



林森南路禮拜堂 主日信息摘要

以下摘要由人工智慧 (AI) 生成，並經教會同工審閱，僅供弟兄姊妹參考與複習用。

如有任何疑問，請隨時向教會長老或傳道人反映。

得享飽足的秘訣

日期：2025 年 3 月 23 日

講員：陳林坤 長老

經文：約翰福音第六章第 1~15、53~58 節

引言

在當今社會，人們追求的「飽足」多半停留在物質層面，然而真實的滿足不僅來自外在的擁有，更是來自內心與靈裡的安穩。耶穌在約翰福音第六章中所行的「五餅二魚」神蹟，以及祂論及「生命的糧」的教導，不僅揭示了祂是供應者，更提醒我們要尋求那永恆不會敗壞的飽足。透過這段經文與信息的分享，我們可以從三方面來領受那屬天的豐盛與滿足。

一、讓我們經歷神所供應的飽足

耶穌在五餅二魚的神蹟中，不僅餵飽了五千人（不含婦女與孩童），更顯明祂深知群眾的需要，並出於憐憫願意供應。祂問門徒「我們從哪裡買餅叫這些人吃呢？」不是因祂缺乏辦法，而是為了考驗門徒的信心。這讓我們明白，神樂意供應我們的需要，不論是肉身的或靈裡的。

然而，耶穌並沒有一開始就行神蹟，而是等到天將晚、人真正餓了的時候才出手。這表明神的供應往往不在我們「想要」的時間，而是在我們「真正需要」的時候。祂不單顧念我們表面的祈求，更透徹了解我們靈魂深處的真正渴望。

若我們所祈求的沒有立刻實現，或許正是神在訓練我們的信心，使我們等候祂最好的安排。即使在缺乏或困難中，若我們相信祂的應許，仍可經歷那奇妙又準時的供應。神不是視我們表現的好壞才願意供應，而是因祂憐憫我們、愛我們，願我們因此更加認識祂，繼續緊緊跟隨祂。

二、讓我們常享在基督裡的飽足

耶穌在神蹟後進一步教導群眾：「我就是生命的糧。到我這裡來的，必定不餓；信我的，永遠不渴。」祂不單單要滿足人的物質需求，更渴望我們靈魂的飢渴得以解決。耶穌甚至說：「吃我肉、喝我血的人就有永生」，這在猶太人的文化背景中極為震撼，但祂的意思是：唯有真正接受祂、與祂聯合的人，才能得著永恆的生命與飽足。

「吃主的肉、喝主的血」是一種比喻，象徵我們每日領受神的話語、與主交通、順服祂的旨意，就如日常生活中不能缺乏食物一般。可惜許多基督徒把神當作「特效藥」，只有在遇到困難或急需幫助時才尋求祂。但耶穌強調的是「每日的糧食」，提醒我們要與祂

建立穩定親密的關係，在日常生活中常常與主同在、得力。

當我們以神的話語為生命根基，就能在混亂不安的世代中仍持守平安與盼望；當我們每日親近祂，靈命自然成長穩定，心靈的飽足也不再依賴環境變化而動搖。

三、讓我們靠主服事別人得飽足

當天耶穌行神蹟時，門徒原本是疲憊、預備休息的狀態。卻在眾人湧至時再次投入服事。他們參與安排群眾、分發食物、收拾剩餘——儘管神蹟是主成就，但耶穌刻意讓門徒參與其中。

他們並非供應神蹟的來源，而只是從主那裡領受、然後傳遞出去。這個過程正是服事的真諦：不是出於我們的豐富，而是出於對主的信心與順服，將我們「不夠」的交在主手中，就能成為眾人的祝福。

服事他人往往是經歷飽足的另一條路。即便是在體力與資源有限的狀況下，只要願意順服神、擺上自己，神能將我們微小的奉獻倍增，使我們和被服事的人同得飽足。

長老分享自己從一位不擅長運動的人，為了陪伴學生參加登山活動而開始跑步的見證。雖然一開始非常痛苦，卻因著服事的動機持續訓練，最終愛上了跑步，不僅身體更健康，也在過程中經歷靈命的鍛鍊與滿足。這讓我們明白，當我們願意為神、為人擺上時，神會在過程中也餵養我們，使我們成為管道，也同得益處。

結語

耶穌說：「我就是生命的糧；到我這裡來的，必定不餓；信我的，永遠不渴。」（約 6:35）祂所賜的飽足，不止於暫時的物質，乃是永恆的生命與每日的靈糧。要得著這樣的飽足，我們需要：

1. **信靠神的供應**，在困境與需要中經歷祂是耶和華以勒；
2. **天天與基督連結**，將祂的話語當作每日靈命的養分；
3. **靠主去服事他人**，在付出中經歷屬靈的成長與滿足。

願我們都不只是成為坐在草地上得餅吃的群眾，也學習像門徒一樣，在主的手中成為餅與魚的傳遞者。如此，我們不僅能得著飽足，更能成為他人飽足的管道，進而與神同行，在信仰旅程中不斷被祂餵養與更新。



林南 LINE@帳號
講道影片/摘要檔案

個人思想及小組討論題綱

1. 今天的信息，讓我對於經歷從神而得的飽足生命，有什麼更深的認識？當我處在不足或甚至缺乏時，可以如何經歷神？
2. 信主後我的屬靈生命如何常享飽足？我需要什麼才能解決內在的乾渴與飢餓？
3. 在我所付出的服事上，我期待獲得的滿足是什麼？今天的信息給我怎樣的提醒或啟發？