

第四课

凡事感恩

凡事谢恩，因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。

[帖撒罗尼迦前书]5:18

参考经文

[诗篇]28:6-8, 34:1-4, 50:23,
92:1-4, 100:1-5, 136:1-9, 138:1-3,
[路加福音]17:11-19;
[帖撒罗尼迦前书]5:18;

中心主题

让我们对上帝所做的一切心存感恩。同时，感恩的人也是快乐的人！

课程要点

在这一课里，学生们可以：

1. 讨论怎样在困境中感恩；
2. 明白上帝有关感恩的教导；
3. 学习在生活中常常感恩。

整装待发

学生们思考并讨论如何在困境中感恩。

同舟共济

初中组——学生们写“感恩的祷告”。
高中组——学生们制作“感恩旗”。

拨云见日

教导学生们学习凡事感恩。

慧眼识金

学生们思考这一周的感恩生活。

更上一层楼

学生们思考如何感恩？为何感恩？

单元一 祷告的重要内容

教师默想

本课你将继续带领学生们学习祷告的另一个重要内容——感恩。感恩在人际关系中是非常重要的部分。好朋友或同事帮了我们的忙，我们不会连声“谢谢”都不说。这一点，我们也可以换位思考一下——如果你费尽周折帮助了某人，而那人却没有任何感激之词，你会有什么感受？然而，面对最值得我们感激的上帝，我们却常常忘记感谢他！上帝的话语不断地提醒我们要常常数算他的恩典：“各样美善的恩赐和各样全备的赏赐都是从上头来的，从众光之父那里降下来的。”（〔雅各书〕1:17）

我们的天父满有恩典和慈爱，他是生命的源头，也是一切供应的源头。他要求我们做的每一件事，包括要我们做一个时时感恩的人，都是为了让我们得着益处和祝福，而不是对我们的强迫与苛求。当我们对上帝满怀感恩时，我们的内心就会发生改变，开始以新的眼光看待周围的环境——上帝的大能和作为彰显在我们身边的每一个角落。我们受感动、被改变以后，就会看到上帝才是奇妙的供应者。〔诗篇〕50:23向我们解释了其中的奥秘：“凡以感谢献上为祭的便是荣耀我。那按正路而行的，我必使他得着我的救恩。”实际上，感恩为我们开了一扇窗，让我们能够看到上帝的作为！

几年前的一个夏天，我亲眼看到了感恩的原则以一种特殊的方式被实践出来。当时我带领一个青少年服侍小组，到一个贫困地区做几个星期的服侍工作。小组里都是一些年龄13到18岁的年轻人，我们一直忙于艰苦的建筑工程，和帮助那里的穷人。工作了一段时间后，沮丧的情绪开始笼罩我们。我们真的有太多的事情需要抱怨——想家、缺水、有人生病、天气太热、饭菜不可口等等。一天晚上，我们祷告时决定思想一下可以为哪些事情感谢上帝。大家开始做简短的感恩祷告：上帝和我们同在；有休息的地方；没有挨饿；结交了新朋友等。起初，感恩如同献祭一样难，但是过了一会儿，我们的感恩如泉水般倾泄而出。大家的态度改变了，沮丧消失了。我们看到了上帝和我们同在的方式竟是如此奇妙！

当今社会上，各种媒体向年轻人所灌输的尽是物质至上和享乐主义。然而，对上帝的感恩是年轻人不可或缺的灵命食粮，也是常常喜乐的秘密武器。因此，要鼓励学生记住感谢上帝，并使之成为他们每日生活的一部分。同时，祈求上帝帮助我们常常被圣灵充满，在生活中凡事感恩，成为学生的榜样。

阶段一 整装待发

目标

学生们思考并讨论如何在困境中感恩。

过程

我曾经听一位著名的牧师讲过这样一个关于感恩的故事：有一个人住在繁华的大都市里。一天晚上，他遭遇了抢劫。回到家以后，他在日记里写下了四个感恩的理由：“首先，我为自己从不抢劫感谢上帝；其次，虽然他们抢走了我的钱包，但是并没有杀了我；再次，虽然他们抢走了我的随身物品，但是那并不太多；最后，我是被抢劫的那位，而不是抢劫者。”

有时，做到心存感恩很难，特别是在日子艰难的时候。下面，我们做一些如何在困境中感恩的练习。

将学生分组，每组三至四人。每组一张大纸。然后，您说出一些人们可能会面临的困境（如：眼睁睁地看着自家的房子被烧得精光；不得不辍学去打工帮助家里；不得不迁居去一个新的城市；父母离婚了；家乡发大水了。）

每组学生分一种不同的境况，思考并讨论：假如他们处在这种困境中，依旧有哪些感恩的理由。请他们讨论后写下来。再请他们想一想：他们度过难关之后，还会有哪些收获。

最后，请各个小组轮流分享自己的想法和讨论结果。

阶段二 同舟共济（初中组）

目标

学生们写“感恩的祷告”。

过程

将学生分组，每组三至四人。每组一张纸。每组学习一至两段下面的经文：

[诗篇]28:6-8

[诗篇]34:1-4

单元一 祷告的重要内容

[诗篇]92:1-4

[诗篇]100:1-5

[诗篇]136:1-9

[诗篇]138:1-3

然后，请每组学生写一篇“感恩的祷告”，并与大家分享。

阶段二 同舟共济（高中组）

目标

学生们制作“感恩旗”。

过程

将学生分组，每组三至四人。每组一张大纸，用来制作“感恩旗”。学生们大声朗读[诗篇]34:1-4、92:1-4。然后，每组学生选用一些具体的事例，如：上帝回应我们的祷告、向我们彰显他的慈爱、上帝的信实公义等，写出一篇感恩的祷告，写在“感恩旗”上。每组学生装饰他们的“感恩旗”。

请每组学生轮流读出各自“感恩旗”上的祷告。

阶段三 拨云见日：凡事感恩

目标

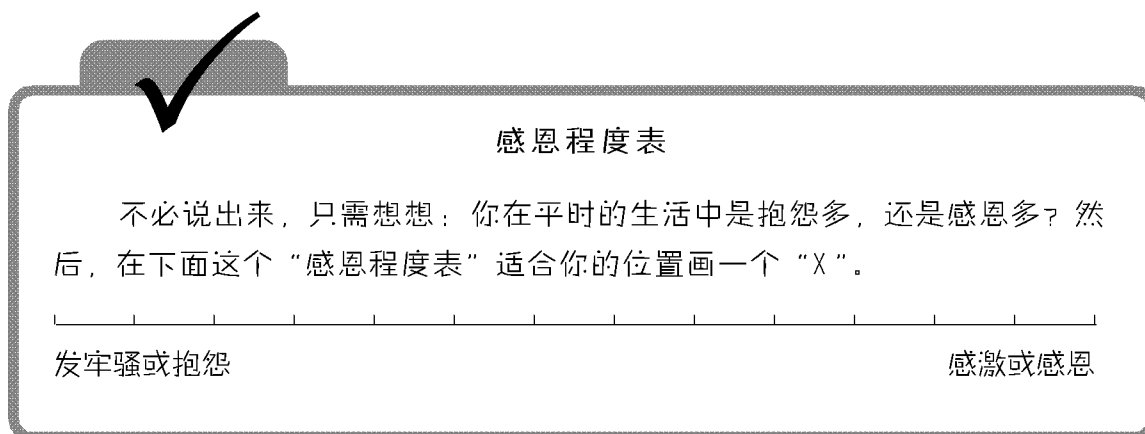
教导学生们学习凡事感恩。

过程

您将下面这份“感恩程度表”写在黑板上，或者为每个学生复印一份分发给学生。将学生分组，每组三至四人。每组学生完成经文查考。

在最近的几周里，我们一直学习祷告的重要内容——赞美、认罪。今天，我们学习祷告中一项重要的内容——感恩！圣经一再告诉我们：要做一个感恩的人。任何一个读[诗篇]的人，都会被诗人的感恩和赞美所感动。在我们身边，也常常有这样的一群人，他们快乐而满足，拥有喜乐和平安，因为他们

对上帝和其他人都满怀感激之情。



感恩程度表

不必说出来，只需想想：你在平时的生活中是抱怨多，还是感恩多？然后，在下面这个“感恩程度表”适合你的位置画一个“X”。

发牢骚或抱怨 感激或感恩

作为基督徒，我们有太多的事情需要感恩。然而，我们却时常陷入不满足的状态中，很容易忘记我们要感恩的理由。

感恩是一种态度

1. [帖撒罗尼迦前书]5:18节告诉我们：上帝为我们所定的旨意是“凡事谢恩”。当你阅读这段经文时，你：

- () 认同这种说法，但实践起来很难。
- () 认为这不可能做到。
- () 不能准确理解保罗在这段经文里要表达的意思。
- () 愿意在我的生活中培养这种品格。

这节经文没有说为各样的境况感恩，而是说在各样境况里都要感恩。很多人认为，当我们在生活中遇到困难或麻烦时，感谢上帝是一件非常奇怪的事情。但是，当我们身处逆境仍然能够感恩时，我们就能够更深地体会上帝的同在，同时也能够发现更多可以感恩的理由。

2. 此时此刻，你正在经历的困难是什么？在这样的境况里，你可以找出哪些值得感恩的事情？

感恩是祷告中一项重要的内容

学生们阅读[路加福音]17:11-19中关于耶稣的故事，并回答下面的问题。

3. 在故事里，为何耶稣只称赞一位患麻风病的撒玛利亚人？

单元一 祷告的重要内容

4. 你认为其他九个得了医治的人，为什么没有回来感谢耶稣？

5. 我们很容易忘记感谢上帝，你认为这是为什么？

祷告的时候请想一想：你是否记得感谢上帝赐给你的一切，以及感谢上帝回应你的祷告？

当我们向上帝感恩时，我们就改变了。

当我们安静在上帝面前，思想上帝一直以来给我们的帮助和恩典，以及他永不止息的爱时，我们的心就会被一种难以言喻的感恩之情所充满，同时我们对待生活和困难的态度就会发生改变。

6. 阅读[诗篇]50:23。这节经文说：如果我们感恩，按正路而行，我们必得着什么？

7. 请大家思想上帝为我们所做的一切，然后写出至少二十个感恩的理由。可以是一些很简单的事情，如：今天的早餐；也可以是一些重要的事情，如：上帝回应了你的祷告，治愈了你的妈妈。

我们祷告感谢上帝时，要完全心灵诚实地来到他面前。如果你认为很难做到凡事谢恩，或者常常忘记向上帝感恩，那么请上帝来帮助你。上帝爱我们，他知道我们的软弱，他会帮助我们！

阶段四 慧眼识金

目标

学生们思考这一周的感恩生活。

问题

1. 本周你在什么时间感谢上帝？
2. 本周你要为哪些特别的事情感谢上帝？

阶段五 更上一层楼

目标

学生们思考如何感恩？为何感恩？

问题

1. 当遇到困难的时候，我们为什么很容易出现消极的情绪，沮丧抱怨，而不是采取积极的态度，凡事感恩？
2. 为什么感恩的人是快乐的人？请列出几个理由。