

門徒訓練概要

屬靈帶領基要
研讀指南

基督徒品格發展 第三課：謙卑與忍耐

導論

本課程是門徒訓練概要裡**基督徒品格發展**單元的一部分。當基督徒以及所開展的事工失敗時，往往都是因為領袖缺乏品格發展。一個基督徒領袖必須認真對待品格發展，因為門徒訓練要求我們效法基督的品格。本單元研究了一些基督徒的品格特質，這些特質是培養僕人式領袖所必需的。我們將看聖經裡對這些特質的教導，以及耶穌和其他人展示這些特質的例子。在每一位基督徒的生命中，都應該流露敬虔的品格，尤其是信徒領袖。

這份研讀指南的目的，是要說明各位對特定的課程進行更深入的探索。本課程可與其他的門徒訓練概要課程教材，如影音資源等一起結合運用。請訪問我們的網站 www.dechinese.org。

經文引用自中文聖經新標點和合本。蒙允使用，版權所有。

所有其他內容版權歸©2019 加拿大環球廣播所有，只要是為了傳福音並且不對所使用的材料收費，可以自由使用。查看更多許可證詳細資訊，請訪問 www.discipleshipessentials.org/licensing。



基督徒品格發展

第三課：謙卑與忍耐

關於本課程

本課探究的是基督徒謙卑與忍耐的品格特質，查看耶穌和其他聖經人物如何體現出這些特質，以及我們如何在自己的生命中發展這些特質。

你需要知道.....

我們生來就是自私的人。小孩子常常認為世界就是圍著他們轉的，也是為他們而轉的。在這方面，有一些人從未長大，他們認為世界的存在就是為了討他們的喜歡。他們渴望得到自己想要的，現在就想得到！謙卑和忍耐就是優先服事他人，是與我們天然本性相反的兩種品格。在世界上，謙卑和忍耐經常被看做是缺點而非優點。對基督徒來說，這些品質是我們誠實尋求神、尊榮神的標誌。在你學習本課的時候，誠實對待自己，你如何才能變得更加謙卑、忍耐呢？

起步

1. 謙卑和驕傲的區別在哪裡？為什麼錯誤的謙卑是另一種形式的驕傲？真正的謙卑和虛假的謙卑之間有什麼不同？

2. 你在什麼方面等待了很長時間並且仍然在等待？在這種情況下為什麼忍耐變得困難起來？



教導

- ❖ **謙卑和忍耐的品格：**這兩種品格彼此相連。我們所有人都想憑著自己的方式去活。如果我們非常誠實地面對自己，我們就會渴望得到自己想要的，並且現在就想得到！我們認為自己應該快樂，不該虧待自己，即使這會奪去他人的快樂。這就是我們必須戰勝的罪，只有降服在聖靈之下，我們才能改變自己的想法。驕傲來自認為自己比他人更重要的想法，不耐煩源於認為他人的計畫和時間沒有自己的重要的這種想法。
- ❖ **謙卑：**為了得著真正的謙卑，我們必須明白謙卑是什麼，不是什麼。

- 聖經怎樣論述謙卑的品格？閱讀路加福音 14:11和羅馬書 12:3。從這些經文來看，謙卑有什麼價值？

--	--

- **謙卑不是驕傲：**驕傲就是自恃過高，是謙卑的反面。我們可能認為自己的社會舉止符合要求，也不公開自誇，但是當我們為了讓自己看起來很重要而說起自己的成就的時候，我們就犯了驕傲的罪。一個謙卑的人不會渴求關注，也不會指點他人的錯誤，不會忽略那些地位“卑微”的人，並且也不會認為自己比他人好。
- **謙卑不是羞愧：**自己強加的羞愧就是謙卑的反面。當我們誇耀自己的不完全或是很糟糕地說自己，好讓別人感到難為情並稱讚我們，我們表現出來的就是錯誤的謙卑。我們是神的工作，不應該用羞辱自己的方式來羞辱神。當我們妄自菲薄的時候，就是在犯罪。
- **謙卑就是正確地看待自己：**當我們有正確的、符合聖經的自我觀（被造有神的形象）的時候，我們就能支取神的恩典，把愛帶給他人。當我們不再給人分門別類，不再按照自己的眼光看待他們對我們產生的價值，我們就可以真正去愛他們。這需要謙卑的品格。真相就是，我們並不比我們所服事的最卑微的人更重要。我們都是神的創造，我們都是墮落的罪人。我們得到了救贖，不是靠自己的行為，而是因為神的恩典。
- 思考你生命中謙卑的品格，以下經文告訴我們不謙卑的危險是什麼？

箴言 11:2	
箴言 16:5	



羅馬書 12:16	
加拉太書 6:3	

- 為什麼神抵擋驕傲的人，卻喜悅謙卑的人？我們的驕傲和謙卑跟從神而來的救贖和恩典有什麼聯繫？

- 這個世界把謙卑看做一種消極而軟弱的特點，被人看為卑微非常糟糕！然而神不這樣想。謙卑怎樣實際地展現出品格強大的力量？

❖ **耶穌生命中的謙卑：**如果任何人有理由把自己的地位高抬超過其他人，那就只有耶穌！四福音體現得非常清晰。耶穌不僅僅是一個人，也是神的兒子，並且祂有完全的神性！然而，祂並不驕傲。祂對自己的重要性有精準且健康的認識，這使得祂可以照著父神的心意去做事，真誠地愛人，把人帶到自己面前。

- **耶穌過著卑微的生活：**耶穌生在一個貧苦的家庭，而不是王宮！我們可以猜想，年輕的耶穌從祂地上的父親約瑟那裡學習了木匠的技能（馬可福音 6:3）。祂甚至沒有一所屬於自己的房子（馬太福音 8:20）。
- 閱讀約翰福音 6:38，耶穌說祂來到世上的原因是什麼？這如何體現祂的謙卑？



- **耶穌順從父神的旨意**：耶穌和父神有同等的榮耀，但是祂在地上的日子裡，祂選擇順服父神的心意（[馬太福音 26:39](#)；[腓立比書 2:5-7](#)）。
- **耶穌接受父神在祂生命中的旨意**：驕傲的人渴望做到超過自己能力範圍的事，他們也因為感到羞辱而拒絕去做應該做的事。耶穌知道自己來到世上的目的，就是藉著祂為我們的罪而死和復活，把我們帶到神面前。耶穌以死經歷了最深的謙卑，即使祂有能力逃走，祂卻沒有這樣做（[路加福音 4:18-21](#)；[腓立比書 2:8](#)）。
- ❖ **聖經中謙卑的榜樣**：神揀選的很多領袖都對自我價值有一個恰當的看法。他們沒有愚蠢地認為憑自己可以做到一切。那些認為自己還不夠好的人學習著接受了神創造他們的樣子（有神形象）。
 - **大衛王**：大衛出身低微，他是一個牧羊人，不是王的兒子。但是上帝揀選他，因為他相信神，並且依靠祂。大衛是一個謙卑的榜樣。他沒有認為神欠他什麼；相反，他感恩而謙卑。他稱自己為神的僕人，他心裡明白，自己是誰以及自己所有的成就，都是神的恩典（[歷代志上 17:16-27](#)；[詩篇 69](#)）。
 - **使徒保羅**：他的確非常有資本炫耀自己，他出身尊貴，後來成為了一名偉大的使徒。然而，他自看為不配神的恩典，並且向神欠了罪債。他意識到自己離開了耶穌基督就一無是處（[哥林多前書 15:9](#)；[提摩太前書 1:15](#)）。
 - 哪一個榜樣讓你印象最深？從神所揀選大大使用的人們身上，你注意到一些什麼？

- ❖ **忍耐**：今天我們要看的第二個品格就是忍耐。為了得著真正的忍耐，我們必須明白忍耐是什麼和不是什麼。

- 聖經如何論述忍耐的品格？閱讀[提摩太後書 2:24](#)和[詩篇 37:7](#)，你學習到什麼？

- **忍耐不是不耐煩**：我們對不耐煩的理解是，事情沒有按照我們想的時間、地點和方式有所進展的時候，我們就坐立不安、生氣或沮喪。不耐煩帶來一種強迫，認定事情一定要照著某種方式進行，一旦這種理想狀況沒有實現，就讓人產生了壓力。我們會對環境或對人不耐煩，這來源於我們自己不快樂的心或是對自己的不滿意，或是來源於對神掌權的不相信。一個忍耐的人相信神會按照祂的計畫在祂的時間成就一切，這樣的人也會關心他人的想法和需要。



- **忍耐不是懶惰**：忍耐不是說要我們對周遭的一切視而不見，或是不再為別人、為自己渴望美善。我們不能把忍耐看作是無所作為，或是坐視不管，也從不主動去改進現實狀況。我們仍然要努力工作，仍然要供應自己基本的需要和那些依靠我們供應的人。忍耐不是消極的，忍耐的人不因困難來臨就放棄。
- **忍耐是滿足和回報不能及時來到時忍耐等候的能力**。當我們的等待是為了他人的好處時，我們就等待。我們相信神的計畫和祂成就計畫的時間，而不是執意認為自己的方法更好。等待不容易，但是長時間忍耐等候更不容易。我們要辨別那些從我們自己而來並非從神而來的做事的衝動。神教導我們要等候祂，這是神試驗我們忍耐的其中一個艱難功課。
- 思考你生命中忍耐的品格。以下經文告訴我們在哪些方面要忍耐？

傳道書 7:8	
羅馬書 5:3	
彼得前書 2:19-23	
以弗所書 4:2-3	

- 忍耐與我們對神的信心以及我們對他人的愛有什麼聯繫？

- 為什麼忍耐跟我們有不同情況、遭遇不同試探、領受不同呼召的人那麼困難？沒有忍耐的後果是什麼？



❖ **耶穌生命中的忍耐：**耶穌的生命中呈現出基督徒應該具備的所有美德。說耶穌具備忍耐的特質，聽起來可能有些奇怪，畢竟，祂可以在任何自己想要的時刻施展大能！

- **耶穌對人忍耐：**儘管門徒已經離開昔日的生活，整天跟隨耶穌，他們還是經常表現得很自私。他們貪婪、衝動，不能明白耶穌一次又一次跟他們說的話。耶穌饒恕了門徒，也仍然相信門徒的潛力。祂沒有生他們的氣，也沒有拒絕重複祂已經教導過他們的功課。我們可以看到許多耶穌忍耐門徒的情景（約翰福音 20:24-29）。

閱讀約翰福音 14:5-11，為什麼耶穌本可以對門徒不耐煩？耶穌有沒有放棄門徒？相反地，耶穌做了什麼？

- **耶穌對所處的狀況忍耐：**耶穌有無限的權能和智慧，然而，他卻一邊謙卑地過著普通人的生活，一邊與父神同工。在祂開始公開事奉之前，祂就非常謙卑且忍耐。也許，在耶穌等候自己的使命完成的時候，不得不忍受枯燥和勞累！在祂生命的最後，耶穌也在肉身忍受了極大的痛苦，祂抵攔逃離十字架死亡的試探（彼得前書 3:18；路加福音 24:46；希伯來書 12:2）。
- 如果你必須忍受耶穌所忍受的一切，最考驗你耐心的會是什麼？

❖ **聖經中忍耐的榜樣：**神的話語中也向我們介紹了其他非常好的忍耐榜樣，這些神的百姓在試煉中忍耐等候。

- **亞伯拉罕：**有時候我們不得不對神持有耐心。亞伯拉罕從神領受了一個應許和祝福，他將會有一個兒子，並且他要成為一個大國的父，實際上他要成為多國的父！在神賜給他這個應許的時候，他和妻子實在太老了，已經過了生育的年齡（已經上了七十歲）。他已經花了一生的時間向神求一個孩子，但是神讓他又等了24年！亞伯拉罕並非一直都忍耐，他的妻子撒拉也對神賜孩子的應許不那麼忍耐，她覺得自己有一個更好的計畫。他們試圖一起強行推動神的應許成就，為了得到一個兒子，撒拉把自己的婢女給了亞伯拉罕。這不是從神而來的意思。神的旨意是讓亞伯拉罕忍耐等到時機成熟（創世記 12:1-3；希伯來書 6:15）。



- **約伯**：聖經中有一個人在信心上受到的痛苦考驗比其他任何一個人都深。約伯失去了親人、財富、健康，然而他沒有咒詛神，約伯忍耐等候神的旨意成就，他知道，有時候義人必須忍受試煉與苦難。最後，神把約伯失去的一切都補足了，甚至給他的是原來的兩倍（約伯記 42:10；雅各書 5:10-11）。
- 哪個榜樣讓你印象最深刻？你身處這些狀況中的時候會忍耐嗎？

❖ **衡量你的謙卑和忍耐**：我們已經認識到，謙卑和忍耐是兩種美好的品格特質。耶穌的生命體現了這些特質，神的話語也稱許這些美德。我們體現謙卑和耐心的時候，我們才能正確地看待自己的計畫、舒適、渴望。然而，這些品格不容易培養，這需要我們打破舊有的習慣。

- 思考那些讓你驕傲和不耐煩的狀況。我們的行動是我們信仰的直接體現。思考那些促使你行動的觀念。這些觀念正確嗎？符合聖經嗎？記住其中一處聖經，當你沒有體現基督的品質的時候，就將經文背誦出來（羅馬書 12:12；加拉太書 6:9；哥林多前書 13:4；以賽亞書 40:31）。

寫下你選擇背誦的經文：

- 思考以下偽裝的驕傲和不耐煩的態度行為。我們都是很容易被迷惑的人。你的生命中有以下表現嗎？
 - 依靠自己，拒絕他人幫助
 - 自信，卻不把需要帶到神的面前
 - 開始參與一項事工，卻不等待神的時間
 - 經常忘記來到神面前悔改祈求饒恕
 - 只做讓自己舒服的事情，生命中不願意冒一點風險
 - 生自己的氣，惱怒他人或是環境
 - 關係破裂，或是沒有親密的朋友
 - 跟教會弟兄姊妹溝通有困難
 - 看不到神對你禱告的答覆



- 思考一下，如果基督沒有拯救你，沒有改變你的心，你的生命會變成什麼樣？當你想到這些的時候，你有沒有謙卑自己，思想神拯救你脫離了什麼？

- 思考一種讓你不耐煩的情境。向其他組員描述這種情境，然後思考以下問題：
 - 為什麼在這種情況下你會不耐煩？
 - 你拼命想得到的是什麼？為什麼你有這樣的需要？
 - 你這樣做的動機是什麼？
 - 如果你不能在你希望的時間達成目標，會發生什麼？
 - 你不耐煩的根本原因是以自我為中心嗎？你是否把神和他人的需要放在第一位？

結論

- ❖ 謙卑是驕傲和假裝羞愧的反義詞。謙卑的品格幫助我們正確地看待自己。
- ❖ 耶穌在地上過著謙卑的生活，祂接受神對祂生命的旨意和計畫。
- ❖ 忍耐是滿足和回報不能及時來到時忍耐等候的能力。忍耐是相信神的計畫和時間，而不是執意認為我們自己的方法更加高超。
- ❖ 聖經中有許多忍耐的榜樣，包括用一生等候神應許成就的亞伯拉罕，以及忍受不可言喻的痛苦試煉的約伯。他們都選擇倚靠神，這讓他們對神懷有信心。



反思性問題

思考以下情境。面對每一種情形，從以下問題開始思考：

- 你對這種情況自然的反應是什麼？
- 謙卑和耐心的人會如何應對這種情況？
- 在這種情況中實踐出基督的品格會帶來什麼樣的結果？

你想做些新鮮的事情，一些你認為神感動你的心要去做的重要事情。你一心所想的就是這件事！但是這需要你教會中的長老同意才可以進行。他們對你說，現在不行。你很沮喪，你覺得他們不明白這件事對你而言多麼重要。你在想這個攔阻是不是證明這不是神希望你去做的事。

你今天已經沒有剩下多少時間了，但是還有兩個人要來找你輔導。他們都是你教會裡的弟兄姊妹，其中一個在社區裡也非常有權有勢，另一名女性過去生活非常罪惡。你不知道他們當中誰的需要更大，但是你只能見他們兩人中的一位。你會優先處理誰的事情？

一個報社記者因為你們教會在社區的工作來採訪你。他們想知道，服事社區中的窮人是誰的想法，這個事工讓你的社區變得更好了，他們想知道負責這個事工的人是誰。這個事工是你帶領一個小團隊發起的，這是一個得到個人榮譽的好機會，你會怎樣跟記者講述？