

享受主愛與恩典系列(5)結論-吃喝主耶穌

蔡維恩

前言：「讚美操二十周年」

「國際讚美操 20 周年慶典」18-19 日於雲林縣立體育館舉辦，2000 多人共襄盛舉，除了台灣地區報名者約 1300 人，還有來自海外十餘個國家地區，包括：美國 81 人、加拿大 70 人、荷蘭 9 人、馬來西亞 170 人、新加坡 73 人、印尼 31 人、汶萊 22 人、澳洲墨爾本 11 人、香港 196 人等。全世界現已有 50 個城市成立讚美操團隊。讚美操影響力擴及世界各洲，從日出到日落之處充滿讚美。

而這一切故事，是從「2 個 70 歲左右的人」開始的。吳美雲與丈夫原旅居於美國紐澤西州，20 年前，她 68 歲先生 74 歲，夫妻倆於是想：「年紀大了，要去住養老院？還是落葉歸根？」禱告後，兩人決定回臺灣。回臺後，看到許多同年齡的人運動，吳美雲也前往參與，卻發現這不喜歡、那也不喜歡，後來聽到一位師母有感而發：「你看，整個公園這麼多人，就沒有基督教的體操。」她便想：「不然我來試試看！」因她曾就讀臺灣神學院宗教音樂系，即使當時已畢業 40 幾年了，但上帝既然給了才能，就應該要發揮。而思想時，第一首歌自然而然的就跑了出來，是大衛受逼迫時所唱：「我若展開清晨的翅膀，飛到海極居住...」

每天早上起來，所跳的都是神的話，雖然簡單，卻讓人把神的話放在心上、成為生活的提醒，甚至有孩子聽久了，也會用歌詞提醒家長要仰望主耶穌；讚美操至今約有 100 多首詩歌，每一首都讓吳美雲感動。她說：「雖然是我寫的，但我知道，都是神幫助我寫出來的。」

對每個基督徒而言最重要的三件事就是(1)將主的話放在心上，成為自己的價值觀。(2)享受主的愛，成為愛主愛人的人(3)順服聖靈帶領，用恩賜見證福音。吳美雲透由自己的恩賜，讓聖靈帶領，將主的話放在舞蹈的歌詞中，愛主愛人將「讚美操」不斷地推廣，成為福音的見證（甚至到全球），這真是一件神蹟。充份享受主的愛與恩典。

一、 思考的焦點。

- 1、我們是否能(1)將主的話放在心上，長出屬靈的肌肉，成為價值觀。(2)享受主的愛，來愛人見證神(3)順服聖靈帶領，用恩賜傳福音？
- 2、我們在讀經禱告的生活中，是否經歷吃喝主耶穌的生命享受？以至我們生命的潛力與影響力發揮到極致？

參考經文：《 約翰福音六章 56~69 節 》

56 吃我肉、喝我血的人常在我裡面，我也常在他裡面。

57 永活的父怎樣差我來，我又因父活著；照樣，吃我肉的人也要因我活著。

58 這就是從天上降下來的糧。吃這糧的人就永遠活著，不像你們的祖宗吃過嗎哪還是死了。」

59 這些話是耶穌在迦百農會堂裡教訓人說的。

60 他的門徒中有好些人聽見了，就說：「這話甚難，誰能聽呢？」

61 耶穌心裡知道門徒為這話議論，就對他們說：「這話是叫你們厭棄（原文作跌倒）嗎？」

62 倘或你們看見人子升到他原來所在之處，怎麼樣呢？」

63 叫人活著的乃是靈，肉體是無益的。我對你們所說的話就是靈，就是生命。64 只是你們中間有不信的人。」耶穌從起頭就知道誰不信他，誰要賣他。

65 耶穌又說：「所以我對你們說過，若不是蒙我父的恩賜，沒有人能到我這裡來。」

66 從此，他門徒中多有退去的，不再和他同行。

67 耶穌就對那十二個門徒說：「你們也要去嗎？」

68 西門彼得回答說：「主啊，你有永生之道，我們還歸從誰呢？」

69 我們已經信了，又知道你是神的聖者。」

二、 經文背景

本段經文可分為兩個方向說明：一是表記主的肉和血是主為了人

的罪而死，人「吃」和「喝」即能接受耶穌為人代為贖罪，而得著永生及復活的應許；

二是解釋聖餐的意義，在共觀福音均提及耶穌設立聖餐禮儀的事。

耶穌提到嗎哪與天糧的對比，前者供應必朽身體所需，後者則滿足不朽靈魂之饑。吃過嗎哪的人按肉體而言都死了，但是人若吃了天糧，就因承受永生而永遠活在神的面前。這時話鋒一轉，耶穌說那天糧就是祂的肉，這可新奇了。猶太人連吃動物的肉都有百般禁忌，更何況吃人肉！其實我們曉得，耶穌的意思是祂將要成為我們的贖罪祭，藉著十字架上的犧牲，而將祂的生命賜給世人（來十:5-10）。

群眾從稍早的“私下議論”轉而成為“彼此爭論”，耶穌語不驚人死不休，不顧眾人的反感，竟然說光吃祂的肉並不夠，還必須要喝祂的血！這像甚麼話！經上豈不是記載，不可以喝血麼？（創九:4、申十二:23）今天耶穌竟然邀請大家來喝祂的血，還說這樣的人才能有永生，真是豈有此理！

但是耶穌為什麼要我們喝祂的血呢？難道祂敢挑戰千年來的戒規麼？原來答案就在“生命”這兩個字，耶穌說「你們若不吃人子的肉、喝人子的血，就沒有生命在你們裡面。」那生命指的是人子耶穌的生命。如何與主合一？「吃我肉喝我血的人，常在我裡面，我也常在他裡面」。

若沒有聖靈的幫助，因此也就一直無法理解耶穌說的吃喝不是一般的吃喝，而是屬靈上的吃喝。這裡經文中「喝主的血」在屬靈上的意義指的是在主的面前悔改認罪，不斷地靠著主的寶血來洗淨我們生命中一切的污穢，得著生命的潔淨。而「吃主的肉」在屬靈上的意義指的是不斷地吃進主的話語，讓主捨己的生命成為我們的生命，不斷地效法主的生命，讓主的生命、性情和品格也變成我們的生命、性情和品格。（改變價值觀，願意在十字架上捨己）

三、啟示：

（一）不僅是讀經，而是吃下經文

「有人沒有信耶穌，靈沒有活起來，不會與神相交，也不會

渴慕神的話。信了耶穌，如果靈沒有活起來，沒有啟動，不會渴慕神的話，是很可惜的事。羅馬書八章 10 節說：「基督若在你們心裡，身體就因罪而死，心靈卻因義而活。」我們要鼓勵基督徒作這樣的宣告：「基督在我裡面，我的靈活了！」這真是一個起死回生的宣告，會把屬靈生命的開關打開，靈就發揮功用了！

如果靈沒有活起來，不能發揮功用，怎麼讀聖經，都進不了人的靈，只能進入人的魂、頭腦，成為聖經知識，「但知識是叫人自高自大」。這是很常見的情況，如果沒有找到問題的癥結所在，生命的糧裝錯了地方，成為知識，卻不能成為生命，很可惜，「吃聖經，不是讀聖經」。耶穌要我們吃祂的肉、喝祂的血

從聖經中可以找到耶利米（耶十五 16）、以西結（結三 2-3）和使徒約翰（啟十 10）三位都吃神的話。到底如何吃？吃來是什麼味道？

聖經在創造人的記載以後，便題到生命樹和一道河“從伊甸流出來，滋潤那園子。”（創二 9~10。）生命樹是給人吃的，而湧流的河是給人喝的。因此，聖經一開始，論到神與人之間的關係時，便題到吃喝。在聖經的末了我們也讀到吃喝。啟示錄二十一章和二十二章，著重地強調吃喝。依據啟示錄二十一章六節，主要將“生命水的水白白賜給那口渴的人喝。”在二十二章一節我們看見“生命水的河，明亮如水晶，從神和羔羊的寶座流出來”，並且第二節告訴我們“在河這邊與那邊有生命樹”。生命水的河從寶座流出來，而生命樹長在河裡。所以我們可以說，聖經結束在關乎吃喝的事上。

約翰福音論到吃耶穌作屬天的嗎哪、真糧，生命的餅，以及神的糧。在五十七節主耶穌對於吃說了清楚、著重且明確的話：“吃我的人也要因我活著。”第七章繼續說到喝活水。在住棚節的末日，就是節期的最大之日，耶穌站著高聲說：“人若渴了，可以到我這裡來喝。約翰第三章說到重生，第四章說到喝活水。有一個乾

渴的撒瑪利亞婦人來到井旁打水。她在井邊遇見主耶穌，祂對婦人說：“你若知道神的恩賜，和對你說給我水喝的是誰，你必早求祂，祂也必早給了你活水。”

(二) 不僅是理解，而要默想

馬丁路得曾經說過，基督徒讀神的話，需要有三個「得」：第一是懂得，我們如果不懂得神的話，那讀有甚麼意思呢？第二要記得，把祂的話藏記在心，免得我們得罪祂。第三是覺得，意思就是在神的話語上有經驗，不是一套空泛的理論，乃是我們實實在在的經歷；把神的話作為我們的生命，成為我們的生活，這就是覺得。

生命讀經的讀法是一面讀經，一面默想，一面讚美，一面禱告；把讀經、默想、讚美和禱告調在一起。

詩人說：「惟喜愛耶和華的律法，晝夜思想(默想)，這人便為有福」(詩一 2)；又說：「願我口中的言語、心裏的意念(與『默想』同字)，在你面前蒙悅納」(詩十九 14)。

神的話裝進人的心靈裏，必須藉著默想來喚起其中所蘊含的屬靈能力，使之運行，纔會帶來真正的祝福，並成就神發它去成就的事。心靈的默想意味著渴慕、接受、降服與愛。默想就是藉著祂自己的話把心轉向神，努力把神的話接植於我們的情感、意志和生命裏。

慕安得烈說：「進入真實默想的要素有三：(1)來到主面前，把自己交給祂；因為只有進入祂的同在和交通裏，神的話纔發生效。(2)要全然安息，停下智能的努力，安靜等候神的靈；在安靜默想中，信心得以運作，順服的心得以生發。(3)默想必須帶向禱告，照著在聖經上所看見、所接受的，明確地祈求並支取。默想的價值在於為禱告鋪路，使神的話得以解開，證明其大能。」

(三) 不僅是經歷，而要享受

讀經如吃飯—一位牧師在青年團契講道完畢後，一青年上前來問牧師說：「你在講道中，面容上有一種喜樂，我為什麼卻沒有？」

牧師說：「你的晚飯吃過了沒有？」「吃過了。」「午飯和早飯呢？」「也吃過了。」「昨天的，前天的三餐飯呢？」「天天都吃過了。」於是牧師便轉問那青年說：「今天你讀過聖經沒有？」「沒有！」「昨天呢，前天呢？」「都沒有，我只在禮拜天禮拜時跟著大眾讀了一節。」牧師說：「這不算！身體需要吃飯，靈魂也需要吃飯的！聖經就是人的靈食。你曾向神說過：神阿！我的靈性餓了，需要靈食，求你賜給我。你曾這樣禱告過沒有？」「沒有！從來都沒有！」「啊！難怪，你的靈性將要餓死了，饑餓的人那有快樂呢？」，我們的讀經，必須要經歷主的愛，且成為享受，如此才有平安喜樂中。

約翰福音向我們啟示生命。這生命只能藉著生命的供應，就是食物和水，而得著維持。我們既接受了主耶穌作我們的生命，我們就必須學習如何吃喝。今天這麼多基督徒軟弱的原因，乃是因為少有人知道如何吃喝。大多數基督徒知道基督是生命的糧，但少有人知道吃的路。許多人知道基督是生命的水，但少有人知道喝的路。我們不但要知道如何吃喝，並且天天甚至時時吃喝。藉著吃糧喝水，我們不但接受生命，也得著生命的供應。

基督徒不是相信耶穌、平安喜樂就好了嗎？為什麼要那麼強調享受呢？「享受主」聽起來挺抽象的，到底要怎麼才享受的到呢？

因為神的心愛美意乃是要人來享受祂自己。當神創造人後就把他擺在伊甸園裏的生命樹前，要人喫生命樹的果子 - 也就是神自己。但人喫錯了。基督徒是一群被神所揀選並救贖的人，首要的當是恢復 "喫生命，享受神" 這是我們的命定！

主就是生命的糧，嘗嘗主恩的滋味，便知道他是美善。享受主後，才發覺，唱詩後，好喜樂哦！享受主後，又發現，讀主的話後，好飽足哦！享受主後，和弟兄姊妹們交通，甚至聽到弟兄們的交通，哇，真有朝聞道，夕死可也的感覺，真的是如沐春風!!!

所以呀，發覺得享受主是那麼地愉悅，快活，快樂，歡躍!!!就這樣，一享受之後，就欲罷不能，直到如今，還在享受主不厭倦呢!!!

四、自己的感受

如同約翰福音十二章 24 節，「我實實在在的告訴你們，一粒麥子不落在地裡死了，仍舊是一粒，若是死了，就結出許多子粒來。」表示，讚美操就是「一粒麥子」的故事，因著吳美雲的捨己而結實百倍。這就是「捨己與犧牲」精神功課。「吃喝主耶穌」的結局，就是學會「捨己與犧牲」精神為主背十字架傳福音。(享受主愛與恩典的過程)。

我們當效法先知聖徒的精神『耶和華啊！我得著你的言語，就當食物吃了；你的言語是我心中的歡喜快樂。』『祂嘴唇的命令我未曾背棄，我看重祂口中的言語，過於我需用的飲食。』(耶利米書十五章 16 節；約伯記二十三章 12 節)。願我們不斷從聖經中吸取神的話語為生命的糧，使我們的靈性生命更豐富，行道更有力量。

對於基督徒而言，健康的基督徒在屬靈上必須，不僅是在聖餐禮上，而是在每天生活上「單獨會主」三次。

- (一) 均衡的飲食上-「吃喝主耶穌」，有效法主耶穌的價值觀。有主的話抵抗病毒攻擊。願意禱告清楚上帝的愛與赦免。請(請參考 10/22 講道篇)享受主愛與恩典系列(4)軟弱的禱告，蒙神應允
 1. 確信禱告的力量，能反擊外面的急難、責罰與凌辱
 2. 真實流淚的禱告主必垂聽
 3. 應謙卑服事回應主的愛
 - 禱告力量驚人，真實流淚的禱告，主必垂聽。
- (二) 適時的運動-面對苦難或堅困環境的挑戰，能夠練成「屬靈的肌肉」看到聖靈的引導。(參考 10/15 講道篇)享受主愛與恩典系列(3)看到上帝的榮耀
 1. 活在異象中，才能看到「上帝的榮耀」
 2. 活在異象中，才能「剛強壯膽」
 3. 屬靈感官打開，平安歡喜回主前
- (三) 領受聖領的大作為(參考 10/8 講道篇)享受主愛與恩典系列(2)享受聖靈澆灌的喜悅

1. 聖靈澆灌，曠野就變為肥田，肥田看如樹林
2. 領受公義果效必是平安，公義效驗必是平穩
3. 我們是住在平安、安穩、平靜的安歇所

→領受聖靈澆灌，內心就有無法振動的上帝國

(四) 充份的睡眠-學會安靜來到主前，聽聖靈引導。領受安息的力量。可參考(10/1 講道篇)享受主愛與恩典系列(1) 安靜等候團圓，領受聖靈帶領

1. 得救在乎歸回安息，得力在乎平靜安穩
2. 耶和華必然等候，要施恩給我們
3. 聖靈是老師，引領我們向前方向

五、結論：

在啟示錄二十二章，我們被請白白來喝生命的水。(啟二十二:17) 那靈和新婦一同說，來，白白喝生命的水。在全本聖經裡，啟示錄二十二章十七節是神給人類未了的呼召。這未了神聖的呼召是來喝。你若來喝，必定會吃。在生命的水裏長著生命樹。我們就近水來，就得著樹。我們喝水，就吃生命樹。吃喝是信仰基督的中心思想。我們都必須學習如何藉著吃喝基督，享受神聖的生命。

神應許把祂的話放在我們裡面，寫在我們心上(耶卅一 33，來八 10)，要用祂的聖靈，把祂的話寫在心版上(林後三 3)。這是神要做的，當我們回應神，藉著一遍又一遍朗讀聖經，就是讓神的話一次又一次地刻劃在我們心中，一次又一次地加深印象，為的是使我們的心意更新，而帶出生命整個改變，與主的生命連結，如此我們才有能力愛自己、有能力愛人、愛教會，推動社區宣教並改變社會國家，這也是岡山教會的異象-「合一見証，重返榮耀」。

討論題綱：

1. 我們是否了解聖餐的意義？請討論聖餐對自己信仰生命的價值是什麼？
2. 請分享，基督徒認知「吃喝主耶穌」是什麼意思，自己的信仰

理念是什麼？

代禱事項：

1. 為信徒禱告，能在每次守聖餐中用心體會耶穌所說：「吃我肉，喝我血的，就有永恆的生命」的真實意義。
2. 為自己禱告，願在信仰生命的裝備上追求完善，用心向人宣揚上帝國的美好，並能用智慧回應人們對基督教的質疑！

祈禱文：

親愛的上帝，願我們深刻了解吃肉與血的真正信息，而非照字面來片面解讀，而產生信仰偏頗，陷入不純正的基督信仰迷思！我們確信，祢的道永恆存在，其中的奧妙常用特殊的象徵表述真理，求祢使我們努力去挖掘、懂得明辨正道，提升我們的信心。願主的道，持續透過不同的方式，引領我們理出純正的真道，繼續為主所重用。奉主聖名求，阿們。

行動參考方案：

1. 領聖餐時，思考「肉→餅→基督背起人的罪」和「血→杯→基督洗淨眾人的罪」的意義，進一步省察個人的信仰是否堅定，及真理的意義。
2. 認真追求真理，找尋正確的信仰之路，使我們在任何時刻都能向人見證信仰，並為真理做辯護。