

為神而愛自己

茶浸小組靈修分享

經文（慢讀 3 次）

誰能使我們與基督的愛隔絕呢？
難道是患難嗎？是困苦嗎？是逼迫嗎？
是飢餓嗎？是赤身露體嗎？是危險嗎？是
刀劍嗎？

……都不能叫我們與神的愛隔絕，這
愛是在我們的主基督耶穌裡的。

羅8:35,39



常說患難見真情，在遭逢困難的日子，
最能見到真心。或許因困難已大過能力所
及，而當問題的答案不再在成為生活的焦
點，人與人以及人與神的關係上才會顯出
真諦，我們會明白苦難讓人愛得更深。

Bernard of Clairvaux (1090-1153)
《論神愛》提到愛的最高層次是「為神的
緣故而愛自己」。「為自己的緣故而愛自
己」是一種出於自我保護和成長的發展，
但「為神而自愛」卻是一種飽經熬煉、從
神眼光而來的自愛。



自由形式或跟以下步驟分享（約15分鐘）：

1. 請組員慢讀經文3次
2. 從靈性和信仰角度，分享最深刻的感受和提醒
3. 帶領默想和分享，以禱告結束

困難不能夠令懂得自愛的人放棄生
活，只會使生命被煉得更自由地去愛其他
的人。在金錢掛帥的世界，苦難的來臨遏
止我們追求世界的腳步，停下來反省生命
的真諦。看看身邊歷盡滄桑的父母、不離
不棄的朋友，是關係令人活得更豐盛。愛
是永不止息不能被隔絕。



默想

我被一份不能隔絕的愛去愛自己和別人，
讓我以神的愛校正生命的焦點和優先次序。

分享（邀請1-2位分享）

請分享你最深刻的提醒。



禱告

主，多謝祢，賜下不能與神隔絕的愛，讓
我們在順或逆之中，不斷地經歷愛的長闊
高深。

求祢幫助我們與你更深結連，在工作、家
庭和生活中轉化更新，因祢而變得更成熟
豐盛。阿們。

