

【约翰一书】5:1-5（和合本）

1. 凡信耶稣是基督的，都是从神而生，凡爱生他之神的，也必爱从神生的。
2. 我们若爱神，又遵守他的诫命，从此就知道我们爱神的儿女。
3. 我们遵守神的诫命，这就是爱他了，并且他的诫命不是难守的。
4. 因为凡从神生的，就胜过世界；使我们胜了世界的，就是我们的信心。
5. 胜过世界的是谁呢？不是那信耶稣是神儿子的吗？

弟兄姐妹平安，又开始了我们每日灵修的时间，让我们的心安静在上帝的话语和爱当中。找一个空间是不被打扰的，你在那里慢慢的聆听上帝藉着约翰一书所要表达的信息。约翰一书 5 章 1-5 节：……

这段经文将信心、爱心、得胜紧密地联系在一起，形成了一个完整的属灵生命循环。信、生、爱是检验你爱的根源与对象。经文指出信耶稣是基督的人，这人是 从 神而生的，而爱天父的人自然会爱其他属 神的儿女。你如何理解信是生的起点，生又是爱的动力。信 使我们能够从神而生，因着我们从 神而生，我们才有动力去爱其他的属 神的儿女。反省你对弟兄姐妹的爱是出于天然的情感喜好呢？还是出于对同一位天父的爱自然的流露呢？当你遇到一位难以相处的信徒时，我们一起默想，我们都是同一位天父所生的事实，这会如何改变你对他的态度？爱 神与守诫命是重担还是喜乐呢？经文给出一个惊人的定义，我们遵守 神的诫命，这就是爱祂了，并且祂的诫命不是难守的。

在你当下的经历当中，你觉得遵守 神的诫命，比如爱人如己、饶恕、圣洁等，是难守的还是不难守的呢？是什么因素导致了你这种感受呢？是否曾在顺服 神一个看似困难的命令后，反而经历了内心的自由和喜乐呢？这如何帮助你理解诫命不是难守的这句话。信心与得胜的关系，你是靠什么胜过世界呢？经文宣告说，从 神生的人就是信基督为 神的儿子的人。这样的人胜过了世界，而这得胜的武器就是我们的信心。世界在此可指反对 神的文化潮流、世界的价值观和内心的私欲。当前哪一个世界的诱惑或者压力对你是最大的呢？你是在依靠自己的意志力苦苦支撑，还是凭信心依靠那在你里面的基督呢？信耶稣是 神的儿子，这是一条核心的信息。如何具体地成为你面对今天某个挑战的得胜力量呢？也愿这段经文激励我们，让我们的信心扎根在耶稣基督上，从而活出爱神、爱人、遵守诫命，并胜过世界的得胜生命。

约翰一书 5 章 1-5 节的真理，如何切实地运用在每天的生活中？这段经文的核心是真正的信心会带来生命，这生命会产生爱。而爱会通过遵守诫命表现出来，最终带来胜过世界的力量。在人际关系中，我们要以同为 神儿女的眼光看待他人，无论他人是得罪我的，还是有一些坏毛病的。我们在基督徒教会的圈子当中，肯定会遇到性格、背景、喜好完全不同的人，甚至有一些人会让我们不舒服。但是我们需要转变视角，不要停留在我喜欢或者不喜欢他的层面上。而是常常的有意识的提醒自己，他也是 神所生的，是我属灵的家人，这个身份是超越一切外在的差别的永恒的事实。

我们要从评断转向代求，我们容易在心里去论断他人的言行，这是我们的老我自动的思维模型。与其去论断对方，不如简单的去祷告说：“天父啊，感谢你如此爱了他，也求你帮助我，能像你一样看到他的宝贵，并以你的爱去爱他。”爱是一个决定，我们可以主动向前迈进一步，比

如主动打个招呼，微笑或询问一个需要代祷的事项，这行动本身就是 在操练爱从 神生的这一诫命。

在道德抉择中体验诫命不是难守的自由，我们遵守 神的诫命就是爱祂了，并且祂的诫命不是难守的。当你面对试探时，比如在压力下，想说谎挽回面子；在孤独中，想寻求不圣洁的慰藉；在利益面前，想妥协诚信。在这种情况下，我们需要连接爱与顺服，在抉择的关头，不要只想着说 神禁止我做什么，而是想因为我爱 神，所以我选择顺服祂。这将行动从被动遵守规则转化为主动表达爱的关系。

另一个具体的行动是依靠新生命的本能。经文说这诫命不难守，不是指事情本身没有挑战，而是指从 神而生的人有了新的生命和圣灵的内住，使我们有能力去遵守。当你软弱时祷告‘主啊，靠我自己做不到，但求你让我里面的新生命刚强起来，使我能够顺服’。试试看，也许你会发现选择顺服圣灵，比悖逆 神后忍受良心的煎熬和关系的破损，其实更轻省、更自由。在挑战与压力中活出胜过世界的信心。

当你被焦虑、恐惧笼罩时；当社会的价值观，比如成功至上，及时行乐与圣经真理冲突时；当你因信仰而面临嘲笑或压力时，你可以宣告信心的身份胜过世界，不是靠咬牙切齿的自我鼓励，而是信心的宣告。你可以对自己和所处的环境说：‘我是从 神生的，我已经胜了这个世界，因为信耶稣是我生命的主’。这个信心是基于已经完成的客观事实，耶稣在十字架已经得胜了，这不是我们的主观感觉。

当世界的压力让你觉得不完备没有价值时，可以宣告说，在基督里我是完全被接纳的。当焦虑袭来时，你可以宣告说，神是我的牧者，我必不至缺乏。你的信心，就是对世界体系最有力的胜过。时刻回到最根本最核心的信仰，耶稣是 神的儿子，这是我相信的。在任何风浪中紧紧地抓住这一真理的锚，世界的一切喧嚣就无法真正的摇动。愿荣耀归于圣父、圣子、圣灵。起初如何，今日亦然，直到永远。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. 我的“爱”是有选择性的，还是基于共同的身份？
2. 我守诫命是出于爱而轻省，还是出于责任而沉重？
3. 我的“得胜”是包装出来的宣告，还是真实信心的流露？