

第 115 讲 怎样吃喝耶稣

今天这一课我们讲吃喝耶稣的第二讲，是如何吃喝。那么首先我们看看吃喝是什么含义？

第一节 吃喝的寓意

吃喝的寓意是什么？吃喝耶稣的血和肉呢，其实就是从生活细节上咀嚼和吸收他的生命。他的生命就是道，这是我们知道的。

除了吃喝血肉的比喻以外呢，耶稣还有些其它的比喻，比方说藉着活水，藉着葡萄树，指着马利亚，做了进一步的说明。

首先看看活水。

我们都很熟悉，耶稣说：人若渴了，可以到我这里来喝。人若喝我所赐的水就永远不渴。我要将生命泉的水白白赐给那口渴的人喝。（约 7：37；约 4：14；启 21：6）这都是讲吃喝的。其实这活水就是指耶稣他自己的生命，圣灵就是他的生命。

第二，葡萄树。

耶稣说：我是真葡萄树，你们是枝子。枝子若不常在葡萄树上，自己就不能结果子。你们若不常在我里面也是这样。（参约 15：2-5）其实，用枝子跟树的比喻非常的恰当，就是那个枝子是不停地在吮吸着那个树的生命、营养，它才能结果子。这就是吃喝的一个含义。

还有就是。在耶稣的脚前坐着听他的道，耶稣说她选择了不可少的一件事，是不能夺去的上好福份。这件事，表面上看是在听道，实际上是在吃喝和品味耶稣的生命。坐在耶稣的脚前，与耶稣那么亲密，实际上是一种生命的接触，生命的接触。

马大呢，是在忙忙乱乱地服侍这个生命，而马利亚是在悄悄地，静悄悄地在吸收这个生命。所以耶稣说吸收我的生命，这是最要紧的。当然，服侍也很要紧，但是吸收是关乎我们存活的。

第二节 吃喝的内容

第二节，我跟大家分享吃喝的内容。

吃喝血肉，那个血肉代表什么？具体指的是什么？我想起码包含以下四点：话语，行为，性情和心意。

那么先说话语。当耶稣对门徒们说他的肉可以吃，而且必须吃。他的血可以喝，而且必须喝。这些话门徒们一时理解不了，以至于有人退去。

这时耶稣说：这话绊倒你们吗？我实实在在地告诉你们，叫人活着的乃是灵，肉体是无益的。我对你们所说的话，就是灵，就是生命。（参约 6：61-63）



你看，耶稣说的血和肉，其实就是他说出来的那些话。那些话就是灵，就是生命，就是他的血和肉。所以说吃喝血肉，首先是吃喝他的话语。

在旷野的试探当中，耶稣也对着魔鬼说：人活着，不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。（太 4：4）

那么还有行为，也是耶稣的血和肉的一部分。因为话语，耶稣所说的话语没有一句不落实到他的行为上的。耶稣的行为，也是他生命的血和肉。一言一行，一举一动，一桩桩、一件件这些事儿，都是耶稣的生命的血和肉，有血有肉，丰丰满满，活灵活现。

如果说耶稣的一些话语不容易理解，那么耶稣的行为就是显而易见的，每一桩、每一件都传达准确无误的信息。比方说，他摸那个大麻风病人，这还用解释吗？他不定淫妇的罪，他在税吏家里吃喝，他和罪人交朋友 却厌恶宗教领袖们。他不顾十诫之一，在安息日治病。他虽然有超然的能力，却甘愿死在十字架上，还为杀害他的人祷告。如此等等，这些行为所传递的信息一目了然，根本不需要你去诠释什么东西。这就是他的血和肉。

这些有形有体、有血有肉的生命动作，不是真的是可见、可吃、可喝、可摸的吗？就是道的化身嘛。所以我觉得耶稣说吃喝他，除了言语以外，行为是他生命的血和肉，就是活灵活现，活化在我们的眼前。

第三，性情。言语不仅是言语，行为也不仅是行为，言语和行为都表达着一种性情。这个我们大家都清楚的，人跟人接触也是这样。他说的话，他做的事，如果仅仅是话，仅仅是事儿，那对你触动就不大。但是他的话里，他的事里，对你有一种性情的表露，噢，那个东西可要命了，或者是爱你，或者是恨你，都让你坐立不安。人跟人的交流、相处，其实是性情的交流和相处。

这种性情，也是一种内在的血肉。所以耶稣说：我心里柔和谦卑。（太 11：29）他不仅柔和谦卑，而且还看见他的怜悯、他的信实、忍耐、舍己、宽广、博大等等。这些高贵美善的天国的属性，在耶稣的一言一行、一举一动中流溢而出。真的像一道绚丽的彩虹，跨越了他的一生。他的一生都是充满了这样的性情。我们一说起来就感动！

耶稣不仅感动我们信他的这些信徒们，甚至感动了共产党的创始人陈独秀。陈独秀的文章里边就讲，中国需要耶稣这样的精神。

所以这就是为什么人们对耶稣这么尊崇，哪怕基督教的光景每况愈下，但是耶稣的声誉却蒸蒸日上。随着耶稣的言语行为，细心品味他的美妙性情，这是一件非常美好的事。

怎么品味他的性情呢？还是根据他的言语行为。但是，你不是停留在言语行为上，是顺着他的言语行为进入他的美妙性情，这个时候你好像置身于花丛当中，馨香之气沁人心脾。

第四，耶稣的血和肉，就是他的心意。这是更深的一层，不仅是性情，而且是心意，这就是使徒保罗说的：你们当以基督耶稣的心为心。（腓 2：5）

耶稣的心是一颗什么样的心呢？我们能看见跟吃喝他的心吗？可以。

我们就是要看一看耶稣以什么为念。他从小就为天父的事为念，这是我们知道的。

我们就要看一看耶稣为什么对圣殿里的生意人怒不可遏？因为他为天父的事心里如同火烧，这是他的心通过他的言行举止表露出来。



我们还看到，耶稣看着芸芸众生，他想的是什么？他想的是庄稼熟了，收割的工人在哪里？世人没有救主多可怜，无神论者多可怜，这是他的心。

那么，我们也看到耶稣对罪人的心意是什么呢？是怜悯，不是厌弃。是恩免，不是定罪。是挽回，不是放弃。

我们看到耶稣对义人的心意是什么？义人就是自以为义了，是厌弃。所以说要体察耶稣的心。

我们吃喝耶稣就是摸他的心，不是背一些话。背一些话那是最表层最表层的。通过他的话来看他的事儿，就深一层了。通过话和事看他的性情，更深一层。通过性情摸他的心，那是最深的。这是以耶稣基督的心为心。

那么再看一看，耶稣在苦难跟死亡面前心是怎么想的？他想的是，父啊，不要照我的意思，只要照你的意思。（路 22：42）

那颗心太伟大！这就是耶稣的心。我们要吃喝这颗伟大的心，好叫我们渺小的心得以饱足。

第三节 吃喝的方法

这一课的第三节，就是吃喝的方法。

说起来呢，吃喝耶稣并不需要什么方法。你们知道，不需要学什么东西，就好像婴儿吃奶不需要学习。你看哪个小孩吃奶之前，先经过吃奶培训班？有奶他就会吃。我们在耶稣这里其实也是这样，耶稣是以马内利，无限丰富，你要有心吃喝他的人总能够吃喝他，而且随时可以吃喝他。

下面有三点，只是个人的一点体会。这三点就是阅读、默想和在耶稣里祷告。

第一个就是阅读耶稣。

如前所述，整本圣经都是为耶稣作见证的，读经的目的就是到耶稣这里来，认识他，信靠他，吃喝他。我这里边特别强调四福音书，他是道成肉身、有形有体、有血有肉的具体记载，其中的每一句话、每一件事，我觉得我们不仅应该仔细阅读，还应该身临其境，仔细地品味。吃喝式地阅读，就是要天天地去读，要一口一口地咬，要慢慢地嚼，要吞下去，要消化吸收。

首先讲这个天天。

这是我的体会，我天天读圣经，不管读的是新约，还是旧约，我习惯性地最后归结到耶稣这里，一日三餐持之以恒。如果说信耶稣是一次突破，那么吃喝耶稣就是一生坚持。

我的脑子很清楚，耶稣什么样，他这个样子，他这生命的样式、性情、心态，就是我的标杆。你要用耶稣的标准来衡量圣经里每一个人的话，但是这些东西我们不解释它，每个人自己谁能领受谁领受。但是有一点是十分保险，绝不会出差错的，高举耶稣基督，这个是最简单的办法。

旧约新约都要读，通读、细读、研读都可以，但是不管读什么，以耶稣为标准。耶稣这个标准在你心里很清楚嘛，因为四福音书我们都可以背下来了，几乎都。



我读黑格尔、康德、苏格拉底、柏拉图、罗素、尼采，读这些非基督教的书，我不知道为什么都能读出耶稣来。有的是从侧面，甚至有的是从反面。你知道什么叫反面？我能从他的这个话里面读出来，他要是耶稣就绝不这么说。你知道，这就是昼夜思想总离不开神，就是这个意思，总离不开神。

所以说，我觉得要天天去读。最关键的就是能把圣经本身作为耶稣的见证，归结到耶稣这里来，这就对了，这就符合耶稣教导的那个读经原则，就是你们读经，却不到我这里来得生命，就是这个意思。那我们现在反过来说，主啊，我们读经，要到你这里来得生命。

第二要咬下。

第一是天天，第二要咬下，就是一口一口，不能贪多。我一般是睡觉之前，晚上读，一个故事，一个神迹，或者耶稣的一段话。

吃饭的时候，你不能把整个面包一下塞下去，你总是要一口一口地吃。那是为了什么呢？为了下一步，咀嚼啊，就是嚼啊。因为你咬一口，咬得少一点你才能嚼得过来，才能翻来覆去地细嚼烂咽。嚼的时候，不是在文字上揣摩，而要多在灵意上体会，重在生命的融合。

什么叫生命的融合？就是像唾液伴着食物一样。因为我们嚼东西的时候会有唾液嘛，唾液就是我们自己生命的光景。你有忧虑吗？就带着忧虑来嚼这个经文。你有苦毒吗？就带着苦读来嚼这个耶稣的生命的经文。实际上这是一件很自然而然的事，因为你在读耶稣的话语的时候，你自己的心态立刻就摆进去了，一定就进去了。人生当中风风雨雨、起起伏伏的，靠着耶稣我们真的有平安。

第四，就是吞咽，吞咽就是交给耶稣。将忧虑，将苦毒，将心情，将这个各种情绪，把当下的整个生命吞下去，吞到耶稣的心肠里，我们就一块石头落地。

因为吞咽以后就是消化，吸收消化。吸收消化不是我们自己的事儿，我们自己不知道，我们也不需要努力，我们也掌握不了。剩下的事你就别管了，他就会化作你的生命力，叫你活得健康有力，结果子。

我想这是吃喝耶稣，第一个就是阅读他，吃喝式地阅读，把耶稣的生命跟自己的生命融合为一。

那么第二个，我觉得就是默想耶稣。

对耶稣的言语、行为、性情跟心肠，有了了解，耳熟能详，像最知心的朋友一样了解，就可以默想他，随时随地地默想他，在圣灵里默想他。不仅会叫我们想起耶稣所说的一切话，也会将耶稣在我们心中成形为一个活生生的人，确知他永远与我们同在。

我是个写作的人，有的人是祷告的人，有的人是创作歌曲的人，有的人是牧养教会的人。我觉得不管你是做哪一方面的侍奉的，默想耶稣都是个源泉式的事情。所以有时候我写啊，写啊，写不下去了，或者写得累了，我就不写了，也不想写了，就跪在那祷告。祷告，不是为我写的东西祷告，不是为功利性的祷告。纯粹亲近耶稣的那种祷告，享受耶稣的那种祷告，那种默想式的祷告，安静在耶稣怀里，完全放松。有时候想着想着就睡着了，打个盹儿，醒了。睡觉是在耶稣里睡过去，醒过来也是在耶稣里醒过来。哎，这个时候，突然那灵感下来以后，是完全一个崭新的思路，把你原来的东西都给你废弃掉。你说耶稣多神奇！就想他就好了。有时候想事想不开的时候，就想耶稣。



默想需要独处和清静。

这个独处很重要，耶稣常常一个人到山上、海边或者旷野，清晨或者晚上。你看，在出来传道之前，他拿出 40 天独自到旷野。那个呼召 12 门徒之前，他整夜独自在山上祷告神。在上十字架之前，他也是独自一人面对天父。

我们也是一样，只有独自面对耶稣的时候，才能真正地看清耶稣，亲近耶稣，进入耶稣，聆听耶稣。因为他跟我们的关系真的是个人之间的关系，别人不能替代的。我就常常想，将来到了天国跟耶稣相见的时候，他不会问你，你是属于哪个教派的，也不会问你的牧长是谁。他就问你，你是不是真知道我。他是不是真知道你，那个灵里边是不是 match。

默想还需要定睛了，眼目不偏离。

有个视觉的实验图景，我不知道你们看到没有，在网上传。就是中间是一个十字架，周围是那个五颜六色的小圆点，是吧？那周围的圆点在旋转。如果你的眼睛定睛在十字架，那个圆点就看不见了，周围什么也看不见。但是你稍微一松懈，你的眼神稍微一松懈，那个圆点就出现，十字架不见了。我说这谁设计的，真是活灵活现，我现在电脑里还存着这个东西。就是你的眼睛聚焦点在哪儿，你就看见的是什麼。你聚焦在十字架，中间那个十架上，世界就不存在了，五颜六色都不存在了。你稍微不聚焦，不是说你故意地去看世界，你只要对耶稣稍微一不聚焦，那个世界就“啪”把你的视野全给笼罩了。

现在不就是这样嘛！我觉得，我们现在的信仰生活也是这样。不是你故意去追求世界，只要你对耶稣稍微松懈一点，立刻就大水就淹死你，因为你本来就被水淹着呢，耶稣是伸出来一只手，把我们要拉出去。

所以默想耶稣的时候呢，不能让任何但是、然而来打岔。我们提出一个说唯独、绝对、定睛、单单的，我们常常心里边就会很本能地出现一个意念，但是、然而。这个但是、然而后面是什东西呢，一般是我们听来的道理，或者是教会侍奉中的一些难题。所以当我们谈耶稣的绝对性的时候，这些相对的东西，这些条件性的东西，这些我们经历过的东西，摆在我们面前的东西，我们拿来，但是、然而。你知道吗，我们唯独耶稣的意思就是不要让任何但是、然而来打搅你。

我现在讲耶稣，耶稣就是这个样子，标杆是不能降低的。取乎其上，得乎其中。取乎其中，得乎其下。就是说，当你把标杆定到 100 的时候，你可能最后达到 80%。但是如果你定到 80%，你只能得到 60%。所以耶稣的标杆是不能降低，绝对就是绝对，除他以外，别无拯救，就是绝对的。若不藉着他，没有人能到神那里来，这就是绝对的。从来没有人见过神，唯有他把神表明出来，这就是绝对的。你不要后边说但是、然而。

我这教给大家一个秘诀，这就是你的力量。你在倒下的时候说耶稣就是绝对的拯救，你说但是现在不一样，那你就死定了。所以呢，不能让任何现实、任何知识来干扰。不能让任何东西，特别是宗教的东西，来分散我们对耶稣的注意力。

Ok，这是第二点。

第三个就是在耶稣里祷告。

我们祷告的时候总是奉耶稣的名，为什么？因为是在耶稣里祷告。那在耶稣里祷告是什么意思？简单地说，就是本乎恩典的祷告，就是凭着信心的祷告。反过来说，就不是本乎律法祷告，不是凭着自己的行为祷告。这个对照很明确，一听就明白。



我们来看看，什么叫在耶稣里祷告，什么叫在律法下祷告。

在律法下祷告，会带着恐惧和不确定性。比如我们在诗篇里读到：我白日呼求，你不应允。夜间呼求，并不住声。（诗 22：2）

耶稣怎么说的呢，在耶稣里祷告充满平安和笃定。因为耶稣说：你们祈求，就给你们。寻找，就寻见。叩门，就给你们开门。（太 7：7）

你说你是用哪个心情祷告好？你自己比比。很多人没有耶稣给的这种信心，才用律法祷告。你到底是活在新约里还是活在旧约里？

在律法下祷告，生杀予夺全在神手里。诗篇说：求你垂听我的呼求，求你怜恤应允我。（参诗 27：7）

在耶稣里祷告呢，恩典已经在先了，就等着你的信了。耶稣怎么说的呢，耶稣说：凡你们祷告祈求的，无论是什么，只要信是得着的，就必得着。（可 11：24）

你注意，这段话跟上面那个诗篇那段话的差别在哪里？诗篇那句话说，我在呼求你。现在的问题是，你应允不应允我，是这个意思啊。问题在你手里，上帝，不在我手里。我已经尽了我的努力了，看你怎么办吧！耶稣怎么祷告的，耶稣说：你求什么，无论是什么，你信是得着的，就必得着。耶稣说 No，球在你手里。我的恩典已经在先了，我已经做成了。

在律法下祷告，难免不带着论断和苦毒啊。诗篇说：愿你在他们的罪上加罪，不容他们在你面前称义。（诗 69：27）

在耶稣里祷告，必带来饶恕与和平。因为耶稣说：你们站着祷告的时候，若想起有人得罪你们，就当饶恕他，好叫你们在天上的父，也饶恕你们的过犯。（可 11：25）

在律法下祷告，很难有全然的信心。旧约怎么说的：说主耶和華啊，你若究察罪孽，谁能站得住呢？（诗 130：3）那你如果在这种律法下祷告，你怎么会有全然的信心呢？

在耶稣里祷告，就可以信心满满。你看怎么说的：神既不爱惜自己的儿子，为我们众人舍了，谁还能定我们的罪呢？（参罗 8：32-34）

旧约上那个立场，就是说谁能站得住呢？在新约上，耶稣替我们死了，谁还站不住呢，在耶稣下？我们站得住。这个真的是不一样，旧、新这两个词儿分得很清楚，一个是旧的，一个是新的。旧的不去，新的不来，是这句话吧？也有人反过来说，新的不来，旧的不去。

人的天然本性里就有一种宗教的东西，有一种自义的东西。说到底是受着魔鬼撒旦，那个毒蛇的谎言，谎言说你行的、你行的，你的眼睛亮了就可以像神一样分善恶的，就可以论断的，等等等等，结果彻底失败。这一失败不得了，沮丧、抱怨、苦毒，都出来了。耶稣来救我们，告诉我们魔鬼是说谎的，你们的真相是什么，神的真相是什么，我待你们的真相是什么。

显而易见，人若在耶稣里祷告，他祷告的时候就是在信靠耶稣、吃喝耶稣、融入耶稣了，就是在承受他的恩典、吸取他的生命了。如果你在耶稣里祷告，用信心祷告，冲着他的恩典祷告，本身就是在接受他、融入他，就是在承受他、吸取他。



上边我谈了阅读耶稣、默想耶稣、在耶稣里祷告这三件事，可以合为一件事，就是边阅读、边默想、边祷告。每天最好定时，或者早晨，或者晚上。当然，如果养成一种随时默想、随处祷告的习惯更好。

最后我用《荒漠甘泉》中的一句话，大意是，这不是原话，大意是，知道如何与耶稣不间断地交流，是人的一切才能中最奇妙的才能。知道如何将耶稣留在自己的心里，是人的一切智慧中最伟大的智慧。

我非常阿们！

祈祷

主耶稣啊，真是沉痾已久，积重难返。你知道，我们在基督教里边，现在真的是什么都有，你也被列在其中。你着急，因为你知道，除你以外，别无拯救。而且有了你，一切都不需要。有了你，其它一切都是粪土，因为我们这些得道之人，甚至没有得道，我们望见这个真道的人，我们就知道除了道以外，在道外无物。因为一切的一切都是由道而生，都在道里面。得了你，得了道，就得了一切。没有你，失了道，就失去一切。世界不过是幻影，世界上的是是非非、憎憎恶恶、善善恶恶，其实在你面前一目了然。虚空的虚空，如同捕风。

主啊，你与我们同在，这是何等宝贵！你的启示的亮光照亮我们的时候，我们的信心就笃定。

我们这样祷告，奉耶稣的名。阿们！

115 讨论题

- a. 请分享你吃喝耶稣的方法是什么？本课对你有什么帮助？
- b. 你经历过在耶稣里的祷告吗？请分享。
- c. 耶稣生命可吃可喝的血和肉具体指什么？举例说明。