



《读出恩典---约翰福音》

44 只有爱才能带来真正的改变

牧者---陈牧

读出恩典，让我们每天一起读经，看到神的荣耀，领受神的恩典，沉浸在神的爱里。

上一次我们讲到了约翰福音 13 章的 1 到 30 节。讲到了耶稣给门徒洗脚和犹大出卖耶稣。

约翰继续写道，

约翰福音 13:31-35 标准译本

「犹大出去以后，耶稣就说：“现在人子得了荣耀，神藉着人子也得了荣耀。神既然藉着人子得了荣耀，神也将藉着自己荣耀人子，而且立刻就要荣耀他。孩子们哪，我与你们在一起的时候不多了。你们将寻找我，而且就像我曾经告诉过那些犹太人一样，现在我也告诉你们：我去的地方，你们不能去。我给你们一条新的命令：就是要你们彼此相爱，就如我爱你们，为要使你们也彼此相爱。如果你们彼此之间有了爱，众人从这一点就会知道你们是我的门徒了。”」

耶稣在上十字架前，给了门徒们一条新的命令。就是要让他们彼此相爱，如同耶稣爱我们一样。有人说，这不是新的命令啊，我读到过，旧约里就有。比如，利未记讲，

利未记 19:18 和合本

「不可报仇，也不可埋怨你本国的子民，却要爱人如己。」

让我们彼此相爱，这不是摩西时代就有的律法吗？耶稣为什么说是新命令呢？中文翻译中的新字，在希腊文中其实是更新。耶稣说，我给你们一条更新过的命令。因为我要提高爱的标准，不只是爱人如爱己，而是要求你们像我爱你们一样彼此相爱。因为我比你们更爱你们自己。

耶稣比我们更爱我们自己。那么耶稣的爱是什么样的呢？耶稣的爱是牺牲自己的爱，无条件的爱，不需要回应的爱。

罗马书 5:8 和合本

「惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。」

祂为我们而死，这是牺牲自己的爱。我们还是罪人，还背叛祂的时候就爱我们，这是无条件的爱。祂连犹大这样的人也

爱，这是单方面、不需要回应的爱。这个标准我们完全做不到，我们连爱自己都不可能这样去爱。

不过，当神给我们命令的时候，神一定会给我们完成这个命令需要的力量。神不会命令你成为一个身高 2 米 2，体重 250 斤的大高个儿。神不会命令你成为一个金发蓝眼的白人。如果祂命令我去做，就一定是我能做到的。

所以我们就陷入了一对矛盾之中。耶稣命令我们去像祂爱我们一样彼此相爱，但我们不知道如何才能做到。

亲爱的弟兄姐妹，也许你身边的人都很可爱，但是我身边总有一些我很难去喜欢的人。其实，我们生命中的大部分问题，都来自于这些不招人喜欢的人。想想看，如果每个人都做你想让他们做的事，如果每个人都按照你觉得对的方式生活，生活会多美好？！

我们有时候也会遇到其他的问题，但是，人带来的问题总是特别多。你早晚有机会被人冒犯，不是可能，而是一定。一

定会有人让你伤心，一定会有人说的、做的，让你想对他说，你这个人是不是有毛病？

但另一方面，我相信很少有人，甚至可能没有人，每天早上爬起来心里想的就是，我要看看我今天能让多少人难受。我相信让别人难受的人，多半自己里面就很难受。一个人如果自己心里有难受，这难受总会跑出来，总会跑到其他什么人的身上。所以，在我们能爱别人之前，首先要做的就是先理顺自己。

亲爱的弟兄姐妹，当我们自己心里不够强大的时候，经常连自己最爱的人都会让我们不开心。你是不是有时候会觉得，你的老公老是特别体谅你的公公婆婆，而不体谅你？你的太太经常不讲道理，动不动就一抽一抽的哭鼻子？你的孩子有时候淘气起来似乎根本就不在乎你？当你周围最亲近的人都惹你生气，让你受伤的时候，当你觉得你的所有力量似乎都一下子被抽走了，连你最亲近的人都没法去爱的时候，你唯一能做的就是到主耶稣这里来。

转向主、亲近主、到爱真正的源头去领受，让神给你平安，给你内心的喜乐。求主让你用祂的眼光看你的亲人，看到他们可爱的一面，看到他们内心对你的爱，看到他们是跟你站在一起的，看到他们有多么在乎你，多么离不开你。然后，你就有力量，再去爱他们。

罗马书说，

罗马书 5:5 和合本

「（因为）所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。」

我们里面所有的爱，都是从神而来的，都是通过圣灵浇灌下来的。每当我们里面没有足够的爱去爱别人的时候，只要回到神的身边，我们就又会被爱充满。因为神就是爱，而神又是无限的，所以，祂能给我们的爱也是无限的，让我们能够用无限的爱去爱别人。

玛利亚就有这种不断从神支取爱的能力。所以，在我们两个之中，她是那个心胸宽阔，特别能包容的人。每一次我感觉到她快要被我气哭了的时候，她总是一个人跑到草地上去唱

赞美诗。半个小时后，她总能开开心心的回来，她总是能用爱来改变我们讨论的气氛，用从神领受回来的智慧，改变我们讨论问题的角度。所以，在我们的关系中，她是那个锚，她是那个不管多大风雨，总是能平静下来的港湾。

不懂得从神那里领受，到神那里交托的人，就会把自己内心的难受，发泄到别人身上。著名的心理咨询专家那森·克莱恩说，他遇到过的所有打老婆的男人，没有一个不是先痛恨自己的。

亲爱的弟兄姐妹，不要误解，我不是让你们去同情伤害你们的人。没有人给他们权力伤害我们。他们可怜，不代表他们做的就合理，不代表我们就不去保护自己，不去抵挡他们对我们不公正的对待。但是，这不是神让我们做的全部。

不久前一位在海外生活的姐妹讲了这样一个经历。在新冠病毒刚开始肆虐的时候，她生活的地方有很多人排斥华人。有一次，她不得不带着 5 岁的女儿到市中心去办事，要经过一条步行街。作为中国人，她知道要做好防疫措施，她和孩子都戴着口罩和一个塑料面罩。也许是他们的层层保护引起了注意，两个当地的地痞流氓跟上了他们，问他们是哪里来

的，是不是中国人，甚至开始说粗话，开始骂他们。她和孩子都非常紧张，不知道这两个人要对他们做什么。于是她带着女儿，拐了个弯儿，回到停车场，上了车，毫不犹豫的开车回家了。

回到家后，她觉得有必要给孩子讲明白刚刚发生的事，为什么那些人对他们说那么难听的话。女儿也问她说，妈妈，他们为什么要这样对我们？她想着怎么用最合适的话语来向 5 岁的女儿表达，于是她说，孩子，有些人过着很狭隘的生活，他们选择只跟与他们想法一样、说话一样、做事一样的人来往，有时候，他们的生活狭隘到，让他们的心也变得更狭小，因为他们没有给自己的心长大的空间。有时候，那些心特别狭小的人，会很危险。如果我们遇到这种心里狭小的人，孩子，你知道我们应该怎样做吗？

她想要引导女儿保持警惕，要把天线伸出来，如果你到了一个地方，看不到跟你一样黄皮肤、黑眼睛的人的时候，你要有警惕性，不是要憎恨或者苦毒，但是要警惕。所以，她先问，孩子，你知道应该怎么办吗？她的孩子说，妈妈，我知道，我知道，我们要帮他们长更大的心。

亲爱的弟兄姐妹，有时候，我们的孩子天真的心最接近耶稣的心。有时候，圣灵会通过孩子天真的话语来告诉我们真理。

世界上总有人会伤害我们，不是可能，而是一定。但是，耶稣命令我们用祂爱我们的方式去爱他们。约翰一书写道，

约翰一书 4:7-8 新译本

「亲爱的，我们应当彼此相爱，因为爱是从神那里来的。凡是爱人的，都是从神生的，并且认识神。不爱人的，就不认识神，因为神就是爱。」

也有时候，爱的问题没有出在对方身上，而是出在我们自己身上。有一次，圣灵问我，那些我觉得很受不了的人，他们真的都那么糟糕吗？还是我太挑剔了。

我曾经受不了做事情慢的人，因为当时互联网公司的哲学就是要快。设计方案要快，做决定要快，执行要快。所以，我很容易不耐烦，虽然我知道不能表现出来。亲爱的弟兄姐妹，你们是不是也会至少把心里的不快隐藏起来？不过，神

要的是我们根本就没有不快。神让我反思，慢真的有问题吗？还是其实是我自己太快了，太草率了。

我认识有些人受不了别人学得慢。你已经看到我做过一次了，为什么还不会做？我已经告诉过你一遍了，为什么你还不明白？我已经跟你说过一次了，你还想让我说几遍？我已经给你讲过了，你怎么还是做错呢？

如果你有一个善于学习的大脑，是因为神给了你这个恩赐。不是因为你比别人了不起，比别人更优秀，或者高人一头。你的大脑是神给的，而神给你这个大脑自有祂的旨意，这旨意绝对不是让你看不起跟你不一样的人。所以，当我们觉得受不了别人的时候，可能问题是出在我们自己身上。

我听到过姐妹这样祷告，主啊，求你一定要在我的丈夫身上做工，好让我们的婚姻幸福快乐。但可能更好的祷告是，主啊，请你让我学会用你的眼光去看我的丈夫，让我知道在你眼里，他有多么的可爱，多么的美好。主啊，请你在我身上做工。

只是因为我们觉得自己知道某个人的问题，不代表他真有问题。相反，祈求神让我们看到自己的问题，这会让我们更容易换位思考，体谅别人。

保罗说，

罗马书 12:3 标准译本

「我藉着所赐给我的恩典，对你们中间的每个人说：不要自视过高，过于所当看的，而要照着神所分给每个人信心的尺度，清醒地看自己。」

亲爱的弟兄姐妹，我们之所以这么容易看到别人的错，是因为这是我们发明的一种不去解决自己的问题的方法。只要我能看到你身上的问题，我就不用去面对我自己的问题。而我们实际真正应该做的是多花时间去处理好我们自己的问题，少花时间去帮别人处理别人的问题。

当我们确实应该去祈求神改变某个人时，谦卑的去祷告，不要只是为了让自己的日子好过一点儿而去要求神改变他。相反的，求神让他活出神想让他活出的生命。求神在他

的生命中成就神想成就的全部。求神打开他的眼睛，让他看到对别人的伤害。因为除了极个别的完全被魔鬼辖制的人之外，大多数人可能根本不知道他伤害了别人，他们不是一早起床就计划要去伤害别人的。祈求神让他们找到他们问题的根本。

单纯想去改变人的行为不是办法。在两个人的关系中，你可以跟对方说，如果你再继续这样，我就要离开你了。也许出于恐惧担心，他会在一段时间里有所改变。但是我们都知
道，早晚他会管不住自己，又会回头。人在行为上改变之前，需要内心先改变，本质先改变。只有爱才能让他们得到真正的改变。

我真心相信爱可以战胜自私，可以战胜伤害。只是你要做好准备，一次一次的原谅他们。就像玛利亚对我一样。

你不能战胜我，魔鬼不能通过你战胜我，因为我有很多很多爱，我的爱永远比你的伤害更多。我不是说我们不去正视对方不好的行为。有时候我们是要对他说，“行了，让我们都把音量降下来一点，你用不着这样对我说话。”

但是也不要用水墙把自己围起来，把对方挡在水外，好保护自己不再受伤害。记住，如果你把别人挡在水外，也就等于把自己围在水内了。经上说，

马太福音 18:21-22 标准译本

「彼得前来问耶稣：“主啊，如果弟兄对我犯罪，我该饶恕多少次呢？到七次可以吗？”耶稣对他说：“我告诉你：不是七次，而是七十个七次。”」

以弗所书说，

以弗所书 4:32 新译本

「要互相友爱，存温柔的心，彼此饶恕，就像神在基督里饶恕了你们一样。」

我们原谅别人的次数永远不如耶稣原谅我们的次数多。在马太福音 35 章，中，有一个律法师问耶稣，

马太福音 22:36-40 新译本

「“老师，律法中哪一条诫命是最重要的呢？” 他回答：“你要全心、全性、全意爱主你的神。 这是最重要的第一条诫命。 第二条也和它相似，就是要爱人如己。 全部律法和先知书，都以这两条诫命作为根据。”」

耶稣说，爱是神最重要的两条诫命。在 613 条旧约的诫命中，爱是最重要的。因为如果你做好了这两条，你就能做到所有的诫命。如果你全心、全性、全意爱神，你就不会拜偶像。如果你爱人如己，你就不会杀人、不会偷盗。

神啊，我在安息日加班了。公司要求，没有办法。神说，没关系，只要你守好爱的诫命。神啊，我有很多软弱，经常做错。神说，没关系，只要你守好爱的命令。亲爱的弟兄姐妹，神让我们不要聚焦在做错了什么。面对指责人、给人定罪的宗教，神强调的是你能做好，能做对的事情。

面对这也不许做，那也不许做的宗教，耶稣说重点不是不许你做的，而是你需要去做的。如果你把爱的部分搞对了，你

不用担心什么不许做。如果你不老是把我当作给你开罚单的警察，我们可以跳过所有的不许做，来到我让你做的部分。

因为神不是否定的神，不是禁止的神，而是爱的神。神说，我挑战你去发现什么是 100%的爱，在你进入天国之前，我希望你明白我是如何爱你的，明白我为你付出了什么。因为，这样你就明白了在天国生活最重要的要领。

我命令你像我爱你一样爱别人，因为你的爱都是从我这里支取的。你像我一样爱别人的秘诀，就是领受我给你的爱，让爱满溢出来，流淌到别人的身上。

亲爱的弟兄姐妹，我要为你祷告。神给了我们爱的命令，因为神就是爱。祂让你像祂爱你一样，爱别人，因为祂就是爱。祂给你 100%的爱，给你单方面的、不要回应的、无条件的爱。这爱里有平安、喜乐、健康、富足，祂要这一切在你生命中满溢出来，流到你周围的人身上，爱他们，让他们也因你蒙福。祷告奉我主耶稣基督得胜的名。阿们！