

门徒训练。

第 8 课

1	祷告
----------	----

求神藉着祂的灵指引我们，意识到祂的同在，并聆听祂的声音。
把这一课有关门徒训练的教导交给主。

2	分享（20 分钟）	[灵修] 太二十五：14 至二十八：20
----------	-----------	-------------------------

轮流简短地分享（或读出你的笔记）你在灵修中所指定的经文（太二十五：14 至二十八：20）学到什么。
聆听别人的分享，认真地对待他和接受他。不要讨论他的分享。

3	背诵经文（20 分钟）	[确据] 蒙赦免的确据：约壹一：9
----------	-------------	----------------------

A. 动机（背诵经文）

阅读太二十二：23-33，41-46。

探索和讨论。为什么背诵经文那么重要？

笔记。背诵经文能使你识别和驳斥假教导。

B. 默想（一段经文）

(4)

把以下的背诵经文写在
白板或黑板上，如下：

蒙赦免的确据 约壹一：9
我们若认自己的罪，神是信实的， 是公义的，必要赦免我们的罪， 洗净我们一切的不义。 约壹一：9

约壹一：9

1. 我的责任是认罪。

认罪的意思是当神向我们指出我们的罪时“同意神”所说的。认罪是同意圣经说什么是罪。认罪是把我们所做的错误事情告诉神，也告诉神我们忽略了做的正确事情。

2. 神的责任是赦免和洁净我们。

当神宽恕我们的罪，祂把罪所带来的罪疚和羞愧从我们身上除去。

耶稣受死，成为了赎罪祭。换句话说，耶稣除去神对我们的罪所发的义怒（罗三：25；诗三十二：5）。在神眼中，我们不再带着罪疚，也不需要为过去罪恶的生活而感到羞愧。神永远不再纪念我们的罪（弥七：18-19；来八：12），也永远不再为我们过去的罪而责备我们（约五：24）。神赐给我们一个完全公义的地位。祂欢迎我们进入祂的家（路十五：20-24）。

当神宽恕我们的罪，祂把罪所带来的后果从我们身上除去。

这意味着神洁净我们。祂洁净我们的良心（来九：14），也更新我们的思想和行动。祂赐给我们一个公义的生活方式。

当神宽恕我们的罪，祂把罪的权势（支配）从我们身上除去。

神使我们摆脱罪恶的习惯，不再作罪的奴仆，好使我们可以将肢体献给义作奴仆，以至于成圣。（罗六：6，13，19）。

3. 神是信实和公义的。

神是公义的（义和圣洁），所以祂能够赎罪，也因此能够赦免所有的罪。

神是信实的，所以祂已经赎罪，也因此已经赦免了我们所有的罪！神在约壹一：9 作了应许，祂不会说谎（民二十三：19）。你可以百分百肯定神必实现祂的应许！

每次当你犯罪，你要立即向神认罪，祂必会赦免和洁净你。

C. 背诵经文及复习

1. **写下** 把经文写在一张空白卡片上，或写在小笔记簿的一页上。
2. **背诵** 以正确的方式背诵经文。蒙赦免的确据：约壹一：9。
3. **复习**。二人一组，复习头两节背诵经文。

4	研经（70分钟） <i>（关于生命的问题）</i> 我为什么活在世上？弗四：17 至五：17
----------	---

采用五个研经步骤的方法一同研读弗四：17 至五：17。

步骤 1. 阅读。	神的话语
阅读。 让我们一起阅读弗四：17 至五：17。 让各人轮流读出一节经文，直至读完整段经文。	

步骤 2. 探索。	观察
思想问题。 这段经文中哪一个真理对你十分重要？ 或者，这段经文中哪一个真理感动你的心？ 记录。 探索一至两个你明白的真理。思想这些真理，并把你的感想写在你的笔记簿上。 分享。 （让组员花大约两分钟去思想和写下感想，然后轮流分享）。 让我们轮流彼此分享各人探索的结果。 （以下是组员分享他们的探索结果的一些例子。谨记，在每个小组里，组员分享的事情各有不同，不一定是以下的分享）	

探索 1. 明白神的旨意的重要性。

弗四：30 说：“不要叫神的圣灵担忧。”弗五：10 说：“总要察验何为主所喜悦的事。”弗五：17 说：“要明白主的旨意如何。”事实上，主耶稣对于我*每天如何生活*非常感兴趣。我每天的生活方式可以使祂担忧或不喜悦。如果我说谎、没有控制自己的怒气、偷窃、打架或诽谤，主的灵便感到非常难过。这样，主耶稣不喜悦我的生活方式。但是相反的情况也必定如此。当我说真话、控制自己的脾气、作工和分享、饶恕人、造就人，主的灵便感到喜乐。主喜悦我的生活方式。因此，圣经说：“要明白主的旨意如何。”我越是明白主在我生命中的旨意，我越能够活出讨神喜悦的生命！因此，对于“我为什么活在世上？”这一个问题，我认为答案应该是：“我活在世上是要明白神的旨意，过着讨神喜悦的生活方式。”

探索 2. 我的生活方式（行为）的重要性。

以弗所书在原文中使用了‘行’这个字七次，意思是‘行为’或‘日常生活’。

- 弗二：2 说我们未成为基督徒之前，我们的属灵生命是死的，因为我们行在罪中，随从今世的风俗，顺服撒旦。
- 弗二：10 说当我们成为基督徒之后，我们必须行善，就是神所预备叫我们行的。
- 弗四：1 说：“行事为人就当与蒙召的恩相称。”
- 弗四：17 说：“你们行事不要再像外邦人（非基督徒）存虚妄的心行事。”
- 弗五：2 说：“要凭爱心行事，正如基督爱我们。”
- 弗五：8 说：“行事为人就当像光明的子女。”
- 以及弗五：15 说：“你们要谨慎行事，不要像愚昧人，当像智慧人。”

事实上，神很清楚地告诉我应该如何生活。祂确实告诉我在日常生活应该如何“行事”。

难怪使徒行传说基督徒是“信奉这道的人”（徒九：2）。

对于“我为什么活在世上？”这一个问题，答案应该是：“我活在世上是要过着神吩咐我去过的生活。”神清楚告诉我不应该过怎样的生活，也清楚告诉我应该如何生活。我活在世上是为了讨神喜悦。作者保罗在另一封书信这么说：“你们或吃或喝，无论作什么，都要为荣耀神而行。”（林前十：31）。人被造，并且被安置在地上，是为了讨神喜悦和荣耀神。当人选择过一种讨神喜悦的生活方式，神便感到欣喜。但是当人选择以自己的方式去生活，神便感到悲伤，并且会惩罚他们，将他们从祂国里挑出来（太十三：41-42）。世俗的口号如“怎么都行”和“想做就做！”其实都是大谎话！

步骤 3. 问题。	解释
思想问题。 对于这段经文，你会向小组提出什么问题？ 让我们尝试去理解弗四：17 至五：17 所教导的一切真理。请提出任何不明白之处。	

记录。尽可能明确地表达你的问题。然后把你的问题写在你的笔记簿上。
分享。（组员花大约两分钟去思想和写下感想之后，首先让各人分享他的问题）。
讨论。（然后，选择其中几个问题，尝试在你的小组里讨论并回答问题。）
（以下是学员可能会提出的问题和问题讨论的笔记的一些例子）。

四：17

问题 1. “外邦人存虚妄的心行事”是什么意思？

笔记。这里的“外邦人”是指那些还未相信耶稣基督的人。圣经说，外邦人为了得到幸福所作的一切努力最终只会带来失望。他们的生命是一连串永远无法实现的期待。他们追求，却不会实现。他们开花，却不会结果。他们活着没有任何持久的果效。他们经历传道者在人生所经历的：“江河都往海里流，海却不满足……眼看，看不饱；耳听，听不足……我的心为我一切所劳碌的快乐……后来，我察看我手所经营的一切事和我劳碌所成的功。谁知都是虚空，都是捕风；在日光之下毫无益处。”（传一：7-8；二：10-11）。没有神的人所想的一切都不会带来满足。

四：18

问题 2. 为什么圣经说外邦人“无知”是由于他们心里刚硬？

笔记。在创世的时候，每个人对永活神都有认识。由于人犯罪堕落，人开始渐渐忘记神，过着与神隔绝的生活。神透过以诺和挪亚向人说话，他们却硬着心。

当人继续行恶，神便弃绝他们，让他们承受犯罪所带来的一切后果。外邦人对神硬着心，所以神任凭他们的心变得刚硬。神使那些对祂硬着心的人变得刚硬。外邦人存心让自己的心变得刚硬。外邦人不想去思想有关神的事。因此，神使他们瞎了眼，不明白永活神的事。他们甚至盲目得不知道自己其实瞎了眼（约九：40-41）！人坚持过着没有神的生活，甚至没有意识到自己原来过着没有永活神的生活。他们对神“无知”。他们对永活神一无所知。

四：22-24

问题 3. 你如何脱去旧人，并且穿上新人？

笔记。这两个动词不是表示一个过程，而是我归信基督（重生）时一次便完成的行动。当我起初相信耶稣基督时，我一次过脱去旧人，也一次过穿上新人。我的旧人就是我对神的无知和我旧有的生活方式。我的新人就是我对神的旨意的认识和讨神喜悦的生活。现在我的新人就是我的身分：“我在耶稣基督里”，从此不再孤单。“我的生命与基督一同藏在神里面”（西三：3）。

但这个一次过的新开始必须导向一个终生的过程，我在这个过程中透过认罪而脱去我的罪，并且穿上基督的特质。有什么具体的罪我必须弃绝呢？圣经说，我必须具体地弃绝说谎、忿怒、偷窃、嚷闹、诽谤、淫乱、贪婪和一切的恶毒。有什么具体的义行我必须穿上呢？圣经说，我必须具体地穿上说实话、控制自己的忿怒、工作和与人分享、仁慈、怜悯、饶恕的心、仁爱、感恩、对神的旨意的认识、生活的智慧。

四：26

问题 4. “生气却不要犯罪”是什么意思？

笔记。有些人认为这是指基督徒可以永远不生气。他们说所有的忿怒都是罪。另外，有些人认为这是指你可以生气，因为生气与罪无关。这两种观点都是错的。

圣经说：“你可以生气，但是当你生气的时候，不要犯罪。”生气本身并不是罪恶的，因为神也会生气。神的忿怒是对各种邪恶的事所发出公义的忿怒。基督徒也可以对别人的邪恶言行发出公义的忿怒。这种忿怒称为义怒。义怒只是针对事情所涉及的人和事，而且是以既友善又有节制的说话方式和行为表达出来。神（罗一：18；二：5-6；来十二：6）和耶稣基督（太二十一：12；约二：15-16）以暂时的惩罚或审判来表达自己的义怒。

但很多时候，人生气时都不只是针对事情所涉及的人和事，我们无法控制怒气，而且以不友善的方式说话。所以我们犯罪。当人怀着敌意或怨恨向做错事的人表达忿怒，或者以侮辱性的语言或暴力行为来表达忿怒，那就是有罪的忿怒了。要爱罪人同时又厌恶他的罪，这需从神而来极大的恩典。

四：26

问题 5. “不可含怒到日落”是什么意思？

笔记。在圣经中，“日落”通常是指“一天的结束”。许多人多年来一直对别人生气。他们不能饶恕别人，而且仍然怀着苦毒。他们多年来都记着别人对他们所有得罪之处。他们批评那些人，尤其是诋毁他们。圣经说，基督徒不应该生气超过一天的结束！他睡觉之前必须与人和好，要有怜悯的心，饶恕别人的过错。

四：27

问题 6. 我们如何给魔鬼留地步？

笔记。圣经把弗四：26 和 27 连在一起。“给魔鬼留地步”是指给魔鬼有机会进入我生命中的一些领域（注意：不是进入我的身体），并且造成伤害。当我生气的时候，我特别需要小心谨慎，不要给魔鬼有机会把我的忿怒变成怨恨、仇恨、不饶恕的心，甚至暴力行为。因此，我必须学会快地饶恕别人。因此，弗四：32 说我要饶恕得罪我的人，正如神在基督里饶恕了我一样。

弗六：11 还说：“要穿戴神所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。”魔鬼会利用各种诡计使我犯罪。他可以把我的忿怒变成侮辱性的语言或暴力行为。他可以把我的贪婪变成欺骗或偷窃。他也可以利用我的恐惧使我说谎。因此，雅四：7 说：“务要抵挡魔鬼，魔鬼就必离开你们逃跑了。”

四：29

问题 7. 你如何说造就人的好话？

笔记。箴言教导我如何说对人有帮助的话。我应该先思量才回答。我应该在适当的时候回答。我应该回答柔和（箴十五：28，23，1）。弗四：15 说：“惟用爱心说诚实话，凡事长进，连于元首基督。”因此，说话有两个重要原则，就是“诚实话”和“爱”。弗四：29 说：“污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。”因此，说话的另一个原则是“造就人”。

总结上述三个重要原则。我说话之前应该问自己三个重要问题：

- “那是真话吗？”如果那不是真话，我就应该保持沉默。
- “那是造就人的话吗？”即使那是真话，但若不会造就人，我就应该保持沉默。
- “那是爱吗？”即使那既是真话又能造就人，但是我若不能用爱心说出来，我就应该保持沉默。

五：7

问题 8. 基督徒不应该与哪一类人同伙？

笔记。基督徒生活在一个邪恶和破碎的世界，却不属于这个邪恶和破碎的世界（约十七：11，16）。基督徒应当让自己的光照在非基督徒面前（太五：14-16）。但基督徒不可以与非基督徒同伙去作暗昧无益的事（弗五：11），也不要与悖逆的基督徒同伙！**阅读林前五：9-13。**

问题 9. 你认为弗四：17 至五：17 这段经文对你的生命有什么重要性？

笔记。弗四：17 至五：17 告诉我为什么我活在世上。我要在地上活出神想要我活出的生命。这新生命是按照神的旨意而活的生命，既讨神喜悦，又荣耀神。神呼召我去进入的新生命（弗四：1）与外邦人的生命截然不同（弗四：17；二：2）。这新生命不断脱去旧有的罪，并且穿上新的义。这新生命的特征包括：真理、仁义、圣洁（弗四：22-24）、爱心（弗五：2）、光明（弗五：8）和智慧（弗五：15）。弗四：17 至五：17 教导我如何活出有意义的生命，并且活在世上的目的。

步骤 4. 应用。

应用

思想问题。这段经文所教导的哪一个真理可以让基督徒应用？

分享和记录。让我们集思广益，从弗四：17 至五：17 想出一些可能的应用，并记录下来。

思想问题。神希望你把哪个可能的应用变成你个人的生活应用？

记录。把这个个人应用写在你的笔记簿上。随时分享你的个人应用。

（请记住，每个小组的组员会应用不同的真理，甚至透过相同的真理作出不同的应用。下列是一些可能的应用。）

1. 从弗四：17 至五：17 找出一些可能应用的例子。

四：17-19. 思想一下我身边的外邦人的生活（行事）方式。开始以不同的方式去生活（行事）。

四：24. 思想一下真理、仁义和圣洁可以如何在我生命中渐渐变成事实。

- 四：25. 弃绝一切的谎言。只说实话。
- 四：26. 学习控制自己的怒气。睡觉前就不再生气。
- 四：27. 要警醒，免得给魔鬼在我生命中留地步。
- 四：28. 靠亲工作赚取收入。
- 四：28. 与一些有需要的人分享我所有的。
- 四：29. 要说造就人的话。
- 四：30. 要保持敏锐，不要叫圣灵担忧。
- 四：31. 除掉一切的邪恶和恶毒。
- 四：32. 要赶快饶恕得罪我的人。
- 五：1. 要更加认识神，并且效法祂。
- 五：2. 学习如何以基督徒的身分去爱。
- 五：3-7. 避免那些说淫词妄语的人。避免那些悖逆的基督徒。
- 五：8-14. 揭露自己生命中的暗昧，也指出弟兄们生命中的暗昧。
- 五：15-17. 按主的旨意行事，学习做智慧人。

2. 从弗四：17 至五：17 找出个人应用的例子。

我希望过一种让自己意识到神与我同在和讨神喜悦的生活方式。我特别要学习控制自己的怒气，并且在一天结束之前便与得罪我和人和好。

我也希望以讨神喜悦的生活方式来生活。我特别要脱去某一个坏习惯，并穿上新习惯。然后我要不断操练，直到神把这个新习惯竖立我的生命中。

第 5 步。祷告。

回应

让我们轮流为着神在弗四：17 至五：17 教导我们的真理祷告。

（就你在这次研经中所学到的教训在祷告中作出回应。练习只用一至两句来祷告。请谨记，每一个小组的组员会为不同的问题祷告。）

5	祷告（8 分钟）	[代求] 为他人祷告
----------	----------	---------------

分成两至三个人一组 **继续祷告**。彼此代祷，也为世人祷告（罗十五：30，西四：12）。

6	准备（2 分钟）	[习作] 准备下一课
----------	----------	---------------

（**组长**。写下并分派此家中备课事项给组员，或让他们抄下来）。

1. **立志**。立志去实践其中一个可能的应用。
2. **与神相交**。每天在灵修中从 **约一：1 至四：22** 阅读半章经文。采用“领受最深的真理”的灵修方法。记下笔记。
3. **背诵经文**。默想和背诵新的经文。（4）蒙赦免的确据：**约壹一：9**。
每天都复习前三节已背诵的经文。
4. **祷告**。这个星期为某人或特定的事情祷告，并看看神的作为（诗五：3）。
5. **更新你的笔记簿**。包括灵修笔记、背诵经文笔记、研经笔记和这次准备的习作。