

釋義：

腓立比書是保羅寫給腓立比教會的一封信。在一般保羅書信中，他多以「使徒」或「耶穌基督的使徒」作為問安的稱呼，但是，這裏保羅卻用上了「僕人」的稱謂。為何保羅選用了這個稱謂？原因有二：第一，「僕人」是耶穌對門徒的重要教導，說明謙卑服侍的態度。腓立比書正是以此作主題，鼓勵讀者效法基督的樣式，正如二章6-8節：「他本有神的形像，卻不堅持自己與神同等；反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，就謙卑自己，存心順服，以至於死，且死在十字架上。」；第二，僕人在希臘社會中的地位是最卑賤的，他們並不能享有一般公民的人生自由，在被贖回的日子前，他們只能對主人絕對服從，不能違背主人的任何吩咐，他們的生命是完全屬於主人。有學者認為，在希臘文化的友誼觀中，建立友誼的基本條件是雙方必須平等。因此，當保羅以「僕人」作稱謂時，是希望腓立比信徒認識到他的身份只是僕人，不比他們更尊貴，並沒有從屬關係，彼此都是基督的僕人。

至於，受信者既是基督僕人，也是聖徒。從舊約理解聖徒一字，有「分別出來」的意思，是特意被揀選出來的一群基督僕人。

Day 1

默想及應用：

英女王於2月5日，在諾福克郡桑德靈厄姆莊園，發表署名「你們的僕人伊利沙伯」的紀念登基白金禧 (Platinum Jubilee) 文告。她在文告中感謝英國「所有民族、信仰和年齡人士」對她的善意，並表示民眾持續給予的忠誠和愛戴，令她一直心存感激與謙卑。英女王貴為貴族和皇室成員，卻自願謙卑自稱為「你們的僕人」，展現出她謙卑的性格和處事謙虛的態度。

在教會中，我們有不同崗位的人一同服侍上帝，如牧者、領詩、主席、司事、音響、主日學老師、直播人員等等。從保羅的角度看，牧者不比負責直播人員地位高，司事不比崇拜領詩地位低，因為，我們眾人都只是基督的僕人，所以，教會中沒有誰比誰更高尚。

- 1) 保羅自稱僕人，對你有甚麼提醒？
- 2) 我們既是僕人，也是聖徒。你如何在生命中活出這兩個角色？

.....

.....

.....

.....

.....

第二天

主題：連於基督的生命

禱告：主啊！願祢開我的眼睛，讓我看見自己的生命中，有哪些地方沒有連結於祢！

經文：一章3-11節

3我每逢想念你們，就感謝我的神，4每逢為你們眾人祈求的時候，總是歡歡喜喜地祈求，5因為從第一天直到如今，你們都同心合意興旺福音。6我深信，那在你們心裏動了美好工作的，到了耶穌基督的日子必完成這工作。7我為你們眾人有这样的想法原是應當的，因為你們常在我心裏；無論我是在捆鎖中，在辯明並證實福音的時候，你們都與我一同蒙恩。8我以基督耶穌的心腸切切想念你們眾人，這是神可以為我作證的。9我所禱告的就是：要你們的愛心，在知識和各樣見識上，不斷增長，10使你們能分辨是非，在基督的日子作真誠無可指責的人，11更靠著耶穌基督結滿仁義的果子，歸榮耀稱讚給神。

釋義：

保羅與腓立比教會的弟兄姊妹有著深厚的屬靈友誼，以至保羅每逢想到他們便由心底裏向上帝發出感恩的禱告（3-4節）。究竟是甚麼原因使保羅如此感恩和喜樂？原因是他們都在保羅的福音事工上有分（5-6節）。因此，他們彼此有著共同目標，為著福音的緣故同作基督的僕人，使保羅與腓立比信徒建立更深的屬靈關係，不只是一般的友誼，更是屬靈上的友誼。

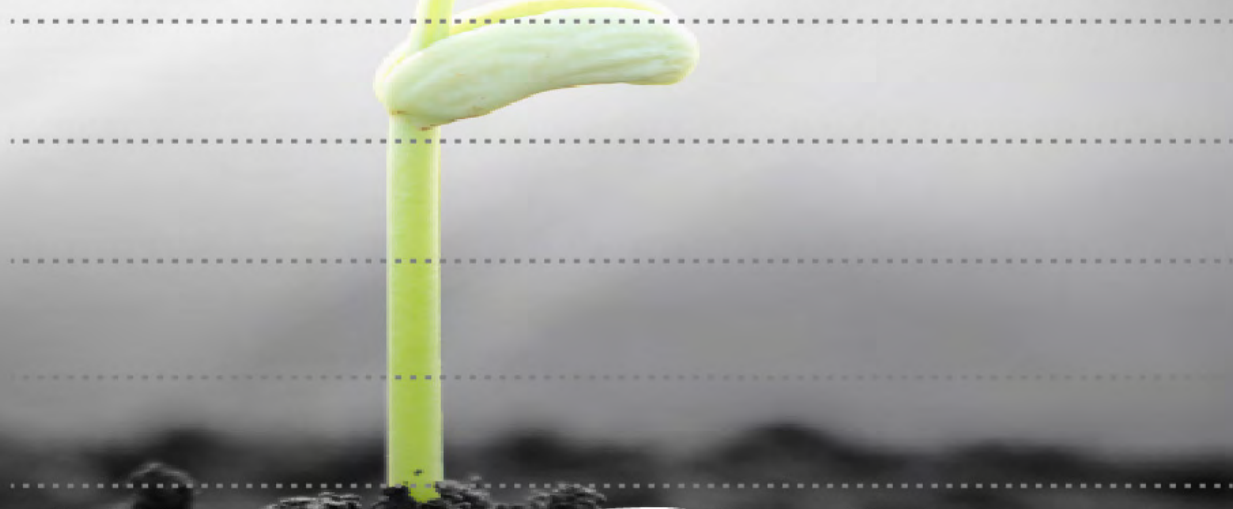
Day 2

保羅一方面為腓立比信徒而感謝上帝，但另一方面，教會卻出現內憂外患——外有反對的人，內有同工配搭的問題。教會面對眾多挑戰，如何能夠繼續興旺福音？這就成了保羅寫下腓立比書的主要原因。保羅在禱告提到：「要你們的愛心，在知識和各樣見識上，不斷增長」（9節）。「愛心」意指作基督僕人的生命內涵；「知識和見識」則是分辨是非的能力（10節）。那麼，愛心、知識、見識三者有何關係？保羅認為愛心需要配合分辨是非的能力，才能使我們成為基督的僕人。有解經家認為，作為一個有智慧的僕人，在處理事情時應具備「好的了解」和「好的體諒」（即知識和見識），好使我們能夠判斷「甚麼是最恰當的事」（即分辨是非）。故此，愛心、知識、見識缺一不可，是每一個基督僕人追求的目標。

最後，保羅為腓立比信徒禱告，祈求他們能夠結滿仁義的果子（11節）。「結滿」的原文是被動式，意思是結果子不是靠自己的能力；「仁義」則是跟個人內在品格、倫理道德行為有關的僕人特質，最終歸榮耀稱讚給神（11節）。故此，結出仁義果子的主權在於基督，不在於信徒的能力和行為。

默想及應用：

- 1) 愛心、知識、見識，哪一樣是你缺少或不足的？為甚麼？
- 2) 「結滿仁義的果子」的原文是被動式，意思是結果子不是靠自己的能力。這對你有甚麼提醒？



第三天

主題：福音本是神的大能

禱告：主啊！請讓我看見祢的福音大能，看見福音在人的軟弱中的工作！

經文：一章12-14節

12弟兄們，我要你們知道，我所遭遇的事反而使福音更興旺，13以致御營全軍和其餘的人都知道我是為基督的緣故受捆鎖的；14而且那在主裏的弟兄，多半都因我受的捆鎖而篤信不疑，越發放膽無所懼怕地傳道。

釋義：

保羅在獄中寫下腓立比書，當時羅馬政府對他的審訊還未有結果，故此，他仍能接見訪客和寫信。從二章25節，我們知道腓立比教會差派了以巴弗提往羅馬供應保羅的需要，為的是確保保羅在獄中能一無所缺。故此，保羅便在書信的開頭交代自己的近況，好讓弟兄姊妹不必過於擔心。

他的近況簡單直接：「弟兄們，我要你們知道，我所遭遇的事反而使福音更興旺」。在獄中的保羅分享經歷福音興旺是一件意想不到的事情。誰會想到身陷人生困境的保羅，仍然能夠樂觀和積極面對逆境，並且能說出苦難和監禁反而使福音更加興旺！

在這裏，有兩個問題值得我們深思。第一，為何保羅仍能樂觀面對？雖然此處經文沒有清楚交代原因，但是，從其他經文的描述，我們大概估計保羅能堅強面對逆境的能力是來自上帝，他相信他是「因主受苦」和「因主被囚」，他相信一切事情有主的計劃和心意，上帝是他能力的來源和唯一的「靠山」；第二個問題，為何苦難沒有攔阻福音的傳播，反而更加興旺？第13-14節提供了答案。御營全軍是羅馬皇帝的精銳衛隊，他們負責看守囚犯，即是跟保

Day 3

羅有第一身的接觸，藉此認識到保羅是為了基督的緣故而受捆鎖，間接地得聞福音。另一方面，「那在主裏的弟兄，多半都因我受的捆鎖而篤信不疑，越發放膽無所懼怕地傳道。」因著保羅為主受苦的生命，反而激勵了大多數的弟兄姊妹，更加對基督信仰篤信不疑，並且勇敢地傳講上帝的道。

默想及應用：

- 1) 保羅在困境中並不自憐，也沒有聽天由命的消極態度。無論在任何景況，他都能以積極與獨特的眼光來面對困境，這就是基督僕人的智慧。保羅的人生觀對你有甚麼啟發？
- 2) 「反而使」福音更興旺，顯明上帝的能力勝過現實的處境，看似沒有傳講福音的機會，卻經歷上帝的能力是不被任何人和事所限制。試回憶最近一次傳福音的經歷，你有否看見上帝也參與其中？

第四天

主題：真心，假意？

禱告：主啊！願祢光照我的生命，讓我看見自己生命中黑暗的地方，並讓祢的靈重新進到我生命的每一處。

經文：一章15-18節上

15有些人傳基督是出於嫉妒紛爭；有些人是出於好意。16後者是出於愛心，知道我奉差遣是為福音辯護的。17前者傳基督是出於自私，動機不純，企圖要加增我捆鎖的苦楚。18這又何妨呢？或是假意或是真心，無論如何，只要基督被傳開了，為此我就歡喜。

釋義：

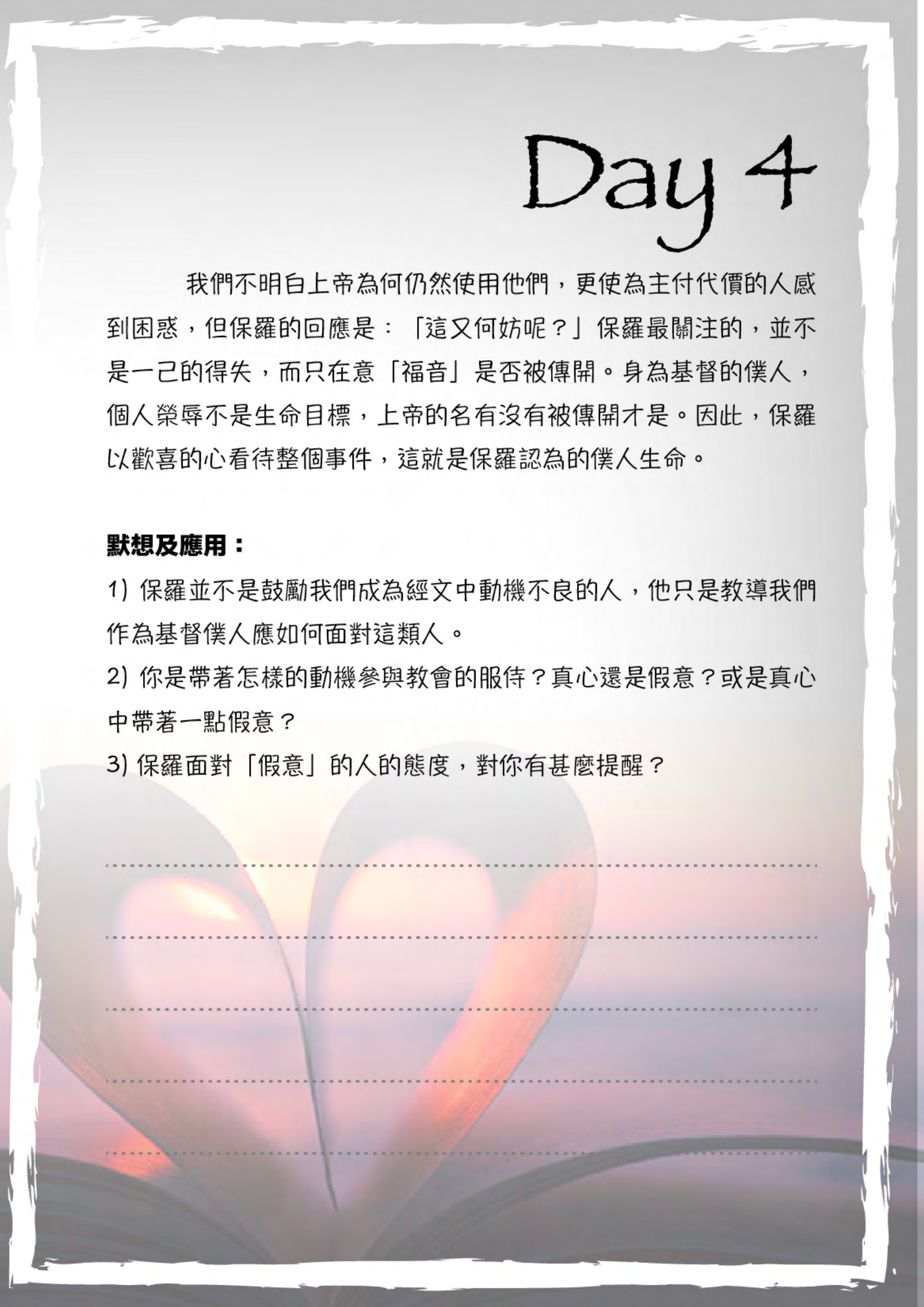
在人際關係中，我們會遇見不少真心對待、關心我們的人，也會遇到一些因利益而關心我們的人。這種事情，不單在日常生活中發生，亦會在教會生活中發生，尤其是在傳福音時。在經文中，保羅正提到一個動機與行為不相稱的情況，並與動機純正的人作對比。原來有人傳揚基督是出於嫉妒和紛爭，保羅形容他們的動機是自私自利和不純正的，並非出於愛上帝和人。不少學者認為，他們是一些在羅馬事奉，並且有影響力的基督徒領袖。他們嫉妒紛爭，是因為保羅的出現影響了他們自身的地位。另一方面，他們可能是輕微受到猶太主義影響的人，但比保羅反對的極端猶太主義者溫和得多。他們傳「福音」，但同時也不拒絕一些溫和而不會影響福音的核心內容的猶太主義教導。原來他們傳福音是為了爭取原本在教會的地位，他們既帶著這等不良動機傳福音，個人生命與生活又沒有僕人事奉的榜樣和見證，這只是加重保羅在被囚中的煩惱。

Day 4

我們不明白上帝為何仍然使用他們，更使為主付代價的人感到困惑，但保羅的回應是：「這又何妨呢？」保羅最關注的，並不是一己的得失，而只在意「福音」是否被傳開。身為基督的僕人，個人榮辱不是生命目標，上帝的名有沒有被傳開才是。因此，保羅以歡喜的心看待整個事件，這就是保羅認為的僕人生命。

默想及應用：

- 1) 保羅並不是鼓勵我們成為經文中動機不良的人，他只是教導我們作為基督僕人應如何面對這類人。
- 2) 你是帶著怎樣的動機參與教會的服侍？真心還是假意？或是真心中帶著一點假意？
- 3) 保羅面對「假意」的人的態度，對你有甚麼提醒？



第五天

主題：基督在我生命顯為大

禱告：主啊！願祢使用我的生命，使祢的名能夠在我生命中顯為大！

經文：一章18節下-26節

我還要歡喜，19因為我知道，這事藉著你們的祈禱和耶穌基督的靈的幫助，終必使我得到釋放。20這就是我所切慕、所盼望的：沒有一事能使我羞愧；反倒凡事坦然無懼，無論是生是死，總要讓基督在我身上照常顯大。21因為我活著就是基督，死了就有益處。22但是，我在肉身活著，若能有工作的成果，我就不知道該挑選甚麼。23我處在兩難之間：我情願離世與基督同在，因為這是好得無比的；24然而，我為你們肉身活著更加要緊。25既然我這樣深信，就知道仍要留在世間，且與你們眾人一起存留，使你們在所信的道上又長進又喜樂，26為了我再到你們那裏時，你們在基督耶穌裏的誇耀越發加增。

釋義：

「反倒凡事坦然無懼，無論是生是死，總要讓基督在我身上照常顯大」，這不單是保羅對生命的體會，更是他對僕人生命素質的領受。當他說耶穌基督要在他身上顯為大，是指整個生命，整個生活的呈獻。不論生死，或是在最艱難的時候，其實重點不是生或死，而是「讓基督顯大」，這就是保羅的生命素質。他的生命彰顯出堅定不移的信心和勇氣，堅持無畏無懼地見證基督。

Day 5

第21節以「因為」將上下文連接起來，闡明基督怎樣在保羅身上顯為大。基督是他生命的核心，是他行事為人的價值取向，並且是他事奉的核心。唯獨基督就是保羅的生命意義，不單是頭腦上的知識，更是整個人全情投入的生活實踐。得救之前，保羅以研讀和實踐猶太律法為目標，如今則以耶穌基督為生命唯一倚靠和目標。

「活著就是基督，死了就有益處」不是表示保羅想自尋短見，而是對保羅而言，「死」即是走完了上帝為他安排的人生道路，並完成上帝交付給他的任務，「益處」是得著上帝為他預備的獎賞。接著第24節，保羅清楚看見腓立比教會的需要比「他的死」更重要，故此，保羅願意為他們活下去，並住在他們當中，與他們一起生活，為使腓立比信徒在真道上長進和得著喜樂，最終基督在教會中顯為大。

默想及應用：

1) 保羅在得救前和後有著明顯的分別，人生的目標也因著基督耶穌而不再一樣。於你而言，信主前、後有甚麼轉變？如何影響你的生活處事和人生目標？

第六天

主題：天國公民，站立得穩

禱告：主啊！願祢幫助我時常記得自己是天國子民的身份，靠著祢的力量使我能世俗中站立得穩。

經文：一章27-30節

27最重要的是：你們行事為人要與基督的福音相稱，這樣，無論我來見你們，或不在你們那裏，都可以聽到你們的景況，知道你們同有一個心志，站立得穩，為福音的信仰齊心努力，28絲毫不怕敵人的威脅；以此證明他們會沉淪，你們會得救，這是出於神。29因為你們蒙恩，不但得以信服基督，而且要為他受苦。30你們的爭戰，就與你們曾在我身上見過、現在所聽到的是一樣的。

釋義：

保羅在第27-28節勉勵腓立比信徒要在逼迫中堅守到底，在福音的事上站立得穩，並且不要懼怕反對基督信仰的人。如何堅守福音？重點是：「行事為人要與基督的福音相稱」，原文有「作公民」的意思。有學者研究指出，腓立比人非常重視公民身份，作為殖民地居民，他們有著羅馬公民的強大優越感，以活出羅馬公民的身份為榮。但是，保羅提醒他們同時是天國公民，所以行事為人（作公民）須與基督的福音相稱。對腓立比人來說，雙重的公民身份帶來最大的衝突是對羅馬皇帝的效忠。君王崇拜在腓立比非常盛行，他們會稱呼皇帝為「主」、「救主」。雙重身份帶來的信仰衝突是不能避免的，腓立比信徒在「作公民」時要效忠哪個「主」呢？這就是保羅最關注的事情。



Day 6

保羅提醒他們面對與福音相違背的事情時，必須站立得穩，毫不動搖。一個完全效忠基督的信徒，在世俗的價值觀衝擊下，應毫不妥協，這就是「與基督的福音相稱」的應有表現。當他們堅守到底時，便證明敵人會沉淪，信徒會得救。

保羅在第一次宣教旅程時，曾為基督的緣故被打，甚至下到監牢，這是腓立比信徒所見過的。現在，他們正經歷保羅所經歷的，於是保羅以生命的見證，勉勵與教導他們如何實踐基督信仰，在面對這些爭戰時仍然能夠靠主得勝。

默想及應用：

- 1) 保羅提醒我們作基督徒就是作天國公民，這身份如何影響你的生活？
- 2) 你曾遇過信仰與社會價值觀的衝突嗎？當時的你如何面對？



第七天

主題：真正的合一

禱告：主啊！願祢幫助我成為和平之子，在教會群體中作一個忠心順服的基督僕人。

經文：二章1-4節

1所以，在基督裏若有任何勸勉，若有任何愛心的安慰，若有任何聖靈的團契，若有任何慈悲憐憫，2你們就要意志相同，愛心相同，有一致的心思，一致的想法，使我的喜樂得以滿足。3凡事不可自私自利，不可貪圖虛榮；只要心存謙卑，各人看別人比自己強。4各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。

釋義：

保羅以四個「若有任何…」作開始，正是想表達他與腓立比信徒之間的深厚情誼和屬靈關係，第1節形容他們在基督和聖靈裏都有著密不可分的關係，以至保羅能夠放膽跟他們作出教導。

故此，簡單開場白後，第2-4節便進到保羅的重點教導內容。他盼望信徒能夠「意志相同，愛心相同，有一致的心思，一致的想法」，使保羅能夠得著靈裏的喜樂。保羅提出信徒應在意志、愛心、心思、想法一致，這是合一的表現。這裏所表達的「合一」不是指一個人對某事情的看法或意見，而是指一個人的價值觀。縱使大家對某些事情看法不一樣，只要大家的價值觀相同，也能夠維持彼此間的合一。腓立比書中提到的價值觀，正是指基督僕人的謙卑與順服。保羅認為，腓立比信徒若有僕人的價值觀，便能活出同心合一的見證。

Day 7

那麼，甚麼是謙卑的價值觀？保羅進一步演繹謙卑就是不私自利，也不貪圖虛榮，並且看別人比自己強。耶穌正是最佳的榜樣：

「他本有神的形像，卻不堅持自己與神同等；反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，就謙卑自己，存心順服，以至於死，且死在十字架上。」（二6-8）。保羅認為，若信徒不顧及別人的需要和利益，教會便會走向紛爭和結黨。反之，一個有僕人生命的人，定能為教會帶來真正的合一見證。

默想及應用：

- 1) 保羅指出合一的核心是謙卑和順服，你認為自己是一個謙卑和順服的基督僕人嗎？
- 2) 你願意看見教會活出合一見證嗎？你可以在群體中如何活現僕人的樣式？

第八天

主題：君尊義僕

禱告：主啊！感謝祢首先成為眾人的僕人，道成肉身救贖我們眾罪人。願祢幫助我能學效祢僕人的樣式，生命結滿屬於祢的果子。

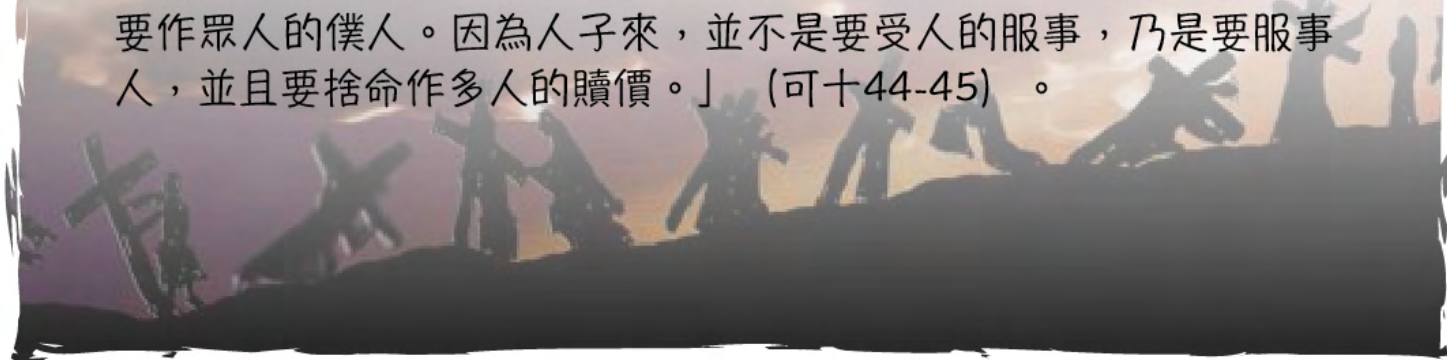
經文：二章5-11節

5你們當以基督耶穌的心為心：6他本有神的形像，卻不堅持自己與神同等；7反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，8就謙卑自己，存心順服，以至於死，且死在十字架上。9所以神把他升為至高，又賜給他超乎萬名之上的名，10使一切在天上的、地上的和地底下的，因耶穌的名，眾膝都要跪下，11眾口都要宣認：耶穌基督是主，歸榮耀給父神。

釋義：

這段經文被譽為新約的僕人之歌。保羅以耶穌成為僕人的形象，讓腓立比信徒學習謙卑的生活實踐和最佳樣式。「你們當以基督耶穌的心為心」，新漢語譯本翻譯為：「你們要以基督耶穌的想法為你們的想法」，其意思就是勸勉信徒要有「相同」、「一致」的生活價值觀，就是耶穌作僕人的謙卑與順服樣式。

何謂奴僕形象？就是經文所說的「反倒虛己」，奴僕形象就是倒空自己的真實示範。奴僕的形象與上帝的形象是相對的概念：耶穌本有上帝的形象，是世間一切的造物主，與上帝同尊同榮；奴僕的形象，是指耶穌道成肉身的卑微地位，並且死在十字架上。有人以為，耶穌由至高降為至卑，是因為祂的無能或是上帝對祂的懲罰，其實，耶穌的降卑乃是祂甘心情願的順服與謙卑，這就是真正的僕人生命。故此，耶穌曾教導門徒：「在你們中間誰願為首，就要作眾人的僕人。因為人子來，並不是要受人的服事，乃是要服事人，並且要捨命作多人的贖價。」（可十44-45）。



Day 8

耶穌所表現出來的僕人樣式，正是二章1-4節所說的不私自利，不貪圖虛榮，不單顧自己的事，也顧及別人的事。保羅勸勉腓立比信徒，應當有耶穌作僕人的意念。我們每一個信徒因著耶穌基督的救贖，已經與基督的生命連結，與僕人的生命有分，並以耶穌作我們效法的榜樣：順服、降卑、受苦，甚至受死。

默想及應用：

1) 「以基督耶穌的心為心」就是學效基督耶穌的僕人榜樣。你認為實踐僕人樣式困難嗎？有甚麼攔阻你實踐？又有甚麼能夠幫助你實踐呢？



第九天

主題：獻上活祭

禱告：主啊！感謝祢的救贖大恩，求祢進到我的生命裏頭，使我能夠過一個成聖的生活。

經文：二章12-18節

12我親愛的，這樣看來，你們向來是順服的，不但我在你們那裏，就是我現在不在你們那裏的時候更是順服的，就當恐懼戰兢完成你們自己得救的事；13因為是神在你們心裏運行，使你們又立志又實行，為要成就他的美意。14你們無論做甚麼事，都不要發怨言起爭論，15好使你們無可指責，誠實無偽，在這彎曲悖謬的世代作神無瑕疵的兒女。你們在這世代中要像明光照耀，16將生命的道顯明出來，使我在基督的日子得以誇耀我沒有白跑，也沒有徒勞。17我以你們的信心為供獻的祭物，我若被澆獻在其上也是喜樂，並且與你們眾人一同喜樂。18你們也要照樣喜樂，並且與我一同喜樂。

釋義：

「這樣看來」表達以下的內容是承接了上文提到的基督耶穌謙卑與順服的榜樣。保羅勸勉腓立比信徒，特別在他入獄的時候，他們更應當順服，並恐懼戰兢的完成他們自己得救的事。「完成你們自己得救的事」，容易讓人誤解為救恩是靠我們自己的行為達成的。保羅所說的得救是指一個基督徒的成聖生活，當我們受洗歸入基督，就是受洗歸入祂的死，「舊我」與祂一同死去，然後我們又與祂一同復活（新我）。所以，我們的一舉一動都有新生命的樣式，即是第一章提到「行事為人要與基督的福音相稱」，這就是成聖的意思。保羅提醒

Day 9

信徒要學習基督耶穌的順服過成聖的生活。人要努力去過成聖的生活，但人卻是軟弱和能力有限，所以需要上帝在我們心裏運行，使我們又立志又實行，最終成就祂的美意。

對於腓立比信徒來說，成聖的功課就是「無論做甚麼事，都不要發怨言起爭論」。保羅並沒有交代他們爭論甚麼事情，但是，估計他們爭論的態度出了問題，不能與基督的福音相稱，彼此不順服，甚至是看自己比別人強。當他們的行事為人與福音相稱，就能在這彎曲悖謬的世代中將生命的道顯明出來。這樣，信徒就像獻祭一樣，將自己的成聖生命呈獻給上帝，作一個無可指責，誠實無偽的上帝兒女。

默想及應用：

1) 你對自己的生命有甚麼期盼？你希望自己將一個怎樣的生命獻給上帝？

第十天

主題：服侍教會

禱告：主啊！願祢使用我的生命，讓我看見自己可以如何服侍教會，建立基督的身體。

經文：二章19-30節

19我靠主耶穌希望很快能差提摩太去見你們，好讓我知道你們的事而心裏得著安慰。20因為我沒有別人與我同心，真正關懷你們的事。21其他的人都求自己的事，並不求耶穌基督的事。22但你們知道提摩太是經得起考驗的，他與我為了福音一同服侍，待我像兒子待父親一樣。23所以，我一看出我的事怎樣了結，我希望立刻差他去，24但我靠著主自信我不久也會去。25然而，我想必須差以巴弗提到你們那裏去。他是我的弟兄、同工和戰友，是你們差遣來供應我需要的。26他很想念你們眾人，並且極其難過，因為你們聽見他病了。27他真的生病了，幾乎要死。然而神憐憫他，不但憐憫他，也憐憫我，免得我憂上加憂。28所以，我更要盡快送他回去，好讓你們再見到他而喜樂，我也可以減少憂愁。29故此，你們要在主裏歡歡喜喜地接待他，而且要尊重這樣的人，30因他為做基督的工作不顧性命，幾乎至死，為要補足你們供應我不夠的地方。

釋義：

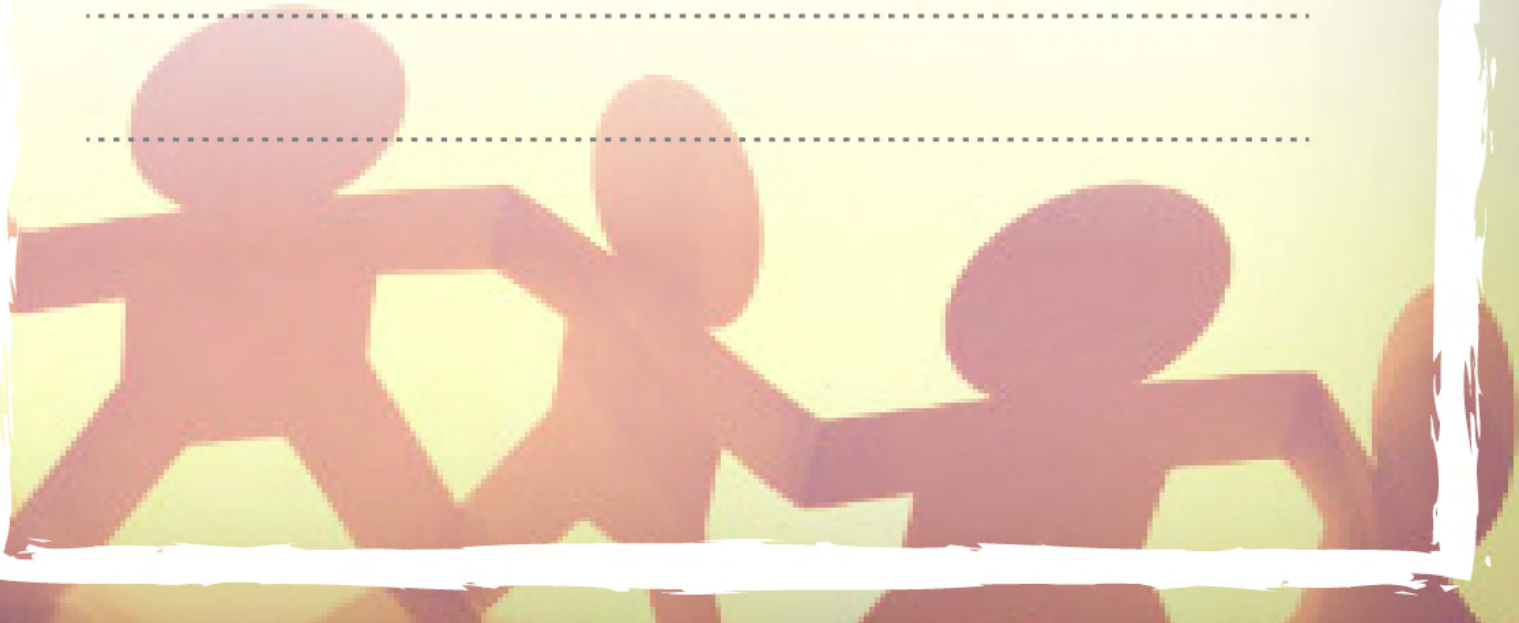
二章19-30節看似只是事件的陳述，描述提摩太和以巴弗提如何幫助教會，但是，這段經文是緊扣上文關於順服的主題。保羅認為腓立比信徒只顧自己的事，卻少顧及別人的事。所以，保羅先講述耶穌基督如何為別人的利益而放棄自身的利益，甚至捨棄生命。「他本有神的形像，卻不堅持自己與神同等；反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，就謙卑自己，存心順服，以至於死，且死在十字架上」（二6-8）。現在，提摩太無私的與保羅一同同心服侍，願意謙卑自己，不單顧自己的事，也顧及耶穌基督的事，並且真正關心腓立比信徒的事（20節）。另一個人物就

Day 10

是以巴弗提，他順服教會的差派，從腓立比到羅馬服侍保羅。他雖半途生病，差點喪了命，但為了基督的工作，仍順服到底。明顯地，提摩太和以巴弗提的特質正好跟上文的主題一致。保羅刻意寫下這兩個例子，目的是希望透過這兩個基督僕人的無私服侍，成為腓立比信徒效法的對象。「服侍」（22節）的原文含敬拜、獻祭之意，保羅在二章17節說：「我以你們的信心為供獻的祭物，我若被澆獻在其上也是喜樂，並且與你們眾人一同喜樂。」提摩太和以巴弗提為了腓立比教會獻上信心的祭物。

默想及應用：

- 1) 提摩太和以巴弗提的僕人榜樣對你有甚麼提醒？
- 2) 服侍教會是順服基督的其中一個表現，你可以如何服侍教會？



第十一天

主題：基督耶穌為至寶

禱告：主啊！願祢幫助我成為一個持續被聖靈更新的基督徒，並將基督耶穌視為生命至寶。

經文：三章1-11節

1末了，我的弟兄們，你們要靠主喜樂。我把這些話再寫給你們，對我並不困難，對你們卻是妥當的。2應當防備犬類，防備作惡的，防備妄自行割的。3因為真受割禮的，就是我們這藉著神的靈敬拜、以基督耶穌為誇耀、不依靠肉體的。4其實，我也可以靠肉體；若是別人以為他可以依靠肉體，我更可以。5我出生後第八天受割禮；我是以色列族、便雅憫支派的人，是希伯來人所生的希伯來人。就律法說，我是法利賽人；6就熱心說，我是迫害教會的；就律法上的義說，我是無可指責的。7只是我先前以為對我是有益的，我現在因基督的緣故而當作是有損的。8不但如此，我已把萬事當作是有損的，因我以認識我主基督耶穌為至寶。我為他已經丟棄萬事，看作糞土，為要贏得基督，9並且得以在他裏面，不是有自己因律法而得的義，而是有信基督的義，就是基於信，從神而來的義，10使我認識基督，知道他復活的大能，並且知道和他一同受苦，效法他的死，11或許我也得以從死人中復活。

釋義：

保羅以喜樂作為開始，其原文時式是命令動詞，教導腓立比信徒面對敵人時的態度：「你們要靠主喜樂。我把這些話再寫給你們，對我並不困難，對你們卻是妥當的」。經文提到的敵人，其實是猶太主義者，他們放縱情慾（三18-19），與保羅追求的「義」不同，是基督耶穌十字架的仇敵。保羅提醒信徒要防備他們的教導，意思是懂得辨別真假是非和假教師。保羅同時勸勉信徒，縱使面對敵人，也要有在主裏的喜樂。

Day 11

除此之外，猶太主義者更誇大行割禮的能力，以為能夠靠肉體得救，保羅稱這些行為是自殘行為。保羅認為在基督裏不在乎肉體的行為，乃在乎「藉著神的靈敬拜（有事奉之意）」，意指信徒的屬靈生命藉著聖靈的能力在生命中活出基督僕人的謙卑、順服樣式。可能有腓立比信徒以為保羅抱著「吃不到的葡萄是酸的」的心態，故此，保羅進一步澄清自己比猶太主義者更有能力靠肉體（5-6節）。但是，保羅認為靠行為和律法誇口是無用的，他只會以基督耶穌為誇耀（3節）。保羅的價值觀因基督的緣故而徹底地改變：因基督的緣故，保羅將猶太人的身份與成就都看為有損，更將萬事都當作是有損的。萬事包括個人過去與現在所擁有的一切，也包括世人認為將來有價值的事物，如物質、名譽、宗教地位，保羅都將它們當作有損的，因他以認識我主基督耶穌為至寶。

默想及應用：

- 1) 當你相信耶穌之後，你的價值觀有沒有產生巨大轉變？
- 2) 你認為基督徒活在世上應如何看待物質享受？



第十二天

主題：忘記背後，努力面前

禱告：主啊！感謝祢讓保羅的生命使我得著提醒，願祢幫助我建立一個更像基督的人生目標，為要得祢給我的獎賞。

經文：三章12-16節

12這不是說我已經得著了，已經完全了；而是竭力追求，或許可以得著基督耶穌所要我得著的。13弟兄們，我不是以為自己已經得著了；我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，14向著標竿直跑，要得神在基督耶穌裏從上面召我來得的獎賞。15所以，我們中間凡是成熟的人，總要存這樣的心；若在甚麼事上存別樣的心，神也會把這些事指示你們。16然而，我們達到甚麼地步，就當照這個地步行。

釋義：

保羅為要得著基督，已拋棄一切，但他卻說自己還未完全得著。對於我們來說，保羅的心志和一生，讓我們以為他已完全得著基督，達到完全的地步，但是，保羅清楚表明，他不是說自己已經得著了。原來保羅付上一切，犧牲一切，生命活像基督時，他的生命便彰顯出基督僕人的生命素質，就是謙卑與順服的生命。保羅提醒我們不要為了自己的屬靈成就或付出，自以為偉大，因為這不是僕人應有的生命表現。保羅如何提醒自己謙卑？就是忘記背後，努

Day 12

力面前的，向著標竿直跑。保羅以運動場上的競賽隱喻屬靈的追求，而這個競賽並不是與身邊的人作比較，而是如何看待自己的人生，這是一個人的競賽。這場競賽的秘訣是忘記背後，保羅忘記的內容包含了三章4-8節所提及的猶太背景和宗教成就，保羅不想過去成為他競賽的攔阻。甚麼驅使保羅能夠堅持在場上向前跑？就是為了得基督耶穌的獎賞。

接著，保羅勸勉腓立比信徒應當「存這樣的心」，這不單是保羅的屬靈追求，也是每一位成熟的信徒需要追求的目標，並且各人按著自己的屬靈程度去行，靠著聖靈，學習辨別是非，逐漸成為真誠無可指摘的人，直到基督再來的日子。

默想及應用：

1) 你的人生目標是甚麼，跟基督的價值一致嗎？保羅的人生目標對你有甚麼提醒？



第十三天

主題：生命的選擇

禱告：主啊！願祢堅固我的信心，使我能在世上堅持效法基督，活出僕人生命。

經文：三章17-21節

17弟兄們，你們要一同效法我，也當留意看那些效法我們榜樣（而行）的人。18因為，我屢次告訴你們，現在又流淚告訴你們：許多人行事是基督十字架的仇敵。19他們的結局就是滅亡。他們的神明是自己的肚腹；他們以自己的羞辱為光榮，專以地上的事為念。20我們卻是天上的國民，並且等候救主，就是主耶穌基督從天上降臨。21他要按著那能使萬有歸服自己的大能，把我們這卑賤的身體改變形狀，和他自己榮耀的身體相似。

釋義：

保羅簡單直接地指出，每個信徒當為自己的生命作出選擇，就是效法與不效法。但是，令我們困惑的是保羅要求我們效法他，而不是基督耶穌。保羅在上文提及他是不完全，仍要不斷竭力追求基督，他就是希望信徒能夠效法這種謙卑、順服的心態，不認為自己已經完全得著的生命態度，這就是作僕人的生命素質。

當保羅描述這兩個生命選擇時，他用了一個共同字詞：行事為人。選擇不效法的人，他們的行事為人是基督十字架的仇敵（18節），他們的生命方向和素質是以自己的肚腹為神明，「肚腹」狹義的意思是沉溺於肉體、奢侈飲食，廣義指滿足各種肉體慾望，簡單而言，他們是以縱慾為人生目標，故此，他們的結局就是滅亡（19節）。這是一個嚴重的結局，他們並不是死亡，而是滅亡，死亡仍能復活，滅亡卻是會完全被消滅，這將會發生於末日基督再來時的審判。另一個

Day 13

選擇則是效法的人，他們是天上的國民，成熟的基督徒，以基督耶穌的僕人價值觀為自己的人生觀，在行事為人上活出僕人樣式。腓立比信徒生活於地上，以為受苦與受死是一種羞辱，但保羅卻說將來必會得著榮耀，就是從死人中復活，結局是永生，而不是滅亡。此救恩就是經歷基督耶穌的復活能力，最終和主耶穌榮耀的身體相似，在天上得著永遠不滅的生命。

默想及應用：

- 1) 在現今世代，不少廣告和名人鼓吹你去效法他，不論是服飾、髮型、品牌等，若無知地照單全收，完全跟從，便會容易落入不斷追求沒有盡頭的慾望，不斷思念地上的事。保羅要信徒效法他的謙卑、順服的榜樣，並非要信徒無知地效法，而是按著上帝所賜的智慧，分辨是非對錯，用智慧活出基督的生命。
- 2) 你現在的生命狀態，選擇了效法還是不效法？經文對你有甚麼提醒？

第十四天

主題：在主裏

禱告：主啊！感謝祢豐富的恩典和供應，讓我能夠在祢裏面經歷喜樂和平安，這都不是世人所賜，乃是祢賜予給我的。

經文：四章1-7節

1我所親愛、所想念的弟兄們，你們就是我的喜樂，我的冠冕。我親愛的，你們應當靠主站立得穩。2我勸友阿蝶和循都基要在主裏同心。3我也求你這真實同負一轡的，要幫助這兩個女人，因為她們在福音上曾與我、革利免和我其餘的同工一同勞苦，他們的名字都在生命冊上。4你們要靠主常常喜樂。我再說，你們要喜樂。5要讓眾人知道你們謙讓的心。主已經近了。6應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。7神所賜那超越人所能了解的平安，必在基督耶穌裏，保守你們的心懷意念。

釋義：

保羅承接上一章的勸勉，鼓勵腓立比信徒面對反對的人時要站立得穩。站立得穩的秘訣是「靠主」，原文意思是「在主裏」。信徒不可能靠自己的能力站穩，必須要與主結連，方能在面對逼迫時仍能站穩，不至動搖，這樣，保羅便因著他們對主基督的堅信而得著喜樂和冠冕。保羅不單對腓立比信徒作出勸勉，更對教會的同工友阿蝶和循都基作出提醒，呼籲他們要在主裏同心服侍，即是活出基督僕人樣式，成為眾弟兄姊妹的榜樣。

接著，保羅繼續勸勉眾弟兄姊妹要常常喜樂（4節），兩個「喜樂」都是用了命令式，更是「常常」喜樂，意思是不論環境多惡劣仍要喜樂面對。這豈不是強人所難？在人的確很難做得到，所以保羅強調的是靠主（在主裏）常常喜樂。耶穌是信徒生命的目標

Day 14

，離開了主，便會失去喜樂，保羅的生命便是活生生的見證，他在患難中，仍能在主裏喜樂。除了喜樂，謙讓的心也是信徒的重要特質（5節），意思是在任何艱難，甚至是受逼迫的景況，仍能信靠順服上帝的帶領。謙讓的生命是不堅持自己的權益（二6-7），願意為著別人的好處，放下自己。保羅認為這就是僕人的生命素質。

最後，保羅勉勵腓立比信徒應當一無掛慮。不懂倚靠上帝的信徒容易憂慮，相反，凡事信靠上帝的人，毫不憂慮，因為信徒能夠得著神所賜那超越人所能了解的平安，並且心懷意念得著保守（守衛）（7節）。這種在基督裏才能得著的平安，就與基督裏才有的喜樂一樣，都是上帝與人結連的美好結果。

默想及應用：

- 1) 你曾聽過或第一身經歷過在主裏所得著的喜樂和平安嗎？
- 2) 平安和喜樂是個人生命與主結連後的結果，這對你有甚麼提醒？



第十五天

主題：追求美善

禱告：主啊！面對充滿惡事的世界，願祢使我能夠有喜樂的心追求美善的事。

經文：四章8-9節

8末了，弟兄們，凡是真實的、凡是可敬的、凡是公義的、凡是清潔的、凡是可愛的、凡是有美名的，若有甚麼德行，若有甚麼稱讚，你們都要留意。9你們從我所學習的，所領受的，所聽見的，所看見的事，你們都要繼續去做，賜平安的神就必與你們同在。

釋義：

保羅在這個段落簡單直接地指出僕人追求的目標（8節）與僕人的行為（9節），上帝就必與我們同在（9節下）。我們看到第8節列出一系列道德倫理上的美德，勉勵腓立比信徒要思想並實行這些美德。新漢語譯本有較清晰的翻譯：「凡是真實的、莊重的、公義的、純潔的、可愛的、名聲美好的，又或者有甚麼美德，有甚麼值得讚揚的地方」。這清單的內容對他們來說是相當熟悉的，因這些美德都是屬於希臘哲學，也是信徒當追求的美事。「你們要留意」（8節下），或譯「思念」，保羅十分欣賞腓立比信徒，因為他們都是受教和多是思想成熟的，並且有僕人的思想和樣式，故此，保羅鼓勵他們要持續思念各種美德，這種思念就是他們生命的抉擇，影響著他們的行事為人和生命終局。當信徒越發思念這些事時，生



Day 15

命便會被改變，活出僕人樣式。思想和行為是相連的，兩者缺一不可。當人思念美事，容易行出美事；當人思念惡事，生命便會潛移默化，容易多行惡事，最終失去上帝所賜的平安。

最後，保羅說：「你們從我所學習的，所領受的，所聽見的，所看見的事，你們都要繼續去做」。他以自己的親身經歷來勉勵信徒活出生命的美善。腓立比信徒面對內、外的困難，外有逼迫，內有同工不和及猶太主義者的衝擊，這一切都使他們失去目標和方向，就連平安和喜樂也一同失去。保羅以自己充滿苦難的生命見證提醒他們，鼓勵他們面對的環境越是困難，越要追求美善，因為這是平安和喜樂的來源。

默想及應用：

- 1) 在你的日常生活中，你常思念美善的事嗎？
- 2) 在美德清單中，最容易實踐是哪一項？最難實踐又是哪一項？



第十六天

主題：靠主知足常樂

禱告：親愛的主耶穌基督，感謝祢賜下豐足的恩典，並且賜我有弟兄姊妹在旁與我同行在世的道路。願祢讓我時常看到祢的供應，又讓我能夠在主裡學習知足。

經文：四章10-23節

10我靠主大大喜樂，因為你們關懷我的心如今又表現了出來；其實你們一直都關懷我，只是沒有機會罷了。11我並不是因缺乏而說這話，因為我已經學會無論在甚麼景況都可以知足。12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，任何事情，任何景況，我都得了祕訣。13我靠著那加給我力量的，凡事都能做。14然而，你們能和我分擔憂患是一件好事。15腓立比人哪，你們也知道我開始傳福音、離開馬其頓的時候，在收支的事上，除了你們以外，並沒有別的教會和我分擔。16就是我在帖撒羅尼迦，你們也一再差人來供給我的需用。17我並不求甚麼饋贈，只求你們的果子不斷增多，歸在你們的賬上。18但我已經如數收到，並且有餘；我已經充足，因我從以巴弗提受了你們的饋贈，當作極美的香氣，為神所接納、所喜悅的祭物。19我的神必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裏，使你們一切所需用的都充足。20願榮耀歸給我們的父神，直到永永遠遠。阿們！21請問候在基督耶穌裏的各位聖徒。跟我一起的眾弟兄都問候你們。22眾聖徒都問候你們，特別在凱撒家裏的人問候你們。23願主耶穌基督的恩與你們的靈同在！

釋義：

在上文中，保羅勸勉腓立比信徒要靠主常常喜樂（四4），主耶穌就是喜樂的源頭。來到腓立比書最後一個段落，保羅以自己的生命見證作為信徒喜樂的榜樣。保羅因甚麼事情而大大喜樂？就是因為他無論遇著甚麼景況都能夠得到上帝藉腓立比教會所給的供應。而這種在患難中的供應，保羅認為是彼此分擔，同甘共苦的表現（14節）。第15-16節正是共患難的具體例子，不只是物質上的支持，更是屬靈和情感上的彼此分擔。

Day 16

華人社會中的請客和送禮文化跟希羅文化有點相似。有學者研究，希羅文化視拒絕接收別人禮物是敵視對方的表現。接收對方禮物後，便有責任回禮。送禮者的社會地位或身份則通常高於受禮者。這種禮尚往來，既成為了希羅文化的一部分，同樣是商業社會中不可或缺的要素。縱使保羅接受了信徒對他物質上的支持，卻極力確保他們之間的關係並不是希羅文化下的那種「餽送」情誼，乃是屬靈上的情誼。故此，保羅一方面讚許信徒的行為，另一方面將之視為上帝的供應。他沒有甚麼物質上給信徒的回禮，反而更重要的，是在屬靈層面上祝福：「我的神必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裏，使你們一切所需用的都充足」（19節）。保羅相信，那位在他缺乏時供應他，超過他所想所求的上帝，也必使腓立比信徒一切所需用的都充足。「充足」並不是世俗社會中所理解的富裕，而是一般意義上的「足夠」。這就是保羅認為自己沒有缺乏的心態和喜樂的原因：「知足」（11節）。

默想及應用：

- 1) 保羅認為喜樂的秘訣是「知足」。那麼，你認為知足的秘訣又是甚麼？有甚麼事情能幫助你或攔阻你學習並實踐知足？
- 2) 試回想一次上帝藉弟兄姊妹給你的供應，並將這見證向你身邊的朋友或弟兄姊妹分享，讓其他人能藉你的見證看見上帝的供應，並歸榮耀給上帝。

Jesus
is



THE BCEC

TO LOVE GOD & LOVE OUR NEIGHBOURS

B1 1JG, Birmingham, 14 Upper Gough St