

<b>1</b>	祷告
----------	----

求神藉着祂的灵指引我们，让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。

<b>2</b>	分享（20 分钟）	[灵修] 出四：1 至七：13
----------	-----------	--------------------

**轮流简短地分享**（或**读出**你的笔记）你在灵修中从所指定的经文（出四：1 至 七：13）学到甚么。  
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。

<b>3</b>	背诵经文（20 分钟）	[福音] 赎罪：罗五：8
----------	-------------	-----------------

### A. 默想

**阅读**罗五：6-10。“因我们还软弱的时候，基督就按所定的日期为罪人死。为义人死，是少有的；为仁人死，或者有敢作的。惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。现在我们既靠着他的血称义，就更要藉着他免去神的忿怒。因为我们作仇敌的时候，且藉着神儿子的死，得与神和好；既已和好，就更要因他的生得救了。”

(3)

把以下的背诵经文写在白板或黑板上，如下：

赎罪 罗五：8
惟有基督在我们还作罪人的时候 为我们死， 神的爱 就在此向我们显明了。
罗五：8

经文章节写在卡的背面。

### 1. 神的爱。

神如何爱我们？神不仅是口说爱我们，还用行动来表示。在罗五：8，神透过最大可能的牺牲来爱我们。神取了耶稣基督人的特性，透过耶稣基督，神在我们的地方献上了生命！神透过耶稣基督作为赎罪的祭物。

### 2. 耶稣基督的死。

耶稣的死有何意义？

**(1) 耶稣为别人的罪而死，并非为自己的罪。**

罪的后果是死（罗六：23 上）。但耶稣没有罪（来四：15），祂是为世界的罪而死。约一：29 说：“看哪，神的羔羊，除去世人罪孽的！”

**(2) 耶稣基督的死是神对我们的罪的惩罚。**

耶稣基督不是死于自然，不是死于意外，而是根据神律法的要求，承担罪的惩罚而死。祂完全出于自愿，献上自己，为别人的罪付上赎价。

- **祂被人类的律法判处死刑。**祂并非因为自己犯事而被判处死刑。祂的敌人无法找到任何证据，审判官彼拉多也多次指出祂是无罪的！然而，彼拉多因为害怕那些犹太人会影响他的仕途，于是判处耶稣基督死刑。彼拉多判无罪的为有罪，就是判了自己和所采用的人类司法制度为有罪。
- **耶稣被神的律法判处死刑。**与此同时，圣父为全世界的罪判处圣子死刑。耶稣基督的死成了赎罪祭，对于世界上接受耶稣基督的人，祂抹去了神对他们的罪圣洁和公义的忿怒。

### (3) 耶稣被钉十字架而死。

耶稣基督不是被斩头或被石头扔死，而是被钉十字架，这是很重要的。钉十字架不是犹太人的行刑方式，而是罗马人的。十字架是如此声名狼藉，以致不会用于罗马公民身上，而只会用于最低下的人、最卑贱的罪犯和奴隶。耶稣在十字架上死去时，符合了人类律法的极端要求。同一时间，耶稣符合了神律法的极端要求。祂受了人和神的咒诅而死（加三：13）。

### (4) 耶稣经历死亡，但神并没有遗弃祂。

永恒的死包括神永远遗弃人（太二十五：46；帖后一：8-9；启二十一：8）。在耶稣基督死前，祂被神遗弃，作为我们的罪的惩罚（太二十七：46）。

然而，耶稣基督经历死亡，下到阴间，圣父并没有遗弃祂，也没有不再爱祂和喜悦祂。当耶稣基督死于十字架，祂没有绝望，而是向圣父祷告，将祂的灵交给圣父手中（路二十三：46）。祂的肉身坟墓里躺了三天，祂作为人的灵魂仍在神的手中<sup>1</sup>。此外，祂经历肉身的死，祂的神性仍然与人的天性联合，因为祂以自己的神圣大能从死里复活（约十：17-18）。

## 3. 耶稣基督的死的意义。

耶稣基督的死有甚么结果？

### (1) 基督受死成就赎罪（彼前二：24；约壹四：10）。

神公义的要求是：神规定（要求）所有人要有百分百的圣洁和公义，以及所有罪恶必须百分百得到惩罚。神若没有坚持祂公义的要求，就不再是圣洁和公义！

耶稣基督的死是我们的赎罪祭。因着耶稣基督的牺牲，祂满足神公义的要求，抹去神对罪人的义怒（忿怒）。

“十字架”是人类历史中神的公义（或惩罚罪恶的审判）和神的爱（拯救罪人）彼此相融的惟一地方！耶稣基督的赎罪祭结束了耶路撒冷圣殿和异教宗教之前所有动物的祭。自耶稣基督被钉十字架起，所有动物祭性和所有人类作为祭祀的行为（例如善行和宗教职事）已完全没有作用。圣殿的幔子裂为两半（太二十七：51）是一种象征。自那时起，所有相信耶稣基督的死（赎罪祭）和复活的人透过圣灵已经直接和完全的来到神面前（弗二：18）。

### (2) 基督受死使神眼中的罪人称义（彼前三：18上；罗五：8-9）。

“称义”是一个司法的术语，表示神宣布信徒在祂眼中完全公义（蒙宽恕和无罪），看待和视他为已蒙赦免（所以不用进永恒的地狱）。因此，神只会“在耶稣基督里”看见信徒（西一：2）。耶稣基督是信徒的“公义、圣洁、救赎”（林前一：30）。

耶稣基督替你受死，你惟有靠此跟神复和！

## B. 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。(3) 赎罪。罗五：8。

3. **复习。**二人一组，互相检查对方上次背诵的经文。

<b>4</b>	研经（70分钟） （教会） 教会的宣教使命：太二十八：18-20
----------	--

采用五个研经步骤的方法一同研读太二十八：16-20。

<b>步骤 1. 阅读。</b> <b>阅读。</b> 让我们一起阅读太二十八：16-20。 让各人轮流读出一节经文，直至读完整段经文。	<b>神的话语</b>
--	-------------

<b>步骤 2. 探索。</b> <b>思想问题。</b> 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？ <b>记录。</b> 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。 <b>分享。</b> （让组员花大约两分钟去思想和写下感想，然后轮流分享）。	<b>观察</b>
---	-----------

<sup>1</sup> 耶稣的灵没有下到地狱向之前未闻福音的人传福音——如一些假教师的教导。祂的灵仍在神的手里！耶稣从没有到过“地狱”这个地方。祂并没有给予人在死后第二次悔改的机会！

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）

## 二十八：18-19

### **探索 1. 大使命伴随的权柄。**

在第 18 节，耶稣宣称天上地下所有的权柄（能力）都给了祂，这表示宇宙间没有权柄或能力比祂更大，也表示祂拥有的权柄和能力胜过整个宇宙所有自然界（人类）和超自然界（魔鬼）的权柄和能力。透过死和复活，耶稣基督“捆住”魔鬼（太十二：29；启二十：3），使祂不能再向万族隐瞒福音，无法再阻止人转向基督。

因此，耶稣基督给予基督徒大使命使世界万民作门徒，这个任务不是太艰困，而是可以成就的！惟有当我依靠自己的权柄和能力才会感到困难和不可能成功。耶稣基督只给予这项任务，这是有可能成就的！因此，祂在第 18 节先指出成就这项任务是可能的，之后在第 19 节命令门徒要如此行。耶稣基督赐予基督徒权柄、能力和智慧履行这项任务。祂这么做是因为所有权柄和能力都给了祂。

## 二十八：19-20

### **探索 2. 大使命伴随的应许。**

在第 19 节，耶稣基督命令基督徒参与这个宣教历史中最伟大和最重要的任务！祂希望所有基督徒在万民中领人作门徒。这是基督教会和每个基督徒的宣教使命！耶稣基督不是差派基督徒单独出去，因为在第 20 节，祂应许每天与他们同在，直至祂第二次再临！耶稣基督从没有给予任何人任务，而不与这人并肩向前（参看出三：10-12）！祂这么做是因为祂已从死复活！

### **步骤 3. 问题。**

### **解释**

**思想问题。**对于这段经文，你会向小组提出甚么问题？

让我们尝试去理解太二十八：16-20 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）。

## 二十八：18

### **问题 1. 耶稣是否曾经没有一切的权柄？**

**笔记。**

#### **(1) 耶稣道成肉身前的权柄。**

在“道成肉身”前（即在取人的样式前），耶稣基督拥有宇宙和地上所有权柄和能力，因为祂创造宇宙和地球（约一：3）。一切可见和不可见的均由祂创造，也为祂而造。祂在万有之前已存在，万有在祂里面连合（西一：16-17）。祂也以大能的话语供养万有（来一：3）。在世界存在之前，耶稣基督拥有神的荣耀（祂的本质和存在）（约十七：5）。

#### **(2) 耶稣基督在道成肉身期间的权柄。**

耶稣基督虽然拥有神的特质，与神同等，但祂透过取了奴仆的本质和样式，成为了人，而（从荣耀的形象）倒空自己（腓二：6-8）。在地上的人生中，祂没有废去神的本质（特质和存在），因为“神本性一切的丰盛，都有形有体的居住在基督里面”（西一：19；西二：9）。祂选择不显明无限的神圣力量，因为祂选择为人的罪而死。“你想，我不能求我父现在为我差遣十二营多天使来么？若是这样，经上所说，事情必须如此的话怎么应验呢？”（太二十六：53-54）（即是说，圣经预言耶稣基督会死，赛五十三：5；路二十四：44）。祂在地上的一生，透过赶鬼、治病、使人复活和克胜自然界的力量而稍为显露祂的权能（太十一：5）。

#### **(3) 耶稣基督死、复活和升天后的权柄。**

耶稣基督升到天上后，坐在父神的右边，那是获得尊荣和行使能力的位置。天上和地下所有的权柄都给了耶稣基督（太二十八：18），作为祂完成救赎工作的回报。

- 在但七：13-14，经文说：“我在夜间的异象中观看，见有一位像人子的，驾着天云而来，被领到亘古常在者面前，得了权柄、荣耀、国度，使各方、各国、各族的人都事奉他。他的权柄是永远的，不能废去；他的国必不败坏。”（参看赛九：7）。
- 在启五：1-14，耶稣基督从父神手中得到书卷，里外都写着字，用七印封严。因为只有祂有权柄和能力揭开那七印。这是一个象征，表示只有耶稣基督有权柄和能力审视和执行书卷的内容，当中的内容包括耶稣基督骑着马如征服者胜了又胜的时候（启六：2）到最后审判（启六：12-17）之间一切重要的原则，即由祂第一次来直到第二次来之间。
- 在启二十：3，我们看见一位天使将撒但捆绑了一段象征性的时期 1000 年，“使他不得再迷惑列国。等到那一千年完了”。因为所有的权柄和能力都属于耶稣基督，所有归信的民族要向万国万民宣讲福音（西一：13）。耶稣基督由第一次来地上到第二次再来之间，地上各民族、部落和语言都遍布了得救的人！
- 在腓二：9-11，经文说：“所以（因为祂在腓二：6-8 的作为），神将他升为至高，又赐给他那超乎万名之上的名，叫一切在天上的、地上的，和地底下的，因耶稣的名，无不屈膝，无不口称‘耶稣基督为主’，使荣耀归与父神。”

#### (4) 耶稣基督在第二次再来的权柄。

太十三：24 和 25 描述了耶稣基督第二次再来。在祂的第二次再来，祂胜过所有人的大能将会从以下权能的事件中显明出来：

- 在地上历史中无数人的得救（启七：9）
- 天势都要震动（太二十四：29）
- 祂第二次来临时会带同许多天使（太二十四：30）
- 最后战役/争战中胜利（启十九：11-21）
- 死人复活（约五：28-29）
- 所有人的最后审判（太二十五：31-46）
- 地上和宇宙的更新（彼后三：10-13）

耶稣基督与父神将在新地里统管永恒的国度（彼后一：11；启二十二：1）。

---

## 二十八：19

### 问题 2. 这道命令的五个动词彼此有何关系？

**笔记。**命令是：“你们要去，使万民作我的门徒，奉父、子、圣灵的名给他们施洗。凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守。”（太二十八：19-20）

“所以”这个词是重要的，将第 19 节的命令与第 18 节的权柄和第 20 节的应许接连起来，显明基督徒可以实行这命令，能够使、也将会使地上每个民族里的人成为耶稣基督的门徒！没有耶稣基督的权柄（18 节）和同在（20 节），就无法履行大使命！但现在有祂的权柄和一直的同在，就可履行大使命，也将会履行大使命！

五个动词：“去”、“使作门徒”、“施洗”、“教训”和“遵守”。主要的动词是“使作门徒”，这是一个命令，一直都适用（因为它属于现在时态）！耶稣基督第一批门徒必须在祂的第一次和第二次临到地上之间在世界各地领更多人作门徒！三个动词：“去”、“施洗”和“教训”是主动词“使作门徒”的分词，因此也含有命令的意思。使人作耶稣基督的门徒须要特别的策略。耶稣的门徒不可等人来找他们，而是要主动去世界万民中间。他们必须向万民宣讲福音（可十六：15），呼召他们悔改，以相信福音（可一：15），奉独一真神的名以水给他们施洗，这位独一真神以三种形式存在，装备他们成为耶稣基督的门徒。所有基督徒可以和必须同心合力使人成为耶稣基督的门徒。

---

## 二十八：19

### 问题 3. 甚么是基督的门徒？

**笔记。** 耶稣基督的“门徒”比“归信者”含义更多。门徒是一个跟从和学习者，拥有特别的个性。他是耶稣基督的跟从者，在跟随祂发展门徒特别的个性时学习祂的榜样（我们在手册 2 第 23 课已经研读过）。

使世界万民成为“耶稣基督成熟、有作用和坚忍的追随者”，不是使他们成为某个教会宗派的成员，这是所有基督徒的任务！

---

## 二十八：19

### 问题 4. 必须领哪些民族作门徒？

**笔记。** 圣经中“民族”（希腊原文：ethnè）一词不是纯粹指一个国家或民族的居民，而是指现代的国家或民族的“一群人”。今天的“国家”大得包含好些“群体”。

在圣经中，一个民族（希腊原文：ethnè）是一群习俗相同的人。

- 群体中的人彼此有共同的密切关系，有共同的生活方式。
- 群体通常有共同的语言、渊源和历史。
- 但群体也可以有共同的职业或经济状况，例如农夫、工厂工人、餐厅工人、计程车受雇司机、大学生、运动员等。
- 群体可以有共同的地理环境，例如山上的部族或岛上的居民。
- 或有共同的宗教，例如印度教、佛教或伊斯兰教。

今天大部分国家在国境内有多个群体。基督徒必须于每个群体领人作门徒！

## 二十八：19

### 问题 5. 基督徒为何以水施洗？

**笔记。** 以水施洗是圣灵的洗可见的象征和记号（徒十：47-48）。圣灵的洗礼（再生、重生）是耶稣基督的责任，而不是人的（主教、祭司或牧师）（太三：11-12）。但以水洗礼是耶稣基督门徒的责任（太二十八：19）。以水洗礼是耶稣基督的一道命令和规定。

听到和相信福音的人以圣灵受洗（约一：12-13；徒十九：2；林前十二：13；弗一：13），即是他们以圣灵“重生”（约三：3-8；多三：4-8）。他们应以水受洗，作为圣灵的洗可见的象征和记号。圣灵的洗需要“悔改”（思想的改变）和“接纳”（希腊文：apodechomai, aorist tense）神的话语（徒二：38-41）及其后“接纳”（希腊文：lambano）耶稣基督（约一：12-13）进入他们心中和生命中！

但向耶稣基督悔改，接纳祂和祂的信息必须是由衷的，以水受洗必须是由衷的。一些因虚假或隐藏的动机（例如他因为想得到庇护资格或居留权）而成为基督徒的人“近于咒诅，结局就是焚烧”（来六：4-8）。他虚伪的生命会引向地狱（启二十一：8）。“人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢？我耶和华是鉴察人心、试验人肺腑的，要照各人所行的和他作事的结果报应他。”（耶十七：9-10）

基督教以水洗礼，在圣经中是圣灵内里洗礼表面和可见的记号（徒十：47-48；参看可一：8）。这是耶稣基督给予教会的记号，显明圣父接受信徒进入祂的家（人、教会、国度），即是耶稣基督救赎了他，圣灵内住在他里面，分别他为圣。这是圣灵在信徒里面工作的外在表征，圣经称为“圣灵的施洗”（可一：8；林前十二：13）或“圣灵的更新”（重生）（多三：5）。

基督教以水洗礼也是圣灵内在保证和确认（罗八：15-16；林后一：21-22；弗一：13-14）的外在记号，显明信徒的所有罪已蒙宽恕（徒二：38；徒二十二：16），即信徒在神眼中已完全被称义（罗六：3、7），属于神立约的子民（加三：26-29；彼前二：9-10），神会将祂开始的工作完成（约十七：12；腓一：6）。

基督教以水洗礼是信徒最终的委身和宣认他们已打破罪恶的世界（参看罗六：3、6、13、19），与万军的圣经中的神建立了重要关系，成了耶稣基督的跟从者和学习者（门徒）（太二十八：19）。

## 二十八：20

### 问题 6. 为何要教初信的基督徒遵从耶稣基督的命令呢？

**笔记。** 耶稣的门徒必须教导各民族的这些群体遵从耶稣基督的所有命令。因为耶稣基督的教导在整本圣经的历史背景下显出真正的意思，门徒必须向人们教导整本圣经中神的旨意。在徒二十：27，保罗说：“因为神的旨意，我并没有一样避讳不传给你们的。”

再者，耶稣命令祂的门徒不只要教导他们真理，也要教导他们遵从真理！耶稣基督真正的跟从者特征是遵从耶稣基督的教导，所学到的真理必须实践出来。他们的心思意念必须符合真理，使他们一直活在真理之中。根据太七：21、24 和腓四：9，知识和服从是不可分割的。

---

## 二十八：19

### 问题 7. 耶稣基督想每个基督徒都成为祂的门徒么？

**笔记。** 是的，仅仅相信耶稣基督，但没有跟从或遵从祂，并不讨耶稣基督的喜悦。祂期望每个基督徒都相信祂、跟从祂、学习祂、培养出门徒的特质。总括而言，耶稣基督期望每个基督徒如同祂的门徒一样相信祂、服从祂和跟从祂！

---

## 二十八：19

### 问题 8. 世上所有基督徒会否成为祂的门徒？

**笔记。** 不是的。在耶稣的生平，许多所谓的门徒停止跟从祂，因为他们认为耶稣的教导太苛刻（约六：66）。不是所有口称耶稣是“主”的人都会进入神的国度。耶稣基督表示祂不认识（建立关系）那些名义上的基督徒，他们依靠所谓的基督徒工作和传统，但与祂没有个人的关系（太七：21-23）。惟有实行神旨意的基督徒才是真正的基督徒。

在婚宴的比喻中，不是所有进到宴会场所的人都有资格留下来。那些没有“披戴耶稣基督”的人将会在最后的审判日给丢进外面的漆黑（太二十二：11-14；罗十三：14）！惟有个人接受基督进入他们的内心和生命的基督徒才是真正的基督徒。

---

## 二十八：19

### 问题 9. 教会里所有基督徒是否都应该领人作门徒？

**笔记。** 是的。太二十八中，耶稣将此命令给予十一个使徒。他们要去，使万民作门徒，教导他们遵从耶稣基督所有的命令。这些新门徒其中一个要遵从的命令是：“你们要去，使万民作我的门徒。”因此，领人作门徒这个命令是给全世界所有基督徒的！所有基督徒要首先成为耶稣基督的门徒，然后帮助其他基督徒成为耶稣基督的门徒！这个命令不限于任何个别地区教会。所有个别地区教会必须在其他地方领人作门徒，所有基督徒必须帮助别人成为门徒。没有祭司或牧师可以不顺从耶稣基督的大使命！

---

## 二十八：20

### 问题 10. 耶稣基督向领人作门徒的基督徒应许了甚么？

**笔记。** 耶稣基督应许：“我就常与你们同在，直到世界的末了。”“就”这个词原文较好的翻译是“一直记着”，耶稣基督劝祂的门徒要一直记着这个事实，耶稣基督整天都与他们同在，每天如是。“常”这个词原文是说“所有日子”，意思是说耶稣应许每日每夜与门徒同在，重点在于日复一日。每天有个别的试炼和困难，但耶稣基督保证每天与祂的门徒同在！这会一直继续至祂第二次再临，祂会结束这个时代，开创新天新地的时代。耶稣基督应允门徒，当他们遵从祂的命令，去使万民作门徒，祂将于他们的事工中每日与他们同在。祂的慈爱、智慧和能力将与他们同在。有了耶稣基督的爱，门徒可以爱那些被仇恨摧毁的人。有了耶稣基督的智慧，门徒可于复杂的世代作出有智慧和务实的决定。有了耶稣基督的能力，门徒可克胜世上的罪恶和魔鬼的势力。

---

## 二十八：18-20

### **问题 11. 因此，教会的宣教使命是甚么？**

**笔记。**教会的宣教使命载于太二十八：18-20。

- 每所教会都应向不同语言和文化、经济和社会地位的人传福音。
- 以及使他们作耶稣基督的门徒。

这个宣教使命是可行的，因为耶稣基督以一切大能与我们同在！

#### **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，从太二十八：16-20 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。

（请谨记，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. 从太二十八：18-20 找出一些可能应用的例子。**

- 二十八：18. 不要害怕其他人或困难的环境，因为耶稣获得了地上一切的权柄。  
二十八：18. 相信你能完成耶稣基督委托你的任务，因为祂拥有一切的权柄。  
二十八：19. 主动去使那些未听闻福音的人作门徒。  
二十八：19. 教导基督徒初信者圣经的重要真理，教导他们遵从耶稣基督的命令。  
二十八：20. 记着耶稣基督的智慧和能力每天都与你同在。

#### **2. 从太二十八：18-20 找出个人应用的例子。**

我想主动向居住的城市内那些未听闻福音的人传讲和教导福音，使他们成为耶稣基督的门徒。

我想继续教导基督徒遵从耶稣基督的教导。每个星期，我们一些人带较年轻的基督徒出外向那些之前未听闻过福音的人传讲和教导福音。他们与我们一同学习遵从基督的教导。

#### **步骤 5. 祷告。**

#### **回应**

**让我们轮流为着神在太二十八：16-20 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。**立志使人作门徒。  
与另一个人或群体传讲、教导或研习太二十八：18-20 的研经。
2. **与神相交。**每天在灵修中从**出七：14 至十：29** 阅读半章经文。  
采用提问的灵修方法。记下笔记。
3. **背诵经文。**（3）赎罪。**罗五：8**。每天都复习上次背诵的5节经文。
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。