

# 聖靈的果子

聖經多次提及真實的水果，如橄欖、葡萄、無花果等。同時，「果子」這個詞經常被聖經用來作為比喻，描述一個人的外在行為、其結果和成就。

*聖靈所結的果子是仁愛、喜樂、和平、恆久忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。(加拉太書 5:22-23)*

一個基督徒如何結果子呢？本質上，我們要成長得如耶穌的形像一樣。換句話說，就是要變得越來越像耶穌，還有在世上透過言語和行動，來擴展祂的王國。



## 愛——包容一切的果子

愛有多重要呢？當有人問耶穌最重要的誡命是哪一條時，祂回答說：「你要盡心、盡性、盡意，愛主你的上帝。這是誡命中的第一，且是最大的。其次也相倣，就是要愛人如己。」（馬太福音22:37-39）換句話說，如果你能做到這兩件事情——愛上帝並愛人如己，那麼生命中其他一切事情也就會順理成章了。



## 喜樂——陽光果子

聖靈能幫助我們克服各種大小問題，無論周遭環境如何，它都能使我們感到快樂喜悅。擁有上主喜樂的秘訣，就在於花些時間讓上帝的話語充滿你的心思，這麼一來，你內心將會充滿祂的靈。



另外大有助益的事是，數算一下你的祝福，想一想上主已經賜給你、為你成就的那些美好事物。「兄弟們，我還有未盡的話。凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的；若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念。」(腓立比書4:8)

## 和平——堅定不移的果子

耶穌應許給我們平安。「我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們。我所賜的，不像世人所賜的，不像世人所賜的。你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。」(約翰福音 14:27)

有一次，門徒們覺得船就要沉了、他們即將被淹死了，耶穌卻平靜了風暴的海面。同樣地，祂也能平靜生命中的風暴，賜給你內心的平安。當你發現有麻煩時，就立刻向祂求助，祂便會賜給你平安。



## 恆久忍耐——助人和 解的果子

「我弟兄得罪我，我當饒恕他幾次呢？」有人曾這樣問耶穌，並抱著希望的推測說：「到七次可以嗎？」

「不是到七次，乃是到七十個七次！」耶穌這樣回答。換句話說，我們永不該停止寬恕他人。



難道上帝沒有寬恕過你「七十個七次」嗎？這豈不使你也想要把同樣的愛、憐憫和寬恕給予他人，所以他們也能認識或接受祂、並體驗祂的寬恕？

## 仁慈——不可抗拒的果子

仁慈就是把愛心付諸行動，把愛以簡單的日常生活方式表現出來。它在為他人著想，它在實踐耶穌給我們的為人準則：「你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。」（馬太福音7:12）對他人的過失和缺點，它會視而不見。它會以溫柔的心和寬恕來待人。



仁慈待人會激發善意。你仁慈的言語和行為在告訴他人，他們的快樂和福祉對你而言是重要的。這會使他們想要以同樣的方式來回應。仁慈是最難給出去的東西之一，因為別人幾乎總會以仁慈來回報你。仁慈須付出的代價不多，但可成就許多。一個友善的微笑或是一句仁慈的話語，對一個正在經歷艱難一天的人來說，可使他有完全不同的感受。一點點的愛，可造成那麼深遠的影響呢！

## 良善——典範的果子

耶穌告訴祂最初的跟隨者說：「你們是世上的光。城造在山上，是不能隱藏的。人點燈，不放在斗底下，是放在燈台上，就照亮一家的人。你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。」  
(馬太福音5:14-16)



這並不是說我們要以自以為是、偽善的態度來行事。耶穌賜予我們的不是那種良善。它乃是發自內心、誠摯的良善，以誠實、同情、樂意助人，還有許多其他方式表現出來。

## 忠信——每天在成長的果子

忠信的人是可靠誠實的。他們忠於上帝，忠於祂召叫他們去從事的工作，無論是什麼也好。他們信守承諾，並履行對他人的責任。所有這些都是他們基督徒的本分。

忠信的人之所以忠信，是因為他們被其信仰所充滿。他們的信仰給他們力量去做有責任感的人。

你如何能保持忠信呢？就是與耶穌保持親近，並一天、一天的忠信。忘記過去，不要擔憂明天。





## 溫柔——博得人心的果子

溫柔是成功地與人相處的關鍵之一，它可使他人對我們意見和想法的開放度大不相同。

聖經將耶穌描述為一隻羔羊、母雞以及一位溫柔、關心我們的牧人。耶穌稱自己「我心裡柔和謙卑」，祂不強迫任何人相信或跟隨祂；祂向人表現憐憫之心，以祂充滿愛心的榜樣，溫柔地引領人們進入祂天堂的王國。如果你想要贏取朋友，那麼就跟隨耶穌的榜樣吧。



## 節制——使人自由的果子

「節制」是加拉太書第5章第22-23節所列舉「聖靈所結的果子」中的第九個。雖然它是最後一個，但顯然是一個很重要的果子。要結出其它八個果子，我們需要許多的節制。

有些人所遇到的處境會比其他人較容易些。我們每個人都是獨一無二的，各有獨特成長的道路。然而，如果我們將自己的生命交託在上帝手中，祂會幫助我們知道該做什麼、不該做什麼；當我們被誘惑或軟弱時，我們良心的聲音會護衛我們。



耶穌在祂尚為自由之身、與門徒們共進最後晚餐時，吩咐他們要結果子：「不是你們揀選了我，是我揀選了你們，並且分派你們去結果子，叫你們的果子常存。」(約翰福音15:16) 一個基督徒如何結果子呢？本質上，我們要成長得如耶穌的形像一樣。換句話說，就是要變得越來越像耶穌，還有在世上透過言語和行動，來擴展祂的王國。

這是一個相當大的挑戰，但耶穌並沒有讓我們獨自執行這個任務。當我們花時間與耶穌在一起，更為認識祂，我們就會成長得如祂的形像一樣，祂的目的成為我們的人生目的，我們會被激發去將我們的信念付諸行動。



[www.freekidstories.org](http://www.freekidstories.org)

Image credits:

Page 1: public domain

Pages 2-12: background designed by brgfx via Freepik. Fruit designed by upklyak via Freepik.

Text adapted from "God's Gifts", © Aurora Productions. Used by permission.

