

約翰福音的七個「我是」

- (1) 講稿放大、單面複印在 A4 紙上。不要帶這本書上講臺，避免在講臺上翻書、翻頁。
- (2) 講員提前 7-14 天開始練習；每天花固定時間熟悉內容，開口朗讀，直到爛熟。切忌臨時預備。尊重講臺就必須花充足的時間預備。這個講章不是用來「省」時間的，而是用來「花」時間的。
- (3) 查考主題經文和引用經文；默想信息內容，吃透信息精神。預備的過程，就是學習的過程。
- (4) 講員提前預講，用手機錄音給自己聽；這是最好、最方便的指導老師。有條件的情況下，可以對小群聽眾預講，並聽取牧師的指導意見。
- (5) 講道前一天開始封閉自己，全天預備、禱告、默想；上講臺時信息已經完全充滿自己。
- (6) 為自己、為聽眾切切禱告；務必請教會為自己禱告。

讀經

.....

【領會帶領大家】「我就是生命的糧，到我這裡來的，必不餓；信我的人，永遠不渴。」（約翰福音 6:35）

開場

.....

【講員】弟兄姐妹們平安！這個禮拜是聖誕節。2000 年前，救主耶穌基督降生在伯利恆。天使向牧羊人顯現，說：「不要懼怕，我報給你們大喜的信息，是關乎萬民的。因今天在大衛的城裡，為你們生了救主，就是主基督。」（路 2:10-11）牧羊人跑到伯利恆的客店一看，馬槽裡果然有一個嬰孩。

神穿上肉身、降世為人，他就是耶穌基督；馬槽裡的嬰孩是神的兒子，是基督，是救主；不只是猶太人的救主，而是萬民的救主。他是怎樣一位救主？跟我有什麼關係？這是我們要看的。信息前，我們先有點禱告：

「慈愛的天父，在這聖誕的季節裡，讓我們再一次聚焦你的兒子耶穌基督。求你開我們的眼睛，叫我們認識他；特別把今天來到我們中間的朋友們仰望在你的面前，實在不是我們吸引了他們，而是你自己榮耀的名吸引了他們。願你的靈開啟他們，讓他們認識你，就像開啟我們一樣。榮耀歸給你，奉耶穌的名禱告，阿們！」

證道

.....

摩西在曠野放羊 40 年，有一天神從火焰中向他顯現；神對摩西說：「摩西，摩西！我是亞伯拉罕、以撒、雅各的神。我要你為我做一件事，你下埃及去，將我的百姓領出來。」（出 3:1-6）

摩西很是驚慌，他問神：「要是以色列人不聽我怎麼辦？他們要是問我，你叫什麼名字，我怎麼回答他們呢？」神對摩西說：「我是『我是』。你去告訴他們說，是那位名叫『我是』的差你來的！」（出 3:7-14）

神在此向摩西啟示了他榮耀的名，他的名字叫「我是」，中文翻譯成「自有永有」，意思是說，從永遠到永遠他是神。神的名叫「我是」，「我是」什麼？沒有說；彷彿沒有說完一樣。

1500 年後，耶穌基督降世為人，完成了這個句子；他在約翰福音講了七個「我是」。他說：(1) 我是生命的糧；(2) 我是世上的光；(3) 我是羊的門；(4) 我是好牧人；(5) 我是復活；(6) 我是道

路、真理、生命；(7) 我是葡萄樹。

這七個「我是」是耶穌的七個身份，也是跟我們的七層關係。我們今天要通过這七個「我是」，來認識這位救主。榮耀歸給他！

第一，耶穌說：「我就是生命的糧。」（約 6:35）

糧食對人很重要，「人是鐵，飯是鋼」，海峽兩岸都有這個說法。沒有糧食，人就不能生存。從前我們窮，餓肚子的感覺很不好受。那時候我們想：「有了錢，想吃多少就吃多少，那該多幸福啊！」

當我們吃飽了肚子，我們發現了另一種饑餓——心靈的饑餓。正像人的身體會饑餓，我們的心靈也會饑餓。人跟動物不一樣；動物吃飽就滿足了；我們不行，我們會問：「我從哪裡來？到哪裡去？我是誰？我活著為什麼？」

今天，心靈飢餓的人非常多。燈紅酒綠之間，多少人傷心痛苦；高樓大廈底下，多少人如行屍走肉。有了錢，不滿足；有了地位，不滿足；有了想要的一切，還是不滿足。宇宙那樣浩瀚，人心那樣渺小，偌大的宇宙填不滿一顆小小的心。所羅門說：「虛空的虛空，凡事都是虛空。」（傳 1:2）我們找不到生活目標，多少人需要借助藥物緩解焦慮。人心到底要什麼呢？

詩人說：「我的心渴慕你，如鹿渴慕溪水；我的心渴想神，就是永生神。」（詩 42:1-2）有人說，當神造人的時候，在人的心靈留了一個空處，是為他自己留的；除了神，沒有別的事物可以叫人滿足！人心渴慕什麼？渴慕神！

有一天神穿上肉身，他就是馬槽裡的嬰孩。耶穌基督不是一個普通的人，他是神穿上肉身，是神來到人間，所以他的降生叫

「聖——誕」。他是自有永有者走進時空，是創造萬物的神成了人的樣式；他的名叫「以馬內利」，就是神與人同在了！（太 1:23）

耶穌說：「我就是生命的糧，到我這裡來的，必定不餓；信我的人，永遠不渴。」（約 6:35）他在曠野用五餅二魚餵飽五千人，他說：「我是生命的糧。」（約 6:35）他講的不是物質的糧，而是心靈的糧。

以色列人在曠野飢餓，神從天上降下嗎哪，就是他們最引以為自豪的神蹟之一。耶穌說：「你們的祖宗在曠野吃過嗎哪，還是死了……我是天上降下生命的糧，人若吃這糧，就必永遠活著。」（約 6:49,51）他說：「我的肉真是可以吃的，我的血真是可以喝的。」（約 6:55）

世上的事不能滿足人心，唯有降世為人耶穌能填滿我們心靈的空處。有一首歌這樣唱到：「他與我們交談，他與我作伴，生命窄路同過。」有了耶穌，人生不再是「虛空的虛空，一切都是虛空」（傳 1:2），而是「喜樂潮溢出我魂，如海濤之滾滾，自耶穌來住在我心。」不是說我們不再遇到困難，而是說，我們可以到他面前來親近他、尋求他、禱告他；可以到他面前來吃他、喝他，從他得著信心、力量、盼望！

今天你饑餓嗎？耶穌說：「看哪，我站在門外叩門，若有人聽見我聲音就開門的，我要進到他那裡去，我與他，他與我，一同坐席。」（啟 3:20）他說：「到我這裡來的，必定不餓；信我的，永遠不渴。」（約 6:35）接受耶穌基督作我們的救主，他是神所賜生命的糧，叫我們永遠不餓！第一，他是生命的糧。

第二，耶穌說：「我是世界的光。」（約 8:12）

太陽是地球的光；沒有太陽，地球上就沒有植物、動物、生命。沒有光就沒有生命，一切就在黑暗之中。創世記一章說：「地是空虛混沌，淵面黑暗。」（創 1:2）這是一個沒有光、沒有生命的世界。神說：「要有光」，就有了光。（創 1:3）。

自從人背叛了神，罪遮蓋了神的光。今天，許多人裡面是「空虛混沌、淵面黑暗」。我們不知道該往左、還是該往右；我們不知道人生的路該怎麼走，不知道該嫁誰、娶誰。多少人在黑暗中跌跌撞撞。此刻，絕大多數人需要的不是更多的錢，而是光照。

人心需要光，就像地球需要太陽一樣！無論是個人，還是群體，人一刻沒有停止尋找偉人作他們的光，給他們信心、他們引領、給他們方向感。

當馬利亞懷胎耶穌，撒迦利亞被聖靈感動，說：「神憐憫的心腸，叫清晨的日光從高天臨到我們，要照亮坐在黑暗死蔭裡的人！」（路 1:78-79）耶穌就是神賜給人的光，他說：「我是世界的光。跟從我的，就不在黑暗裡走，必要得著生命的光。」（約 8:12）

神變成一個人，來作人的光，他就是耶穌。我們可以把一切問題帶到他面前，他要用天上的智慧指導我們；事業問題、婚姻問題、生命的問題……無論什麼事情，他要給你答案。

好些年前楊振寧獲得諾貝爾獎，全世界的華人為之振奮；那一天海峽兩岸沒有政治，兩岸同時為他舉杯慶賀。楊先生一百歲的時候，人家問他：「你此生最大的成就是什麼？」他說：「我的成就就是，證明了華人不比別人笨！」在那個黑暗的年代，他被稱為「華人之光」！

全人類被籠罩在死亡的陰影底下，沒有人可以逃脫。然而使徒

們見證說，耶穌死了，但沒有待在墳墓裡太久，他復活了！耶穌從死裡復活，證明他是神的兒子羅，他才是人類的光！約翰說：「生命在他裡頭，這生命就是人的光。……那光是真光，照亮一切生在世上的人。」（約 1:4,9）注意這裡說「真光」，並不是所有的光都是真光。

現在社會上各種心靈大師層出不窮，彷彿世上有很多的「光」。他們只是人，不是神；螞蟻爬得再高，還是一隻螞蟻。有哪一位偉人能和耶穌比擬？有哪一位聖賢勝過死亡的權勢？彼得說：「你有永生之道，我們還（跟）從誰呢？」（約 6:68）

耶穌的光是「真光」，是賜生命的光。打開你的心讓耶穌進來，你裡面今天可能是「空虛混沌、淵面黑暗」，不是緊，神說：「要有光」，就有了光。（創 1:3）耶穌就是神的光，讓他照進來，他要給你引領、給你方向；他要用那復活的權能，把「空虛混沌、淵面黑暗」變成一個全新的世界！

第一，耶穌說：「我是生命的糧。」（約 6:35）；第二，「我是世界的光。」（約 8:12）

第三，耶穌說：「我就是門。」（約 10:7）

中國人自古尋求「道」，一代、一代過去，沒有一個人回來說：「我找到了，請看，這是道。」沒有，連一個也沒有。所有出去尋找的人回來，只有一個報告：「沒找到！」所以中國人得出一個結論：「大道無門」！小道可以找到，就像茶道、書道、醫道、劍道……；大道無門！為什麼？人犯了罪以後，天門緊閉！

及至時間滿足的時候，神的兒子穿上肉身，來到世上，為我

們開一條又新又活的路，直通天門！耶穌說：「我就是道。」（約 14:6）「我就是門！」（約 10:7）天堂只有一個門，就是耶穌。

印度經常有「聖人」出現，世界各地好些人自稱彌賽亞，吸引人跟從。耶穌說：「我實實在在地告訴你們：人進羊圈，不從門進去，到從別處爬進去，那人就是賊，就是強盜。」（約 10:1）

今天我們紀念耶穌降生，耶穌降世的目的不光是為了出生，更是為了受死。耶穌說：「人子來……要捨命，作多人的贖價。」（太 20:28）十字架是一個可怕的刑法，他不只是身體受苦，他說：「我的神！我的神！為什麼離棄我？」（太 27:46）在那個黑暗的時刻，神把我們所犯的一切罪放在他身上（賽 53:6），彷彿是耶穌犯的一樣。以賽亞說：「他誠然擔當了我們的憂患，背負我們的痛苦。」（賽 53:4）他在十字架上替我們接受了神的審判！

耶穌基督在十字架上，說：「成了！」（約 19:30）殿裡的幔子由上至下裂為兩半（可 15:38）。這個幔子象徵著神和人的隔閡；這個幔子裂開了，為我們開了一條又新又活的路（來 10:20），直通天內（來 6:19）。耶穌說：「我就是門。」藉著他，我們進到父面前。

第四，耶穌說：「我是好牧人。」（約 10:11）

耶穌行走在加利利的時候，「他看見許多人，就憐憫他們，因為他們困苦流離，如同羊沒有牧人一般。」（太 9:36）耶穌給他們講道，用五餅二魚餵飽五千人。

我第一次去聽福音，看見電梯旁貼一張海報，上面寫著：「耶和華是我的牧者，我必不至缺乏。」（詩 23:1）當時「缺乏」兩個字緊緊地抓住我；這兩個字好像是 X 光一樣，透視出我內心真實的光

景。我外表光鮮，內心的虛空只有我自己知道；我實在是迷失的。我去了那天的福音聚會，聽到了耶穌的名，改變了我的一生。（講員替換自己的得救故事。）

耶穌講過一個比喻，人有一百隻羊，但失去了一隻，要撇下九十九隻，去找那一隻，找著了，就歡歡喜喜地扛在肩上，回到家中，又和鄰舍一起歡喜快樂（路 15:3-7）。羊很笨，只知道自已迷失了，自己找不到路回來；不是羊找到牧人，是牧人去找羊。找到了，把它扛回來，和鄰舍一起歡喜快樂，因為好牧人愛他的羊。

今天在座有福音朋友嗎？（跟福音朋友互動）歡迎你！神祝福你！今天你來到教會不是偶然，是主把你帶到他的羊圈。人生的路上，你感到缺乏嗎？感到迷失嗎？他是好牧人，他能餵養你、改變你的一生，叫你不再缺乏。

大衛說：「耶和華是我的牧者，我必不至缺乏。」（詩 23:1）大衛自己是一個牧羊人，他知道羊和牧人的關係；他從心底發出這樣的讚美。我們走過人生也要發出同樣的讚美，因為他是好牧人。這是第四個「我是」。

第五，耶穌說：「我是復活」（約 11:25，另譯）

猶太人將他釘在十字架上。但死亡不能拘禁他，他從死裡復活！天使指著耶穌的墳墓說：「請看，他不在這裡，他已經復活！」（太 28:6）

如果耶穌沒有復活，我們跟隨的就是一位死的救主；如果耶穌沒有復活，我們就被一位死的牧者牧養；如果耶穌沒有復活，我們

所信的就不是永恆君王。但是耶穌從死裡復活！他用復活證明，他是神的兒子、他是神成了肉身、他是永恆君王！哦！多少頌歌為他譜寫，多少聖徒為此歌唱。

「歡欣！歡欣！眾聖徒都當揚聲歌唱；
當歌唱哈利路亞，永歸基督君王。」

「主活！主活！他今仍然活著！
與我交談，與我同行，生命窄路同過；
主活！主活！救恩臨到萬民，
你問我怎知主活著，因他活在我心！」

耶穌說：「我是復活。」他不是說只有他自己復活，他說：「信我的人，雖然死了，也必復活。凡活著信我的人必永遠不死！」（約 11:25-26）他要把這復活的大能，賜給一切信他的人，叫他們也復活！

（互動）我說：「信我的人永遠不死。」你應該說什麼？……我們若不讚美，石頭也要起來讚美！

第六，耶穌說：「我是道路、真理、生命，若不藉著我，沒有人能到父那裡去。」（約 14:6）

為什麼別宗教不能救人？為什麼只有基督教能救人？很多人覺得基督教不夠友好、不夠寬宏。這個問題很好回答：因為從死裡復活的只有一個人！有另一個人嗎？連一個也沒有。所有活過的人都死了，因為他們不能勝過死亡。如果一個人自己沒有戰勝死亡，他能帶領你戰勝死亡嗎？當然不能。

但耶穌從死裡復活，給我們開闢了一條又新又活的路（來 10:20），直通幔內（來 6:19）。彼得說：「除他以外，別無拯救；因為天下人間，沒有賜下別的名，我們可以靠著得救。」（徒 4:12）我們一定要持守這樣一個真理：耶穌是唯一的拯救！

耶穌說：(1)「我是生命的糧。」(2)「我是世界的光。」(3)「我是羊的門。」(4)「我是好牧人。」(5)耶穌說：「我是復活。」(6)「我是道路、真理、生命。」

第七，耶穌說：「我是葡萄樹。」（約 15:5）

這是什麼意思呢？他說：「我是真葡萄樹，我父是栽培的人。」（約 15:1）父神見證說：「這是我的愛子，我所喜悅的。」（太 3:17）唯有耶穌滿足父神的心意。父神在人間只栽培了一個完全有神性情的人，就是耶穌。只有耶穌一個人是真葡萄樹，其他都是野葡萄。（賽 5:2）；第一個亞當墮落了，第二個亞當是一個「全新的品種」，具有完全的神性。這就是這個「真葡萄樹」的意思。

耶穌說：「我是（那真）葡萄樹，你們是枝子；常在我裡面的，我也常在他裡面，這人就多結果子。」（約 15:5）我們被嫁接在真葡萄樹的樹幹上，真葡萄樹要把他的汁水分給枝子；我們汲取了他的肥汁，就結出父喜悅的果子。連接在樹幹上的必然結果子；不結果子的就沒有真連上。耶穌說：「凡屬我不結果子的枝子，他就剪去。」（約 15:2）

有個人問：「既然信耶穌就上天堂，為什麼信主了還要活著呢？為什麼不去死呢？」這個問題聽起來粗魯，其實很好。答案

是，神要藉著我們結果子。這是神的恩典，又是命令，這是離開肉身之後所無法做到的！果子能直接結在樹幹上嗎？不能。樹幹負責供應汁水，枝子負責結果子；沒有枝子，汁水就不能變成果子。

神對摩西說：「我是『我是』。」是什麼呢？神穿上肉身回答了我們，馬槽裡的嬰孩就是他的回答。耶穌說：(1) 我是生命的糧；(2) 是世上的光；(3) 是羊的門；(4) 是好牧人；(5) 是復活；(6) 是道路、真理、生命；(7) 是葡萄樹。

結語

.....

有一首歌叫《在我心有空處為你》，我們一會來唱這首歌。當他降生的那一天，客店裡沒有地方；他只好降生在馬廄，相當於今天的停車場。馬廄是馬呆的地方，不是給人預備的。偉大的救主為了我們的拯救，甘願降卑；為了愛，他甘願降生在馬槽。

願今天我們的心裡有空處為他。我們的心是高貴的地方嗎？不是；我們的心滿了污穢、邪惡、黑暗。但是為著愛，他樂意降生在我们卑微的心中。

怎樣得救？非常簡單，承認自己的罪，接受耶穌基督做我們的救主。聖經說，心裡相信，口裡承認，就必得救(羅 10:10)。不但要信耶穌，還要在餘生靠著他結果子歸給神。他要與我們同在，直到世界的末了！(太 28:20) 他是榮耀的君王，是天上降下生命的糧，吃這糧的人就永遠活著(約 6:58)。阿們！我們一起禱告：

「狐狸有洞、飛鳥有窩，你降塵世救罪奴；但伯利恆並無房間，可作你的出生處。

「慈愛的天父，你愛我們，叫你的獨生愛子如此卑微地來到地上。他是天上降下生命的糧，他是世上的光，他是好牧人；他是道路、真理、生命……；他是我們所要的一切。願我們的心有空處為他。願我們認識這位救主，藉著他把頌讚歸給你。榮耀歸給你和我們的救主耶穌基督，禱告奉耶穌基督的名，阿們！」

回應詩歌

《在我心有空處為你》



信息提示：

本篇是一篇聖誕節信息，結構非常簡單，就是用約翰福音的七個「我是」，來認識耶穌的所是。這七個「我是」，正好呼應神啟示摩西的「我是」，這是教會非常傳統的一個講解。七個「我是」的內容非常宏大，每一點都涉及救恩真理的全部，所以信息主要以宣告為主，不要深入研討。七個主題要有所偏重，宜重點挑一、兩個，其餘點到為止，避免冗長。

聖誕節聚會一般會有較多福音朋友來教會，所以講員注意將信息有意識瞄準福音朋友，在第一點「生命的糧」，和第四點「好牧人」有意識抓住朋友們的需要。結尾的詩歌可以唱數遍，給福音朋友充足的時間回應。



講章使用方法：

方法 (1) 忠實於原稿。熟練、大聲、清晰、飽滿地按原稿講；約 30-33 分鐘講完。這種方法適用於初學講道者。

方法(2) 保持原稿的基礎上，講員加入自己的故事和適合會眾的內容，長度可增加到 35-45 分鐘不等。建議不要徹底打散原稿結構，講一段稿子，適當穿插一段自己的內容。這是最有效、最建議的方法。

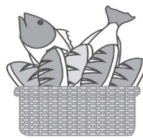
方法(3) 使用原稿的提綱、經文、資料，講員按自己的感動，做不同程度的再創作，寫成講員自己的信息。



小組討論：

小組討論技巧提示：(1) 小組長負責協調、引導，避免長篇講話，儘快把問題交給大家回答。(2) 提開放性問題，利於接話。(3) 小組長不要怕短暫「冷場」，大家正在思考；等 5-10 秒一定有人發言。(4) 若有人「統治」討論，適當提醒、打斷，強調輪流；(5) 主動提問安靜的人，鼓勵不開口的發言。(6) 時間一到就禱告結束，不拖堂。(7) 以下是建議討論題，根據情況，靈活增減、變動。(8) 討論小組 6-10 人為宜，不建議超過 13 人。

- (1) 今天信息給你最深的感觸是什麼？
- (2) 一個人講一個，簡單複述約翰福音中的七個「我是」。
- (3) 輪流交通，這七個「我是」對你意味著什麼？
- (4) 結束前，留時間為主的救恩感謝神，為我們更深認識基督禱告。



.....
你們往普天下去，傳福音給萬民聽。

馬可福音 16:15
.....