「讓愛成為行動」系列1
「愛不只是感動，更是行動」

主理-蔡維恩牧師

前言：我們常常很有愛心，卻不一定真的去愛

我們生活在一個很奇妙的時代。看到災難新聞，我們會感動；看到弱勢家庭的故事，我們會流淚；看到朋友生病，也會留言：「為你禱告，願主保守你！」這些都很好。但問題是：當我們按下「讚」、留下「阿們」之後，有沒有再多走一步？

有時候，我們的愛心很豐富，行動卻很節省；眼淚流得很快，腳步卻走得很慢。我們的愛心就像手機電池，看到別人受苦時，瞬間充滿電；可是對方真的打電話來求助，電量立刻降到百分之五，趕快開啟省電模式！

我們常常以為，我們很有愛心，因為我們很容易「被感動」。但親愛的弟兄姊妹，我們的信仰從來不是一場「感動大賽」，上帝也沒有在天堂設立一個「按讚數排行榜」。今天我們要展開「讓愛成為行動」系列的第一講，題目是：《愛不只是感動，更是行動》。我們要透過保羅在監獄中寫給腓利門的短短幾行字，來剝開我們日常生活中對「愛」的舒適圈與虛假幻覺。

我們不是沒有愛，而是希望愛得輕鬆一點，不要花太多時間，不要影響自己的生活，也不要承擔太多責任。

今天，我們要從《腓利門書》來思想：保羅身在監獄，自由受到限制，自己也有許多困難，卻仍然願意為別人的生命付出。環境可以限制一個人的活動，卻不一定能限制一個人的愛。

一、爭議問題：

1. 為什麼我們有愛心，卻常常沒有行動？
2. 其實我們內心有個爭戰「主啊，不是我不想愛人，實在是我自己都快活不下去了，我哪來的能力去愛別人？」

現代人的生活像是一台超載的貨車，房貸、績效、家庭照顧、長輩醫療、孩子的學費，每天睜開眼睛就是柴米油鹽的焦慮。我

們常常覺得自己靈性乾涸、心靈耗竭。世俗的邏輯告訴我們:「自保是人的天性」、「泥菩薩過江，自身難保」、「先把自己顧好，再去管別人是聖母病」。
所以我們常說:「等我退休，就有時間服事了。」「等孩子長大，我再關心別人。」「等經濟穩定，我再幫助有需要的人。」

可是，孩子長大了，我們又開始照顧孫子；工作退休了，身體卻出現新的問題。我們一直等待最好的時機，卻可能錯過今天可以付出的機會。
另外，我們也害怕付出代價。關心人需要時間，陪伴人需要耐心，幫助人甚至可能被誤解、被拒絕。

於是，我們選擇比較安全的愛：心裡關心就好，禱告一下就好，其他事情交給別人處理。

但聖經提醒我們，愛不只是心裡有感動，而是願意讓這份感動進入生活。

當然，愛人不是不顧自己的健康、家庭與界線，而是在上帝的引導下，忠心地回應自己能承擔的需要。
所以，今天真正的問題不是:「我有沒有足夠的能力去愛人？」而是:「在我目前有限的處境中，我願不願意把上帝所賜的力量，用來成為別人的祝福？」

經文: 腓利門書 1:7–11
1:7 兄弟啊，我為你的愛心，大有快樂，大得安慰，因眾聖徒的心從你得了暢快。
1:8 我雖然靠著基督能放膽吩咐你合宜的事，
1:9 然而像我這有年紀的保羅，現在又是為基督耶穌被囚的，寧可憑著愛心求你，
1:10 就是為我在捆鎖中所生的兒子阿尼西母（就是有益處的意思）求你。
1:11 他從前與你沒有益處，但如今與你我都有益處

二、經文背景：監獄裡的一封信，為什麼充滿愛的力量？

腓利門書是新約聖經中最短的書信之一，卻充滿了人性的張力與基督的奇妙恩典。寫這封信的保羅，當時身在羅馬的監獄裡（大約公元 60 年代）。想像一下那個畫面：保羅年事已高（他自己說「像我這有年紀的保羅」），身體帶著病痛，關在陰暗、潮濕、散發著惡臭與絕望的羅馬牢獄中，隨時可能面臨死刑。在這樣一個連自己的人生都無法自主、自身難保的極端困境下，他本可以理所當然地關閉心靈，沉浸在自憐與苦毒中。

然而，就在這個時候，一個名叫阿尼西謀的年輕人出現在他面前。阿尼西謀原本是歌羅西富商腓利門的奴隸。根據當時羅馬嚴苛的法律，奴隸是主人的「會說話的財產」，逃跑的奴隸甚至會被判死刑或烙印。這個阿尼西謀不僅逃跑了，據說可能還偷了主人的財產，流落到羅馬。奇妙的是，他在羅馬遇到了保羅，聽了福音，生命被主改變，信了耶穌。

保羅面臨一個極大的道德與人際難題：一方面，阿尼西謀是逃奴，依律法保羅該把他送回去；另一方面，阿尼西謀在主裡已經成了保羅「在捆鎖中所生的兒子」，是他的至親骨肉。保羅沒有因為自己「在牢裡很辛苦、很委屈」而選擇冷眼旁觀。相反地，他決定寫這封信給信徒腓利門，用極其溫柔、謙卑卻充滿屬靈權柄的語氣，懇求腓利門接納這個曾經背叛他的奴隸，甚至願意為阿尼西謀背負所有的債務。

三、啟示

（一）：愛，是看見別人的需要，而不只看見自己的困難

第 7 節說：「兄弟啊，我為你的愛心，大有快樂，大得安慰；因眾聖徒的心從你得了暢快。」

保羅稱讚腓利門的愛心，因為其他信徒從他的關懷中得著安慰。保羅自己受到拘禁，卻仍然看見別人的美善，也期待這份愛繼續流向阿尼西母。

愛有一個重要的特質：不只看見問題，也看見上帝可以藉著我們

帶來的改變。

例如，教會有一位年長的弟兄，因為身體不好，無法自己開車來聚會。大家都說:「我們要為他禱告！」可是,如果沒有人打電話、安排接送或陪他說說話，這份愛就還沒有真正走進他的生活。有時候，一通電話、一趟接送、一份便當，就能讓一個人重新感受到:「原來，我沒有被忘記。」

世俗的想法常是:「先把自己的事情處理好，有餘力才幫助別人。」聖經則提醒我們，不要只以自己為中心。保羅雖然有自己的困難，仍然為別人保留一個位置。

聖靈也可能提醒我們留意身旁被忽略的人。當我們以聖經的教導、禱告與智慧分辨，並採取合宜的關懷行動，就能讓上帝的愛透過我們傳遞出去。

所以，愛的第一步，不是問自己能得到什麼，而是願意看見別人正在經歷什麼。

（二）：愛，不是等到自己有能力，而是在有限中仍然願意付出

第 8 至 10 節，保羅提到自己年老，又是為基督耶穌被囚的人。他本來可以運用使徒的權柄吩咐腓利門，卻選擇為愛的緣故懇求他。保羅沒有讓自己的處境，成為停止愛人的理由。

他不能自由行走，卻仍然可以寫信；他無法替阿尼西母決定未來，卻願意為他求情，幫助他重新建立關係。

我們常常以為，只有有錢的人才能幫助貧窮的人，有口才的人才能安慰傷心的人，有很多時間的人才能服事教會。

但一位退休長輩可以陪伴孤單的人；一位身體軟弱的姊妹可以寫卡片、代禱；一位忙碌的父親可以放下手機，認真聆聽孩子十分鐘。

這些事情看起來很小，卻可能成為別人生命中很大的安慰。就像有人掉進河裡，我們沒有能力立刻蓋一座橋，卻仍然可以伸手、呼喊救援、找人一起幫忙。我們不必因為無法解決全部問題，就拒絕做自己能做的那一部分。

世俗的想法常是:「等我夠強大,才能幫助別人。」卻讓我們看見,上帝能使用有限的人,成就真實的關懷。
聖經這不是叫我們耗盡自己,而是承認自己的有限,學習在聖靈引導下,做自己能做的事。
真正的愛,從來不挑環境,乃是從乾涸中擠出甘泉
所以,不要等到擁有全部的能力才開始愛人;在上帝所賜的力量中,先忠心地做自己能做的那一部分。

(三):愛,不只是讓人感動,更是願意付出,卻不控制結果
第 10 至 11 節,保羅為阿尼西母向腓利門懇求,並指出阿尼西母從前對腓利門沒有益處,如今卻對他們都有益處。

阿尼西母的名字與「有益處」的意思有關。保羅藉著這個意思,對比他過去與現在的情況。這不是說一個人必須變得有用,才值得被愛;而是保羅看見阿尼西母生命正在改變的可能,願意為這個改變付出。
真正的愛不是縱容,而是幫助人重新站起來。

可是,這裡還有一個更深刻的問題。
《腓利門書》最後並沒有告訴我們,腓利門到底有沒有原諒阿尼西母!

然而,聖經沒有記載腓利門最後的回應,也沒有明確說明兩人是否真正和好。
這個沒有寫出來的結局,反而讓我們看見保羅的愛有多麼真實。這正是《腓利門書》令人低迴、也最耐人尋味的地方。聖經的檔案夾到這裡,似乎留下了無限的想像空間,但正因為「聖經並沒有明說」,它反而留下了最美的神學空白與信仰張力:

雖然正經沒有明確記載後續,但早期的教會傳說(例如教父安提阿的依納爵在二世紀時的書信)曾提及一位名叫阿尼西謀的以弗所主教。後來的許多解經家也普遍相信,腓利門最終選擇了饒恕,因為保羅在信中展現的屬靈權柄與溫柔,以及歌羅西教會弟兄姊妹的見證,讓這封信發揮了它應有的功效。

保羅願意付出，不是因為他已經確定腓利門一定答應；他願意為阿尼西母求情，也不是因為他能保證這段關係一定得到修復。他可以寫信、懇求、陪伴，甚至願意承擔對方的虧欠；但他不能替腓利門作決定，也不能控制最後的結果。

當保羅將這封信交出去時，結局不再只屬於腓利門和阿尼西謀，它變成了每一個讀這段經文的信徒的鏡子。愛不只是歷史，是現在式：如果聖經寫了「後來腓利門原諒了他」，我們可能會鬆了一口氣，把它當成一個完美的童話故事。但因為聖經沒有寫，它把這個問題直接拋回給我們——在我們現實生活的人際關係中，當我們面對那些曾經傷害、虧負我們的人時，我們的結局會是什麼？

弟兄姊妹，這是不是也很像我們的人生？

有父母為孩子禱告多年，孩子卻還沒有回轉；有夫妻努力修復關係，對方卻仍然不願意敞開心門；有牧者忠心陪伴會友，最後卻不一定得到理解。

我們會不會因此心灰意冷，覺得自己付出那麼多，卻沒有得到想要的結果？

請記得：我們可以忠心付出愛，卻不能控制愛所帶來的結果；我們可以努力促成和好，卻不能代替別人作出回應。

世俗的愛有時像一場交換：「我對你好，你就應該對我好。」但福音提醒我們，我們不是因為別人一定改變，才決定去愛；我們是因為先領受基督的愛，所以願意忠心去愛。

聖靈引導我們採取合宜的行動，也幫助我們在不確定中學習交託。上帝的愛不保證每段關係都會立即修復，卻使我們能在真理、恩典與智慧中繼續前行。

所以真正的愛，不是保證別人一定改變，而是在上帝的引導下，忠心地為別人的生命與關係修復付出。

四、自己的感受：

如果付出了愛，卻沒有得到期待的回應呢？

身為牧者，我也會問自己：我是不是常常勸勉會友彼此相愛，卻有時候忘記真正去關心那些沉默的人？

牧會有講道、探訪、會議與行政工作。有時候，我們很容易把服事變成完成任務，把關懷變成行程表上的一個項目，甚至以為「我已經為他禱告了」，就代表事情已經完成。

每當這個時候，聖靈就會輕輕帶我回到這卷《腓利門書》。我彷彿看見兩千年前，那個身體佝僂、手腳帶著鐵鍊的保羅，在羅馬冰冷的牢房裡，就著昏黃的燈光，一筆一字地寫下對阿尼西謀的牽掛。保羅沒有抱怨環境有多苦，他沒有說「我已經夠可憐了，你們不要來煩我」。他把自己的苦難化作愛人的燃料。

那一刻我突然明白，我們之所以覺得愛很累、愛不動，是因為我們常常想靠著自己「有限的電池」去發電。但耶穌給我們的不是一顆充電電池，而是一條永不枯竭的高壓輸電線。只要我們願意連結，哪怕身在牢籠，愛也能化作穿透黑暗的光。

我也想到教會裡許多忠心的弟兄姊妹。有些人年紀大了，不能像年輕時四處奔走；有些人身體不好，無法承擔大型服事；有些人每天照顧家庭，生活十分忙碌。

但他們仍然可以為人禱告、打電話關心人、陪伴孤單的人。這些事情可能沒有人拍照，也不會成為教會的重大報告，卻可能成為一個人重新得著盼望的原因。

親愛的弟兄姊妹，我們不必每個人都成為偉大的使徒，但我們可以在自己的位置上，成為願意愛人的基督徒。有時候，一個人重新相信上帝的愛，不是因為所有問題都解決了，而是因為在痛苦中，有人沒有忘記他。

今天，上帝也許正在問我們：

「如果你付出了愛，卻沒有得到期待的回應，你還願意愛嗎？」

「**親愛的朋友，今天當你坐在這裡，口裡唱著讚美神的歌時，你**

有多久沒有為主動去愛一個『無法回報你、甚至曾經傷害你』的人了？」

五、結論：讓愛成為行動，把結果交託給上帝

弟兄姊妹，今天我們從保羅的生命看見三個提醒：
第一，愛是看見別人的需要，而不只看見自己的困難。
第二，愛不是等到自己有能力，而是在有限中仍然願意付出。
第三，愛不只是感動，更是願意為人的生命改變付出，並把無法控制的結果交託給上帝。

保羅身在監獄，卻沒有把自己的心關起來。他無法保證腓利門一定接受阿尼西母，卻仍然願意為和好付出努力。

基督對我們的愛也是如此。祂不是只在天上對我們說安慰的話，而是進入人的苦難，藉著十字架顯明上帝的恩典。我們不是因為做得夠好才配得祂的愛，而是因為先領受祂的愛，才有力量學習去愛人。

所以，本週我們不必立下很大的目標，只要從一件具體的事情開始：打一通電話給久未聯絡的人，探訪一位孤單的長輩，向曾經得罪的人表達歉意，或耐心聆聽家人的心聲。

不要只問：「今天誰來愛我？」也要問：「今天，上帝可以藉著我去愛誰？」

願我們的教會不只是一個常常談論愛的地方，更是一個讓人真實經歷愛的地方。愛不只是感動，更是行動；即使不知道結局如何，仍然願意在上帝面前忠心地付出。

討論題綱

1. 當我們自己很忙碌、很疲憊時，最容易忽略哪些人的需要？本週可以採取什麼具體行動？
2. 《腓利門書》沒有告訴我們腓利門最後是否原諒阿尼西母。當

我們付出愛卻沒有得到期待的結果時，如何繼續忠心，又不控制別人的決定？

代禱事項

1. 求聖靈幫助我們不只停留在感動，更能以具體行動關懷身旁的人。
2. 為教會中受傷、孤單、身體軟弱或正在經歷關係困境的人禱告，求主賜下合宜的陪伴、智慧與修復的盼望。

行動參考方案

1. 本週一個關懷行動： 主動聯絡一位正在經歷困難或容易被忽略的人，詢問他的近況，並實際提供一項合宜的幫助。
2. 建立教會的愛心接力： 邀請小組或團契成員共同關懷長者、病友、喪親者或有需要的家庭，使愛不只靠少數熱心的人，而成為整個群體的信仰實踐。

結束禱告

親愛的天父，感謝祢先愛了我們，使我們在有限與軟弱中仍能領受恩典。求祢赦免我們有時只停留在感動，卻沒有採取行動。求聖靈幫助我們看見別人的需要，賜我們智慧與力量，在合宜的界線中付出關懷、陪伴與接納。即使結果不如我們所期待，也求祢幫助我們忠心去愛，將不能控制的事交託給祢。奉主耶穌基督的聖名禱告，阿們。

本週信仰提醒

不要等到自己有餘力才去愛人；在上帝所賜的力量中，今天就為一個人多走一步。