

门徒训练+概要

属灵带领基要
研读指南

基督徒品格发展

第三课：谦卑与忍耐

导论

本课程是门徒训练概要里*基督徒品格发展*单元的一部分。当基督徒以及所开展的事工失败时，往往都是因为领袖缺乏品格发展。一个基督徒领袖必须认真对待品格发展，因为门徒训练要求我们效法基督的品格。本单元研究了一些基督徒的品格特质，这些特质是培养仆人式领袖所必需的。我们将看圣经里对这些特质的教导，以及耶稣和其他人展示这些特质的例子。在每一位基督徒的生命中，都应该流露敬虔的品格，尤其是信徒领袖。

这份研读指南的目的，是要帮助各位对特定的课程进行更深入的探索。本课程可与其他门徒训练概要课程教材，如影音资源等一起结合运用。请访问我们的网站 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。



基督徒品格发展

第三课：谦卑与忍耐

关于本课程

本课探究的是基督徒谦卑与忍耐的品格特质，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。

你需要知道.....

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两种品格。在世界上，谦卑和忍耐经常被看做是缺点而非优点。对基督徒来说，这些品质是我们诚实寻求神、尊荣神的标志。在你学习本课的时候，诚实对待自己，你如何才能变得更加谦卑、忍耐呢？

起步

1. 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？

2. 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？



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。

- 圣经怎样论述谦卑的品格？阅读路加福音 14:11和罗马书 12:3。从这些经文来看，谦卑有什么价值？

--	--

- **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，但是当我们为了让自己看起来很重要而说起自己的成就的时候，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，并且也不会认为自己比他人好。
- **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。
- 思考你生命中谦卑的品格，以下经文告诉我们不谦卑的危险是什么？

箴言 11:2	
箴言 16:5	



罗马书 12:16	
加拉太书 6:3	

- 为什么神抵挡骄傲的人，却喜悦谦卑的人？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？

❖ **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，而不是王宫！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）。祂甚至没有一所属于自己的房子（马太福音 8:20）。
- 阅读约翰福音 6:38，耶稣说祂来到世上的原因是什么？这如何体现祂的谦卑？



- **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（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着接受了神创造他们的样子（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，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）。
 - 哪一个榜样让你印象最深？从神所拣选大大使用的人们身上，你注意到一些什么？

❖ **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。

- 圣经如何论述忍耐的品格？阅读提摩太后书 2:24 和 诗篇 37:7，你学习到什么？

- **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。
- 思考你生命中忍耐的品格。以下经文告诉我们在哪些方面要忍耐？

传道书 7:8	
罗马书 5:3	
彼得前书 2:19-23	
以弗所书 4:2-3	

- 忍耐与我们对神的信心以及我们对他人的爱有什么联系？

- 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？没有忍耐的后果是什么？

❖ **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 20:24-29）。

阅读约翰福音 14:5-11，为什么耶稣本可以对门徒不耐烦？耶稣有没有放弃门徒？相反地，耶稣做了什么？

- **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，祂抵拦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）。
- 如果你必须忍受耶稣所忍受的一切，最考验你耐心的会是什么？

❖ **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）。



- 哪个榜样让你印象最深刻？你身处这些状况中的时候会忍耐吗？

❖ **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。然而，这些品格不容易培养，这需要我们打破旧有的习惯。

- 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，当你没有体现基督的品质的时候，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）。

写下你选择背诵的经文：

- 思考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
- 跟教会弟兄姊妹沟通有困难
- 看不到神对你祷告的答复

- 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？



- 思考一种让你不耐烦的情境。向其他组员描述这种情境，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？

结论

- ❖ 谦卑是骄傲和假装羞愧的反义词。谦卑的品格帮助我们正确地看待自己。
- ❖ 耶稣在地上过着谦卑的生活，祂接受神对祂生命的旨意和计划。
- ❖ 忍耐是满足和回报不能及时来到时忍耐等候的能力。忍耐是相信神的计划和时间，而不是执意认为我们自己的方法更加高超。
- ❖ 圣经中有许多忍耐的榜样，包括用一生等候神应许成就的亚伯拉罕，以及忍受不可言喻的痛苦试炼的约伯。他们都选择倚靠神，这让他们对神怀有信心。



反思性问题

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？
- 谦卑和耐心的人会如何应对这种情况？
- 在这种情况下实践出基督的品格会带来什么样的结果？

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？

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？