

信主后为何仍感觉被罪捆绑，说好的真自由在哪里？（约翰福音 8 章 31-32）

简易版报告

“你们必晓得真理，真理必叫你们得以自由。”（约翰福音 8:32）

这句话可能是圣经中最广为人知的名言之一。我们常常在电影、书籍甚至大学校训中看到它。但你是否想过，耶稣说这句话的真正含义是什么？它远比一句励志口号要深刻得多，是通往真正生命改变的钥匙。

这份简易指南将帮助你理解这节经文的真正含义，并将其应用在你的日常信仰生活中。

第一部分：我们常犯的三个错误

因为这句话太有名了，所以也很容易被误解。以下是三种常见的错误，我们需要小心避开：

1. **误解为“知识就是力量”**：很多人认为，这里的“真理”指的是科学知识或文化教育，“自由”就是摆脱愚昧和迷信。虽然学习很重要，但这并不是耶稣所说的自由。祂关心的是我们灵魂的自由，而不是头脑的知识。
2. **误解为“诚实让你心安”**：有人把这句话简化为“说实话会让你感觉好受些”。虽然诚实是美德，但耶稣所说的“真理”不是指“说真话”这个行为，而是指一个更伟大的、能改变我们生命核心的真理。
3. **断章取义，忽略前提**：这是最危险的错误。人们只记得“真理必叫你们得以自由”，却忘了耶稣在这句话前面加了一个非常重要的条件：“你们若常常遵守我的道，就真是我的门徒”。没有这个前提，后面的应许就成了空头支票。

第二部分：耶稣真正的意思是什么？

耶稣为我们勾勒出一条通往真正自由的清晰路径，这是一个循序渐进的过程：

相信 → 持续住在主的话里 → 成为真门徒 → 亲身认识真理 → 获得真自由

让我们一步步来看：

- 第一步：“常常遵守我的道”

这里的“遵守”，原文的意思更像是“居住”或“停留”。耶稣不是让我们去死守一些规条，而是邀请我们将祂的话语当作我们生命的“家”，安居在其中，每天都与祂的话语亲密连接。这不是一次性的行为，而是一种持续的生活状态。

- 第二步：“就真是我的门徒”

持续地“住”在主的话里，就是我们是祂真门徒的证据。我们的顺服和跟随，不是为了“赚取”门徒的身份，而是自然而然地表明我们已经是祂的门徒了。这就像一棵好树自然会结出好果子一样。

- 第三步：“你们必晓得真理”

这里的“晓得”，不是指头脑里的知识，而是指亲身经历和体验到的认识。当我们持续住在主的话语中，我们就会越来越深地、在关系中认识耶稣自己。因为耶稣就是那终极的“道路、真理、生命”（约翰福音 14:6）。

- 第四步：“真理必叫你们得以自由”

那么，我们到底是从什么当中得“自由”呢？耶稣紧接着就解释了：是从罪的奴役中得释放¹。祂说：“所有犯罪的，就是罪的奴仆”（约翰福音 8:34）。我们每个人都曾被某些坏习惯、负面情绪或错误的欲望所捆绑，靠自己无法挣脱。这种自由，只有“神的儿子”耶稣才能赐给我们。

第三部分：这对我的生活意味着什么？

理解了这节经文的真正含义后，我们可以将它应用在实际生活中。

1. 如何看待我的得救确据？

很多基督徒会问：“我怎么知道自己真的得救了？”这段经文给了我们一个平衡的答案。我们的得救确据有两个方面：

- **客观的保障（神的工作）**：我们的救恩是稳固的，不是因为我们自己抓得有多紧，而是因为天父和耶稣用祂们大能的手紧紧地握住了我们³。祂的应许是我们信心的基石，这是客观的事实。
- **主观的证据（我的生命）**：我们怎么知道自己是被神紧紧握住的呢？就是看我们的生命有没

有持续“住”在主的话语里。一个真正的信徒，生命中会自然流露出愿意跟随主、顺服祂话语的果子。

所以，一个健康的得救确据，是既相信神永不失信的承诺，也看到自己生命中持续成长的证据。

2. 当我还在与罪挣扎时怎么办？

这段经文对正在与罪苦苦争战的你来说，是极大的安慰和指引。

- **不要定罪自己：**你与罪的挣扎和痛苦，恰恰证明了你是一个真门徒，因为一个不属于主的人根本不会为此烦恼。
- **改变争战的焦点：**得胜的关键不是靠你自己的意志力去“打败”罪，而是主动地、持续地“住”在神的话语里。每天用神关于恩典、圣洁和你在基督里新身份的话语来喂养你的心思意念。自由，是在这个持续的过程中，一步步经历到的。

3. 一个常见问题：“信主是我自己‘自由意志’的选择吗？”

这是一个很好的神学问题。圣经告诉我们，在信主之前，我们的意志被罪所捆绑，就像一个奴隶，在属灵上没有选择向善或选择神的能力⁴。我们是属灵上的“死人”（以弗所书 2:1）。

因此，救恩的起点是**神主动的工作**。是圣灵首先使我们“重生”，赐给我们一颗新心，打开我们属灵的眼睛，将我们从罪的捆绑中释放出来。正是因为神先释放了我们的意志，我们才能够自由地、甘心乐意地去选择相信祂。

所以，更准确的说法是：“**神以祂的恩典释放了我被捆绑的意志，使我能够自由地选择相信福音。**”这样，一切的荣耀都归于神！

最后的牧养提醒

亲爱的弟兄姊妹，通往“真自由”的道路是一场持续一生的旅程。

- **保持谦卑**，不断学习神的话语，不是为了炫耀知识，而是为了更深地认识爱我们的主。
- **追求整全**，将一次的决志信主，落实到每一天“住在主里”的真实生活中。

- 在教会中彼此扶持，和弟兄姊妹一起分享、祷告，共同在这条成圣的道路上奔跑。

愿我们都持续住在主的话语中，天天经历那份唯有在基督里的、荣耀的真自由！

引用的著作

1. The Freeing Truth of the Gospel: My Sermon on John 8:31-36 – My Pastoral Ponderings, 检索日期: 9月 21, 2025, <https://mypastoralponderings.com/2021/10/30/the-freeing-truth-of-the-gospel-my-sermon-on-john-831-36/>
2. You Will Know the Truth and the Truth Will Set You Free – Desiring God, 检索日期: 9月 21, 2025, <https://www.desiringgod.org/messages/you-will-know-the-truth-and-the-truth-will-set-you-free>
3. 约翰福音 10:22-42 深度研经与讲道解析
4. Total Moral Inability | Reformed Bible Studies & Devotionals at ..., 检索日期: 9月 21, 2025, <https://learn.ligonier.org/devotionals/total-moral-inability>