

# 门徒训练概要

属灵带领基要  
带领指南

## 基督徒品格发展 第三课：谦卑与忍耐

### 导论

本课是门徒训练概要**基督徒品格发展**单元的一部分。基督徒跌倒、事工失败的时候，常常是因为领袖缺乏品格建造所致。基督徒领袖必须高度重视品格发展，因为门徒训练要求我们成长为基督的样式。本单元探究了一系列仆人式领袖塑造的品格特质。我们要查看圣经如何教导这些特质，耶稣以及其他人物如何体现这些特质。敬虔的品格应该在基督门徒的生活中，尤其在信徒领袖身上显明出来。

### 对象

这一系列课程的对象是在信仰上迈向成熟并渴望事奉神的信徒。这些课程对牧者、教会带领人、导师或教师尤其有帮助，对希望增进自己与神关系的人也有益处。

带领指南是要帮助组长预备课程，可同时和门徒训练概要的其他材料一起结合运用。请访问我们的网站 [www.dechinese.org](http://www.dechinese.org)。

---

经文引用自中文圣经新标点和合本。蒙允使用，版权所有。

所有其他内容版权归©2019 加拿大环球广播所有，只要是为了传福音并且不对所使用的材料收费，可以自由使用。查看更多许可证详细信息，请访问 [www.discipleshipessentials.org/licensing](http://www.discipleshipessentials.org/licensing)。



# 基督徒品格发展

## 第三课：谦卑与忍耐

### 目的

本课探究的是基督徒谦卑和忍耐的品格特质，查看耶稣和其他圣经人物如何体现出这些特质，以及我们如何在自己的生命中发展这些特质。

### 带领指南

我们生来就是自私的人。小孩子常常认为世界就是围着他们转的，也是为他们而转的。在这方面，有一些人从未长大，他们认为世界的存在就是为了讨他们的喜欢。他们渴望得到自己想要的，现在就想得到！谦卑和忍耐就是优先服事他人，是与我们天然本性相反的一种品格。有些组员会发现这一课很难，作为领袖，你要为他们创造一个安全的环境，让他们可以诚实地对待彼此，让他们有时间分享和讨论。若我们不诚实，就很难改善品格特征。

## 开场

(选择两或三个问题)

- ❖ 描述一种让你不耐烦的状况。
- ❖ 你的人生中有没有一件让你引以为傲的成就？基督徒的生命中能不能容留个人的骄傲？
- ❖ 谦卑和骄傲的区别在哪里？为什么错误的谦卑是另一种形式的骄傲？真正的谦卑和虚假的谦卑之间有什么不同？
- ❖ 你在什么方面等待了很长时间并且仍然在等待？在这种情况下为什么忍耐变得困难起来？



## 研读

从以下几点来指导组员

### 教导：

- ❖ **谦卑和忍耐的品格：**这两种品格彼此相连。我们所有人都想凭着自己的方式去活。如果我们非常诚实地面对自己，我们就会渴望得到自己想要的，并且现在就想得到！我们认为自己应该快乐，不该亏待自己，即使这会夺去他人的快乐。这就是我们必须战胜的罪，只有降服在圣灵之下，我们才能改变自己的想法。骄傲来自认为自己比他人更重要的想法，不耐烦源于认为他人的计划和时间没有自己的重要的这种想法。
- ❖ **谦卑：**为了得着真正的谦卑，我们必须明白谦卑是什么，不是什么。
  - **谦卑不是骄傲：**骄傲就是自恃过高，是谦卑的反面。我们可能认为自己的社会举止符合要求，也不公开自夸，但是当为了让自己看起来很重要而提及自己的成就，我们就犯了骄傲的罪。一个谦卑的人不会渴求关注，也不会指点他人的错误，不会忽略那些地位“卑微”的人，并且不虚伪。
  - **谦卑不是羞愧：**自己强加的羞愧就是谦卑的反面。当我们夸耀自己的不完全或是很糟糕地说自己，好让别人感到难为情并称赞我们，我们表现出来的就是错误的谦卑。我们是神的工作，不应该用羞辱自己的方式来羞辱神。当我们妄自菲薄的时候，就是在犯罪。
  - **谦卑就是正确地看待自己：**当我们有正确的、符合圣经的自我观（被造有神的形象）的时候，我们就能支取神的恩典，把爱带给他人。当我们不再给人分门别类，不再按照自己的眼光看待他们对我们产生的价值，我们就可以真正去爱他们。这需要谦卑的品格。真相就是，我们并不比我们所服事的最卑微的人更重要。我们都是神的创造，我们都是堕落的罪人。我们得到了救赎，不是靠自己的行为，而是因为神的恩典。查看以下经文，思考不谦卑的危险有哪些：
    - [箴言 11:2](#)
    - [箴言 16:5](#)
    - [加拉太书 6:3](#)
    - [箴言 26:12](#)
    - [雅各书 4:6](#)
    - [罗马书 12:16](#)

### 提问：

骄傲的危险是什么？

为什么神抵挡骄傲的人，喜悦谦卑的人？我们的骄傲和谦卑跟从神而来的救赎和恩典有什么联系？

这个世界把谦卑看做一种消极而软弱的特点，被人看为卑微非常糟糕！然而神不这样想。谦卑怎样实际地展现出品格强大的力量？



## 教导：

- ❖ **耶稣生命中的谦卑：**如果任何人有理由把自己的地位高抬超过其他人，那就只有耶稣！四福音体现得非常清晰。耶稣不仅仅是一个人，也是神的儿子，并且祂有完全的神性！然而，祂并不骄傲。祂对自己的重要性有精准且健康的认识，这使得祂可以照着父神的心意去做事，真诚地爱人，把人带到自己面前。
  - **耶稣过着卑微的生活：**耶稣生在一个贫苦的家庭。我们可以猜想，年轻的耶稣从祂地上的父亲约瑟那里学习了木匠的技能（马可福音 6:3）。祂在世上没有丰厚的财富，也没有一所自己的房子（马太福音 8:20）。祂看重父神的心意和他人的益处过于自己的舒适（约翰福音 6:38）。
  - **耶稣顺从父神的旨意：**耶稣和父神有同等的荣耀，但是祂在地上的日子里，祂选择顺服父神的心意。祂没有以自己与神同等为强夺的，反倒虚己，取了奴仆的形象，成为人的样式（马太福音 26:39；腓立比书 2:5-7）。
  - **耶稣接受父神在祂生命中的旨意：**骄傲的人渴望做到超过自己能力范围的事，他们也因为感到羞辱而拒绝去做应该做的事。耶稣知道自己来到世上的目的，就是藉着祂为我们的罪而死和复活，把我们带到神面前。耶稣以死经历了最深的谦卑，即使祂有能力逃走，祂却没有这样做（路加福音 4:18-21；腓立比书 2:8）。
- ❖ **圣经中谦卑的榜样：**神拣选的很多领袖都对自我价值有一个恰当的看法。他们没有愚蠢地认为凭自己可以做到一切。那些认为自己还不够好的人学习接受神创造他们的样子（有神形象）。
  - **大卫王：**大卫出身低微，他是一个牧羊人，不是王的儿子。但是上帝拣选他，因为他相信神，并且依靠祂。大卫是一个谦卑的榜样。他没有认为神欠他什么；相反的，他感恩而谦卑。他称自己为神的仆人，他心里明白，自己是谁以及自己所有的成就，都是神的恩典（历代志上 17:16-27；诗篇 69）。
  - **使徒保罗：**他的确非常有资本炫耀自己，他出身尊贵，后来成为了一名伟大的使徒。然而，他自看为不配神的恩典，并且向神欠了罪债。他意识到自己离开了耶稣基督就一无是处（哥林多前书 15:9；提摩太前书 1:15）。
- ❖ **忍耐：**今天我们要看的第二个品格就是忍耐。为了得着真正的忍耐，我们必须明白忍耐是什么和不是什么。
  - **忍耐不是不耐烦：**我们对不耐烦的理解是，事情没有按照我们想的时间、地点和方式有所进展的时候，我们就坐立不安、生气或沮丧。不耐烦带来一种强迫，认定事情一定要照着某种方式进行，一旦这种理想状况没有实现，就让人产生了压力。我们会对环境或对人不耐烦，这来源于我们自己不快乐的心或是对自己的不满意，或是来源于对神掌权的不相信。一个忍耐的人相信神会按照祂的计划在祂的时间成就一切，这样的人也会关心他人的想法和需要。



- **忍耐不是懒惰：**忍耐不是说要我们对周遭的一切视而不见，或是不再为别人、为自己渴望美善。我们不能把忍耐看作是无所作为，或是坐视不管，也从不主动去改进现实状况。我们仍然要努力工作，仍然要供应自己基本的需要和那些依靠我们供应的人。忍耐不是消极的，忍耐的人不因困难来临就放弃。
- **忍耐是满足和回报不能及时来到时忍耐等候的能力。**当我们的等待是为了他人的好处时，我们就等待。我们相信神的计划和祂成就计划的时间，而不是执意认为自己的方法更好。等待不容易，但是长时间忍耐等候更不容易。我们要辨别那些从我们自己而来并非从神而来的做事的冲动。神教导我们要等候祂，这是神试验我们忍耐的其中一个艰难功课。思考以下经文：
  - 诗篇 27:7-9
  - 以弗所书 4:2-3
  - 彼得前书 2:19-23
  - 帖撒罗尼迦前书 5:14
  - 雅各书 5:7
  - 提摩太后书 2:24
  - 希伯来书 6:9-12
  - 罗马书 5:3

## 提问：

生命中哪些方面需要我们有忍耐？

忍耐与我们对神的信心以及我们对他人的爱有什么联系？

忍耐的结果是什么？不耐烦和莽撞的后果有哪些？

为什么忍耐跟我们有不同情况、遭遇不同试探、领受不同呼召的人那么困难？

## 教导：

- ❖ **耶稣生命中的忍耐：**耶稣的生命中呈现出基督徒应该具备的所有美德。说耶稣具备忍耐的特质，听起来可能有些奇怪，毕竟，祂可以在任何自己想要的时刻施展大能！
  - **耶稣对人忍耐：**尽管门徒已经离开昔日的生活，整天跟随耶稣，他们还是经常表现得很自私。他们贪婪、冲动，不能明白耶稣一次又一次跟他们说的话。耶稣饶恕了门徒，也仍然相信门徒的潜力。祂没有生他们的气，也没有拒绝重复祂已经教导过他们的功课。我们可以看到许多耶稣忍耐门徒的情景（约翰福音 14:5-11；20:24-29）。
  - **耶稣对所处的状况忍耐：**耶稣有无限的权能和智慧，然而，他却一边谦卑地过着普通人的生活，一边与父神同工。在祂开始公开事奉之前，祂就非常谦卑且忍耐。也许，在耶稣等候自己的使命完成的时候，不得不忍受枯燥和劳累！在祂生命的最后，耶稣也在肉身忍受了极大的痛苦，且抵挡逃离十字架死亡的试探（彼得前书 3:18；路加福音 24:46；希伯来书 12:2）。
- ❖ **圣经中忍耐的榜样：**神的话语中也向我们介绍了其他非常好的忍耐榜样，这些神的百姓在试炼中忍耐等候。



- **亚伯拉罕：**有时候我们不得不对神持有耐心。亚伯拉罕从神领受了一个应许和祝福，他将会有一个儿子，并且他要成为一个大国的父，实际上他要成为多国的父！在神赐给他这个应许的时候，他和妻子实在太老了，已经过了生育的年龄（已经上了七十岁）。他已经花了一生的时间向神求一个孩子，但是神让他又等了24年！亚伯拉罕并非一直都忍耐，他的妻子撒拉也对神赐孩子的应许不那么忍耐，她觉得自己有一个更好的计划。他们试图一起强行推动神的应许成就，为了得到一个儿子，撒拉把自己的婢女给了亚伯拉罕。这不是从神而来的意思。神的旨意是让亚伯拉罕忍耐等到时机成熟（创世记 12:1-3；希伯来书 6:15）。
- **约伯：**圣经中有一个人信心上受到的痛苦考验比其他任何人都深。约伯失去了亲人、财富、健康，然而他没有咒诅神，约伯忍耐等候神的旨意成就，他知道，有时候义人必须忍受试炼与苦难。最后，神把约伯失去的一切都补足了，甚至给他的是原来的两倍（约伯记 42:10；雅各书 5:10-11）。
- ❖ **衡量你的谦卑和忍耐：**我们已经认识到，谦卑和忍耐是两种美好的品格特质。耶稣的生命体现了这些特质，神的话语也称许这些美德。我们体现谦卑和耐心的时候，我们才能正确地看待自己的计划、舒适、渴望。
  - 思考那些让你骄傲和不耐烦的状况。我们的行动是我们信仰的直接体现。思考那些促使你行动的观念。这些观念正确吗？符合圣经吗？记住其中一处圣经，当你没有体现这些特质的时候，就将经文背诵出来。
    - 罗马书 12:12
    - 加拉太书 6:9
    - 哥林多前书 13:4
    - 以赛亚书 40:31
  - 辨识以下伪装的骄傲和不耐烦的态度行为。我们都是很容易被迷惑的人。你的生命中有以下表现吗？
    - 依靠自己，拒绝他人帮助
    - 自信，却不把需要带到神的面前
    - 开始参与一项事工，却不等待神的时间
    - 经常忘记来到神面前悔改祈求饶恕
    - 只做让自己舒服的事情，生命中不愿意冒一点风险
    - 生自己的气，恼怒他人或是环境
    - 关系破裂，或是没有亲密的朋友
    - 跟教会弟兄姊妹连系有困难
    - 看不到神对你祷告的答复

### 任务：

培养基督徒品格在于学会正确地选择：我们要么抓住机会成为一个仆人式的领袖，要么错过一切机会。把组员分成3到6人的小组，让每一个小组在课程最后的“基督徒品格选择”部分讨论不同的情境，并且回答问题。





## 探讨

- ❖ 思考一下，如果基督没有拯救你，没有改变你的心，你的生命会变成什么样？当你想到这些的时候，你有没有谦卑自己，思想神拯救你脱离了什么？
- ❖ 对你来说，你是过多地关注自己，还是太少关注自己？你怎样帮助一个希望更少考虑自己更多关注他人的人？
- ❖ 过去当你的祷告未蒙应允的时候，你的反应怎样？你的头脑想的是什么？心里的感受怎样？你是否忍耐接受神的旨意比你自己的心意更好？
- ❖ 思考一种让你不耐烦的情境。向组员描述这种情境，然后思考以下问题：
  - 为什么在这种情况下你会不耐烦？
  - 你拼命想得到的是什么？为什么你有这样的需要？
  - 你这样做的动机是什么？
  - 如果你不能在你希望的时间达成目标，会发生什么？
  - 你不耐烦的根本原因是以自我为中心吗？你是否把神和他人的需要放在第一位？
- ❖ 对你来说最难忍耐的是什么？是对人、对环境难以持有耐心，还是对神没有耐心？

## 祷告

以祷告结束本课。祷告神，让组员选择培养谦卑和耐心的品格，体现出对他人的关爱和尊荣，把神放在自我以上。求神使他们在试炼中耐心等待，让他们忍耐等候神对他们祷告的回应，也在培养基督徒品格的过程中对自己忍耐。祷告他们可以谦卑地接受从神和他人而来的纠正，并对自己的价值有一个正确的认识。求神让他们认识到自己在神眼中是多么宝贵、美丽和重要，不但如此，也让他们生命中的每个时刻都来依靠神。感谢神让每一个学习者可以成长，并要在他们的生活中彰显出基督的品格。



## 基督徒品格选择

### - 谦卑与忍耐 -

在小组中，思考以下情境。面对每一种情形，从以下问题开始思考：

- 你对这种情况自然的反应是什么？
- 谦卑和忍耐的人会如何应对这种情况？
- 在这种情况下实践基督的品格会带来什么样的结果？

一个报社记者因为你们教会在社区的工作来采访你。他们想知道，服事社区中的穷人是谁的想法，这个事工让你的社区变得更好了，他们想知道负责这个事工的人是谁。这个事工是你带领一个小团队发起的，这是一个得到个人荣誉的好机会，你会怎样跟记者讲述？

你没有被提升为一个事工的带领人，相反，你要去做一些对你来说很卑微的事，很少能发挥你的恩赐。你认识这个被提升为领袖的人，你知道他并不如你。

你在路上堵着车，有可能是因为火车、人群或是动物惹的祸，你不知道。但是你即将错过一次重要的会议，这次会议将会影响你正热心服事的一个事工，你在想为什么神会允许这事发生。

你想做些新鲜的事情，一些你认为神感动你的心要去做的重要事情。你一心所想的就是这件事！但是这需要你教会中的长老同意才可以进行。他们对你说，现在不行。你很沮丧，你觉得他们不明白这件事对你而言多么重要。你在想这个拦阻是不是证明这不是神希望你去做的事。

你今天已经没有剩下多少时间了，但是还有两个人要来找你辅导。他们都是你教会里的弟兄姊妹，其中一个在社区里也非常有权有势，另一名女性过去生活非常罪恶。你不知道他们当中谁的需要更大，但是你只能见他们两人中的一位。你会优先处理谁的事情？