

知足 Contentment

定义：不妄求神满足自己的欲望

相反：贪婪、嫉妒 同义：

平衡的品格：主动、勤奋

认识神：耶和華所賜的福、使人富足、并不加上忧虑

行为准则：

- 珍惜自己所拥有却不羡慕别人所有
- 不因缺乏而抱怨神
- 不要求多过自己愿意付的代价
- 看人的价值重于事物的价值
- 完全接纳自己是独一无二的

明白神已经为我预备了今天与将来生活所需

让大家聚焦于建立品格的真正目标：**像耶稣**

“他是 神荣耀所发的光辉、是 神本体的真像、常用他权能的命令托住万有、他洗净了人的罪、就坐在高天至大者的右边。” (来 1:3)

“真像”是希腊文的 “*χαρακτηρ*” (完全一样的印记或复制品) - 也就是《品格》这字的来源。像一个仿真雕刻复制品上面有齐所有原像的特征，耶稣因此让我们完全地看见神的性情，让我们也懂得追求祂在我们身上塑造品格。

“不可贪婪...” 知足的相反词是贪婪 - 对别人的东西产生占有欲。(出 20:17) 里面的十诫更列出例子：“不可贪恋人的房屋、也不可贪恋人的妻子、仆婢、牛驴、并他一切所有的。” 对我们来说贪婪通常是在钱财或产业，但也包括其他东西。请讨论以下会使我们堕入贪婪的一些陷阱 (别人的优势、教育、性格、关系、地位、影响力、等)。这是否其中一个最难守的诫命呢？**Adrian Rogers** 所作的《成功家庭的十个秘诀》指出贪婪会导致你违反其他的诫命 (参看提前 6:10)，请先参考在 (出 20) 其他九个诫命然后讨论有没有这可能。要节省时间，可以分五组，每组负责两个诫命，以下有一些建议：

1. 你不可有别的神：贪婪会使你将你的工作、你的财产或名誉、以致你的享受放在神之前，看它们为你的供应者而不是神。

2. 不可为自己雕刻偶像：人会找物件或地位来满足及做应该是神做的事，甚至跪拜人造的偶像多过创造者祂自己 (罗 1:25)。
3. 不可妄称神的名：基督徒常会妄用神的名来追求财富、别人的接纳或对人的影响力。
4. 当纪念安息日：我们在这分别为圣的日子会做甚么？我们善用这天来表达对神的尊重、用这时间来满足自己或攒积更多？
5. 当孝敬父母：你有否希望父母能够供应你更多？我们有没有表达对他们所作的或供应的感恩？
6. 不可杀人：有不少的谋杀案的缘由是贪婪 (可能只是口中的表达或心中的仇恨)？
7. 不可奸淫：在你的幻想、图片、互联网或其他色情刊物。第十诫特别提及别人的妻子，参考大卫违反这诫命后给他带来的灾难。
8. 不可偷盗：贪心别人的东西而不愿意付出劳力。如果我们减少了贪婪所导致的谋杀、奸淫、及偷盗，这世界会变成怎样呢？
9. 不可作假见证：人会为了得到一些用诚实得不到的东西而撒谎。

有趣地，保罗用第十诫做例子来说明这位前法利赛人怎样违反这诫命 (罗 7:7) - 让我们看见贪婪的普及性。

你有多知足？

我们是否认为贪婪是一个“小的过犯”？为何在 (西 3:5) 一个贪婪的人被称为拜偶像的人？撒旦的叛逆是因为牠有得到神权的欲望。神对以色列人在 (民数记 11 章) 的叛逆是小事情吗？请读 (提前 6:6-10) 及 (雅 4:1-3)。贪婪的后果是甚么？统计显示出婚姻问题主要的缘由是因为人对钱财的态度，借贷这假神使我们很容易堕入贪婪的陷阱。怎样才会知足呢？(有多少才足够？多一点点而已！如果你觉得已经拥有的不够，那你永远不会知足的。) 知足的结果是甚么呢？为何敬虔加上知足就是大利呢？甚么时候野心会变成贪心呢？为何借贷这么方便会影响知足？

知足是：

- 衡量与神的关系比地上任何财宝都优胜
- 明白神在我身上的工作还未完成之日我是不用惧怕的
- 避免个人对自己期望的捆绑
- 为神对自己的设计而喜乐

知足的关键：

派发纸张，每张写了以下一段的经文：请每人先读他的章节，然后讲出对知足的领受。

诗篇 16:5,6	传 5:20-12	箴 16:8
诗篇 37:1-7	来 13:5	箴 17:1
诗篇 37:16-19	太 6:19-34	箴 23:4,5
提前 6:6-10	箴 3:13-15	箴 28:25
腓 4:10-14	箴 15:27	箴 15:16-17

把所领受知足的关键每人各写在便利贴 (或卡) 上，用一点时间来综合，经过讨论后把结论写在一张纸上，然后把它贴在一个容易见到的地方。

有品格 (或没有品格) 的圣经例子

在圣经中找出一些贪婪和知足的例子。通常没有品格的例子比较容易找到，对每一个人物，看他们的欲望是甚么、付出的代价值得吗、和这件事做成怎样一个大的损害或帮助。

贪婪：

- 亚当和夏娃：创 3
- 亚哈王：王上 21
- 大卫：撒下 11
- 基哈西：王下 5:19-27
- 亚干：书 7
- 亚拿尼亚与撒非喇：徒 5:1-10
- 犹大：太 26:14-16

知足：

- 亚伯拉罕：创 13
- 保罗：腓 4:10-13

你知足吗？

(来 13:5,6) 劝勉我们对神要知足。请分享在那些情况我们会被吸引去找寻自己的满足和帮助。为了表达悔改，在 (路 3:14) 施洗约翰怎样告诉兵丁他们的收成是

甚么？（传 5:10-20）给我们一个角度我们应该怎样看我们的工作和劳力。圣经还有其他甚么的教导，如：

- 如果你爱财富，你永远不会觉得足够。
- 当你的工资增加，你所想要的（欲望）也会增加。
- 富翁睡得不好。
- 攒积资财会伤害自己。
- 遗产很容易失去。
- 你离世的时候不能带走财富。
- 在工作上喜乐是神给你的礼物。
- 财富和享受财富的能力都来自神。
- 神很乐意给人满心的喜乐。

“广告里面的保障”

“知足是战胜里面爱慕虚荣的欲望。” 为何知足成为今天一个广泛的问题？这完全是心里作鬼，记得亚当和夏娃活在伊甸园一个美满的环境里，也没有受广告牌、杂志、电视机、收音机、甚至富有的邻居影响，他们却贪吃禁果。但今天广告甚为有效，也常有过百万元的广告费是花在美化广告上面。大部份都用来提升我们的欲望，让我们觉得我们的满足是来自商品的。我们怎样训练自己与家人来抗拒广告的引诱，对所拥有的表示知足和感恩？

享受真正的财富：

在我们的生命里，有没有寻求 “兴奋”（情绪高点）或 “开心”（情绪满足）？ 有没有情绪高点多例子？ 从那方面看到它们会使人沈溺其中的？ 我们可以用甚么方法来解除沉溺呢？

可是，知足不表示我们放任或处于安逸。Mike Shane 说：“基督教的文化教导知足，同时也鼓励有建设。在（路 12:13-21）里面这无知富翁的比喻，耶稣是否诅咒野心或说不应增加财产？ 祂的教导是甚么呢？ 在（箴 3:9-10）里让我们见到一幅丰盛的图画，目的是甚么呢？ 你在（传 5: 19-20）里面学到怎样享受你所拥有的？ 我们怎样可以找到知足和成就的平衡点？

对不能改变的感到知足

很多人对接受自己是神的杰作感到不满，但要清楚有一些事实是自己无法改变的：如身世、种族、性别、外貌、天份、生老病死、等，都有神特别的心意，所以我们要学习怎样去接受它们。

当不如意或意外的事情来临,我们应该怎样面对呢? 讨论一下以下的祷告: “神啊! 让我有平安去接受所不能改变的, 勇气去改变所能改变的, 和智慧来知道两者的分别。” 所不能改变的有时是因为自己的因素, 也有别人的因素, 都不容易接受。彼得和犹大同样面对挫败, 但看他们怎样面对它。请分享过去自己怎样面对失望及不能改变的状况。

保守自己的意念

我们与其他创造物不同的地方是我们是按神的样式造的, 我们有思想和幻想的能力, 可是我们的思想常常会导致我们不知足。有幻想的能力有甚么好处和危险呢? 在伊甸园里面, 撒旦告诉夏娃她如果吃了禁果可以成为一个怎样的人来挑起夏娃的幻想力。请读 (箴 4:23) 和 (林后 10:5) 来限制我们自己的思想。讨论这说法: “不要幻想把自己放在一个不可理喻的情况” 怎样可以达到这境界? 举例: 流连在网上聊天区带来许多婚姻和家庭的破裂当人 “开始在情绪上进入一个无可能的梦想中”。如果不控制情感, 很多人会告诉你它会带来不满和痛苦。我们可以怎样防范它呢? 我们可以怎样将神放进我们脑子里的每一个影像呢?

如果...我就会快乐

在知足的定义可以见到它与快乐的关系。我们贪婪因为以为: 如果自己的工资多一点、如果有另一个配偶、如果住在另一个地方、等, 就会有快乐。假说我们这些梦想真的达到了, 甚么会发生呢? 它们会否带来快乐呢? 在 (太 5:3-12) 里面的八福给我们快乐的秘诀, 要列出快乐的来源你只需以 “有快乐了” 来代替 “有福了”。能否在中间找到满足呢? 请在 (帖前 5:16-18) 找一些实际的方法来在生命中建立知足。抓住神在 (腓 4:19) 的应许。