

恩感与感恩

“凡事谢恩”（帖前 5:18）

在中文的语境中，“感恩”一词被频繁使用，而“恩感”一词却较少单独出现，往往被视为“感恩”的前奏或情绪状态。然而，若加以区分与省思，“恩感”与“感恩”并非同义的重复，而是两个层次、两种方向的生命反应。前者偏向内在的觉知与感受，后者则走向外在的回应与行动。



“恩感”（**Sense of Grace**）是对恩典的觉醒。“恩感”可理解为对所领受之恩的感知、体会与触动。它首先发生在内心深处，是一种被动却真实的经历。

从语义上看，“恩”是外来的给予，“感”是内在的触动；因此“恩感”强调的是人意识到自己并非理所当然地拥有一切，而是站在恩典之中。这是一种认知的翻转，也是心灵的苏醒。

从信仰角度而言，恩感往往出现在人意识到自身有限、软弱甚至无能为力之时。正如使徒保罗在软弱中经历神的能力（参林后 12:9），恩感不是在成功时的陶醉，而是在被托住时的惊觉。如果没有恩感，人容易把祝福视为能力，把恩典误认为自己的本事。比如保罗说：“我今日成了何等人，是蒙神的恩才成的”（林前 15:10）浪子醒悟说：“我父亲有多少的雇工口粮有余……”（路 15:17）约伯的生命中，即使是上帝的祝福随时可能变成悲剧。约伯却能说：“赏赐的是耶和华，收取的也是耶和华”（伯 1:21）。所以，恩感强调的是：心被恩触动、生命被恩改变。

而“感恩”（**Thanksgiving**）是对恩典的回应，若说恩感是“看见”，那么感恩便是“回应”。感恩不是一种感觉，而是一种态度，更是一种选择。感恩包含言语的表达、心志的归向、以及生活的实践（顺服与分享）。在圣经中，“凡事谢恩”（帖前 5:18）并非指情绪上的愉悦，而是一种在各种处境中仍然

承认神主权与良善的生命立场。感恩，实则是一种洞察并珍视美好的高尚品质。在动物中就有“乌鸦反哺、羊羔跪乳”等现象，说明自然界的生灵尚且懂得感恩，有信仰的群体人更应懂得感恩。

如果没有行动的感恩，会容易流于口号；没有生活的感恩，终将变成仪式。

事实上，恩感若止步，感恩便缺席。许多人“有恩感，却少感恩”。他们在得帮助时感动，在脱离危难时流泪，却很快回到以自我为中心的生活方式。这正如十个麻风病人中，只有一个回到耶稣面前感谢（路 17:11 - 19）。九个得了医治，却只有一个真正进入感恩的关系之中。正如泰戈尔¹所言：“蜜蜂从花中采蜜，离开时嗡嗡地道谢；而浮夸的蝴蝶却相信花应该向它致谢。”因此恩感若只停留在情绪层面，就会随着环境改变而消退；唯有转化为感恩，才会塑造成长的生命。

恩感与感恩两者之间又是相互联系的，感恩反过来又深化恩感。一个常常操练感恩的人，会越来越敏锐地察觉恩典的存在；而一个缺乏感恩操练的人，即使身处恩典之中，也可能视而不见。戴维·杰里迈亚（David Jeremiah）²说：“无论我们的处境如何，我们都能找到值得感恩的理由。”

总之，感恩是一种美德，它像一缕温暖的阳光，穿透生活的阴霾，照亮我们的内心世界。在今天这个快节奏的社会里，人们往往忙于追求物质上的满足，却忽略了精神上的滋养。感恩会使我们珍惜眼前的一切，无论是家人的关爱、朋友的陪伴，还是陌生人的善意帮助，都是生命中不可或缺的宝贵财富。



¹ 罗宾德拉纳特·泰戈尔（孟加拉语：রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর；1861 年 5 月 7 日—1941 年 8 月 7 日），孟加拉族文学家、音乐家、哲学家和反现代民族主义者，1913 年，他以《吉檀迦利》成为第一位获得诺贝尔文学奖的亚洲人^[1]。

² 杰里迈亚·戴维（DAVIS Jeremiah），男，2001 年 8 月 31 日出生，美国田径运动员，身高 185 厘米。

恩感使人谦卑，感恩使人忠心。前者让人知道“我领受了什么”，后者让人回答“我当如何而活”。在一个容易把一切视为理所当然的时代，需要对恩典有深刻地觉醒，继而活出真实而持久的感恩生命。