



THE
MENTORING
PROJECT

常在基督里



VINCE ANTONUCCI

常在基督里



VINCE ANTONUCCI

(文斯·安东努奇)

目录

第一课：在母腹中.....	4
第二课：神的狂热追随者.....	9
第三课：安歇.....	13
第四课：一生得喂养.....	18
第五课：你的心在哪里.....	22
结语.....	26
注释.....	27

1

在母腹中

“我爱你们，正如父爱我一样，你们要常在我的爱里”

（约翰福音 15:9）。

神向你要的是什么呢？

有人说是宗教。我不同意。更准确地说，耶稣来是要废除宗教，而不是建立一种宗教。

其他一些人说不是宗教，神想要的是关系。我相信这个说法，只是觉得还不够深刻。

耶稣曾说过：

我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面，这人就多果子。因为离了我，你们就不能做什么。人若不常在我里面，就像枝子丢在外面枯干，人拾起来扔在火里烧了。你们若常在我里面，我的话也常在你们里面，凡你们所愿意的，祈求，就给你们成就。你们多果子，我父就因此得荣耀，你们也就是我的门徒了。我爱你们，正如父爱我一样，你们要常在我的爱里。（约翰福音 15:5-9）

“常在”的意思是住在里面。耶稣说他想要你住在他里面，他也要住在你里面。在我看来，这远不只是一种关系那么简单。

比方说你采访一个在母腹中的婴儿，问他：“你和你的母亲有关系吗？”

我很确定婴儿会疑惑地看着你。母腹中的婴儿看起来有些像外星人，所以你可能看不出婴儿表情很疑惑，但这是肯定的。

婴儿会说：“对，我们有关系，但不仅如此。你可能看得出来我住在她里面。你也许理解不了，但我离了她真的活不了。我的生命完全依赖于她的

供应。”

“你说得对，”婴儿会说，“我们确实有关系，但只是称之为关系好像轻描淡写了。”

如果你要问神他真正想要的是不是与你的关系，我都能想象到他说：“随你怎么说，但是我邀请你进入的远不止一段关系。我要成为你生存的母腹，成为你血管中流淌的血液。我想要成为你的脐带，为你输送维持生命的养分，我也想要成为那维持你生命的养分。我想要成为进入你肺部的气息，我也想要成为你的肺。我想要的是你在我里面寻得生命，我的渴望是让我们合而为一。”

关系是好东西，但会断断续续，我们在关系中时近时远。我们需要与神之间有更深刻、更恒久的联结。

我们之所以如此需要，是因为我们本是如此受造。若是没有这种联结，我们就会产生一种空虚感。

我们之所以如此需要，还因为这是我们唯一能活出我们该有的生命的方法。我们该像耶稣一样，该活出圣洁，多结果子的生命。我们靠自己无法做到，但是我们有神活在我们里面（同时，我们也能活在他里面）。正是因为神常在我们里面，我们才能够活出他的样子。

神已应许要常在我们里面，我们也需要确保我们常在他里面。耶稣并没有说：“因为你们常在我里面”，而是说“你们若常在我里面”。我们是有选择权的，而他要我们做出正确的选择：“常在我的爱里。”

那么常在耶稣里面是什么样子呢？我认为

应该是：

把其他事情放在一边，这样我就能让神在我里面掌权。将我的心向神倾诉，让神将他的爱浇灌在我心里。

坚信如果我只有耶稣，其他一无所有，那我就有了自己需要的一切。把神放在首位，而不是其他任何事物。放弃自己的掌控权，

将掌控权交给神。

可我们如何才能达到那样的光景呢？

当耶稣说他是葡萄树的时候，他其实真的在一座葡萄园附近。我不知道你是否近距离见过葡萄园，葡萄藤是从地面往上长的，枝子从藤上长出来，葡萄从枝子上长出来。枝子与葡萄树有生命供给的联结，如果一直连接在树上，枝子就能得到结果所需要的养分。如果不与树相连，枝子就什么用都没有。它得不到养分，也结不出果子。枝子会……死去。

如我上文所说，“常在”的意思是住在里面。你住在自己的房子或公寓里。在约翰福音15:4耶稣说：“你们要常在我里面，我也常在你们里面。”所以，耶稣的意思是：“我想要你活在我里面，我也想要活在你里面。”耶稣告诉我们，他就是生命的泉源。如果我们想要得着生命，就必须与他保持连接。

所以，我们必须把与耶稣的连接放在比其他任何事物都重要的位置。我们把属灵的操练或生活习惯放在首位，因为那能让我们与耶稣相连，让我们常在他里面。

帮助我们做到这一点的方法之一，就是制定一个“生活规则”。

我说的并不是我们需要各种生活守则。生活当然有一些“守则”（“借来的车还回去油要加满”“常说请和谢谢”“马桶圈要放下”……这好像是我妻子最喜欢的准则）。我也听说过其他……没什么用的生活守则（“如果有动物追你，就躺倒在地五秒钟。这个五秒钟法则能保护你不被动物吃掉”我很确定这是假的）。

那些都是生活中的规条，但你听说过“生活规则”（**a rule of life**）吗？自从奥古斯丁在公元397年为基督徒写下了知名的“生活规则”

（《会规》）以来，许多耶稣的跟随者就一直在效法。生活规则是什么呢？这和各种规定没关系。我们所说的“规则（**rule**）”一词，其词源更接近于“标尺（**ruler**）”，而非“规条（**rules**）”。

生活规则是一套刻意培养的习惯或生活节奏，帮助我们与耶稣保持相连。

这些习惯可以是属灵的、关系性的或者职业性的操练。这些操练能帮助我们使自己最深层的优先次序、价值观和热情与我们实际的生活方式协调一致。有了这样的“准则”，就能帮助我们克服干扰——不再那么心神不宁、忙碌、被动和疲惫。

这些是你需要放在首位，并且反复操练的习惯，因为你知道这有助于你与耶稣相连。

你的准则中也许会包含有助于建立你与神之间关系的操练，比如读经、祷告、奉献和禁食。也可以包含一些滋养你身体生命的操练，比如睡眠、守安息日或者锻炼。你还可以加入一些关系层面的元素，比如关注你的友谊和家人关系。你也应该有一些与你的教会生活有关的操练。

如果你清楚自己是枝子，耶稣是葡萄树，是你的生命泉源。那么，你就不觉得这些属灵习惯是可有可无的。你必须保持联结。

想听件奇妙的事吗？

还记得耶稣说他是葡萄树，我们是枝子吗？如果你看一下葡萄园，你会看见葡萄藤和枝子，也会看到爬藤架。没有架子，枝子就只会在地上杂乱生长。在地上，它们更容易生病，也更容易受到想吃果子的害虫的侵袭。离了地面，有架子支撑的话，枝子就会生长得更健康，结出更多的果子。架子同样也能打造出更美丽的葡萄园，葡萄树和枝子不会在地上随意生长，而是会缠绕向上生长。

如果你想要健康的枝子并收获优质的果实，就需要牢固的支撑结构。

那么，这哪里奇妙呢？

“生活规则”里的“规则”一词，来自于拉丁语的“**regula**”，意思就是棚架。¹就像葡萄架一样，生活的规则会为属灵操练搭建一个结构。你不会感受到混乱，而是会按着属灵的节奏生活。你会更有韧性，更健康，并且结出更多果子。你会活出更美好，更荣神爱人的生命。

我们都需要生活规则，那是我们要放在首位的属灵操练的结构，因为这能让我们一直与耶稣相连。我们也需要与耶稣相连，因为他是生命的泉源。

常在基督里

那么，怎么做呢？我们怎么才能常在耶稣里面呢？

我们要火热地追求神，这也是我们在下一部分将要思考的内容。

我们要立定心志，坚持把能让我们与耶稣保持联结的某些属灵操练放在首位。

我们将在第三到第五部分探讨三项至关重要的操练。

讨论与反思：

1. 神邀请我们进入与他“同负一轭”的关系，并且来到他面前，这样我们就能放下重担、得享安息。你被什么重担压得不堪重负呢？如果你把那些重担交给神，会是什么样子呢？
2. 你何时能花几分钟祷告，来到神面前，将你的重担交托给他呢？试一下吧。

2

神的狂热追随者

*“除你以外，在天上我有谁呢？除你以外，在地上我也没有所爱慕的”
(诗 73:25)。*

我想要鼓励你成为一名狂热追随者。

这听起来也许很奇怪，因为我们都听说过像小约翰·欣克利这种人的恐怖故事，他因为痴迷而跟踪女演员朱迪·福斯特，后来又试图刺杀总统罗纳德·里根来博取她的欢心。

还有其他一些恐怖又怪异的故事：克里斯汀·凯莱赫迷恋上了前披头士成员乔治·哈里森，闯进了他家，²并且在等待他时自己烤了个冷冻披萨吃。³

威廉·莱佩斯卡非常渴望见到网球明星安娜·库尔尼科娃，所以他游过了比斯坎湾，想去她家。⁴很可惜他去错了房子，于是在那里被逮捕了。

有恐怖的跟踪者，不过也有不那么危险的类型。比如有个十三岁的女孩对学校的一个男孩着了迷，她无时无刻不在想着他，把他的名字写满了笔记本。他也许不知道她的存在，但她已经为他们的宝宝选好了名字。

她一整天都算着时间过：怎么去教室，什么时候去厕所……这样她就能尽可能多地见到他了。这个女生迷恋着那个人，控制不住地想他，必须要见到他，觉得自己离了他不能活了。所以，她才会去跟踪他。

神的狂热追随者

许多人想要神在他们的生命中。大部分人想要神的祝福，但我们真正需要渴慕的，是神自己。

神的狂热追随者是寻求神超过一切的人，渴望更多地得着他，深知神才是

她需要的，所以就去追随他。神的跟踪者并不是达到“超级基督徒”境界的人，每个基督徒都应该成为神的跟踪者，这是神告诉我们的。例如，“你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。耶和華说：我必被你们寻见”（耶 29:13-14），以及“你要尽心、尽性、尽意、尽力爱主你的神”（可 12:30）。

每个基督徒都应该成为神的“跟踪者”，如果我们不是，就永远无法真正常在耶稣里面。

也许圣经中神的狂热追随者的最佳榜样就是旧约中一个叫大卫的人。就是他迎战歌利亚，后来作了王。大卫就是一个神的狂热追随者。他并不完美，他像我们一样犯过错，犯过罪，但他知道神是他最大的财宝，所以他总会重新站起来，继续追求他。

看看大卫写的一首关于神的情诗吧。

“神啊，你是我的神，我要切切地寻求你！

在干旱疲乏无水之地，

我渴想你，我的心切慕你。我在圣所中曾如此瞻仰你，为要见你的能力和你的荣耀。

因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你。

我还活的时候要这样称颂你，

我要奉你的名举手。

我在床上記念你，在夜更的时候思想你，我的心就像饱足了骨髓肥油，我也要以欢乐的嘴唇赞美你。

因为你曾帮助我，

我就在你翅膀的荫下欢呼。

我心紧紧地跟随你，

你的右手扶持我。”（诗 63:1-8）

明白我的意思了吧？

看看大卫写的一首关于神的情诗吧。

基督徒常说起与神的友谊，神也确实愿意成为我们的朋友。可我有许多朋友，但我可不想和任何朋友这样说话！我从没有找到某个朋友说：“朋友啊，我要切切地寻求你，我渴想你，因为你充满荣耀。实话说，昨晚我在床上想你的时候，忍不住就开始欢呼了。”

这不是朋友间的表达方式，而是狂热追随者的语言。而且，不仅如此，大卫还写道：

耶和华啊，求你速速应允我，

我心神耗尽！

不要向我掩面，

免得我像那些下坑的人一样（诗 143:7）。

你明白为什么我称大卫为神的狂热追随者了吗？神也称大卫是“合我心意的人”（徒 13:22）。

这是我对自己的盼望，也是对你的盼望。

有个好消息是：神并没有躲避我们。事实上，神应许要一直与我们同在（例如约 14:16-17和太 28:20）。所以，我们不需要四处寻找他，我们只需要留心。大家把这称为“操练与神同在”。我们要记得他与我们同在，训练自己的心思意念专注于他，并且寻求与他保持不断的联结。这就是常在。

怎么做呢？我很喜欢陆可铎（Max Lucado）在他的书《拥抱耶稣的心》（*Just Like Jesus*）⁵中给出的建议。他建议首先要把醒来时的第一个念头献给神。当你清晨醒来时，要让你最初的念头集中在他身上。其次，把等候时的念头献给神。花些安静的时间与神独处，与他分享你的心声，聆听他的声音。第三，把你心中的低语献给神。在一天中反复献上简短的祷告。你可以重复同一句简短的祷告：“神啊，我讨你喜悦吗？”“主啊，我是否行在你的旨意中？”“耶稣，我爱你，想要跟随

你。”最后，把你入睡前的念头献给神。在即将入睡时与神说话，在他面前回顾你的一天，告诉他你爱他，以此来结束这一天。

这就是你可以做的事。你可以成为合神心意的人，你可以成为神的狂热追随者。如果你这样做，就可以常在他里面。

讨论与反思：

1. 读一下马太福音 13:44-46。耶稣的意思是，如果你必须付出所有的一切才能让神进入你的生命，那将是你一生中最好的交易。为了让神进入你的生命，你不得不放弃什么？你将来也许要放弃什么？最难放弃的会是什么？你认为神为什么值得你放弃一切？
2. 通常来说，我们都希望用自己的话、用真心祷告。但有些人有时也会从用别人写的祷告词中得到帮助，人们尤其常常用圣经里的诗篇这样祷告。今天，不妨用诗篇63:1-8或诗篇40篇来祷告，把其中的话语变成自己的，用真心来祷告。

3

安歇

*“靠着圣灵，随时多方祷告祈求，并要在此警醒不倦，为众圣徒祈求”
(弗 6:18)。*

基督徒是定意追随耶稣道路的人。你选择了效法耶稣生活的方式。那么，耶稣是如何生活的呢？

当你查考他的生平就会发现，似乎对他而言，没有什么比与他天父的相连更重要。理查德·福斯特写道：“耶稣生平中没有比他与天父的亲密关系更令人惊叹的了……就好像被子上循环出现的图案，祷告也是这样贯穿了耶稣的一生。”

如我们前面所说，耶稣把这称之为“常在”或“住在里面”。耶稣一生都与天父保持着如此亲密而持续的联结，就好像他活在父里面一样。耶稣常在天父里面，他也邀请我们常在他里面。

耶稣邀请我们建立一种节奏：排除干扰，进入静默。这样，我们就能一心向神，与神说话，并倾听他，与他一同经历生命。这并非要我们停止生活中的其他一切，而是要学会常在他里面。我们要有祷告的节奏，远离纷扰更靠近神的节奏。

我们在耶稣身上能看到这种节奏。我给你举个例子。

我们对耶稣在世上的前三十年所知不多，不过后来他走入公众视野，宣告自己的身份以及他来的目的。

接着，耶稣受了洗。在他受洗时，神从天上说话，印证耶稣是他的爱子。

再后来……耶稣独自退去，祷告了四十天。

他走开去旷野，只身一人，祷告了四十天。只身离开，这可不是开启一项

事业并积聚声势的常规做法——尤其是选择独自离开。特别是如果你想开启一场全球运动，而你前三十年都默默无闻，你更不会再消失六个星期！可耶稣如此做了，他以祷告开始，退到一个能感受到神同在的僻静的地方祷告，这样他就能与他的父交通。

耶稣花时间与他的父同在，以确保自己在心智、情感和灵性上，都为即将要做的事做好了准备。因为事情关系重大，他必须要从屈膝祷告开始。

后来，他回来了。在马可福音的第一章，我们看到对他事工第一天的描述，他教导人们关于神的事，他医治病人。

然后，他醒来……是继续作工了吗？不是，他醒来之后，“次日早晨，天未亮的时候，耶稣起来到旷野地方去，在那里祷告”（可 1:35）。

这么说吧：耶稣去到一个安静的地方待了一个半月，回来后，只活动了一天，就立刻又回到了安静的地方——这样他就可以常在神里面，就可以感觉到神的同在，祷告，就可以与他的父交通。正是与父神的亲密，才带来了耶稣事工的火热。

我们能看到耶稣一次又一次这样做，这就是他生活的节奏。我们甚至可以说，这就是耶稣一生的节奏。

这就像一辆车。如果你对车一无所知，看到有人给车加油，你可能会觉得这是一次性的事。“哦，加一次油，车就能一直跑了。”可如果你一直观察，你会发现：“哎呀，不对。你要加油，然后开车；加油，再开车……如果不反复加油，车就走不了。”如果你观察耶稣的一生，你也会意识到：“哦，原来他生活和服事一阵子，然后去寻求静默、感受神的同在并祷告，给自己加满油。然后再生活和服事一阵子，再去寻求静默、感受神的同在并祷告，再加满油。”

那就是他的节奏，这也必须成为他跟随者的节奏。

其实，我们能在使徒行传看到耶稣最初的跟随者效法了他的榜样。使徒行传 2:42：“都恒心遵守……祈祷。”在使徒行传中，信徒们都祷告求引导，帮助他们做决定（徒 1:15-26），祈求和不信的人分享耶稣的勇气

（4:23-31），把祷告作为他们日常生活和事工的常规部分（2:42-47；3:1；6:4），在被逼迫时祷告（7:55-60），在需要神迹时祷告（9:36-43），当有人遇到麻烦时祷告（12:1-11），在差派人出去事工前祷告（13:1-3；16:25及后续经文），为彼此祷告（20:36，21:5），为神的祝福祷告（27:35）。他们祷告，神就在他们中间彰显了他的同在与大能。

祷告是他们“生活规则”的一部分。他们追求神，而祷告让他们能住在祂里面。

祷告是什么

演说家兼作者布伦南·曼宁（**Brennan Manning**）曾讲过一个故事，一个女人请他去探望她临终的父亲。曼宁同意马上去。

女儿让曼宁进了屋，告诉他父亲在卧室里。当曼宁走进去时，注意到床边有张空椅子。他说：“看得出你在等我到来。”

床上的人说：“没有啊，你是谁？”曼宁解释说，是他的女儿邀请他过来，跟他讲神的事。

那人点点头说：“我有个问题想问您。”他说自己一直都相信神和耶稣，但一直不知道如何祷告。有次他问教会的牧师，牧师给了他一本书读。可书的第一页就有两三个词他不认识，读了几页后他就放弃了，之后就一直没有祷告。

几年后，他在工作时和一位名叫乔的基督徒朋友聊天。他向乔提起自己不知道怎么祷告。乔好像很迷惑，他说：“不会吧！你这样做就好，拿把空椅子放在你旁边，想象耶稣就坐在椅子上，然后你就和他说话。告诉他你对他的感受，告诉他你的生活，给他讲你的所需。”

那人指了指床边的空椅子说：“我已经这样做很多年了，这样错了吗？”

“没有。”曼宁微笑道。“这很棒啊，你继续这样就好。”

他们又聊了一会，然后曼宁就走了。

大概一周后，那人的女儿打来电话。她说：“我就是想告诉您，我父亲昨

天去世了。再次感谢您能探望他，他和您交谈得很愉快。”

曼宁说：“希望他走得安详。”

“这件事很奇妙，”那位女儿告诉他：“昨天我需要去趟商店，就在走之前进了我爸的房间。他当时没事儿，还讲了个老掉牙的笑话，我就出门了。等我回来时，他已经走了。但奇怪的是，就在去世之前，他从床上爬了出来，把头枕在那把空椅子上，便离开了人世。”

关系的核心是爱，基础是交流。如果我们要和神拥有真实的关系，如果我们要常在神里面，那核心就得是爱，基础必须是交流。

祷告就是与神交流，但不仅如此。祷告是爱。神爱我们，他的爱需要我们的回应。祷告不是因为你咬紧牙关服从某种“属灵操练”，祷告是因为有爱。祷告是与神共享的亲密关系，祷告是将你的头安歇在你慈爱的父怀中，祷告是常在耶稣里面。

一方面来说，祷告就是如此简单。你不需要读什么写着高深词汇的书，只需要拉过来一把空椅子。你不需要参加一大堆研讨会，只需要一颗敞开的心。

另一方面说，祷告从某些角度来看并不是自然的行为。这是对神说话，我们并不习惯和看不见的人说话；祷告是让神对我们说话，但我们也不习惯聆听那听不见声音的说话。我不想把祷告说得过于复杂，可如果你刚开始祷告或者在祷告上有挣扎，难免会有一点困扰。那么就让我分享几条帮助我祷告生活的心得。

在祷告中长进

祷告不只是我们日常的一部分，而应该是我们所呼吸的空气。圣经上说：“不住地祷告”（帖前 5:17）及“随时……祷告”（弗 6:18）。祷告是与神分享我们的生活，与神分享我们的想法和生活的点滴，所以，这是我们能够并且应该一直去做的事。

然而，我们需要每天专门花一些时间投入到祷告中。为什么呢？因为定睛向神，会帮助我们在余下的一整天中都以他为中心。这就像婚姻一样。我

和我妻子可能一整天都在一起，聊起无数事情。但如果我们不停下手头其他事，坐下来面对面，也许就并不会聊起任何实质性的事。

你什么时候该进行这种祷告呢？这是你一天中最重要的部分，所以你应该将一天中最好的时光留给它。你喜欢早起吗？那就在你刚醒来的时候花些时间与神同在。或者，你是否在喝了许多咖啡后大脑才启动？那午餐时间也许是更好的选择。有些人则更喜欢把一天中最后的时光投入到祷告中，专心向神。

你也可以在这段时间里发挥创意。有时我会默祷，有时候我会出声祷告，更多的时候我会在日记里写下我的祷告。我也曾行走祷告。而且，我还会播放敬拜音乐，花些时间与神同在，向他歌唱。爱才是最重要的，是我们真的与神相连。

不断尝试，看看什么能帮助你真正与神连接吧。

如果以上方式都没有效果，你随时可以拉一把空椅。

讨论与反思：

1. 读一读马太福音 6:5-13。耶稣为我们提供了祷告的典范或者说框架，而不是我们要用来祷告的准确话语。我们的祷告不应机械背诵，而应出自内心。再读一遍耶稣的范式祷告，他教我们应当为哪些事祷告？
2. 今天就用耶稣在马太福音 6:7-13的模范祷文作为你祷告的框架。带着祷告的心读其中的一句话（比如“父啊，愿人都尊你的名为圣”）然后花些时间用自己的话继续为这个主题祷告。

4

一生得喂养

“看你们学习的工夫，本该做师傅，谁知还得有人将神圣言小学的开端另教导你们，并且成了那必须吃奶、不能吃干粮的人！”

（来 5:12）。

当我有这个想法时，我可没想过会有一个魁梧的海军海豹突击队员坐在我腿上，可结果就是这样。你知道，人们常说：“当生活给了你一个海军壮汉，要像喂养婴儿一样喂养他。”⁶

似乎每个教会都有人抱怨：“我在这个教会没有得到喂养。” 我有个朋友这样回答：“只有两种人无法喂养自己：弱智和婴儿。你是哪一种呢？”这话颇为刺耳，但他说得有些道理。孩子很快就会学会自己吃东西，基督徒也该学会如何在属灵上喂养自己。

这就是我提到海豹突击队士兵时想表达的意思。有次我讲道，一开始在怀里抱着个小宝宝，一边喂他一边讲。每个人的表情都在说“哇，好萌啊”，还发出“宝宝在咱们牧师怀里真可爱”的赞叹声。我把宝宝还给他母亲，然后开始讲一段关于每天读经的重要性的信息。我对大家说：“授人以鱼，只供一日之需；授人以渔，则终身不愁。” 在信息的结尾，我想要表明，对于不再是属灵婴孩的人来说，依赖别人来喂养是多么错误。我问有没有志愿者，而一位海豹先生举起了手。我在弗吉尼亚海滩牧养的教会里有许多海豹突击队成员，但我没想到他们中会有人举手。他上来，我就让他坐在我腿上。我拿着一罐婴儿食品，问他我可不可以喂他。所有人都露出了“真受不了”的表情，还发出“那位壮汉在牧师怀里好难堪”的窃窃私语。

真的有那么重要吗？

自己读经真的有那么重要吗？是的，非常重要。

如果你每周都去教会，听讲道不就算读经了吗？不，不是的。如果你想常在神里面就不行。

我们阅读、查考、了解和应用圣经至关重要，为什么呢？

- 首先，因为我们爱神，并想更多经历他的爱。圣经就像神写给我们的一封信，你觉得收到某人的情书但从没打开过吗？圣经说神是爱，当我们读他写给我们的信时，我们就在他的爱里成长。
- 圣经也给了我们人生的指引。我们很容易感到迷失或者失去方向，神在圣经中给了我们智慧，为我们带来所需要的方向。
- 坚持读经也很重要，因为这有助于我们辨别真理和谬误。
- 我们需要研经的另一个原因是，这是属灵成熟的关键。如果不进入神的话语中，你就是在阻碍自己的属灵成长。

这至关重要，但是研究表明有三分之一的基督徒从未读过圣经，有三分之一的人每周只读一到三次。但是，真正能够成长的，是那些每周至少读四次圣经的人。经过多年研究，这就是圣经研究中心（Center for Bible Engagement）得出的结果。例如，每周至少读经四次的人会：

- 与他人分享自己信仰的可能性提高了228%。
- 门训他人的可能性提高了231%。
- 背诵经文的可能性提高了407%。
- 观看色情制品的可能性降低了59%。
- 发生婚外性行为的可能性降低了68%。
- 与孤独感抗争的可能性降低了30%。⁷

我该怎么做？

圣经是大大部头，那么你该从哪开始，又如何去读呢？

我一直喜欢通读圣经的整卷书，有的人喜欢挑着读，但当你通读一卷书

时，你就看到所读内容的前后背景。你会明白这段经文是谁写的，是写给谁的，针对什么问题。

我也建议先读新约再读旧约。旧约按时间顺序排在前面，但理解起来更具挑战，因为它描述的时代离我们更遥远。当我们了解了新约，我们就能借此理解旧约。而且，新约是我们遇见耶稣的地方，整本新约都是关于耶稣的。

在开始读之前，我会求神透过他的话与我说话。我想要带着谦卑的心读圣经，尽可能多地从中获益。

我在读的时候会问三个问题。

首先，*圣经说什么？*我的问题在于，我性子比较急，能读一整章的圣经，却完全不清楚刚刚读了什么。但圣经对我而言太重要了，不可以略读。所以，我会让自己慢下来，方法就是问几个“说什么”的问题，比如“经文说了什么？”“关于神我学到了什么？”“对于自己我认识到了什么？”

第二，*那又怎样？*想象一下，有人读过了你刚刚读过的一段经文，然后问你：“那又怎么样？这与今天的有什么关系？”你会怎么回答呢？这段经文中的生活原则是什么呢？

有时候这很简单。你读到一节经文说“不要论断人”，这对今天来说意味着什么呢？意味着不要论断人。还有些时候并没有这么简单，例如，圣经里有节经文说不要吃献祭给偶像的肉（见徒 15:20）。我觉得我这边的小超市应该不卖那种肉，那么我可以跳过这一节吗？其实不可以。只要看看前后文并且稍微深入探究，你就会发现，在基督教早期存在两个群体间的争议。一个群体认为购买献祭给异教神的肉没什么大不了，另一个群体认为这样做等同于参与了对方宗教。这一问题被带到了教会领袖面前，他们最终下了定论。他们主要的意思是，献给偶像的肉和在芝士四分之一磅汉堡里夹的肉没什么区别。为什么呢？因为偶像不是真实的，只是假神的代表。所以，你吃献给它们的肉并不会得罪神。但这确实会得罪某些人。吃了那种肉，你就会让他们在属灵的路上跌倒。所以，不要吃就好了，要甘愿为了帮助他人放弃自己的自由（见林前 8:4-9）。

那么，“不可吃祭偶像之物”里有什么原则吗？当然。这就引出了我读圣经时间的最后一个问题。

第三，*然后呢？*这已经超过了普遍经验，转入到你具体应用的范围。基于你所读到的内容，你的生命应该如何改变？就不能吃献祭给偶像的肉那一节来说，也许你感觉好像吃饭时来一杯葡萄酒没事，可你在和一位刚从酗酒中恢复的朋友吃饭。那么这节就是在说，你不能喝酒，因为这也可能会让他跌倒。或者也许你有一件较为暴露的泳衣，你想要穿着在后院晒日光浴。可是你要参加的是一场有许多男性的泳池派对，那么这一节说的就是你不要穿那套泳衣，这样就能避免吸引太多的目光在你身上。“*然后呢，要做什么？*”问题能帮助我们应用我们所读到的经文，因为把圣经应用出来这种顺服神的方式是爱神（见约 14:15）以及得神祝福（见雅 1:25）的关键。

如果你有圣经，你就可以自我喂养；这样做，你的生命就会改变。

或者……我也可以叫你上台，往你嘴里塞一勺婴儿食品，不过我跟你保证，你肯定不会喜欢。

讨论与反思：

1. 请读雅各书 1:22-25。
2. 圣经说什么？这段经文不只是关于读经，更是关于将圣经应用到你的生活中，它是怎么说的？
3. 那又怎样？你认为将圣经应用出来对于真正为神而活来说为什么是必不可少的？
4. 然后呢？怎样能帮助你更持之以恒地寻求“怎么做？”并且应用在你的生活中呢？

5

你的心在哪里

“不要为自己积攒财宝在地上，地上有虫子咬，能锈坏，也有贼挖窟窿来偷。只要积攒财宝在天上，天上没有虫子咬，不能锈坏，也没有贼挖窟窿来偷。因为你的财宝在哪里，你的心也在哪里”（太 6:19-21）。

自从有了孩子以后，我和我太太就不再交换圣诞节礼物了，我就是太小气了。但在她为我生下爱的结晶之前，我们曾各自为对方留了一百美元的圣诞节预算。有一年，珍告诉我她想要一条钻石网球手链。我去了商店，店员向我展示了100美元能买到的钻石网球手链。我盯着手链问：“你确定这是钻石的吗？看起来更像是细碎的……亮片。”

我还是买了下来，在圣诞节早上给了珍妮弗。她欢呼道：“这就是我想要的，亮片网球手链！”

几天后，手链上面的扣环坏了，正在我意料之中，我把它带回去修理。就在一天前，珍的祖母刚给了我们每个人一百美元，那是她每年的礼物，也是我们个人每年唯一能用来挥霍在自己身上的钱。在等待修理扣环的时候，我注意到了一条二百美元的网球手链，真的能看得见钻石那种！

几小时后，我把珍的网球手链递给了她，她看着手链问：“不对吧？亮片是变大了吗？”

我微笑着说：“其实，我给你买了一条更好的。”

她很不解：“你哪里来的钱呢？等一下，你是不是用了我祖母的钱？为什么？你干吗……干嘛要这样做？”

我对她说了实话：“是爱让我这样做的。”

数不尽的理由

我想让你思考一下奉献。比如通过教会……把钱财……奉献给神。人们不

喜欢听到关于奉献的话题，但是神提到这件事……而且很频繁。其实，可以参考一下圣经中出现这样重要词汇的次数：

信 (**believe**)：272次。

祷告 (**pray**)：374次。

爱 (**love**)：714次。

给 (**give**)：2162次。⁸

而这还只是给这个字，你在圣经中常会见到的词是十一奉献 (*tithe*)。十一奉献这个词的意思是“十分之一”，进行十一奉献就是将你所得的一切献十分之一给神。你也同样会看到献这个字，献上的东西就是任何你献给神的，超过十分之一的东西。

我们应该慷慨地向神奉献，这样做有数不尽的理由。例如：

*这是神的钱，不是我们的。*我们认为这是我们的钱，可神说是他的。⁹我们之所以有钱的唯一原因，是因为他给了我们获得钱财的能力。所以，事实上，我们不是把自己的一部分钱财献给神，是神让我们保管他大部分的钱财，而我们把其中一小部分还给他。

神命令我们把钱财归还给他。在整部旧约中，他都命令人们把十分之一给他。¹⁰而在新约中他差遣了他的儿子耶稣为了我们而生，为我们而死，并命令我们慷慨地奉献。¹²人们一直以来都有充分的理由去慷慨地奉献，归还给神，不过现在我们有一个更加充分的理由。

*神会因你的奉献祝福你。*¹³如果我能在神的祝福或我的一部分钱之间做选择，那我每天都要选神的祝福！

*奉献能使我的信心增长，能帮助我更多信靠神，更少信靠自己。*决定只靠不到全部的收入来生活，起初是件可怕的事，但这不仅能展现你的信心，更能让你的信心成长，因为你会看见神如何供应你。

*奉献帮助我正视自己终将死亡的事实。*只为今生以及今世的事物而活很简单，但我们将会有永恒的生命，唯有永恒的才是真正重要的。当我奉献

时，我就是在承认，有些事比我短暂的今生更重要，我就是在把我的钱投入到那些影响力能超越我在世年岁的事物上。

*奉献也能帮助我设定优先次序。*神命令古以色列人向他奉献所得的头一分十分之一。¹⁴不是我们剩余的，而是我们付的第一笔钱。当我们那样做，就更能清楚地表明神是我们生命中最重要。

*向神奉献，使我可以让我钱财产生永恒的影响。*我有很多选择可以决定如何使用我的钱财，而用到我钱财的大部分东西最后去向都是马桶或者垃圾场。我通过教会奉献给神的会用于他托付的使命，那就是带失丧的儿女回家到他那里，到天上的永恒。我想要把我的钱用在这里！

因为爱

我们有数不清的理由去慷慨地奉献归还给神，但现在我想要你把重点放在我还没有提到过的一条上：爱。奉献表达了我对神的爱，能帮助我经历神对我的爱，也能让我对神的爱增长。

也许在你听来很奇怪，但这是耶稣的原话。

他说：“有了我的命令又遵守的，这人就是爱我的。爱我的必蒙我父爱他，我也要爱他，并且要向他显现”（约 14:21）。我们受命要慷慨地向神奉献金钱，爱耶稣的人会“遵守”和“顺服”这个命令。因为他们那样爱神，神的爱也会向他们显明。这样做的人 would 经历到神的爱。

耶稣还说：“因为你的财宝在哪里，你的心也在哪里”（太 6:21）。换句话说，你会把钱财投入到你所在乎的事情中，你也在乎你所投入钱财的事情。

你会把钱财投入到你所在乎的事情中，难道不是这样吗？事实上，我看看你的账簿和信用卡账单，我就能对你了解很多。

当你把钱财投入到某件事情中，你会越来越在乎它，难道不也是这样吗？就好像如果你有一辆老破车，你不会太在乎它。如果你载了一位带着食物的朋友，他问你：“我可以在你车里吃薯条吗？”你会笑出来，说：“你用勺子吃意大利面我也不在乎。”但如果你花大价钱买了一辆新车，你会

对朋友说：“不行，你不能在我车里吃东西！甚至我都不想让你在我车里呼吸！”当你的钱放在神那里，你就会越来越在乎他。

反之亦然。如果我们太在乎我们的钱财，不想奉献出去，那我们就失去了与神联结并成长的一次重大机会。事实上，这会将我们推向与神相反的方向。耶稣说：“一个仆人不能侍奉两个主，不是恶这个爱那个，就是重这个轻那个。你们不能又侍奉神，又侍奉玛门”（路 16:13）。圣经甚至还说，我们对钱财的迷恋会使我们远离信仰：“贪财是万恶之根。有人贪恋钱财，就被引诱离了真道，用许多愁苦把自己刺透了”（提前 6:10）。

耶稣说：“因为你的财宝在哪里，你的心也在哪里”，我觉得把这句话改述一下也不夸张：“因为你的钱财花在哪里，你就常在那里面。”

慷慨地奉献归还给神吧，不要想着算清楚最少要奉献给他多少，而是要看你能奉献给他多少。你一定会庆幸自己是这么做的。其他人也许会觉得你疯了，但当他们向你投来不解的眼神问你为何如此，你就微笑着说：“是爱让我这样做的。”

讨论与反思：

1. 阅读哥林多后书 9:1-15。关于奉献，你从这段经文中学到了什么？花些时间为奉献制定一个计划。你愿意向神奉献多少？怎样才算慷慨？你会何时并如何增加自己的奉献？
2. 在与神争夺我们敬拜的对象上，金钱往往是最强劲的对手，它往往也是人们最难放手愿意真正献给神的东西。花些时间为你的财产祷告，求神让你看清自己的心以及在钱财方面哪里需要改变。求他帮助你，让你看重他胜过看重钱财以及钱财所能买到的一切。



结语

你活着，本应当不受困于焦虑，而是带着平安、忍耐与热情；没有忧虑，感到满足，而不是空虚；有引导，不困惑；以使命为导向，而非无聊。

若你没有活出那样的人生，问题就在于你没有常在神里面。

常在神里面，就是你挣扎的解药，这是你应该活出的人生。

没有什么比你活出那样的人生，成为你该成为的样子更重要了。这才是能在今生带给你真正生命，也是你将带入永恒的。

耶稣在邀请你进入更美好的事，他在邀请你进入他里面。这是世上最不可思议的邀请。接受吧。今天就选择常在耶稣里面，然后在余生的每一天，都不断重复这个选择。



注释

1. <https://biblegeeks.fm/podcast/daily-43>
2. <http://news.bbc.co.uk/2/hi/entertainment/6224725.stm>
3. 对我来说，最奇怪的地方是想到一名前披头士成员会买或者吃冷冻披萨。
4. <http://www.cbsnews.com/news/kournikova-stalker-given-warning/5>.
5. Max Lucado, *Just Like Jesus* (Nashville: Word Publishing, 1998), 70–73.
6. 可能是我自己瞎说的。
7. https://bttbfiles.com/web/docs/cbe/Scientific_Evidence_for_the_Power_of_4.pdf
8. 不同译本统计或有出入，但大意如此。
9. 比如，参考诗 24:1 及林前 4:2。
10. 例如，参考利 27:30。
11. 顺便说一下，耶稣肯定了十一奉献。见路 11:42 及太 23:23。
12. 林后 9 章就是其中一个例子。
13. 比如，参考申 12:6–7，玛 3:10 及林后 9:6。
14. 例如，参考箴 3:9 及申 18:4。



文斯·安东努奇是弗吉尼亚州弗吉尼亚海滩前线教会（Forefront Church）的创始牧师，也是位于拉斯维加斯大道附近罪恶之城中心地带的活力教会（Verve Church）（vivalaverve.org）的创始牧师。文斯著有《我成为基督徒后，得到的只有这件破烂的T恤》、《游击情人》、《叛徒》、《神赐予我们其余的人》和《恢复》。他还是一位合作作家，帮助作家创作引人入胜、激励读者的内容。他喜欢与挚友——妻子詹妮弗、孩子道森和玛丽莎——共度时光。

