



第二册

2

SPIRITUAL
DISCIPLINES

中文版

GLC  ESSENTIALS

GLC ESSENTIALS

第 2 册: 属灵纪律

Copyright © 2015 by Global Leadership Center

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means - electronic, mechanical, photocopy, recording, or any other, without the prior permission of GLC.

目录

简介	5
使用说明	6
第1课: 一个连接 祷告	7
第2课: 一个基础 圣经	15
第3课: 一个家 教会	25
第4课: 一步 洗礼	35
第5课: 一个重点 敬拜	43
第6课: 一个任务 见证	53
接下来是什么?	59
参考答案	61
附录 A: 如何带领小组讨论	67
附录 B: 评估带领小组的工具	79
附录 C: 带领讨论	83
附录 D: 带领小组的提示	87
附录 E: 第5课探索关键的答案	93

简介

我们想让你知道，当你步入你生命中最伟大的探险旅程——跟随耶稣时，我们为那在前面等着你的而喜乐。你会发现这个学习手册是一个简单的，促进你与耶稣的旅程的指南。

你会养成属灵习惯，当你殷勤地通过上帝的帮助去操练，它会帮助你更加认识耶稣。在你生命中，你也会发现顺服祂旨意的机会。我们相信，当你认识耶稣越多，你就越爱上帝。而当你越爱上帝，你就越愿意为祂而活。为上帝而活是所有事情当中最伟大的探险。因此，欢迎进入与我们的主耶稣基督的下一阶段旅程。

如何使用这本学习手册

本手册是GLC的第二本学习手册，可以独立用作小组圣经学习指南。

如果你是小组带领人，你要做的就是确保小组聚会前你使用本手册做你的个人灵修来准备，并鼓励你的小组成员拥有自己的学习手册。不要转移教导主题——严格按照这本学习手册带领。

本手册包括圣经课程，个人和小组学习活动，帮助你有效地使用小组时间。每一课包括五个部分：探索，检测，表达，经历和装备。

- **探索** — 包含个人和小组活动帮助你为圣经学习而准备
- **检测** — 这部分你会和你的小组一起进行圣经课程
- **表达** — 在这个环节，小组成员有机会更多表达他们有关圣经课程的见解，问题，想法。他们可以写下来，涂鸦，画画，分享给其他组员。
- **装备** — 这部分需要你教练督导你的小组或组员完成。这是为了在实践中培训每位小组成员成为门徒训练者。（委身基督的跟随者帮助其他人成为委身基督的跟随者。）

本手册仅是一个工具。当我们学习这些课程的时候，我们需要依靠圣灵教导我们上帝的真理和改变我们的心。

我们祷告当你从第二册“属灵纪律”中学习和应用学到的原则时，你会与我们的主，救主耶稣基督发生富有意义的相遇。

第 1 课

一个连接 祷告

如果你有机会亲自与你们国家的最高长官或总统见面，你会对他说什么？如果我们真的有机会，可能我们做梦都在提前预想该说些什么或如何去做。但有多少人真正得到机会，与这些身居高位的人促膝长谈呢？非常少。

令人惊讶的是，我们其实都有机会和甚至比国家元首更重要的人说话——那就是我们的主，全宇宙的创造者。无论我们在哪里，我们可以通过祷告拨通热线。然而我们中的大多数从来没有从这个天赐良机得到过好处：因为我们忽略了祷告。

探索

两人一组，分享你最想祷告的三件事。请只限分享那些直接影响你的祷告事项。（请勿分享其他人的隐私为祷告事项。）

第三个祷告事项应该是为别人的，可能是您家人或同事非隐私的事项。两人轮流为对方从心里用自己的话出声祷告。

学习金块

可能我们感觉我们不知道如何正确地，为我们的忧虑和他人的忧虑祷告。这鼓励我们去看耶稣在世时给我们演示的祷告方法。

祷告是基督徒生命的全部，是我们门徒小组的重要组成部分。我们有一个关于为他人祷告的一个简单的指导，使我们分享他人祷告事项时可以做到谨慎。他人的隐私不应作为祷告事项分享，除非我们直接得到当事人的同意。

耶稣教导祂的门徒如何祷告

不止你一个人，而是很多人还不完全熟悉祷告。甚至耶稣的门徒都需要一些关于如何祷告的指导。打开你的圣经马太福音6章，当门徒问祂如何祷告时，看耶稣教导他们什么？

读 马太福音 6:5-8

1. 我们不要怎样祷告？当我们到上帝面前祷告时，我们应该对上帝有怎样的态度？为什么？

读 马太福音 6:9-10

2. 主祷文前半部分的中心焦点是谁？关于我们如何向上帝祷告，这教导了我们什么？

读 马太福音 6:11-13

3. 下半部分的祷告文中看见哪些内容？关于如何向上帝祷告，它教导了我们什么？

读 马太福音 6:14

4. 如果在你的生命中有罪，或者你的心在主面前不正确，你应该做什么？在祷告时我们心里的态度扮演着什么样的角色？

主祷文的几个方面

从这段经文我们可以看到祷告文至少暗示了五个方面：

1. 赞美和敬拜：称呼上帝主和父。（第9节）
2. 代祷：祷告求上帝的旨意和工作。不止成就在我们的生命，中也在其他人的生命中。（第10节）
3. 祈求：为我们的需要祈求。（第11节）
4. 认罪承认我们需要祂的饶恕和恩典来洁净我们的心。（第12节）
5. 寻求指引：求上帝帮助我们跟随祂的旨意遵行祂的道。（第13节）

祷告不只是求很多的东西。作为一个慈爱的父亲，祂给予我们祷告的特权，虽然上帝很高兴给予我们许多我们求的东西，但真正目的是与祂建立父子关系。这不仅仅是给予和接受，是与他正在建立一个亲密关系。

5. 在圣经中有很多关于当我们祷告时上帝会做什么的应许。为了看见当我们的祷告符合恰当的条件时上帝会如何回应我们, 请读下面的经文并填写表格:

诗	条件	承诺
约翰福音 14:13		
约翰壹书 5:14-15		
腓立比书 4:6-7		
约翰福音 15:7		
路加福音 11:5-10		
雅各书 5:16		

6. 根据提摩太前书2:5, 在人与上帝之间有多少个中保?

7. 根据圣经的教导, 谁是你与上帝之间唯一的中保? (提摩太前书2:5)

装备

在实践中培训: 30 分钟

你的门徒训练者会与你讨论有关如何促进小组讨论的原则。(请看 附录 A)

更多实际的如何带领小组的建议请看 附录 C和 附录 D.

继续操练“祷告-关怀-分享”与你周围的人, 与那些你过去一直为他们祷告的人开始。

第 2 课

一个基础

圣经

当我们接受基督进入到我们生命当中，我们与祂进入一个个人关系。在任何发展的关系中，一定要有好的双向沟通。上一节课是关于祷告-我们如何通过祷告建立关系。在这节课，我们将学习上帝如何与我们说话通过祂的话-圣经。

马可福音7: 7-8, 13 说 “他们将人的吩咐，当作道理教导人，所以拜我也是枉然。你们是离弃神的诫命，拘守人的遗传。这就是你们承接遗传，废了神的道。你们还作许多这样的事。”

圣经经文告诉我们，我们在凡事上最高及最终权威应该是神的话，而不是宗教传统或是人的权柄。

作为基督的跟随者，我们需要顺服圣经所教导的，否则上帝会认为我们敬拜祂也是无用的。

探索

个人独立完成这个活动.你有5分钟来完成探索这部分。

开始之前请读下列的所有说明:

1. 找出一张纸一支笔
2. 在纸的上面写上你的名字
3. 写数字1-5, 每行一个数字
4. 在数字1的旁边画五个小圆圈
5. 在数字1旁边的第二个和第四个圈上画“X”
6. 在数字3的旁边写‘百科全书’
7. 在纸的背面写7乘9
8. 在这张纸的右下角画X
9. 画圈在刚才画的X周围
10. 在你名字下面画线
11. 大声说出你的名字
12. 在数字4周围画圈
13. 数这个句子中字母的个数, 把答案写在2的旁边
14. 用方格子圈数字1和5
15. 在这张纸的任何地方扎三个洞
16. 将你的姓写在4的旁边
17. 把你的生日写在5旁边
18. 把每个字母“E”圈起来
19. 如果你是第一个完成, 站起来说“我第一个完成”, 其他人站起来大声说“我完成了”, 然后坐下。
20. 现在你读完所有的说明, 只做头两个忽略其他的。

如果你正确地遵循说明, 你应该只在纸上写你的名字而已。

学习金块

我们需要信靠的心, 来忠实地遵循指导。我们需要信靠那位给我们指示的人, 知道他/她想让我们最终做什么。如果我们不信任指导者, 我们可能不会忠心地遵循他的指导。上帝给了我们指导让我们按照祂设计的生命来活, 如果我们完全地信靠神, 那么我们也会完全地顺服祂对我们生命的旨意。

圣经真的是上帝的话吗？

对于基督徒来说，圣经是我们认识神和祂的道的主要来源。圣经是一本活的书，上帝祂自己通过圣经向我们说话，指导，启示和指引我们。

但是我们确定它真的是上帝的话吗？可以信赖吗？考虑下列事实：

圣经在人类文学中是独特的。由40多位作者，用三种语言，跨三个州，通过1500多年的时间写成，而且浑然一体，没有矛盾和错误。想象一下读三份今天的报纸描述同样一件昨天发生的事——他们几乎确定不会一致，甚至有关重点细节的描写也不同。所以圣经的合一性是非常奇妙的。

圣经中记载了几百个预言都已经实现，很多都是以人难以控制的方式发生。例如，诗篇22篇精确地预言了耶稣要被钉在十字架上，以这样的方式死。然而这是大卫王在罗马发明用十字架判处死刑几百年之前所写的。这样的预言没有上帝自己的启示是不可能的。

众多古抄本证明了圣经的准确性。抄本的数量越多，越接近原著，我们对材料的准确性更加确定。有数以千计的古代手抄本和圣经的残片，一些距写作年代不到一百年。相比之下，最早的古代文学著作，像亚里士多德和凯撒，仅能够追溯到写作之后的一千多年，并且只有屈指可数的手抄本可以证实。没有一个古代文献在手抄本方面的证据能与圣经相近。

圣经已有多次一些人试图将其毁灭的经历而仍然存在。于公元303年，罗马皇帝戴克里先下令，将所有圣经烧毁。不到一代，基督教竟然被接受作为罗马的真正的宗教！伏尔泰被引述预测圣经将在他死亡100年内被扔进历史的垃圾堆。讽刺的是，约50年后圣经在他自己家的印刷机被印刷。他去世200年后，对圣经的需求没有显示出减弱的证据。这些事实告诉我们，是的，圣经是可靠的和无误的上帝的话。

为什么要跟随上帝的话？

读 诗篇 119:105

1. 上帝的话如何帮助我们？

读 提摩太后书 3:16-17

2. 保罗如何描述圣经的益处？在什么方面这些关系到我们的生活？

我如何能学习上帝的话语？

I. 通过 读圣经

读 申命记 17:18, 19

3. 当列王登基为王时，他们收到什么指示？你认为，为什么他们需要亲手抄写整本律法书？为什么经常读圣经对他们的生活很重要？

II. 通过 个人圣经学习

读 以斯拉记 7:9, 10

4. 为什么上帝的手与以斯拉同在？以斯拉委身自己做什么？他委身的三个因素是什么？

顺服式查经 (OBBS)

顺服式查经是一个简单容易复制的过程，不但学习圣经而且实践上帝的话。是这样进行的：

拿一张空白的纸，将其折成三部分（像三开的宣传单）。在左边的这一部分的顶端写“上帝的话”；在中间部分的顶端写“我的话”；在第三部分的顶端写“我要……”

上帝的话	我的话	我要……

1. 在纸的左边一栏逐字抄写你或你们小组将要学习的“上帝的话”。这会花一些时间，但是这会帮助你仔细地看这段经文。
2. 在中间栏写下“我的话”复述这段经文。假装你正在和一个朋友讲这段经文。用你自己的话，确保你的复述涵盖这段经文的所有内容。复述帮助你确定你真的明白其中的意思。
3. 在“我要……”这一栏写下你要做什么作为你学习的结果。这是顺服式查经最重要的一部分。这应该总是写成如下形式，“我要——”这成为你对上帝直接的一个承诺，要顺服你所学的。然后委身于上帝，你将会有意识地去这样做，请祂通过圣灵赐予力量和能力这样做。

在小组里顺服式查经

当在小组里或D12小组里进行顺服式查经，遵循同样的过程。在小组里的每个人都已经完成了“我的话”部分后，请几位分享他们的“我的话”复述。

几个组员复述经文后，你们可以一起学习经文。你们的讨论应该是用问题来促使大家探索的过程。任何人不可以主导讨论或教导经文。

下面是鼓励与经文互动的一些问题：

- ✓ 在这段经文中你关注到了哪些事情？
- ✓ 你喜欢这段经文什么？
- ✓ 有任何事情困扰你吗？为什么？
- ✓ 这段经文关于上帝告诉了我们什么？
- ✓ 这段经文关于人告诉了我们什么？
- ✓ 关于如何生活可以讨神喜悦，这段经文告诉了我们什么？

在小组里，每个人都要分享他们的“我要……”这样可以互相督责。确保行动计划按照SMART目标原则，每位组员要承诺保密。

SMART 目标原则

- S imple 简单
- M easurable 可衡量
- A ppropriate 恰当
- R ealistic 切合实际
- T ime-bound 有时间限制

例如:

普通陈述	SMART 目标
我要更爱我的太太。	本周我要给我太太买玫瑰花并告诉她我爱她。
我要控制我的脾气。	如果本周在EDSA遇到堵车, 我要数十个数再反应。
我不要吃谣言。	当我朋友打电话告诉我她妹妹对她做了什么坏事的时候, 我要礼貌地转移话题。

最后每一位组员应该选定他们要与谁分享。最好的学习方法是与其他人分享。当你这样做, 你也会开始习惯帮助他人认识和跟随基督。

经历

1. 用马太福音7: 24-29 操练顺服式查经。经文告诉我们顺服的重要性是什么？
2. 读 提摩太后书 3:16-17。 根据这节圣经, 多少圣经是上帝所启示的? 如果是这样, 我们应该如何回应圣经指示我们去做或不要做什么？
3. 开始一个读经计划, 目标是在12个月之内读完整本圣经。请上网查看读经计划: www.biblegateway.com/reading-plans/

装备

在实践中培训: 30 分钟

你的门徒训练者会用《one by one》第一册来演示如何促使小组讨论。

继续与你周围的人操练“祷告-关怀-分享”，先从那些过去几个星期你一直为其祷告的人开始。

教导新信徒《one by one》第一册; 在他们决定接受基督做他们的救主和生命的主48小时之内开始第一次聚会。



第 3 课

一个家

教会

很多人从小到大一直参加教会。无论是生长于宗教背景家庭，还是没有与教会接触的经历，你可能对教会是什么有大概的了解。大多数我们所相信或期盼有关于教会，是基于我们小时候所熟悉的经历。

然而圣经所描述的教会与我们所熟悉的大不相同。圣经是如何描述教会的？作为信徒我们如何与教会有关系？

探索

两人一组做这个活动。每一组选一个人做计时员，另一个人来完成列在下面的任务。计时员的任务就是简单地记下他的搭档多快完成活动。

第 1 部分:

指定完成任务的人必须一只手一直放在背后。只用一只手翻学习手册，从第一页依次翻到最后一页。计时员记下完成任务所用的时间。

第 2 部分:

指定完成任务的人现在可以用两只手来翻学习手册从首页到尾页。计时员记下多快完成任务。

第 3 部分:

计时员计算他搭档在第一部分和第二部分用时的区别。基本上用双手做时完成任务比较快。

学习金块

在圣经中教会被称为基督的身体，像人的身体一样，有很多不同功能的部分组成。正如我们探索活动所演示的，各肢体和谐地完成同一个目的，使我们可以发挥更好的作用。

初期教会

读 使徒行传 2:40-49

1. 新约教会的四个特征是什么? 上帝在他们中间工作的证据是什么?

符合圣经的教会的定义

“被呼召出来”一群真正的信徒; 不是一个建筑物。

能够成为具有历史性事物的一部分是不是令人兴奋? 在这段经文中所描述教会的类型与我们所知道的大多数教会不同。但这是上帝对教会的设计! 让我们继续查考圣经看教会应该是什么样的。

保罗和新约教会

读 使徒行传 14:21-23

2. 保罗在这个建立教会的旅程中做了什么？谁仍在后面继续带领教会？

读 使徒行传 14: 26-27

3. 你认为他们“聚集了教会”是什么意思？这节经文告诉你关于教会的本质是什么？

读 使徒行传 20:20

4. 保罗在哪里与新信徒见面并教导他们？你认为为什么在这样的环境（家里）保罗教导他们更有效？

小组和初期教会

虽然圣经没有用小组或门徒小组这个词，很多发生在新约时代的初期教会刚刚形成和发展时，所发生的事与我们今天所遇见的很相似。在小组里，有团契，教导，敬拜，传福音，都是初期教会所做的。然而一个亲密的小组他们可以敞开通，个人的关怀和问责。这是第一世纪圣经所描述的教会的中心。这也应该是我们今天教会的关注中心。

保罗关于教会的教导

I. 教会像一个“身体”

读 哥林多前书 12:12-16

5. 身体这一观点如何帮助我们理解教会如何运作的？

读 以弗所书 1:22-23

6. 描述教会的组成。耶稣作“头”，我们作“身体”有什么含义？

II. 不同的人, 不同的恩赐

读 以弗所书 4:11-13

7. 在第11节, 上帝给了教会什么? 为什么上帝给教会的领袖这些恩赐? 谁应该做事奉的工作?

III. 教会领袖

读 提多书 1:5-9

8. 跟进6-8节经文, 做领袖的资质有哪些?

总结教会…

- ✓ 教会是基督的身体
- ✓ 耶稣是身体的头
- ✓ 我们都是身体的一部分
- ✓ 我们每人在身体中都扮演重要的角色
- ✓ 我们需要领袖培训我们成为这些角色
- ✓ 领袖是长老, 执事和监督
- ✓ 被选为长老因为他们成熟
- ✓ 纯正的教义对教会的生命至关重要。

保罗关于教会的教导

正如我们所看到的，教会在圣经中被描述不是某个地方，而是与耶稣基督有新关系的人群，是教导圣经的来源，由那些与基督同行且比较成熟的人教导；有机会认识其他兄弟姐妹在基督里共同成长；是一个新的关系网络，在其中可以给予和接受爱和支持；是我们一起敬拜主的地方。教会里每个人都是有价值的一部分，发挥保持健康的健康和成长的地方。你是基督教会的一部分，你应该在你的生活中高度重视它。

9. 在开始学习本课之前，你所理解的教会与圣经所教导的有什么相似和不同？

10. 这一周你如何使教会作为优先事项？

经历

1. 你属于一个本地教会团契吗？如果没有，你是否愿意祷告考虑成为一个教会团契和小组的一部分？这可以带来那些好处？
2. 如果你是一个教会团契或小组的一分子，回忆当教会的肢体伸出援助之手，在你需要的时候支持你，这如何影响你跟随基督？
3. 鉴于教会作为一个“身体”，你觉得你是哪一部分？奉献你的恩赐，你可以为这个身体做些什么？

在实践中培训: 30 分钟

你的门徒训练者会评估你预备用《one by one》第一册促进小组讨论的水平。请看附录B 评估的标准。

继续与你周围的人操练“祷告-关怀-分享”。教导新信徒《one by one》第一册；在他们决志接受基督作救主和生命的主48小时内开始第一次聚会。



第 4 课

一步 洗礼

当我们认识耶稣做我们的救主和主时，我们的生命会有很多的改变。许多的改变发生在我们的里面-我们的心里。但是圣经告诉我们，所有真正基督的跟随者都要顺服的一步是洗礼。正如我们看到的，洗礼只是内在改变的外在表现。在本课，我们将会看圣经如何教导我们参加洗礼来顺服耶稣。

探索

回到小时候

回忆一个特别的行为，当你父母或老师指示你去做某件事，但是作为孩子或青少年的你当时很难顺服他们。

例如：吃光你的晚餐或者早点睡觉。为什么当时对你来说那么难？为了避免去做大人让你去做的，你的“拖延战术”是什么，如果有的话？

学习金块

我们人的权威是不完美的。然而当我们回顾我们是孩子时，他们让我们所做的大多数是为了我们好。上帝是我们完美的父亲，我们可以信靠祂，无论祂让我们做什么，都是为了我们永恒的好处。我们也需要明白迟延顺服事实上就是不顺服。

跟随基督

首先我们必须看看跟随耶稣真正的意义是什么。根据圣经顺服看起来是什么样的？真正地跟随基督意味着什么？

读 约翰福音 14:15

1. 一个人真的爱耶稣的明显标志是什么？
为什么这是一个真正基督跟随者的标志？

读 路加福音 14:26-28; 33

2. 在28节，耶稣说在我们决定建造之前我们需要做什么？当谈到跟随基督，“计算价钱”是什么意思？

3. 在26节和33节，我们必须把什么事情与跟随基督比，算作不那么重要的？

不是每一个人跟随耶稣都要按照字面的意思放弃家庭和财产。但是耶稣的意思是我们必须愿意放弃一切，做真正基督的跟随者。我们必须愿意顺服所有祂吩咐我们去做的。

耶稣顺服的脚步

虽然耶稣是上帝的儿子，祂自己都借着接受约翰的洗礼顺服天父。耶稣不需要受洗来洗去祂的罪。祂受洗是作为祂顺服天父旨意的行动。天父宣称耶稣是祂的爱子表明祂的喜悦。这恰恰就在耶稣公开顺服天父旨意接受洗礼并开始祂的公开事奉之前。

路加福音 3:21-22

初期教会信徒顺服的脚步

下面的经文描述在基督教早期人们回应福音。查看每处经文，用你自己的话描述当早期的基督徒相信耶稣，马上会发生什么事情。

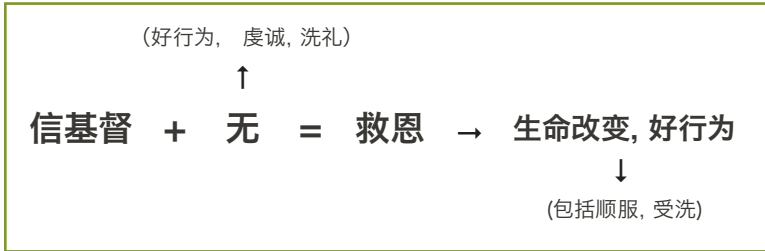
使徒行传 2:41

使徒行传 8:12

使徒行传 8:35-37

注意在经文中的次序。首先他们相信，相信之后他们受洗。受洗不是他们得救的方式。这是他们信基督的外在表达。

记得我们之前学过救恩的公式:



为什么我们需要受洗?

- I. 因为这是作为祂的门徒顺服基督的一部分
读 马太福音 28:18-20
 4. 当他们使人做门徒时, 门徒们做什么了?

- II. 因为这是一幅图画, 当我们得救时什么会发生在自己身上。
读 罗马书 6:3, 4
 5. 当我们灵里面受洗归入基督时, 什么事情发生了? 肉身受洗代表了什么 (身体被水淹没)?

洗礼是什么？

初期门徒遵行的洗礼和今天很多人经历的不一样。在新约，洗礼是人选择信靠基督成为祂的跟随者所遵行的。这是信徒他们自己选择这样做，公开地承认他们自己是耶稣基督的跟随者借着洗礼而顺服祂。

在圣经中“受洗”这一词来自希腊文“baptizo”。根据《塞耶·史密斯希腊词汇》它的意思是“反复浸，浸泡，淹没（使容器沉没），通过浸渍或浸没来清洗，用水清洁，洗自己”。

这个词的最早用法之一是描述在第二世纪腌制泡菜的过程。首先洗（从另一个希腊字 bapto）黄瓜，然后浸泡在醋里，直到吸收了醋和香料的滋味，变成泡菜。黄瓜完全变成等同与新的味道，就是浸泡汁的味道。

这就像当我们受洗归入基督时发生在我们身上的一样-我们变成完全与祂认同。当我们信靠基督，我们的灵在祂的死，埋葬，复活里面受洗（浸入，与祂合一）。当我们借身体受洗顺服祂，我们公开宣告当我们信基督以至得救时我们发生了什么。

6. 在学习这一课之前，你对受洗的理解如何不同于圣经的教导，或相似于圣经的教导？

7. 你现在要如何实践圣经关于洗礼的教导？

8. 在你生活中哪些领域需要你“计算代价”来跟随耶稣？
9. 你是否愿意受洗作为外在步骤表明你想跟随耶稣？如果是，你将如何，何时采取这一顺服步骤？GLC 在CCF 中心教会和分会，每届GLC 基础一期结束时组织洗礼。采取信心的步骤，抓住这个难得的机会去注册受洗，宣告你委身于耶稣基督。
10. 你要和谁分享这个决定，所以他们会明白你委身跟随耶稣？

在实践中培训: 30 分钟

继续与你周围的人操练“祷告-关怀-分享”。邀请那些积极回应福音的参加你的小组。你的门徒训练者会继续教你，当你使用《one by one》第一册带领你的小组。



第 5 课

一个焦点 敬拜

我们在基督里的新生命最重要的元素之一就是在教会里敬拜。敬拜是什么？我们应该如何敬拜主？

探索

下面是在圣经中启示的上帝的名字。将名字和他们的意思连线（请看下面所列）。把对应的意思前面的字母写在名字前面的空处。

上帝的名字	上帝名字的意思
_____ 1. 伊勒沙代	A. “耶和华是平安”
_____ 2. 阿多奈	B. “耶和华会供应”
_____ 3. 耶和华尼西	C. “永存的神”
_____ 4. 耶和华拉阿	D. “耶和华我的义”
_____ 5. 耶和华拉法	E. “耶和华在那”
_____ 6. 耶和华沙玛	F. “耶和华医治”
_____ 7. 耶和华齐根努	G. “耶和华我的牧者”
_____ 8. 埃洛希姆	H. “耶和华我的旗帜”
_____ 9. 耶和华以勒	I. 主，神
_____ 10. 耶和华沙龙	J. 主，大能的神

资源: www.blueletterbible.org

答案请看附录 E.

学习金块

上帝的名字完美地代表了祂的性情和属性。

什么是合乎圣经的敬拜？

敬拜是我们适当地回应上帝是谁，祂做了什么，和祂继续所做的。

在约翰福音 4:20-24，撒玛利亚妇人问耶稣关于敬拜，这是他们的讨论：

我们的祖宗在这山上礼拜，你们倒说，应当礼拜的地方是在耶路撒冷。耶稣说：“妇人，你当信我。时候将到，你们拜父也不在这山上，也不在耶路撒冷。你们所拜的，你们不知道；我们所拜的，我们知道，因为救恩是从犹太人出来的。时候将到，如今就是了，那真正拜父的，要用心灵和诚实拜他，因为父要这样的人拜他。神是个灵，（或无个字）所以拜他的，必须用心灵和诚实拜他。

耶稣告诉她有关敬拜的几件重要的事情：

- a. 他们敬拜的对象是父。他们双方都同意父是唯一真实的敬拜对象。他们的讨论焦点是如何敬拜。
- b. 以前，在耶路撒冷的圣殿是唯一为罪献祭的地方。但是当耶稣死在十字架上，献祭的要求已经做到了。今天我们不必一定要去特别的建筑里面敬拜。通过基督的血，我们可以直接在我们所在的地方敬拜上帝。
- c. 真正的敬拜者有两个特点：
他们敬拜
 - ✓ 在圣灵里
 - ✓ 在真理里

在接下来的课程中我们会探索这两个特征是什么，他们如何可以应用到我们今天的敬拜中。

I. 在灵里敬拜

在圣经中，“灵”经常意味着我们生命最深的部分。在灵里敬拜指我们在里面生命深处我们看待主的方式。

读 马太福音 22: 36-37

1. 根据耶稣，最大的诫命是什么？关于敬拜上帝这告诉了我们什么？

读 希伯来书 10:19-22

2. 当我们亲近神，我们的心应该如何？

在旧约以色列的头两个王大卫和扫罗形成对比。他们都敬拜神，但是在各自的情况下结果非常不同。

	大卫: 全心 撒下 6:5,12-14	扫罗: 半心 撒上 13:8-14
行动	献祭, 跳舞, 歌唱	献祭
态度	出于感恩 - 取悦神	出于责任 - 想要祝福, 胜利
焦点	神	敌人
方式	用全力	他自己的方式
上帝的回应	建立他的国度	废除他的国度

是什么在大卫的敬拜中取悦神在扫罗的敬拜中却没有？你认为为什么扫罗不能表现出这个？

是否可能我们参加宗教仪式而我们的心却远离神？我们如何能避免这样？

关于偶像和雕像

在灵里敬拜上帝意味着认识上帝是个灵。这意味着我们不能看见祂。我们不能幻想灵是什么样的，所以很多时候我们禁不住用看得见的物体、用我们自己的方式思想上帝。圣经有多处有关的清晰的经文。

读 出埃及记 32:4-10

3. 什么导致耶和華怒火燃燒？上帝因為這大罪打算對他們做什麼？

注解

請注意，“神”這個詞其實與形容上帝自己是同一個詞。他們造一個像並獻祭於它，使他們能崇拜領他們出埃及的上帝。事實上，他們認為他們通過使用他們造的偶像敬拜上帝，這與今天常見的偶像類型非常相似。然而主很不喜悅。

读 出埃及记 20:4-5, 诗篇 135:15-18

4. 这段经文说了什么关于偶像和雕像？你认为为什么上帝这样不喜欢他们？

雕像和偶像

十诫中最鲜为人知的一条是第二条诫命（出埃及记20: 4-5）。事实上，很多人都没有意识到这是一条诫命。然而圣经很清楚，上帝不喜悦我们屈膝或敬拜其他的东西，只有祂。当我们制造一个雕像或一个偶像，这对上帝的伟大是不公平的。我们都禁不住觉得人手做的东西本身有灵力。上帝不喜悦我们这样羞辱祂。

好消息是，在基督里，我们不需要额外的灵力。我们有圣灵住在我们里面，祂就是神。

II. 在真理里敬拜

我们不只在灵里敬拜上帝，我们也在真理里面敬拜祂。这意味着我们的思想是敬拜的一部分，这意味着，我们的思想很大程度上是敬拜的一部分，这是上帝想要祂的子民做的。只是全然投入的敬拜是不足够。我们必须按照上帝诚然所是来敬拜。

读 使徒行传 2:42和约翰福音16:13-16

5. 在这两处经文中，我们如何被带领认识真理？

为了在真理里敬拜，我们用圣经描述的方式敬拜很重要。

读 哥林多前书 6:19

6. 过去, 以色列有圣殿在那里敬拜。今天上帝的圣殿在哪里? 关于我们可以在哪里敬拜上帝这告诉我们什么?

读 希伯来书 10:24-25

7. 尽管独自敬拜是可能的, 这节经文暗示与他人一起敬拜是很重要的。为什么与其他的信徒经常团契很重要?

真正的敬拜应该是“在正直人的会中敬拜”主劝诫我们要常常在一起敬拜, 以至于我们可以彼此鼓励。在基督徒里没有“独行侠”, 我们都彼此需要, 所以我们一起可以在灵和真理里面敬拜主。

经历

1. 暂停一会，检测一下我们如何敬拜。是更像大卫的敬拜还是扫罗的敬拜？
2. 你可以在你的敬拜中做出什么样的改变， 在你的行动，态度，焦点或方式上，它更讨神喜悦？
3. 除了耶稣基督之外你还敬拜其他人吗？如果在你的生活中有偶像，你将要做出什么改变，所以你会变成一个真正单单敬拜上帝的人？

装备

在实践中培训: 45 分钟

你的门徒训练者会评估你带领《one by one》第一册的准备水平。（请看附录B 评估标准）

继续与他人操练“祷告-关怀-分享”。邀请那些积极回应的人参加《one by one》第一册讨论小组。使那些决定接受基督作为救主和主的人，48小时内参加第一次聚会。

在过程中，确定和你的小组成员们做装备这一部分，就像你的门徒训练者曾与你们做的一样。



第 6 课

一个任务 见证

你如何认识耶稣的？对我们大多数人来说，是因为有另一个基督的跟随者非常爱我们，以至于想让我们也认识耶稣。

可能你在那个人身上看到某些东西使你想知道为什么他们如此不同。可能他们为你祷告，或者表现出对你特别关心。可能某一时候，他们带你去你可以遇见耶稣的地方，或各人与你分享福音。无论如何就这样发生了，现在你也成为了耶稣基督的跟随者。

现在该轮到你了！正如上帝在你生命中使用某人领你认识耶稣，祂也想如此使用你。你已经把你放在了祂要你在的地方，所以你可以带领你的家人，亲属，朋友，同学，同事和你的邻居认识耶稣。耶稣想使用你使他人与祂连接。

探索

转发祝福

在下面空白处画四列

想出你从带领你更亲近主的基督徒那里领受的三个祝福。在第一列, 写出礼物的给予者。第二列, 领受祝福的具体方式和如何使你更亲近耶稣。第三列, 写出你想给予同样祝福的一个人。最后一栏, 具体指出你如何计划给予这个祝福。

学习金块

每一天我们都领受很多的祝福, 我们容易把这些当作理所当然。任何男人, 女人和孩子能够得到最伟大的祝福, 就是在基督里永恒的生命。委身基督的跟随者有特权用耶稣基督的福音祝福他人。当我们与人分享基督时, 我们在给他们机会也可以领受最伟大的祝福: 就是永恒的生命, 只有在耶稣里才能找到。

I. 上帝的心

读 彼得后书3:9

1. 上帝对那些不认识祂的人的渴望是什么？

读 路加福音 19:10

2. 为什么耶稣要来到世上？这告诉我们祂认为什么最重要？那么你如何把你认为重要的与祂的相比较？

II. 我们的部分

读 使徒行传 1:8

3. 耶稣应当圣灵降在他们身上会有什么事情发生？结果将是什么？

什么是见证？

见证是人讲述他亲自看见或听见的事。有一些人担心如果他们向人讲基督，他们没有足够的圣经知识回答他们可能会问的问题。所以他们选择不讲。他们说他们是沉默的见证人，但是上帝告诉我们要传讲祂。

见证人的任务不是知道一切。在法庭上，一个见证人不需要是律师或是在罪犯研究室工作才可以作证。一个见证人只需要准确地叙述他们看见和听见了什么。有法官或陪审团根据目击者的见证做结论。

这意味着任何人都是一个完美的见证候选人——也包括你！你的角色是告诉人们你的经历——你如何遇见基督，祂在你的生命中做了什么。人们可以争辩神学或圣经经文的观点，但是他们不能争论你的经历。当你讲你自己的经历时，你是个专家。做见证，你只需要分享上帝在你的生命中做了什么——没有人能为此争辩！

读 罗马书 10:13-15

4. 人需要做什么就会得救？

在这一过程中我们的角色是什么？

你如何能为基督成为有效的见证？

I. 通过你的生命

读 马太福音 5:16

5. 你的生命应该怎样影响你周围的人？

II. 通过你的故事

读 约翰福音 4:39

6. 撒玛利亚妇人遇见耶稣后做了什么？结果是什么？

分享你的故事

保罗给了我们一个关于如何讲你的故事的好榜样。在使徒行传26章，当保罗还在监狱时，他被邀请在亚基帕王面前讲话。他利用这个机会讲述他生命的故事。

他开始讲述遇见基督之前他是谁——他热心委身于犹太教，他恨恶基督徒。然后他讲他信主的经历——耶稣如何在去大马士革的路上向他显现，他如何将他的生命交给基督。然后他讲他遇见耶稣后的改变——他的生命现在如何奉献给神，向全世界讲基督的福音。

最后，亚基帕王深受影响。他说他恐怕也被保罗劝信了。

I. 通过福音

读 罗马书 1:16

7. 与人分享福音保罗感觉如何? 与人分享基督你的感觉如何?

读 哥林多后书5:20

8. 保罗称我们是什么? 作为基督的大使, 我们应该做什么?

装备

在实践中培训: 30-45 分钟

继续与他人操练“祷告-关怀-分享”, 用《上帝所赐通往天堂的路》小册子分享福音。邀请那些积极回应的人参加你的小组。

继续在你的小组里使用《one by one》第一册。

当你门训你的小组时, 你的门训者会继续教练你。

在过程中, 确定与你的组员做装备这一部分, 就如你的门训者训练你一样。

接下来是什么？

第3册: 加拉太书

到此你就完成了第 2 册:《属灵纪律》全部课程, 你很棒! 当你应用你从第 2 册所学的, 我们相信你与耶稣的关系一定增进了。

为了指导和装备你与耶稣的旅程, 请继续第3册《加拉太书》, 你可以学到如何分辨, 真正的可以救你的福音, 和假冒的不能救你的福音。请继续跟随耶稣, 进入第3册加拉太书课程。



参考答案

第1课

1. 祂不喜欢重复或花俏的言语，也不喜欢无意义地重复。我们应该来到上帝面前像我们慈爱的父亲面前一样，因为我们想与祂谈心里的话，不是为了给我们周围的人留下好印象。
2. 它的焦点是上帝是谁。讲述上帝如何是我们天上的父，上帝是如何可敬畏的，我们想祂的旨意成就。我们应该和上帝谈话像和我们天上的父谈话一样。
3. 它的焦点是我们应当为什么祈求。我们应该为我们每天的需要祈求，如果我们得罪神了为了罪得赦免祈求，祈求引导我们远离罪恶。
4. 祂希望我们原谅他人。如果我们得罪神，我们应该请求赦免。然而如果我们不原谅别人，我们也不会经历祂的赦免。如果我们的态度不对，会影响我们的祷告。
- 5.

经文	条件	应许
约翰福音 14:13	奉耶稣的名-为了祂的荣耀，而非我们的	无论我们求什么，祂都会应允
约翰壹书 5:14-15	根据祂的旨意求	祂会听我们的祷告，应许我们所求
腓立比书 4:6-7	不要忧虑，凡事祷告	我们会经历超自然的平安在我们心里
约翰福音 15:7	在基督里，常与祂相连	无论求什么，祂会回答我们的祷告
路加福音 11:5-10	坚持不懈地祈求，寻求“扣门”	凡祈求的就得着；寻找的，就寻见；扣门的，就给他/她开门
雅各书 5:16	彼此认罪；互相祷告	你就会被医治

6. 在神和人中间只有一位中保
7. 唯独耶稣可以做神和人之间的中保。
8. (自己回答.)
9. (自己回答.)

第2课

1. 上帝的话给我们生活指引和方向。
2. 圣经教导我们, 告诉我们做什么, 告诉我们什么是错的, 训练我们在我们的生活中荣耀神。这些都很重要, 帮助我们更像基督, 准备好服侍主。
3. 指示王要抄写一本律法书。用手抄写会帮助他们学习它说了什么, 准确地记住更多的内容。经常读圣经会帮助我们敬畏神, 保持谦虚, 跟从上帝要我们走的路, 当我们顺服主会祝福我们。
4. 因为他已立定心志学习遵行律法, 又将律例典章教导他人。
5. 整本圣经都是来自于上帝, 因此我们必须顺服圣经指示我们要做或不要做的事情。

第3课

1. 一起吃, 学习使徒的教训, 团契, 和祷告。因为上帝做的神迹奇事大家都敬畏; 变卖他们的东西帮助其他有需要的人; 敬拜和感恩的心; 在社区有好名声; 更多的人信主基督。
2. 他传讲福音, 培养很多门徒, 拜访鼓励他们帮助他们成长。保罗从当地已经成为门徒的人中, 任命一些人成为长老(领袖), 他们为他们祷告, 将他们交托给主。
3. 他召聚所有信徒在一起。教会是人, 而不是一个组织, 或一个地方或建筑物。

4. 他们在公共场所也挨家挨户。因为在较小的群体中可以有更多个人的参与和关怀。他们可以享受更好的亲密关系，可以确实地鼓励彼此跟从主。
5. 这帮助我们了解上帝给每一个人恩赐，所有人对身体的正常运作都很重要。每个人都很重要。
6. 耶稣是教会的头。这意味着祂在掌控，身体的部分应该做祂指示他们做的。
7. 先知，使徒，传福音的，牧师和教师。他们可以装备教会信徒事奉主。“圣徒”（所有信徒）应该做事奉的工作。
8. 好名声，忠于他的配偶，孩子们跟随主，不骄傲，有好脾气，不嗜酒，热情好客，有节制，顺服神，有纪律。他遵守纯正的教义，善于说服人教导人真理。
9. (自己回答)
10. (自己回答)

第4课

1. 他们会顺服祂。如果人不实际地做祂所说的，好像他们确实不是祂的跟随者。
2. 第28节我们必须计算跟随祂的代价，看我们是否真可以履行我们的承诺。
3. 必须不能比跟随基督更重要的事情：我们的家庭和所爱的人，甚至我们自己的生命。
4. 他们相信，然后受洗。
5. 他听了福音，马上受洗。
6. 施洗，凡我所吩咐你们的教训他们遵守。
7. 我们受洗归入祂的死和复活。这代表当祂死的时候与祂同死，当祂被埋葬，与祂同埋葬，然后祂从死里复活，与祂同复活。这意味着我们旧的生命死了，过去了，现在我们活着的是一个崭新的生命。

8. (自己回答.)
9. (自己回答.)

第5课

1. 最大的诫命是用我们所有的一切完全地爱主。这告诉我们敬拜上帝不只是重要，而应该是我们生命的中心。
2. 我们应该有信心来到上帝的面前；我们应该有完全的信心的确据，我们可以见到上帝因为基督为我们牺牲。

大卫vs.扫罗

大卫的敬拜是从全心，用感恩和所有的来敬拜。

扫罗的敬拜是半心。他更关心他从敬拜中得到什么，而不是在他的敬拜中他可以给上帝什么。

参加宗教仪式心却远离上帝是有可能的。我们需要检测我们在做每一件事的心或动机。我们做事的动机应该是对耶稣的爱。

3. 以色列人制造牛犊做偶像，像敬拜神一样敬拜它。因此，上帝想要毁灭他们，通过摩西重新建立一个新的国家。
4. 我们不应该制造任何偶像，我们不应该跪拜或敬拜任何的偶像或雕像。上帝不喜悦因为祂想让我们敬拜祂，不是偶像。当我们敬拜偶像，我们就归于我们所祷告的魔王。

偶像不是活的，不能做任何事情。造偶像的将会变成像他们一样——不能听，不能看，不能说，甚至不能活。上帝不喜悦因为偶像都不是活的，但是祂是活着的神。当我们可以敬拜活神，为什么浪费我们的精力敬拜死的没有能力的东西呢？

5. 我们通过学习上帝的话语和圣灵的带领认识真理。
6. 我们的身体现在是圣灵的殿——祂住在我们里面。这意味着我们可以在任

何地方敬拜上帝, 因为祂一直与我们同在, 在我们里面。

7. 当我们在一起时, 我们互相鼓励, 彼此相爱, 施善于他人。

第6课

1. 祂不希望他们灭亡, 却希望他们悔改认识祂。
2. 祂来是寻找失丧的人。这是祂的最高优先事项。我们应该和耶稣有一样的优先事项。
3. 祂应许他们会从圣灵得到能力。结果是他们会成为见证人, 到处告诉人们关于基督的事。
4. 他们需要听上帝的道, 呼求主的名。我们可以做上帝使用向人传讲基督的人。
5. 当人们看见我们生活的方式他们会归荣耀于父。
6. 她去告诉在她村子里的其他人基督做了什么。结果很多人因她的见证信基督。
7. 保罗不以福音为耻, 因为福音有能力救赎人。
8. 保罗称我们为大使。基督的大使, 我们劝人与神和好。

附录 A

如何促进小组讨论

简介

在本课，你将学习如何使用几个简单的原则和技巧带领小组聚会。

I. 为小组聚会做准备

希伯来书 10:25

你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉。既知道（原文作看见）那日子临近，就更当如此。

（教师解释：圣经吩咐我们不要间断在小组或门徒小组见面彼此熏陶。我们小组的聚会应该帮助组员成为门徒（委身基督的跟随者）。因此，首先小组的领袖要做的是为每一次的聚会做准备。这是每次聚会成功的关键。有几件事是小组领袖需要准备的。）

A. 计划

箴言 21:5

殷勤筹画的，足致丰裕。行事急躁的，都必缺乏。

（圣经说一个人殷勤地认真地计划他的工作，实施他的计划，结果得到很多的益处。认真地计划对任何努力的成功是重要的，特别是关于带领小组。每一次的小组聚会需要认真地计划，特别如果你刚刚开始。作为领袖你除了其他的事情以外，还应该计划食物（如果你是主持人），日期，地点，谁会参加和课程）

B. 准备

（提前为每次聚会准备是小组聚会成功的关键。在每次安排的小组聚会，你需要为一些重要的事情做准备。）

1. 了解你的材料。

在CCF，我们组长是很容易带领小组的。我们提供容易使用的材料（《one by one》，《加拉太书》，《CCF DNA》，等等）为了你们方便。如果你已经在你的小组中学过这些材料或参加过我们GLC 第一

阶段的课程,那么你将没有问题对你将使用的材料。材料具备主题和你想让他们学习并应用在他们生活中的东西。

2. 了解你的人

对于第一次带领小组的组长,你可能不知道上帝将谁带到你的小组中。他们的背景如何?他们需要什么?他们的属灵阶段?你需要知道他们从哪里来,你如何能够接触他们。作为小组领袖的你,需要专门去了解你的组员。你可以通过一对一地在外面聊天,见面,在一起吃饭或喝咖啡或任何你们可以一起做的活动,你可以更好地了解他们。

3. 了解场地

地点,场地外在环境必须有利于学习,帮助小组聚会的目的。座位的安排,房间的温度/通风,噪音,光线,清洁等等。必须在每次的聚会中考虑到。

4. 了解你的主

(作为小组领袖,你个人的灵修准备是最重要的,成为一个忠心并有效的领袖。我们个人不断地与神同行对我们带领的组员的属灵的成长和成熟是非常重要的。你首先必须与神建立亲密的关系通过祷告与祂交谈。另外,一定要用祷告遮盖和浸泡每次的聚会。祷告圣灵帮助你理解并使课程应用在自己和组员的身上。另外也为你的组员祷告,你们会有丰硕并享受在一起的时间探索神的真理。)

II. 促进小组讨论

哥林多前书 14:26

弟兄们,这却怎么样呢?你们聚会的时候,各人或有诗歌、或有教训、或有启示、或有方言、或有翻出来的话,凡事都当造就人。

(小组聚会中的讨论要刻意地为造就组员而进行。每个人在讨论时必须能够参与到讨论当中。他们可以分享他们的教训,诗歌,和其他事情可以帮助他们长进成熟。领袖促进带领整个装备和学习过程。除了其他事情,你作为小组领袖的任务是促进你小组的讨论。促进式带领是每个领袖都需要学习的技巧。学习这项技巧对你们的聚会成功非常重要。什么是促进式带领?)

回答: 使每个组员都积极地讨论一个特定主题, 致使小组达成共识和从每个参加者确定可实施的回应的技巧。

A. 促进式带领和教导

(你可能有很多的犹豫和恐惧拦阻你带领一个小组。你可能会想你不够资格带领小组因为你不是一个好的老师。然而, 带领小组更多的是促进讨论而非教导。为了让我们了解更多我们应该区别教导和促进式带领。)

教导	促进式带领
以教师为中心	以参加者为中心
教师提供大多数的观点	带领者从参加者得出观点
教师多数讲话参加者记笔记	参加者多数时间讲话, 带领者保证讨论活跃而集中重点
教师是科目的专家	带领者是带领过程的专家
教师比较关心有效地教学和教学内容	带领者比较关心小组讨论和学习的管理

III. 小组领袖的角色—作为促进讨论者

歌罗西书 3:16

当用各样的智慧, 把基督的道理丰丰富富的存在心里。(或作: 当把基督的道理, 丰丰富富的存在心里, 以各样的智慧)

(劝勉信徒们, 通过他们学习和了解神的话语, 让上帝的话永远居住在他们里面。因此, 每个小组成员有机会也有责任教导圣经真理和彼此劝诫。带领者将确保或者要看见, 这是在小组讨论正在发生的。在小组讨论过程中, 领袖必须要记住他的责任是帮助组员们从彼此的讨论中学习上帝的话; 使讨论结果对每一位组员都丰富, 有意义, 改变生命。这里是带领者扮演的几个角色。

A. 带领者只是其中的一个组员帮助使讨论可以进行。

(小组领袖除了有其他的责任, 当在促进小组讨论时, 他只是当作小组里的一个组员, 帮助促进讨论。他不感到, 也不表现出他比其他组员职位高,

权力大或更有价值。他不应该管辖他的组员，而是爱，接纳和谦卑。他是仆人式领袖，他的目的就是门训他的组员像基督的样式。他带领小组和促进小组讨论的方式展现了这一点。)

B. 他要的是想法而不是答案。他问人们怎么想或感觉怎么样

(带领人寻求他人的意见，而不只是准备好了的现成的答案。他应该敏感组员的想法或感受。尽可能多地征求他们的意见，见解和思考。因为以这种方式，他将能够找出为什么他的组员会这样，他们的反应是什么意思，他们的生活正在经历什么。你不会成为一个有效的推动者，如果你已经有提前审判，偏见和定型。)

C. 他的目的是把每一个人带到讨论当中

(每个人都要参与到讨论当中，任何人不可以掌控。带领人在鼓励所有组员参与中扮演了一个关键的角色。他应该注意到谁在参与谁没有参与。他也有责任制造机会让每一人都贡献。他也会看着讨论不会偏离正道或渐渐远离。)

D. 他是一个学习者，他不会强调他的想法。

(当小组聚在一起，总是为了相互熏陶。小组领袖充当带领人，但他不是学习的唯一来源。领袖与他组里的兄弟姐妹们一起学习。他可能有他自己的想法和观点关于特定主题或问题，但他不必强加于小组。领导听取并从别人学习。圣经将是他们学习明确的最终来源，他们被圣灵授权和引导。由于小组组员一起分享他们生活，他们一定会朝着基督的形象增长。)

E. 他做总结和要求实践应用。

(带领人不时地概括和综合小组说了什么。他集合所有的各种组员所提到的见解和想法。经过一系列问题后，允许小组成员来贡献总结。

另外，小组讨论和圣经学习的目标不是只是信息，而是生命改变。他应该以询问每个人的一个实际应用来结束讨论。这个实际应用必须是个人，

具体的, 可衡量的, 可实现的, 现实的和有时限的。我们GLC1基要材料, 设计带有生命的应用问题和活动。最好是用我们的GLC材料在你的小组中, 所以带领的部分会更容易。

IV. 促进富有成效的讨论的规则

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。(以弗所书4: 29)

(大部时间在小组里是关于圣经真理论, 因为它是组员将要应用在生活中。所以我们的讨论将不会是不健康的, 而是富有成效的, 我们需要采用一些原则和技巧。为了让我们的小组讨论是有益的, 有助于建立组员, 带领者不得利用一些规则。因此, 非常需要领袖知道这些促进富有成效的讨论的规则。)

A. 解释指导

(第一件事情就是要解释给组员, 我们的小组具有价值观和原则, 每位组员都要遵守。我们强烈鼓励每个成员遵守CCF门徒契约)。

保密	我不会在外面讲关于组员的事情, 保证在小组里分享的不外传。	往来传舌的, 泄漏密事。心中诚实的, 遮隐事情。(箴言11: 13)
诚实	我会对我的小组长和组员开放和诚实。	说谎言的嘴, 为耶和华所憎恶。行事诚实的, 为他所喜悦。(箴言 12:22)
尊重	我会借着固定准时参加小组聚会尊重我的组员, 尊敬顺服我的组长。	你们要依从那些引导你们的, 且要顺服。因他们为你们的灵魂时刻儆醒, 好像那将来交帐的人。你们要使他们交的时候有快乐, 不至忧愁, 若忧愁

		就与你们无益了。(希伯来书 13:17)
代祷	我会定期为我的小组长和组员属灵长进祷告	靠着圣灵, 随时多方祷告祈求, 并要在此儆醒不倦, 为众圣徒祈求。(以弗所6: 18)
属灵成长	因为我正在参加这个小组属灵生命长进, 也帮助其他人也如此做。我会杜绝在小组里谈生意, 借钱或者利用小组, 不是属灵生命成长却有其它目的。	又要彼此相顾、激发爱心、勉励行善。你们不可停止聚会, 好像那些停止惯了的人, 倒要彼此劝勉。既知道(原文作看见)那日子临近, 就更当如此。希伯来书10:24-25)
做提摩太	我会以此为我的目标最终建立我自己的小组	你在许多见证人面前听见我所教训的, 也要交托那忠心能教导别人的人。(提摩太后书 2:2)

B. 鼓励他人讲话

(在小组里, 鼓励每个人彼此服侍帮助。作为带领者, 确保每个人都参与讨论。鼓励胆小的组员讲话, 也不允许任何人控制整个讨论。带领者可以使小组每一个人轮流回应。例如: 雷缪尔, 你如何回答这个问题? 很重要问跟进性的问题, 这样会引他人进入讨论(或评论)使讨论可以继续。“还有谁有见解或想法?” 如果你注意到某人已经独揽讨论。你可以说: 让我们听其他人会说什么。)

C. 做一个积极的听众

雅各书 1:19

我亲爱的弟兄们, 这是你们所知道的, 但你们各人要快快的听、慢慢的说、慢慢的动怒。

(这节经文鼓励我们快快地听，意思是积极地听。积极地听涉及不单是你听到了什么，也包括你观察到了什么非口语部分。这意味着作为带领者你积极地参与讲话的人，将你个人的事放一边，保持你自己不想杂念（尤其是想接下来说什么）下面是积极聆听的技巧。¹)

1. 你听见他口头上说了什么²

(指的是说话的内容。作为带领者我们必须避免太专注于我们要说的，而忽略了听讨论本身。当你听的时候，关注你的组员分享了什么活？说了什么？比如说，事件，日期，和其他具体信息在小组讨论中出现的。)

2. 非口语部分你听见了什么³

(在积极聆听中很重要的一项是观察你的组员如何表达说话内容。换句话说，你必须注意他们所说的和肢体动作的一致性。非语言信息与语言信息吻合吗？在三方面可以听到：

- 面部表情。当你的组员说“我很好”，他/她的面部表情事实上在说“我有一点伤心”吗？
- 说话语气。听嘲讽，愤怒，悲伤，热情，犹豫，恐惧等语气。
- 肢体动作姿势。是不是胳膊交叉和腿关闭？人们是紧张还是放松？他们的姿势暗示感兴趣还是枯燥乏味？

记住，仅仅观察你的组员的动作你就可以“听”到很多。)

D. 问正确的问题.

每个小组讨论的成功取决于明智用心地问正确的问题。作为带领者你的主要任务是在讨论过程中让小组回答一些问题。促进动态的讨论需要生成正确的问题，并提供适当的反应。下面是不同类型问题和回应的一些准则，这将有助于你的小组进行有意义和改变生命的讨论。

¹ Leading Life-Changing Small Groups Bill Donahue and the Willow Creek Small groups team Copyright © 1996, 2002 by the Willow Creek Association

² Ibid.

³ Ibid.

问问题的类型：

1. 开放性问题

开放性问题不能够用简单的“是”或“不是”回答，也不能够用所提供的事实回答。开放性问题鼓励参加者提供想法，观点，回应或信息。当你想让人思考和参与，特别是产生很多的想法和见解，使用开放性的问题。一个开放性问题可以很有效地深入探索一个主题，帮助组员彼此之间更诚实。

为什么： 为什么耶稣那样说？
什么： 经文说了什么？什么意思？
如何： 如何应用？

2. 更好反应的问题

也有其他类型的问题，能引出组员更大的响应。你可以使用这些问题从你的组员中提取各种不同的反应。这将使讨论有相关性，参与性和改变生命。下面的列表提供了各种更大回应的问题和各自的例子。

- A. 描述：(例如，描述以弗所书 2:1-3 人不能重生的条件)
- B. 总结：(例如，总结在约翰福音 15 葡萄树和枝子的关系)
- C. 解释：(例如，谁能解释葡萄树和枝子的关系 (约翰福音 15)? 现在你可以解释一个基督徒和耶稣的关系吗?)
- D. 探查：(例如，还有什么?)
- E. 重新定向的问题：(例如，你怎么想，雷米尔? 你感觉怎么样，保罗?)
- F. 反馈和澄清的问题：(例如，谁可以重述我们的立场? 谁可以总结一下我们目前为止讨论了什么? 如果我听得正确，你的意思是?)

在小组里有效提问的关键是知道如何问正确的问题

⁴ The Facilitator Excellence Handbook Fran Rees Copyright © 2005 by John Wiley & Sons, Inc. Published by Pfeiffer An Imprint of Wiley 989 Market Street, San Francisco, CA

V. 恰当地回应问题和建议

歌罗西书 4:6

你们的言语要常常带着和气，好像用盐调和，就可知道该怎样回答各人。

(圣经鼓励信徒们在他们说话方面要有智慧。他们的讲话应该是友善，礼貌(亲切)，有趣的，邀请互动(而不是拒绝聆听和讨论)，在讨论中添加“香料”，是洁净健康的⁵。信徒们应该随时做好准备回答关于他们信仰的问题，准备好分享个人见证。

因此，我们的小组讨论必须也表现出这些特征。小组讨论必须也要亲切，有趣，邀请互动，深层次，洁净健康。为了使之发生，领袖/带领人必须学习如何回应问题和建议。你和其他的组员如何回应问题或发言要，么会造就要么会打断讨论的发言。带领人需要发展应对技巧。

这里是如何恰当地应对组员的问题和建议的提示。

A. 重述

(重述: 是用自己的话再说一遍你的组员说了什么。重述使你重复他人的想法，使他们更深入地分享。它总结了所听见的，使小组探索个人感受，思想，和行动。当组员不能够清晰地表达他的观点或当你认为其他组员不明白你说的观点时需要重述。)

B. 总结

(总结是每个人都警觉，整租关注。当陈述了很多观点，很多信息需要总结。总结应该是简洁，直接指向要点。有一种总结的方式是让组里面的一个人总结到目前为止说了什么。这是一个很好的方式在小组里培养这种技巧，使每个人都警觉发生了什么事。最好的发问方式，“有谁愿意总结一下到目前为止说了什么？”问谁要总结之后，给人时间考虑。如果没有人自愿，继续，可以这样说，“好，这次让我来试着总结一下”偶尔让组员来总结，这样

⁵ LIFE APPLICATION BIBLE COMMENTARY PHILIPPIANS, COLOSSIANS, & PHILEMON By BRUCE B. BARTON, D.MIN. MARK FACKLER, PH.D. LINDA K. TAYLOR DAVE VEERMAN, M.DIV.

可以在整个过程中增加小组归属感,帮助他们参与和贡献。)

C. KKK: 亲, 踢, 亲

(也称作三明治方法。您可以以积极的赞美开始,以鼓励此人问这个问题。然后,温柔地校正他后或给予他正确的回答,你可以用另一个好评来结束。你可以简单地重申最初你给他的积极称赞。或者你可以笼统地说你欣赏他们的问题和意见,也可以赞扬他们接受建设性的批评。)

VI. 处理困难组员

以弗所书 4:2

凡事谦虚、温柔、忍耐、用爱心互相宽容。

(带领小组的最大挑战之一是如何处理在你小组里的困难组员。记住你和你的组员都并非完美。我们都是罪人,靠上帝的恩典得救。我们都有弱点。那是为什么我们需要谦卑,温柔,忍耐,用爱心互相宽容。特别是对那些难处理的人。上帝选中你,将使用你去门训他们成为基督的样式。)

箴言 27:17

铁磨铁,磨出刃来。朋友相感,〔原文作磨朋友的脸〕也是如此。

(上帝会带不同的人来你的小组,所以你和他们会灵性成长。困难的人的存在是帮助你发展个人与主同行,特别是性格发展方面。需要一段时间才能知道你组员的性格特征。不要绝望,有一些被证实的方式和技巧,处理不同类型困难的人。这里有一些建议。)

⁶ The Facilitator Excellence Handbook Fran Rees Copyright © 2005 by John Wiley & Sons, Inc. Published by Pfeiffer An Imprint of Wiley 989 Market Street, San Francisco, CA

困难者的类型	回应
起哄者/扰乱分子	认可其贡献, 再次聚焦讨论, 问组员来回应他的意见或者观点
漫谈者	趁着暂停或休息时, 感谢他并重新聚焦, 设立规定有关讨论时间和发言人
万事通	把他当成资源, 但是建议我们先听听其他人的思想, 请他倾听利用他的热情
健谈者	问他的想法, 让他分享给组员

(如果有需要, 你可以温柔地有爱地私下和这个人谈话。你可以请他/她帮助你使讨论对每个人更有益处, 借着指出需要做什么, 却不显出你在攻击他/她个人。另外, 非常重要是为他们祷告。通常这些困难的人有他们自己的挣扎和挑战。他们会测试你的耐心和对上帝工作的委身。但是他们也会帮助你在性格和事工技巧上长进。当你耐心地, 衷心地服侍他们, 你的灵命也会增长。)

附录 B

小组带领的评估工具



使用以下几点评估带领者。确定在工作坊结束时把评估表给他/她。在右侧评估的号码上画圈，对应左栏小组带领人具体任务。使用下面的评估范围作为指导：

5
非常赞同
4
赞同
3
稍微赞同
2
不赞同
1
强烈反对

带领人： 日期：

	5	4	3	2	1
带领人使讨论集中在主题上	5	4	3	2	1
带领人使讨论生动	5	4	3	2	1
带领人鼓励组员分享他们的想法，不是直接给出正确答案	5	4	3	2	1
带领人确保每个人都有机会分享他们对主题的观点	5	4	3	2	1
带领人多数在听；大多时候他/她让组员讲话	5	4	3	2	1
带领人没有强加他个人的观点在讨论中	5	4	3	2	1
带领人总结组员分享的观点	5	4	3	2	1
带领人要求每个组员分享个人应用	5	4	3	2	1
带领人精心掌握时间-聚会开始和结束在限定的时间内。	5	4	3	2	1
带领人在聚会中有纳入祷告	5	4	3	2	1

其他意见：



附录 C

带领讨论

摘自基本的带领：
每个小组长都需要知道

艾米 杰克森

这里有10个促进小组讨论的重要提醒

1. 你们是带领者，不是老师。授权给他人，借着问好问题使他们自己从圣经中发现真理。不要使你们的讨论时间变成讲课。
2. 允许圣灵通过学习材料向组员说话，帮助他们明白并实践课程。如果你能分享你自己的经历，故事和观点更好，但是让课程成为主要焦点。
3. 小组是有关沟通和属灵成长的。当我们讨论圣经，你们可能会陷入神学辩论。记住这不是目的。你们需要讨论课程，以至于忠心地实践其中的原则，但是记住目标是生命的改变，不仅仅是积累知识。
4. 制造一个安全的氛围使组员可以分享。不要打击组员的意见和问题。当他们分享时，肯定他们。
5. 问开放性的问题，就是不能用简单的“是”或“不是”回答的问题。如果你一定要问“是”或“不是”的问题，确定接下来问“为什么”。
6. 鼓励不健谈的人参与讨论，叫他们的名字。同时，不能强迫参与，这样会造成不安全的氛围。这个策略也可以用于当小组中有过于健谈的组员，借此澄清现在谁应该讲话。
7. 通过回应成员的贡献，推动进一步的讨论。你可以简单地感谢他们回应(谢谢分享，海伦)，或者你可以问指导问题，澄清广泛或含糊的答复。(你说你感到自私是什么意思？你可以说的再充分一些吗？)一定也要以非语言沟通(哼一声，深深叹了口气，或笑)有人说高达90%的沟通都是非语言。
8. 回答。当有人回答错误，要小心地回应。不是告诉组员们他们错了，而是转向小组其他人，问“其他人怎么想？”或“大家都同意吗？”你也可以问“你是在圣经里找到的答案吗？”回应时要温柔。如果他/她非常热衷于他/她的答案，一对一在聚会以外谈论比较好。

9. 当你们的讨论由于另一个话题而进行不下去了, 告诉他们新的主题是重要的, 建议他们一会儿再谈, 或者完成当前讨论后, 或聚会后。只要参加讨论, 甚至他们的讨论跑题, 也是一件好事—只要将话题再转回到主题上来。另外, 有时候跑题能够导致良好的讨论。辨明决定这个跑题是不是你们组员所需要的。
10. 不要忘记应用你们所学的! 问组员们他们将如何改变他们的生活因为今天的讨论。你也可以问组员们他们下一步需要做什么。

30秒法则

我将给你最后一个被证实带领小组中非常有用的建议。有时候组长问了一个问题, 等了三五秒, 然后自己回答了他们的问题。这样是没有帮助的一你的组员们没有参与, 他们将不会自己发现上帝的话。另外, 他们也会习惯你们总是直接给出答案, 这打消了他们将来的积极性。相反, 问一个问题后, 总是等30秒。

为了训练你自己, 问一个问题后看一下你的表。等满30秒。你可以在家练习保持30秒沉默。我要警告你, 一开始你会觉得那是永恒! 但是我学到了, 在30秒结束之前, 很有可能有人会回答。如果没有人回答, 有人会说话, 会问“问题是什么?”

这可能是表示你的问题不是那么清楚。你可以再问你的问题, 使它清楚扼要。为什么要30秒? 很多人需要至少20秒想问题, 尤其是关于思考和应用的综合性问题。给你的组员所需要的时间, 所以每一个人都可以参与讲话。

你的角色作为小组长非常重要。你有幸与圣灵同工帮助人们成长。千万不要小看这个, 当你花时间带领一个小组, 你会发现你对这些带领技巧会变得越来越自然。与此同时, 有意地带领你的小组, 但是当你自己犯错时也要对自己有恩典。事实上, 上帝会用领袖角色进一步发展你, 所以要享受这一旅程。

— 艾米·杰克逊SmallGroups.com的总编辑; 版权2012年今日基督教。

资源: <http://www.smallgroups.com>

登录时间5/6/2015 @ 12:10 PM



附录 D

促进小组讨论的秘诀

实用性建议
努力为改变生命,
而不是引人注目的聚会
卡特 莫斯

对于很多小组长领袖，我们所做的比较令人生畏的事情之一是促进小组讨论。我们当中很少人会觉得我们所有问题的答案，或者我们可以处理任何抛出的曲线球（会有一些！）更糟糕的是，非常具有挑战性来衡量评估我们做得好还是不好。

然而这里有一个好消息：真正促进小组讨论不是那样的。我们不必有所有问题的答案。我们不必每一次带领得完美。甚至我们不必每次都要完成所有的课程材料。

当我们带领我们的小组时，我们的目标是创建讨论。我们想要挑战他们去思想目前的主题，创建一个安全的环境供人们分享他们的想法—让每一位感到他们提出来的想法被尊重有价值。

那是我们要做的。很感恩，有一些既定做法和原则可以帮助我们实现这些目标。

问好问题

带领小组最重要的技巧之一不是要有所有问题的正确答案。这里有几个秘诀来问好问题：

1. 问开放性的问题。 避免是/否，对/错的问题，多重选择的问题- “在这个比喻当中耶稣是羊还是牧人？” 相仿，避免问像简单的主日学问题，使人太容易回答，“为什么耶稣要死在十字架上？” 你要问一些问题使人分享一些实际的想法和感受。
2. 问跟进性问题。很多人都默认地保持他们自己对你的问题的漂亮的表面的回答，所以养成习惯不要让他们这样容易。问更多的跟进问题，跟进他们的回应。这里有一些好的跟进问题的例子应付人们常常给的简短回答：
 - 是什么使你这样说？
 - 你感觉如何？
 - 你认为如果你住在耶稣那个时代，这会如何影响你？
 - 你将如何解释你的非基督徒朋友或邻居？

我们的想法是得到人们真正想说的核心内容。

3. 展开争论。我想告诉我的小组，如果我们总是同意对方，每一个字，每一个我们读过的作者说的话，那么我们会是一个很无聊的组和一些无意义的讨论。实际上讨论着各种事情的关键是让不同的观点与议题搏斗！

这里有一些问题的例子，可以帮助建立讨论，通过发挥一点“唱反调的人”：

- 你真的同意作者在那章所说的吗？为什么或者为什么不？
- 为什么上帝如此设计？为什么不能做相反的或其他的？
- 你要对不同意的人你要说什么？
- 为什么我们一定要那样做？为什么我们不能用其他方式？

4. 确保命中要点。我经常告诉我的小组，到快要结束的时候，我们需要确定我们要应用什么我们现在所讨论的，到我们现实的生活当中。否则我们仅仅使我们的组员头脑聪明一点，却没有生命的改变。所以无论你们讨论的是什么，确保以应用性的问题来结束。

这里有一些例子：

- 所以到底我们今天要在我们的生活中做什么？
- 今天你如何改变你对这个议题的看法？
- 哪一件事是你要在下一周开始做出改变的？（一些小组在这里需要有问责性的问题-记录组员分享了什么，让他们下一周回来报告。）

营造一个安全的环境/气氛

信任可能是最重要的关键，真正让你的小组成为一个地方，在那里可以形成真诚的共同体。小组成员需要能够彼此信任，这个小组是一个安全的地方。在这里，他们可以真实知道他们不会被判断，说闲话，等等。

那么，你如何营造这个安全的环境？你可以采取几个重要的步骤：首先，在你的小组指导或小组契约里确保遮盖隐私和安全议题。写在纸上“在这里所说的，到此为止。”每当一个新人加入到组里，回顾这些相同的小组指导。作为领袖，确保你自己做安全保密的榜样！

当某人在小组里分享—无论你有多么的不同意，他们可能神学错误—确定他们在那一刻感到被肯定。过后，你可以在小组之外找他们谈论他们的解说，应该一对一来做。

另外，在小组里避免不请自荐—“如果我是你，我就……”这是最快不让别人分享的方式。当你听见其他组员开始这样说，温柔地提醒他们，这里是安全的小组，我们在这聆听，不是给出建议。

处理有挑战的人

小组困难的部分都与与人有关，处理人的问题总是麻烦。我发现我最喜爱的一本书的名字是最真实的：每个人都正常，直到你认识他们。也包括我在内！

这里是一些常见的“有挑战性的人”你可能会遇见，有一些带着和气接近他们的技巧：

- 过于健谈者：这个人总是有很多话说，喜欢第一个讲话。在小组指导中提醒大家这是一个平等参与的小组。如果你的小组有10个人，你希望每一个人在讨论中贡献十分之一。

如果问题依然存在，在小组以外和这个人谈话。肯定他们在什么方面的确有贡献，告诉他们你需要他们的帮助，帮助小组里的其他人敞开和分享。有时候你可以尽量请他们承诺不要第一个回答问题，或者只是当你叫他们的时候才回答—或者制定一个小小的信号，当他们说话太多时你可以给他们暗示。

- 沉默者：这是在小组里安静的人，永远不想分享。如果你认为这样做不会吓跑他们—他们可能需要一点敦促—尝试定期地叫他们分享回答。另外，确保当他们回应给他们大大的肯定。

如果不起作用，在小组之外和这个人谈话。当然，肯定他们所做的贡献，让他们知道你想让更多人听见他们的想法。提醒他们不同的观点对整个组来说是等等的有宝贵。

- 话题发动者：这个人喜欢把小组带出正轨，随时抛出其他话题或新闻。首先不要对发起者生气，偶尔让他们跑题一会儿。到时机成熟时坚定地把小组带回正题。

如果问题变得过度，还是在小组外面找此人谈话。对他们所做的贡献表示肯定，让他们知道你面临的挑战，你努力带领好一个小组，每一周要进行特定的要点，现在他这个话题引爆者使你的工作变得困难。问他们如何可以帮助你。

- 不太敏感的人：这个人提出建议，取笑答案和人，打断别人，或者在小组里得罪其他人！这个人对你们小组的健康构成威胁。他们可以把它从一个安全的小组变成其他东西。所以再次提醒每位小组指导，小组聚会后要找那个人一对一谈话，让他知道一个安全的小组多么重要，他们可以做什么可以帮助其发生。

记住—小组讨论的最终目的是生命改变，不是完美的讨论或完成所有材料。所以在每次的小组聚会中对圣灵敞开，跟随祂的带领。其中最难忘的小组聚会是小组领袖愿意放下当天的计划，解决个别的需要，或自发地做一些有趣的事。

另外花一些时间在小组聚会前祷告是重要的。求上帝带领祂想让我们讨论的。找一个学徒可以帮助你带领，所以你不必自己做。

记住，上帝是那位在人的心里工作—我们没有这个责任！我们只是营造一个亲密沟通和生命改变的环境。

— Carter Moss is the Adult Ministry Catalyst for Community Christian Church and NewThing.
Source: <http://www.smallgroups.com>
Accessed on 5/6/2015 @ 12:22 PM



附录 E

第5课探索部分答案

-
1. 伊勒沙代 ---- J. 主大能的神
 2. 阿多奈 ---- I. 主, 神
 3. 耶和华尼西---- H. 耶和华我的旗帜
 4. 耶和华拉阿---- G. 耶和华我的牧者
 5. 耶和华拉法---- F. 耶和华医治
 6. 耶和华沙玛---- E. 耶和华在那里
 7. 耶和华齐根努 ---- D. 耶和华我的义
 8. 埃洛希姆 ---- C. 永存的神
 9. 耶和华以勒 ---- B. 耶和华会供应
 10. 耶和华沙龙---- A. 耶和华是平安