称义之后的自由与舍己

称义使我们不再靠表现争取上帝的接纳，也释放我们脱离不断自我证明的重担。

本课将思想：一个已经在基督里被接纳的人，如何自由地舍己、爱邻舍、服事上帝。

核心经文

加拉太书 2:20；5:1、13–14
腓立比书 2:1–11；罗马书 12:1–2
哥林多前书 9:19；马可福音 8:34–35

核心阅读

提摩太·凯勒：《忘我的自由》
马丁·路德：《基督徒的自由》
约翰·加尔文：《基督教要义》III.7，基督徒生活的总纲与舍己

学习目标

学完本课，我能够：
1. 辨认比较、夸口和服事背后的自我证明。
2. 说明因信称义如何带来自由，并引向舍己与爱。
3. 在一个真实关系中，实践不以回报证明自己的服事。

第一部分 阅读讨论《忘我的自由》

一 我的自我到底出了什么问题

阅读哥林多前书 3:21–4:7，特别留意 4:3–5。哥林多人借着与保罗、亚波罗等领袖的关系建立地位，因此比较、夸口和党争彼此相连。

“我被你们论断，或被别人论断，我都以为极小的事；连我自己也不论断自己……判断我的乃是主。”（林前 4:3–4，节录）

1. 保罗为什么不只是说“不要骄傲”，而要讨论谁在论断他？结合“自夸、论断、判断、称赞”，你怎样概括教会的核心问题？

2. 凯勒把骄傲的自我概括为“空洞、痛苦、忙碌、脆弱”。哪一点最能帮助你认识自己？为什么？

凯勒用身体作比喻：健康的脚趾不会整天提醒你它存在；受伤时，你才不断注意它。一个不断把注意力拉回自己的自我，也可能是一个“疼痛的自我”。

3. 最近什么事情让你的自我特别疼？除了事情本身的伤害，它似乎还对“我是谁”作出了什么判决？

讨论提醒：真实的伤害需要被认真对待。这里的反省不是把一切痛苦都归咎于骄傲，而是留意痛苦中是否也夹杂着身份受威胁的恐惧。

二 福音不只是提高自尊

常见的答案是：不要在乎别人怎么看你，重要的是你怎么看自己。凯勒指出，保罗既不把别人的评价，也不把自己的评价当作终极判决；连良心无愧也不能使他称义。

福音式谦卑使人减少对自己的持续关注，而不是轻视自己的价值。人可以认真认错、接受反馈，同时不把每次经历都变成对自身价值的审判。

案例讨论

A 与 B 一起服事。A 预备得非常认真，最后 B 却得到更多称赞。A 嘴上说：“感谢主，都是神的恩典。”心里却整晚不舒服。

1. A 的问题只是自尊太低吗？告诉他“你也很棒，不要比较”，能解决什么，又遗漏了什么？

2. 为什么 B 的成功可能让 A 觉得自己的价值下降？一个逐渐学会忘我的 A，会怎样看待 B 的成功和自己的付出？

三 我是否每天都把自己送上法庭

凯勒把日常的自我证明比作受审：表现成为证据，别人的反应成为判决。在基督里，我们不必再靠这些取得称义的判决。这不是说基督徒不再向主交账，而是说，在基督里不再被定罪（罗 8:1；参林前 4:5）。

3. 这周哪件事可以不再被用来证明自己，而只是忠心地去做？这会怎样改变你的行动？

4. 请用自己的话说明：福音如何改变自我认同？本次阅读在哪一点鼓励或挑战了你？

第二部分 已被接纳的人为何舍己

一 身份与行动的次序

自我称义的次序：身份不确定 → 靠表现寻求肯定 → 得到暂时安全。
福音带来的次序：在基督里被接纳 → 不必靠表现争取称义 → 自由地爱人。

“我做得好，所以我才配被接纳”，逐渐转为“我已经在基督里被接纳，因此可以自由地做好事”。称义并不取消成长、悔改与责任，而是改变我们顺服的根基。

1. 假设这周你工作失败、服事没有回应，或受到同工批评：你如何既承认需要改进，又不让这件事决定你在基督里的身份？

二 蒙召得自由也蒙召服事

阅读加拉太书 5:1、13–14。基督释放我们，不是让我们放纵情欲，而是使我们用爱心互相服事。脱离定罪与自我证明的辖制，使人能把自己给予邻舍。

2. 按照这段经文，自由使我脱离什么，又使我能够做什么？“爱人如己”怎样检验我对自由的理解？

三 以基督的心为心

阅读腓立比书 2:1–11 和马可福音 8:34–35。耶稣的降卑显明舍己的样式：不以自己的地位谋取私利，反而顺服父、服事人。祂的十字架首先是救赎我们的行动，也成为门徒跟随祂的道路。

舍己不是否定自己作为受造者的价值，而是放下以自我为中心的主张，为基督和福音而活。罗马书 12:1–2 也把献上自己建立在上帝的慈悲之上。

3. 在你目前的一个关系中，“以基督的心为心”意味着放下什么、主动做什么？

第三部分 路德论自由的主人与众人的仆人

1520 年，路德在《基督徒的自由》中并列两个命题：
基督徒是完全自由的主人，不受任何人辖制。

基督徒是完全甘心的仆人，服事所有人。
参哥林多前书 9:19。两句话分别帮助我们理解人在上帝面前的自由，以及对邻舍的责任。

一 因信领受基督

路德区分“里面的人”与“外面的人”，借此说明：外在的境遇与行为不能使人在上帝面前称义；里面的人需要凭信心领受上帝之道。这一区分不能直接等同于“旧人 / 新人”，也不表示身体与外在行为不重要。

路德以婚姻描绘信徒与基督联合：基督担当我们的罪、死亡与咒诅，将祂的义、生命与救恩赐给我们。信心领受基督，因而不必再靠善行取得称义。

“无需善行才能称义”，不等于“不需要行善”；“脱离律法的定罪”，也不等于“不必顺服上帝”。在基督里得自由的人，仍要在生活中约束私欲、爱上帝与邻舍。

1. 如果基督的义足以使我被接纳，我最想停止哪一种自我证明？这如何帮助我更诚实地面对自己的罪？

_____

_____

二 因爱给予邻舍

信心领受的富足，使人不再必须从邻舍那里索取身份的保证。我们约束私欲，不是为了换取称义；我们行善，是要让已经领受的恩典落实为对邻舍的益处。

不自由的服事：我付出 → 你必须感谢、尊重我 → 你的回应证明我有价值。
自由的服事：我已被基督接纳 → 不靠你的回报取得身份 → 能关注你的真实需要。

2. 你有没有因为服事未获感谢而受伤？其中既有哪些合理需要，又有哪些把对方当作法官的期待？

_____

_____

延伸阅读：加尔文《基督教要义》III.7。思想“我们不属于自己，乃属于上帝”如何把舍己引向顺服上帝和关怀邻舍，而非仅仅追求内心轻松。

课后操练 一次自由地爱的服事

这周选择一个真实关系，留意你如何寻求自我证明，并尝试从已经在基督里被接纳的身份出发，做一件具体的好事。本页可在下次聚会前完成。

第一步 留意受伤的感觉

留意“我已经付出这么多”“为什么没有人注意我”“凭什么这样评价我”等念头。不急着压下感受，先辨认事情本身的伤害，以及它对你身份的影响。

发生了什么？我真正害怕失去什么？我希望对方证明我是一个怎样的人？

_____

_____

第二步 找到隐藏的交易

完成句子：我为你_____，所以我希望你_____。
若对方不给我这回应，我为什么会愤怒、焦虑、苦毒或灰心？

_____

第三步 回到福音的判决

重读哥林多前书 4:3–5 与罗马书 8:1。把眼前需要承担的责任，与不必再争取的称义判决区分开来。

即使_____，我也不需要借此证明_____，
因为在基督里_____。

第四步 做一件自由的服事

我准备为谁做什么？何时去做？怎样使它回应对方的真实需要，而非成为我的履历？

操练后反省：若对方没有注意或感谢，这件好事还值得做吗？我学到了什么？请把仍然难以放下的期待带到祷告中。

操练提醒：不要把“没有任何期待”变成新的表现标准。自由的爱容许表达需要、接受帮助、设立合宜界限；舍己不要求纵容伤害。需要团队沟通或工作交接时，仍应如实说明付出与进度。