

来吃 早饭

讲员王健伟

路24:13-14, 28-32, 41-43; 约21:4-15

复活节的早饭

- 姐妹
- 吃饭
- BMI 19-24 男90厘米 女85厘米

来吃
早饭

复活节中心信息：

复活在人间：门徒要在路上，
工作地点，餐桌上认出，
活出基督。复活离不开生活

来吃
早饭

讲员王健伟

回忆的味道

- 一杯热巧
- 饺子？ 烧饼？

来吃
早饭

讲员王健伟

以马忤斯路上

- 路上偶遇耶稣却认不出来耶稣
- 耶稣好像还要前行，他们却强留他（v. 28）：“将打断视为邀请 interruptions as invitation”
- 吃饭让门徒认出耶稣

来吃
早饭

路上认出基督，晚饭认出基督



1922-2026.03.15



拿起，祝福，掰开，分给
Life of the Beloved,
Henri Nouwen

来吃
早饭

讲员王健伟

耶路撒冷深夜食堂

- 看我的手，摸摸我
- 你们这里有吃的没有？ 他们便给他一片烧鱼，他接过来，在他们面前吃了（vv. 41-43）
- 复活后耶稣依然饿，要吃的

来吃
早饭

加利利海边

- 耶稣站在岸边，门徒却不知道（cf. 可1:35；创32:24）
- 你们有吃的没有？（v. 5）
- 碳烤鱼，手抓饼（v. 6）：先吃饱，后派活

来吃
早饭

约翰福音完整性：21章的必须

1. 序和跋的共同数字 Gematria
2. 21章“主所爱的门徒ο μαθητής που αγαπούσε ο Ιησούς”
3. 153条鱼和20:30-31 “迹象，相信，基督，生命”
4. 153条鱼：以西结47章

(Richard Bauckham. The Testimony of the Beloved Disciple, 271-284)

来吃
早饭

约翰福音完整性:153条鱼是关键

153条鱼:以西结47: 9-10

“这河水所到之处，凡滋生的动物都必生活。并且因这流来的水必有极多的鱼，海水也变甜了。这河水所到之处，百物都必生活。必有渔夫站在河边，从隐基地直到隐以革连，都做晒网之处。那鱼各从其类，好像大海的鱼甚多。

来吃
早饭

复活节属灵原则

复活在人间：门徒要在路上，工作

地点，餐桌上认出，活出基督。

复活离不开生活。

来吃
早饭

讲员王健伟

（一）路上

复活后，耶稣在路上找门徒

来吃
早饭

讲员王健伟

(二) 工作地点

复活后，耶稣在生活惯例，工作地点找门徒

来吃
早饭

讲员王健伟

(三) 餐桌上

复活后在餐桌上：

吃饭需认出，活出基督

来吃
早饭

讲员王健伟

圣经里的食物：

伊甸（创3章）

逾越节（出12章）

但以理吃素（但1章）

喂饱五千人（路19章）

最后晚餐（可14章）

羔羊宴席（启19章）

来吃
早饭

讲员王健伟

复活离不开生活

这是一件意义非凡，激进radical的事。对你我而言，它的意义也如同对他们一样重大。这或许可以解释为什么那七位昔日的渔夫当晚又回到了渔场。他们开始意识到，耶稣的复活与他们的日常生活息息相关。他们需要重新适应这种转变，于是便投身于平凡的生活——回到他们熟悉的工作场所，回到那艘渔船旁。

Eugene Peterson, Living the Resurrection, 67-68.

来吃
早饭

中村哲：食物，生命，活水

- 1973 - 你的生命有意义吗？
- 《白沙瓦》阿富汗

“没食物和水，无法拯救生命”

“一条运河代替100家诊所”

来吃
早饭

讲员王健伟

中村哲：旷野开道路，沙漠开江河

- 挖井 - 2004年:1, 600口井
- 2002-2009年挖运河:27公里Marwarid运河
- 甘贝里沙漠:165平方公里, 60万户家庭



来吃
早饭

讲员王健伟

中村哲：拯救生命需水和食物

2019年12月4日

2019年12月5日：“让我们把这座体育场变成一座教堂，我们把手机变成蜡烛，我们缅怀中村哲。为了中村哲！为了白沙瓦。一位伟人。使人和睦 的人有福了” U2

没有水和食物，无法拯救生命

来吃
早饭

讲员王健伟

食物让门徒认出耶稣

- 不是步行，不是工作，不是听道
- 饼和鱼
- 感谢主，赐我食；求祝福，赐我力

来吃
早饭

食物记忆

- 食物回忆比意识，语言，学习还要深
- 食物：关怀，滋养，安全感，被爱
- 意识与潜意识之间

来吃
早饭

讲员王健伟

食物记忆：原始，非语言

“食物记忆涉及大脑中非常原始、非语言的区域，这些区域可以绕过你的意识。这就是为什么当你吃到某种食物，唤起那些深层的潜意识记忆时，会产生强烈的情绪反应。你无法用语言描述这些记忆，但你知道食物会触发你过去记忆深处的“某些东西”。这种记忆超越了食物本身，延伸到你与食物相关的联想，与很久以前的某个地方或某个人有关。”

Susan Krauss Whitbourne, 2019年8月30日BBC报道

来吃
早饭

食物记忆：说话前，最初的安全感

“食物不仅仅是维持生命所需的物质，它们更是记忆的源泉。食物是她滋养、表达和连接彼此的方式..... 早在我们开口说话之前，我们就已经开始进食。通过食物，我们获得了最初的安全感、关爱和关注。食物是我们建立联系、增进理解和创造归属感的途径。”

Faisal Hoque, 2025年5月26日Psychology Today

来吃
早饭

讲员王健伟

食物记忆:Faisal Hoque

1. 食物是我们的第一语言——在开口说话之前，它承载着我们对爱、安全感和归属感的感受。
2. 烹饪是一种创造——记忆、关怀和直觉在每一盘菜肴中交融。
3. 我们需要的是更长的餐桌。而不是更智能的厨房；食物是连接，而不仅仅是消费。
 - Food is our first language - how we feel love, safety, and belonging before we speak.
 - Cooking is creativity - where memory, care, and intuition come together on every plate.
 - We need longer tables, not smarter kitchens; food is connection, not just consumption.

来吃
早饭

食物：四个建议

- 回归餐桌 Return to the table
- 用心烹饪 Cook with heart
- 保留传统 Preserve tradition
- 教导后生 Pass it forward

复活在人间：学习在路上，公司，餐桌
上认出，活出基督。

来吃
早饭

IMS 钓鱼圣餐主日

复活后，耶稣在生活惯例，

工作地点找门徒

餐桌上：拿起，祝福，掰开，分给

来吃
早饭

讲员王健伟

来吃 早饭

讲员王健伟

路24:13-14, 28-32, 41-43; 约21:4-15