

【约翰一书】2:8-11（和合本）

8. 再者，我写给你们，是一条新命令，在主是真的，在你们也是真的；因为黑暗渐渐过去，真光已经照耀。
9. 人若说自己在光明中，却恨他的弟兄，他到如今还是在黑暗里。
10. 爱弟兄的，就是住在光明中，在他并没有绊跌的缘由；
11. 惟独恨弟兄的，是在黑暗里，且在黑暗里行，也不知道往哪里去，因为黑暗叫他眼睛瞎了。

弟兄姐妹，我们一起奉圣父、圣子、圣灵的名，开始我们今天的祈祷。愿我今天一切的思想行为、生活意念都作为馨香的祭，奉献在主的坛前。阿们。

我邀请大家来到一个安静的地方，稳稳地坐在那里。让自己的眼睛闭上，耳朵关上，慢慢地放松下来。让我们自己的呼吸均匀，慢慢地呼吸，为的是让我们可以放松下来。想象你的身体已经放松下来，想象你的思想也慢慢地平息了下来，你的呼吸均匀缓慢有力。感受到我们的耶稣基督祂的光紧紧地环绕你，祂的慈爱在你的心里慢慢地涌起一股暖流。你望着祂的眼睛温和地注视着你，这是一个多么奇妙的时刻！是祂与我们同在的时刻，我们的心安稳在祂的目光当中。

约翰一书 2 章 8-11 节：……

当耶稣基督在我们里面的时候，祂的生命力就在我们里面，祂的光也在我们里面，是祂的生命所散发出来的光。就好像我们是一个圣殿，当圣殿里面没有光的时候，都是黑暗的。当那个散发着生命力量的金灯台的光照亮起来，我们里面的黑暗就渐渐消逝了，耶稣的真光也在我们里面照耀。但是如果一个人说自己里面有着真光、有了生命，却恨他的弟兄，去恨人，也正说明里面的生命力是不够旺盛的。当里面充满了生命力，就有上帝赐予的祝福，祝福在心里面满满的时候，他唯有释放的是他里面的光。

所以，在这里面约翰就特别提醒信徒，如果你发现自己里面还有恨弟兄的地方，那说明光还没有完全的照亮，说明生命力还没有完全地去迸发出来。所以，爱弟兄的，他就会住在光明当中，他不会使别人失足犯罪；唯独恨弟兄的，是在黑暗当中，也不知道往哪里去，而那个黑暗也就是没有光明的生命力，使他的眼睛就瞎了。

我们好好地体会老约翰他的这句话所反映的一个人里面的光景。也可能他有切实的体验，他的生命当中也曾经历过生命不够旺盛产生出来的那些黑暗，让我们也慢慢地沉浸在我们内心里面去做这样的省查，看看你里面的灯台上的金灯台有没有发亮呢？如果它是暗的，就请你和我一起向耶稣来祈求：

主耶稣，我知道你就在我的身旁，你就是我里面的金灯台。恳求你释放出你的光芒来，借着这个光芒让我感受到生命的丰富，感受到你所赐给我的天上一切的福气，感受到我在你的里面是充盈的。我也慢慢地回想我还在哪些方面是不足的呢？我向你一一地表达。是我的知识不足吗？是我的物质财富不足吗？或者是我很多的心里的负面的情绪在充斥着，那个喜乐的心情越来越少、越来越低。我就默默地坐在你的面前，慢慢地向你祈求聆听，求你对我心说话。

我把自己的缺乏、不足，仰望在你的面光当中，你会对我说什么呢？你如何安慰我现在的处境呢？可能我现在工作不顺利，也可能有家庭的矛盾，也可能跟某一位姐妹或弟兄出现了纠结，我现在就求你的光释放出来，驱散一切的黑暗。也求你让我的眼睛再一次转向你的生命力，转向你的金灯台，求你用慈容光照我。

主，我已经到你面前来了，我已经再一次从我所看见的黑暗、不满不足当中转向你。求你医治我现在不甘的心灵。求你照亮我的生命。我知道我的这个状态不会像魔术一样瞬间消失，但是我相信你会在时间当中引领我走出黑暗，再一次聚焦在你的光明当中。让我体会你温暖的手的牵引和你慈祥的目光，和你安慰我的笑容。你知道我所受的一切，你也知道我现在生命力非常微弱，爱人爱不出来，甚至有些愤怒和埋怨。主，就求你做和睦的工作，做丰盛充盈的工作。因为你是教会的源头，你把一切的丰盛都赐给了教会，也赐给了在教会中的每一个人。让我怀着这样的信心过今天的生活。我这样的祈祷，是奉耶稣基督的圣名。阿们。

（ps:文字如有误，以语音为准）

思考问题：通过今天的信息，请分享

1. 你怎样理解在“光明”中——就会放下对弟兄的“恨”？
2. 如何保持自己在“光明”中？做些什么也能让弟兄在“光明”中？