

愛的真諦

- (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】「愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒，愛是不自誇，不張狂，不作害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。愛是永不止息。」（哥林多前書 13:4-8）

「求他按著他豐盛的榮耀，藉著他的靈，叫你們心裏的力量剛強起來。使基督因你們的信，住在你們心裡，叫你們的愛心有根有基。」（弗 3:16-17）

開場

.....

【講員】弟兄姊妹們平安！春節剛過，許多人剛剛從家鄉回來。家人團聚容易嗎？其實不容易。為什麼？因為愛的功課不容易。一年一次家人的團聚，是愛的表達，也是愛的檢驗。檢驗的結果時常顯出我們的虧欠，許多人是帶著傷心回來的。我們不明白，為什麼我最愛的人，和最愛我的人，偏偏是讓我們最難受的那個人。為什麼？

再過幾天就是情人節了，全世界又要過「愛」的節日。今天的主題是：「愛的真諦」。讓我們在「愛」的節日來臨之際，再一次學習愛的真諦。我們先有一點禱告：

「慈愛的天父，我們傷心、痛苦、糾結。願你賜下聖靈，把屬天的愛澆灌在我們心裡，奉主的名祈求，阿們！」

證道

.....

哥林多前書 13 章是我們最熟悉的一處經文；我們稱之為「愛的真諦」。每次聽到唱這首歌，都很感動；那溫柔清新的曲調，那高尚純潔的意境，真是百聽不厭、百唱不厭。每一次聽到，我都會想：「啊，我要的愛就應該是這樣的！」這是神對愛的定義。既通俗，又脫俗；既溫心，又扎心。為什麼扎心？因為我們做不到！

每個人對愛都有一個理解，但是人間的愛都有一個共同的內涵，那就是：自私、自利、自大、虛浮、狹隘、功利。什麼是愛？愛就是你讓我快活！我們嘴巴沒有這麼說，但是我們實際上就是這樣的。

家庭生活、婚姻生活、人際關係很複雜；許多人掉在感情的漩渦裡焦頭爛額、沒有頭緒。哪裡出了問題？問題不在愛的對象，而是對愛的認識。

無論你是誰，我們每一個人都正在追尋愛的路上，不是嗎？但是，愛在哪裡？在天邊、在地極？愛在神的話語裡面！聖經說：「愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒、不自誇、不張狂……；凡事相信、凡事盼望、凡事包容、凡事忍耐。」這才是愛的密碼！

愛是什麼？如果你前面站一個人，或者是你的配偶、或者是你的家人、或者是你的父母、同事、老闆、鄰舍，愛意味著什麼呢？我今天要講三個方面的功課，與大家共勉。

第一，愛是給予。

世上的人也講愛，但世上的愛總是自私的。世上的愛是以私欲為核心的索取；索取是愛的動機、愛的目的、愛的手段。神說：「既是這樣，還叫愛嗎？」愛是給予、是奉獻、是付出，不計回報、甘心吃虧。愛是讓對方得著，而不是得著對方。

講個故事。教會裡來了一個小夥子，30 來歲，長得端正。牧師問他：「你做什麼的？」

「我計劃開一家金融公司。」

「結婚了嗎？」

「還沒有。」

「有對象嗎？」

「還沒有。」

「你知道你想找什麼樣的人嗎？」

弟兄用最肯定的語氣回答說：「我知道！」顯然，他對這個問題是深思熟慮過的。他說：「我要找一個有奉獻精神的姐妹！……最好是學財經的，這樣可以配合我的公司。要談得來，要有眼緣；打扮不要太古板，要有點時尚，要……」

哦！明白了。他要找的是一個集母親、奶媽、阿姨、助手、情婦於一身的，有「奉獻精神」的「時尚佳麗」；缺一不可！不知道今天來的姐妹們，有沒有「有奉獻精神」的？請舉手；但是還不夠，還要時尚、還要會財經、還要……。

我們會覺得很好笑，對嗎？問題是，我們有誰「不」是這樣的？我們愛的風帆，不都是從這裡啟航的嗎？我們一方面覺得好笑，一方面特別理解，因為我們跟他一模一樣！這是他對愛的理解、這是他對愛的信念；他認真地在人群裡搜尋著。

你說：「這有什麼不好呢？」沒什麼不好，只是有一個問題，和神的道相差多遠呢？這個小夥子有一天會結婚，如果他發現婚姻很苦，不要奇怪，因為這個苦的種子早已經埋好了，只是在具體的人、具體的時間展開而已！如果我們婚姻走不下去，那是因為我們的「道」本來就是一條死路！

愛是「給」的藝術，索取是得不到的！一個妻子的確是一個母親、情人、夥伴的結合體，每一位女生都會這樣告訴你。但是，這是你多年付出的結果，而不是一時追求的原因；追求是得不到的！聖經說：「滋潤人的，必得滋潤」（箴 11:25）。你要什麼，你要先給出去；大膽地、甘心地、不計回報地付出、付出、付出。有一天，你會得到你要的。

◆ 你說：「沒有回報怎麼辦？」聖經說：「人種的是什麼、收的也是什麼。」（加 6:7）這是一個屬靈的律。什麼叫律？就是一定會發生的事。這是屬靈的律、是生命的律，也是愛的律。如果你對愛的律沒有信心，你怎麼會得到愛呢？就像春天農民把種子撒在地裡，如果他對栽種的律沒有信心，就不會栽種，也就不會收穫。

萬一不回報怎麼辦？一定會回報的。不求回報，不等於沒有回報；正如斤斤計較，不等於有回報一樣。回報只不過是你栽種的結果！

◆ 有的人說：「我願意付出，我不是那種不願意付出的人；但我要『對等』；我要對方『配得』」。有個姐妹說：「我給他做飯可以，他要是愛我，我就給他做飯；這樣才公平。」——「對等」和「配得」是公平交換，是生意的概念。你栽種生意，怎麼可能收穫愛呢？

◆ 也有人會問：「萬一吃虧怎麼辦？」曰：「吃虧不傷人，心裡不平衡才傷人！」我聽到過這樣一段話，說：「愛到深處不吃虧。」我聽到這句話，心裡大大釋放；「愛到深處不吃虧！」也就是說，如果我們覺得吃虧，是因為我們愛得膚淺。膚淺是我們的問題；把膚淺拿掉！

很多人在愛情出現問題的時候，第一個反應是「停止給予」。錯！繼續給，加倍地給。有一句英文是這樣講的：“The only solution to love problem is more love 。”意思是說：「愛出了問題，唯一的解決方法就是更多的愛！」太正確了！

有一個人開春買很多的蜜蜂，想趁著花開產蜜。那一年春天來

得晚，開花的時候花沒有開，蜜蜂不能採蜜。沒有蜜，蜜蜂會死。怎麼辦？養蜂的人花更多的錢買糖，給蜜蜂吃。蜜蜂不但不產蜜，還要給它吃蜜。吃到什麼時候？吃到蜜蜂產蜜為止！

我們都會衰老；當我們老了，我們只仰賴一件事，就是別人對我們的憐憫。我們要問一個問題：「有一天別人會對你好，為什麼？」很簡單，你曾經對別人好過而已。當別人不配你對他好的時候、你對他好，有一天當你不配他對你好的時候、他會對你好。

我們的體力、精力、錢財，包括妻子的姿色，用和不用都要過去的；早點拿出來用。「好施捨的，必得豐裕；滋潤人的，必得滋潤。」（箴 11:25）你為什麼要拿著那必定要失去的，不把它換成你必定需要的呢？要給出去！

愛就是給予；不打算給，你可以停止追求愛這件事情了，因為愛是一個「給」的藝術。你想想愛，心裡一定要說：「我要給。」什麼是愛？第一，愛就是給予。主說：「施比受更為有福。」（徒 20:35）

第二，愛就是接納，即便意味著忍耐。

愛不是忍耐，愛是恆久忍耐。恆久是多久？一生之久。為什麼要忍耐？因為天下沒有一個人百分之一百滿你的心意！接納的功課分兩面：

首先，接納意味著不要有非分的期盼。人對人有期盼，有一個哲學家說：「親人殺人不用刀，用期盼」。如果你真的期盼從對方身上得到什麼而沒有得到，你會動刀殺人！所以處理好對別人的期

盼，是我們讓愛成功的關鍵之一。

有一個姐妹剛生了孩子，禮拜天坐在教會門口。過了幾天，小組開聚會，姐妹說：「我很受傷。」為什麼？她說：「大家進進出出，竟然沒有人停下來誇我的寶寶漂亮！」她期盼每個人都要停下來關注她的寶寶；沒有人關注，她很受傷。所以，絕大多數的受傷不是受傷，只不過是失望而已！

當你外面忙了一天，回來掏心掏肺跟配偶說事，希望得到專注、關懷、安慰。如果對方漠視你，你火冒三丈。但是，對方在自己的世界裡忙活了一天，不可能立刻進入你的感覺。這個期盼太奢侈了一點，放棄掉會更幸福。我建議進門前，忘掉外面的一切。如果你要得好，可以停下來關心對方一下，說：「親愛的，今天過得怎麼樣？」

主觀的、非分的、一廂情願的期盼，是愛的最大殺手之一。很多人都是這樣：不是百分之百滿意就要殺人；要求對方又軟又硬、又強又弱、又風流有本分。這是不可能的。有些太太抱怨自己的先生太軟弱——你本來就是因為他凡事讓著你才嫁給他的；你不能讓他強就強、讓他弱他就弱；這不可能的，這是「非分的期盼」。

對人的期盼越少、越簡單、越基本，越幸福。如果你對太太的要求，她是個女的就行；那好辦，她永遠是一個女的！——不要覺得這個好笑，這是一個很高的境界。很多太太聽見這個不開心：「難道我不 special（特別）嗎？」這是先生給你絕對的空間和自由，你能多出來的每一點他都會感恩。如果對方要求很高，當你做到了，那是「應該的」；做不到，他會失望。第一方面，要接納現實，不要有非分的期盼。

另一面，接納意味著接受對方不完美的地方。對方有一些缺點、缺陷，怎麼也改不了，像一根刺扎在我們心上。怎麼辦？結婚以後魔鬼扔給你一個題目：「你挑選的這個人不完美，既然不完美，你的愛將永遠殘缺。」這句話困擾著很多人、很多年。

這是魔鬼的謊言！用什麼抵擋魔鬼的謊言？用神的話！聖經說：「惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神的愛就在此向我們顯明了。」（羅 5:8）神的愛在什麼地方顯明？在我們的「罪」上顯明！這是何等的亮光！對方的缺欠不但不能阻擋我們的愛，反而要成就我們的愛。沒有什麼可以阻止我們把愛經營到完美、經營到極致！

每個姐妹手裡都捏著一個愛情劇本，希望先生配合出演自己的愛情大戲。演不好就光火，光火不行就罵，罵不行就想「換人」。姐妹們聽著：結婚前你可以按著劇本挑演員，結婚後你要按著演員「改」劇本；戲還是要演下去的！

幸福是什麼？幸福是以你現在所有的為快樂。如果你的幸福依賴另外一個人的改變，他不改怎麼辦？你就不幸福嗎？我們的口號應當是：「如果對方從現在開始絲毫不改，我也要幸福！」這才是真自由。對方會改，但是我們不要依賴於對方改。

很多人問：「我先生 / 太太會改變嗎？」他一定會改變，但是有兩點我可以告訴你：第一，他不會按你的設計改；第二，他不會按你的時間表改。什麼是愛？很簡單，無條件接受對方現在的樣子，你未必喜歡，但你不挑剔、不厭煩、不拒絕；什麼是愛？這就是愛。

最近我聽人說：「愛就是走過千山萬水的開闊。」這句話講得好！好就好在「開闊」二字。最終我們的心胸因為走過窮山惡水

「開闊」了，以至於可以將包容對方的一切。這才是愛的出路！

所有愛的爭吵、抱怨、苦毒、仇恨，總結起來兩句話：「我付出太多、得到太少。」或「我不能忍受。」是不是？愛是什麼？第一，是給予；第二，是接納。

第三點，讓基督成為愛的根基，使我們的愛有根有基。

第三點是今天信息最重要的部分，也是最難講的部分，請大家仔細聽。

著名歌星劉歡在電視劇《北京人在紐約》裡有一首插曲，曾經很流行，他是這樣唱的：「千萬裡我追尋著你，沒有你我活不下去；我已經不再是我，你依然還是你。」他最後唱說：「我實在不知道你到底好在哪裡？」

你聽見這樣的歌詞，即便沒有看過劇情，我們可以體會歌者的心路歷程。這是一首愛的歌；這是一首失敗的、愛的歌；這是一首「失敗者」的、愛的歌！他付出了、他接納甚至遷就到委屈；他得到愛了嗎？沒有。我聽到一顆為愛流血的心；我聽到一個空虛而貧乏的靈魂！

很多人有這樣的一個困惑：「我這麼遷就我的配偶，已經奉獻了一切，可是他對我一點都不好，一點回報都沒有。為什麼？」如果你想通過愛另外一個人來充實自己；如果你希望用另外一個人的愛，來實現自己的價值，你會輸得很慘；這是萬萬做不得的！為什麼付出了也沒有回報？因為有些給不是給、有些愛不是愛！你要先「有」，才能「給」；你要先愛自己才能愛別人。

聖經說：「要愛人如己。」（太 22:39）要先愛自己才能愛別人。這話聽起來很自私。愛不是要無私嗎？是的，愛是「無私」，但「無私」不等於「無我」！如果耶穌什麼都不是，他死在十字架上對我們有用嗎？沒有。但耶穌說：「我是！」——他有所「是」，他捨棄自己的時候，我們才有所「得」。愛是無私 (selfless)，而不是無我 (no self) ！

給予之前必須有豐滿，接納別人之前要先接納自己；沒有豐滿，給就不成其為給；不愛自己，愛就不成其為愛。這一點至關重要！

聖經講到愛的篇章，有兩處重要經文。哥林多前書 13 章是一處，還有一處常被大家忽略，就是以弗所書 3 章第 16-17 節。我們一起來唸：「求他按著他豐盛的榮耀，藉著他的靈，叫你們心裡的力量剛強起來。使基督因你們的信，住在你們心裡，叫你們的愛心有根有基。」再唸一遍——

這段經文太重要了，這段經文和林前 13 章是「姊妹篇」；放在一起才完整。這裡說「基督因我們的信住在我們的心裡，使我們的愛心有根有基。」沒有基督你可以去愛，但你的愛就沒有根、沒有基！

這處經文太重要了，如果今天這篇信息你什麼都不記得，只記得「愛的真諦」有兩段經文，就可以了；一處是林前 13 章，一處是以弗所書第 3 章。一個是根基，一個是果子；沒有根基哪有果子？

很多人犯一個錯誤，把自己愛的理想放到另一個人身上，這是萬萬做不得的。千萬不要通過依戀另外一個人，來填補自己人格的空虛。把對方當成愛的焦點，是自己的災難，也是對方的災難。撒

母耳記下就記載這樣一件事。暗嫩愛慕他瑪，相思成病。這是何等的愛慕？及至得到他瑪，聖經說：「暗嫩極其恨她。那恨她的心，比先前愛她的心更甚。」（撒下 13:15）這是一個空虛的靈魂所帶給你的下場！

所以，心理學家跟年輕女孩講，如果有男生跟你說：「親愛的，我實在愛你，沒有你我活不下去。」你要走開，為什麼？因為你不會從一個空虛的靈魂得到真實的愛！

沒有從神來的豐滿，你一定會期待從別人身上支取，你一定祈求別人接納，你的愛一定窮乏！這就是劉歡那首歌的光景。第三點是今天真正要講的；沒有第三點，前面兩點都是空談！

什麼是愛？耶穌說：「你要盡心、盡性、盡意愛主你的神。這是誠命中的第一，且是最大的。其次也相仿，就是要愛人如己。」（太 22:37-39）先愛神、才能愛自己，愛自己的人才能去愛人；必須是這個順序。愛別人是愛自己的延伸，不愛自己的人就不能愛別人！

神是愛的源頭；當基督因信住在我們心裡，神自己在我們裡面成為愛的源頭，我們的愛才会有根有基！當我們這樣做，我們就把感情的大廈建立在磐石上，在愛的風浪面前可以立於不敗之地，並且得勝有餘！第三點太重要了，這是我今天要講的。感謝主！

總結一下，什麼是愛的真諦：(1) 愛就是給予；(2) 愛就是接納；(3) 愛就是讓神成為我們愛的源頭，使我們的愛有根有基！

所有愛的問題，只要你追究，無非是「我付出太多」，或者「你不夠好」；根源「內心空洞」！解決的方法：用神充滿自己，然後去接納、去給予。這就是愛的真諦！

結語

.....

有位弟兄忙了一天，非常不順利，傍晚到家又累、又餓、又憋悶；一推門家裡亂成一團，飯還沒有做。他的神經已經繃到了極限，他好希望有人來關心他一下。家裡有人，但是沒有能關心人的人；家庭引爆就在這種時候。

怎麼辦？他沒有自卑自憐，他跑到房間，俯伏在神面前禱告，到神面前來「抹油」。過了一會有了一點滋潤，感覺好受多了。他趕緊跑出來，幹什麼？從老到小，挨個抹油！

A.B. 辛普森說過：「愛的能力來自於神，愛的意願來自於我們。」只要我們願意到神面前來求他，神樂意藉著「聖靈將神的愛澆灌在我們心裡」（羅 5:5），叫神的愛藉著我們流到我們周圍的人。這就是愛的真諦！我們一起來禱告：

「慈愛的天父，我們這些罪人希望愛、渴求愛、經營愛，可是我們迷失了；我們落在私欲裡、我們落在血氣裡、我們落在虛妄裡，我們得到的是傷害、委屈、仇恨。問題是在哪裡？因為我們心裡沒有愛的根基。

「願我們來到你面前，用你榮耀的豐富，藉著聖靈，使我們心裡的力量剛強起來，使基督因信住在我們心裡，使我們的愛心有根有基。這是我們愛的拯救，這是愛的真諦！感謝主！奉耶穌的名禱告，阿們！」

回應詩歌

.....

《愛的真諦》



信息提示：

本篇信息從實際的角度講到愛是什麼：(1) 愛是給；(2) 愛是接納；(3) 愛的源頭是神。在愛的漩渦中，人有兩個掙扎點，一是不願意給對方，二是不願意接納對方。但神的愛是無條件地給，無條件地接受，正如神在基督裡待我們一樣。所以，第三點，到神面前來得到愛的源頭，是我們經營愛的根本。

這篇信息特別適合在情人節講。最好安排有一定歷練的弟兄姐妹講，因為沒有在婚姻中掙扎過的弟兄姐妹，不太容易抓住信息的內容。這篇信息的思維有點「哲學兮兮的」，講員最好是能接受這種思維方式的；如果感到過分艱難，建議不要勉強。



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) 今天交通了哪三點？哪一點對你啟發最大？
- (3) 為什麼不能把愛的期盼完全放在另一個人身上？
- (4) 結束前，留時間為我們愛的成長禱告；特別為婚姻中愛的學習禱告。



.....
你們給他們吃吧。

馬可福音 6:37
.....