

# 門徒訓練。

# 第 8 課

1	禱告
---	----

求神藉着祂的靈指引我們，意識到祂的同在，並聆聽祂的聲音。  
把這一課有關門徒訓練的教導交給主。

2	分享 (20 分鐘) 〔靈修〕 太二十五：14 至二十八：20
---	---------------------------------------

輪流簡短地分享 (或讀出你的筆記) 你在靈修中從所指定的經文 (太二十五：14 至二十八：20) 學到什麼。  
聆聽別人的分享，認真地對待他和接受他。不要討論他的分享。

3	背誦經文 (20 分鐘) 〔確據〕 蒙赦免的確據：約壹一：9
---	--------------------------------------

## A. 動機 (背誦經文)

閱讀太二十二：23-33，41-46。

探索和討論。為什麼背誦經文那麼重要？

筆記。背誦經文能使你識別和駁斥假教導。

## B. 默想 (一段經文)

(4)

蒙赦免的確據 約壹一：9
我們若認自己的罪，神是信實的， 是公義的，必要赦免我們的罪， 洗淨我們一切的不義。 約壹一：9

約壹一：9
-------

把以下的背誦經文寫在  
白板或黑板上，如下：

### 1. 我的責任是認罪。

認罪的意思是當神向我們指出我們的罪時“同意神”所說的。認罪是同意聖經說什麼是罪。認罪是把我們所做的錯誤事情告訴神，也告訴神我們忽略了做的正確事情。

### 2. 神的責任是赦免和潔淨我們。

當神寬恕我們的罪，祂把罪所帶來的罪疚和羞愧從我們身上除去。

耶穌受死，成為了贖罪祭。換句話說，耶穌除去神對我們的罪所發的義怒 (羅三：25；詩三十二：5)。在神眼中，我們不再帶着罪疚，也不需要為過去罪惡的生活而感到羞愧。神永遠不再記念我們的罪 (彌七：18-19；來八：12)，也永遠不再為我們過去的罪而責備我們 (約五：24)。神賜給我們一個完全公義的地位。祂歡迎我們進入祂的家 (路十五：20-24)。

當神寬恕我們的罪，祂把罪所帶來的後果從我們身上除去。

這意味着神潔淨我們。祂潔淨我們的良心 (來九：14)，也更新我們的思想和行動。祂賜給我們一個公義的生活方式。

當神寬恕我們的罪，祂把罪的權勢 (支配) 從我們身上除去。

神使我們擺脫罪惡的習慣，不再作罪的奴僕，好使我們可以將肢體獻給義作奴僕，以至於成聖。(羅六：6，13，19)。

### 3. 神是信實和公義的。

神是公義的 (義和聖潔)，所以祂能夠贖罪，也因此能夠赦免所有的罪。

神是信實的，所以祂已經贖罪，也因此已經赦免了我們所有的罪！神在約壹一：9 作了應許，祂不會說謊 (民二十三：19)。你可以百分百肯定神必實現祂的應許！

每次當你犯罪，你要立即向神認罪，祂必會赦免和潔淨你。

## C. 背誦經文及複習

1. **寫下** 把經文寫在一張空白卡片上，或寫在小筆記簿的一頁上。
2. **背誦** 以正確的方式背誦經文。蒙赦免的確據：約壹一：9。
3. **複習**。二人一組，複習頭兩節背誦經文。

<b>4</b>	研經（70分鐘） 〔關於生命的問題〕 <b>我為什麼活在世上？弗四：17 至五：17</b>
----------	--

採用五個研經步驟的方法一同研讀弗四：17 至五：17。

<b>步驟 1. 閱讀。</b>	<b>神的話語</b>
<b>閱讀。</b> 讓我們一起閱讀弗四：17 至五：17。 讓各人輪流讀出一節經文，直至讀完整段經文。	

<b>步驟 2. 探索。</b>	<b>觀察</b>
<b>思想問題。</b> 這段經文中哪一個真理對你十分重要？ 或者，這段經文中哪一個真理感動你的心？ <b>記錄。</b> 探索一至兩個你明白的真理。思想這些真理，並把你的感想寫在你的筆記簿上。 <b>分享。</b> （讓組員花大約兩分鐘去思想和寫下感想，然後輪流分享）。 讓我們輪流彼此分享各人探索的結果。 （以下是組員分享他們的探索結果的一些例子。謹記，在每個小組裏，組員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 說：“不要叫神的聖靈擔憂。”弗五：10 說：“總要察驗何為主所喜悅的事。”弗五：17 說：“要明白主的旨意如何。”事實上，主耶穌對於我每天如何生活非常感興趣。我每天的生活方式可以使祂擔憂或不喜悅。如果我說謊、沒有控制自己的怒氣、偷竊、打架或誹謗，主的靈便感到非常難過。這樣，主耶穌不喜悅我的生活方式。但是相反的情況也必定如此。當我說真話、控制自己的脾氣、作工和分享、饒恕人、造就人，主的靈便感到喜樂。主喜悅我的生活方式。因此，聖經說：“要明白主的旨意如何。”我越是明白主在我生命中的旨意，我越能夠活出討神喜悅的生命！因此，對於“我為什麼活在世上？”這一個問題，我認為答案應該是：“我活在世上是要明白神的旨意，過着討神喜悅的生活方式。”

### **探索 2. 我的生活方式（行為）的重要性。**

以弗所書在原文中使用了‘行’這個字七次，意思是‘行為’或‘日常生活’。

- 弗二：2 說我們未成為基督徒之前，我們的屬靈生命是死的，因為我們行在罪中，隨從今世的風俗，順服撒旦。
- 弗二：10 說當我們成為基督徒之後，我們必須行善，就是神所預備叫我們行的。
- 弗四：1 說：“行事為人就當與蒙召的恩相稱。”
- 弗四：17 說：“你們行事不要再像外邦人（非基督徒）存虛妄的心行事。”
- 弗五：2 說：“要憑愛心行事，正如基督愛我們。”
- 弗五：8 說：“行事為人就當像光明的子女。”
- 以及弗五：15 說：“你們要謹慎行事，不要像愚昧人，當像智慧人。”

事實上，神很清楚地告訴我應該如何生活。祂確實告訴我在日常生活應該如何“行事”。難怪使徒行傳說基督徒是“信奉這道的人”（徒九：2）。

對於“我為什麼活在世上？”這一個問題，答案應該是：“我活在世上是要過着神吩咐我去過的生活。”神清楚告訴我不應該過怎樣的生活，也清楚告訴我應該如何生活。我活在世上是為了討神喜悅。作者保羅在另一封書信這麼說：“你們或吃或喝，無論作什麼，都要為榮耀神而行。”（林前十：31）。人被造，並且被安置在地上，是為了討神喜悅和榮耀神。當人選擇過一種討神喜悅的生活方式，神便感到欣喜。但是當人選擇以自己的方式去生活，神便感到悲傷，並且會懲罰他們，將他們從祂國裏挑出來（太十三：41-42）。世俗的口號如“怎麼都行”和“想做就做！”其實都是大謊話！

<b>步驟 3. 問題。</b>	<b>解釋</b>
<b>思想問題。</b> 對於這段經文，你會向小組提出什麼問題？ 讓我們嘗試去理解弗四：17 至五：17 所教導的一切真理。請提出任何不明白之處。	

**記錄。**盡可能明確地表達你的問題。然後把你的問題寫在你的筆記簿上。  
**分享。**（組員花大約兩分鐘去思想和寫下感想之後，首先讓各人分享他的問題）。  
**討論。**（然後，選擇其中幾個問題，嘗試在你的小組裏討論並回答問題。）  
（以下是學員可能會提出的問題和問題討論的筆記的一些例子）。

#### 四：17

##### **問題 1. “外邦人存虛妄的心行事”是什麼意思？**

**筆記。**這裏的“外邦人”是指那些還未相信耶穌基督的人。聖經說，外邦人為了得到幸福所作的一切努力最終只會帶來失望。他們的生命是一連串永遠無法實現的期待。他們追求，卻不會實現。他們開花，卻不會結果。他們活着沒有任何持久的果效。他們經歷傳道者在人生所經歷的：“江河都往海裏流，海卻不滿……眼看，看不飽；耳聽，聽不足……我的心為我一切所勞碌的快樂……後來，我察看我手所經營的一切事和我勞碌所成的功。誰知都是虛空，都是捕風；在日光之下毫無益處。”（傳一：7-8；二：10-11）。沒有神的人所想的一切都不會帶來滿足。

#### 四：18

##### **問題 2. 為什麼聖經說外邦人“無知”是由於他們心裏剛硬？**

**筆記。**在創世的時候，每個人對永活神都有認識。由於人犯罪墮落，人開始漸漸忘記神，過着與神隔絕的生活。神透過以諾和挪亞向人說話，他們卻硬着心。當人繼續行惡，神便棄絕他們，讓他們承受犯罪所帶來的一切後果。外邦人對神硬着心，所以神任憑他們的心變得剛硬。神使那些對祂硬着心的人變得剛硬。外邦人存心讓自己的心變得剛硬。外邦人不想去思想有關神的事。因此，神使他們瞎了眼，不明白永活神的事。他們甚至盲目得不知道自己其實瞎了眼（約九：40-41）！人堅持過着沒有神的生活，甚至沒有意識到自己原來過着沒有永活神的生活。他們對神“無知”。他們對永活神一無所知。

#### 四：22-24

##### **問題 3. 你如何脫去舊人，並且穿上新人？**

**筆記。**這兩個動詞不是表示一個過程，而是我歸信基督（重生）時一次便完成的行動。當我起初相信耶穌基督時，我一次過脫去舊人，也一次過穿上新人。我的舊人就是我對神的無知和我舊有的生活方式。我的新人就是我對神的旨意的認識和討神喜悅的生活。現在我的新人就是我的身分：“我在耶穌基督裏”，從此不再孤單。“我的生命與基督一同藏在神裏面”（西三：3）。

但這個一次過的新開始必須導向一個終生的過程，我在這個過程中透過認罪而脫去我的罪，並且穿上基督的特質。有什麼具體的罪我必須棄絕呢？聖經說，我必須具體地棄絕說謊、忿怒、偷竊、嚷鬧、誹謗、淫亂、貪婪和一切的惡毒。有什麼具體的義行我必須穿上呢？聖經說，我必須具體地穿上說實話、控制自己的忿怒、工作和與人分享、恩慈、憐憫、饒恕的心、仁愛、感恩、對神的旨意的認識、生活的智慧。

#### 四：26

##### **問題 4. “生氣卻不要犯罪”是什麼意思？**

**筆記。**有些人認為這是指基督徒可以永遠不生氣。他們說所有的忿怒都是罪。另外，有些人認為這是指你可以生氣，因為生氣與罪無關。這兩種觀點都是錯的。

聖經說：“你可以生氣，但是當你生氣的時候，不要犯罪。”生氣本身並不是罪惡的，因為神也會生氣。神的忿怒是對各種邪惡的事所發出公義的忿怒。基督徒也可以對別人的邪惡言行發出公義的忿怒。這種忿怒稱為義怒。義怒只是針對事情所涉及的人和問題，而且是以既友善又有節制的說話方式和行為表達出來。神（羅一：18；二：5-6；來十二：6）和耶穌基督（太二十一：12；約二：15-16）以暫時的懲罰或審判來表達自己的義怒。

但很多時候，人生氣時都不只是針對事情所涉及的人和問題，我們無法控制怒氣，而且以不友善的方式說話。所以我們犯罪。當人懷着敵意或怨恨向做錯事的人表達忿怒，或者以侮辱性的語言或暴力行為來表達忿怒，那就是有罪的忿怒了。要愛罪人同時又厭惡他的罪，這需要從神而來極大的恩典。

#### 四：26

##### 問題 5. “不可含怒到日落” 是什麼意思？

**筆記。**在聖經中，“日落”通常是指“一天的結束”。許多人多年來一直對別人生氣。他們不能饒恕別人，而且仍然懷着苦毒。他們多年來都記着別人對他們所有得罪之處。他們批評那些人，尤其是詆毀他們。聖經說，基督徒不應該生氣超過一天的結束！他睡覺之前必須與人和好，要有憐憫的心，饒恕別人的過錯。

#### 四：27

##### 問題 6. 我們如何給魔鬼留地步？

**筆記。**聖經把弗四：26 和 27 連在一起。“給魔鬼留地步”是指給魔鬼有機會進入我生命中的一些領域（注意：不是進入我的身體），並且造成傷害。當我生氣的時候，我特別需要小心謹慎，不要給魔鬼有機會把我的忿怒變成怨恨、仇恨、不饒恕的心，甚至暴力行為。因此，我必須學會快快地饒恕別人。因此，弗四：32 說我要饒恕得罪我的人，正如神在基督裏饒恕了我一樣。

弗六：11 還說：“要穿戴神所賜的全副軍裝，就能抵擋魔鬼的詭計。”魔鬼會利用各種詭計使我犯罪。他可以把我的忿怒變成侮辱性的語言或暴力行為。他可以把我的貪婪變成欺騙或偷竊。他也可以利用我的恐懼使我說謊。因此，雅四：7 說：“務要抵擋魔鬼，魔鬼就必離開你們逃跑了。”

#### 四：29

##### 問題 7. 你如何說造就人的好話？

**筆記。**箴言教導我如何說對人有幫助的話。我應該先思量才回答。我應該在適當的時候回答。我應該回答柔和（箴十五：28，23，1）。弗四：15 說：“惟用愛心說誠實話，凡事長進，連於元首基督。”因此，說話有兩個重要原則，就是“誠實話”和“愛”。弗四：29 說：“污穢的言語一句不可出口，只要隨事說造就人的好話，叫聽見的人得益處。”因此，說話的另一個原則是“造就人”。

總結上述三個重要原則。我說話之前應該問自己三個重要問題：

- “那是真話嗎？”如果那不是真話，我就應該保持沉默。
- “那是造就人的話嗎？”即使那是真話，但若不造就人，我就應該保持沉默。
- “那是愛嗎？”即使那既是真話又能造就人，但是我若不能用愛心說出來，我就應該保持沉默。

#### 五：7

##### 問題 8. 基督徒不應該與哪一類人同夥？

**筆記。**基督徒生活在一個邪惡和破碎的世界，卻不屬於這個邪惡和破碎的世界（約十七：11，16）。基督徒應當讓自己的光照在非基督徒面前（太五：14-16）。

但基督徒不可以與非基督徒同夥去作暗昧無益的事（弗五：11），也不要與悖逆的基督徒同夥！**閱讀**林前五：9-13。

##### 問題 9. 你認為弗四：17 至五：17 這段經文對你的生命有什麼重要性？

**筆記。**弗四：17 至五：17 告訴我為什麼我活在世上。我要在地上活出神想要我活出的生命。這新生命是按照神的旨意而活的生命，既討神喜悅，又榮耀神。神呼召我去進入的新生命（弗四：1）與外邦人的生命截然不同（弗四：17；二：2）。這新生命不斷脫去舊有的罪，並且穿上新的義。這新生命的特徵包括：真理、仁義、聖潔（弗四：22-24）、愛心（弗五：2）、光明（弗五：8）和智慧（弗五：15）。弗四：17 至五：17 教導我如何活出有意義的生命，並且活在世上的目的。

##### **步驟 4. 應用。**

##### **應用**

**思想問題。**這段經文所教導的哪一個真理可以讓基督徒應用？

**分享和記錄。**讓我們集思廣益，從弗四：17 至五：17 想出一些可能的應用，並記錄下來。

**思想問題。**神希望你把哪個可能的應用變成你個人的生活應用？

**記錄。**把這個個人應用寫在你的筆記簿上。隨時分享你的個人應用。

（請謹記，每個小組的組員會應用不同的真理，甚至透過相同的真理作出不同的應用。下列是一些可能的應用。）

##### **1. 從弗四：17 至五：17 找出一些可能應用的例子。**

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

四：24. 思想一下真理、仁義和聖潔可以如何在我生命中漸漸變成事實。



- 四：25. 棄絕一切的謊言。只說實話。
- 四：26. 學習控制自己的怒氣。睡覺前就不再生氣。
- 四：27. 要警醒，免得給魔鬼在我生命中留地步。
- 四：28. 靠親手工作賺取收入。
- 四：28. 與一些有需要的人分享我所有的。
- 四：29. 要說造就人的話。
- 四：30. 要保持敏銳，不要叫聖靈擔憂。
- 四：31. 除掉一切的邪惡和惡毒。
- 四：32. 要趕快饒恕得罪我的人。
- 五：1. 要更加認識神，並且效法祂。
- 五：2. 學習如何以基督徒的身分去愛。
- 五：3-7. 避免那些說淫詞妄語的人。避免那些悖逆的基督徒。
- 五：8-14. 揭露自己生命中的暗昧，也指出弟兄們生命中的暗昧。
- 五：15-17. 按主的旨意行事，學習做智慧人。

## 2. 從弗四：17 至五：17 找出個人應用的例子。

我希望過一種讓自己意識到神與我同在和討神喜悅的生活方式。我特別要學習控制自己的怒氣，並且在一天結束之前便與得罪我和人和好。

我也希望以討神喜悅的生活方式來生活。我特別要脫去某一個壞習慣，並穿上新習慣。然後我要不斷操練，直到神把這個新習慣堅立我的生命中。

### 第 5 步。禱告。

回應

讓我們輪流為着神在弗四：17 至五：17 教導我們的真理禱告。

（就在這次研經中所學到的教訓在禱告中作出回應。練習只用一至兩句來禱告。請謹記，每一個小組的組員會為不同的問題禱告。）

5

禱告（8 分鐘）

〔代求〕  
為他人禱告

分成兩至三個人一組繼續禱告。彼此代禱，也為世人禱告（羅十五：30，西四：12）。

6

準備（2 分鐘）

〔習作〕  
準備下一課

（組長。寫下並分派此家中備課事項給組員，或讓他們抄下來）。

1. 立志。立志去實踐其中一個可能的應用。
2. 與神相交。每天在靈修中從約一：1 至四：22 閱讀半章經文。採用“領受最深的真理”的靈修方法。記下筆記。
3. 背誦經文。默想和背誦新的經文。（4）蒙赦免的確據：約壹一：9。每天都複習前三節已背誦的經文。
4. 禱告。這個星期為某人或特定的事情禱告，並看看神的作為（詩五：3）。
5. 更新你的筆記簿。包括靈修筆記、背誦經文筆記、研經筆記和這次準備的習作。