

活出爱

经文：彼得前书 1:22 你们既因顺从真理，洁净了自己的心，以致爱弟兄没有虚假，就当从心里彼此切实相爱。

讨论问题：

- (1) 你认为健全人生的五大要素中最需要努力的是哪一个？请分享。
- (2) 活出爱最难的在什么地方？请举例。
- (3) 什么是属于你的爱的语言？

分享 **Top two**. 在健全人生五大要素：灵命，身体，智力，财务和人际关系中，人际关系从某种程度上是人活在地上时幸福指数的关键。神把我们放在各样的人际关系中是要我们成熟，学会爱。

哈佛 **Grant Study** (格兰特研究计划) 持续 **82** 年跟踪 **724** 人一生，得出的结论是：只有良好的人际关系才能让我们真正幸福和健康。而良好的人际关系必须是以真爱为基础的。

彼得前书 1:22 教导我们，要活出爱，我们要首先顺从真理，洁净己心，因为人心诡诈，抵挡真理。自我中心是人际关系中最大的拦阻。当求圣灵借着神的话语来光照我们，除去我们以自我为中心的人际关系的态度和生活方式，不再自私自利，自高自大，自义自怜。让我们顺从神，成为一个让神的爱毫无挡阻，自由畅通的器皿。

其次要拒绝虚假，发自真心。除去一切不专一的爱，动机不纯的爱以及只有口号没有行动的爱。当人行在光明中，就不在暗中恨他的弟兄。要当面按照圣经原则解决冲突（歌罗西书 3:13-14，马太福音 18:15-17）。

相信对方的动机是好的，学会换位思考，自我反省，达到和解，包容，饶恕。千万别在微信群里解决冲突！

最后就是要付出行动，活出真爱。没有行为的信心是死的。没有行动的爱心是假的。顺服便是蒙服，照着神的话去做。

学习用爱的五种语言去表达爱：肯定的言词，精心的时刻，接受礼物，服务的行动和肢体的接触。最要紧的是，我们要先被神的爱充满，因为我们不能给我所没有的。从小事做起，从身边的人做起。