

01

开始与上帝的旅程



# 新脚步

第一册 →



## 新加入的弟兄姊妹，

## Contents

欢迎你加入希望教会这个大家庭！

感谢你做出你人生中最重要决定，  
迎接耶稣到你生命里。

在此，我为你加入神的家庭而感到  
喜悦。

人生的道路有着耶稣的陪伴是万分精彩的。我希望这本《新脚步》能帮助你好好开始这段旅程，并解答你任何疑问。这本书共有10个单元，每个单元都能加强你对神的认识，并且让你领会到神对你的大爱有多么长阔高深。

祝你有个愉快的学习旅程。和耶稣一起探索你未知的新人生吧！

为你祈福  
主理牧师  
张福裕

---

### 02 如何使用手册

---

### 03 分享见证 反馈

---

### 04 第一课 耶稣是谁？

---

### 13 第二课 为什么耶稣必须死？

---

### 19 第三课 我要如何对耶稣建立信心？

---

### 25 第四课 为何以及如何阅读圣经？

---

### 32 第五课 我为何以及如何祷告？

---

### 38 第六课 什么是属灵家庭？

---

### 44 第七课 什么是敬拜？

---

### 49 第八课 我为什么要接受洗礼？

---

### 54 第九课 被圣灵赋予力量是什么意思？

---

### 61 第十课 与他人分享耶稣的意义是什么？

---

---

希望教会新加坡版权所有

新脚步 - 新加坡, 2022, 希望教会新加坡出版

除另有标注, 书中经文都来自圣经, 新译本简体版。  
版权 1976, 1992, 1999, 2001, 2005, 2010 The Worldwide  
Bible Society Limited.

本书经授权, 出版中文简体版本。非经书面同意,  
不得经任何形式任意重制, 转载。若有需 得版权,  
请电邮至希望教会通讯部  
communications@hopesingapore.org.sg

## 如何使用手册

这本手册是为导师们拟定的，一共有10个单元。希望每个单元能加强新信徒对神的认识，引导他踏上这个与神一起探索的旅程。手册中的内容包含了新信徒应该熟知了解的一些基督徒的信念与原则。

### 页数

这本导师版本手册的页数与新信徒的版本是一样的。这样一来，当你在与新信徒一起讨论手册的内容时，将更得心应手。

### 无需填空

属灵栽培在许多地方都能进行，例如食阁、巴士上、咖啡座、工作场所等等。因此，为了方便导师与新信徒，手册中的内容无需填空。新信徒能在任何时间场景下拥有完整的资料，这也方便他在与导师会面讨论前预习。身为导师，你的职责不单只是清楚的讲解每个单元的内容，更重要的是，你必须尽可能将单元中的精神传授给新信徒。

### 导师小贴士

这些小贴士包括了新信徒常有的一些疑问，以及一些你可以向新信徒澄清与加以说明的要点。你可以在页面的旁边或下方找到这些小贴士。在属灵栽培的过程中，让圣灵引导你如何教导及传授真理给新信徒。每一位新信徒都是不一样的，因此你也当按着他的理解能力以及对教导内容的反应和理解程度，在自己的教导及讨论方式上作出适当的调整。

---

## 分享见证

每个见证都是属于自身的经历，是无法磨灭的。你的见证也能激发人心！我们希望你把你自身的见证写下来，和你朋友亲人一起分享。你也可以把你的见证发送到 [stories@hopesingapore.org.sg](mailto:stories@hopesingapore.org.sg)

你可以参考用以下方式分享自己的见证

(可参考使徒行传26保罗的见证):

- 接受耶稣之前你是怎样的一个人
- 你是怎么认识耶稣/神在你生命里如何展现他的大能/你是如何接受耶稣为你的救主/你是怎么迎接耶稣进入你的生命
- 你的生命自此起了什么样的变化

我们期待着你与我们分享你的故事！

---

## 反馈

如果你有什么意见或建议，请电邮到 [equip@hopesingapore.org.sg](mailto:equip@hopesingapore.org.sg) 我们期待你的来信。

## 第一课

# 耶稣是谁？

“基督徒”之所以被称为基督徒，是因为他们是耶稣基督的门徒。那么，耶稣又是谁？这是基督教信仰的核心问题。

很多人质疑上帝是否存在，但却少有人怀疑耶稣基督的存在。现在的共识是：耶稣是2000年前生活在以色列的一个历史人物。然而，当论起耶稣身份时，就出现了不同的观点。在大多数主流宗教认知中，耶稣要么是先知、再是良师，或虔诚的信徒。但根据圣经的记载，耶稣的自称不仅于此。



他是道成肉身的**神**，  
为人的罪而死，之后  
又从死里复活。

## 耶稣自称是谁？

### • 耶稣自称是上帝

#### 约翰福音 10:30-33

<sup>30</sup> 我与父原为一。”

<sup>31</sup> 犹太人又拿起石头要打他。<sup>32</sup> 耶稣对他们说：“我把许多从父那里来的善事显给你们看，你们因哪一件要用石头打我呢？”<sup>33</sup> 犹太人对他说：“我们不是因为善事用石头打你，而是因为你说了僭妄的话；又因为你是个人，竟然把自己当作神。”

想象一下，如果有人跑来跟你说他是上帝的儿子！我们会觉得这很荒谬。同样，当耶稣自称是上帝时，犹太人认为他亵渎神明，纷纷反对并职责他。尽管如此，他仍继续坚持这一说法。他对自己是谁以及能做什么的叙述使人们看到了他的神性。

### • 耶稣自称他是上帝确切的代表

#### 约翰福音 14:7-9

<sup>7</sup> 如果你们认识我，就必认识我的父；从今以后，你们认识他，并且看见了他。”<sup>8</sup> 腓力说：“主啊，请把父显示给我们，我们就满足了。”<sup>9</sup> 耶稣说：“腓力，我跟你们在一起这么久了，你还不认识我吗？那看见了的就是看见了父，你怎么还说‘把父显示给我们’呢？”

## • 耶稣声称能够赦罪

### 马太福音 9:2-6a

<sup>2</sup> 有人把一个躺在床上的瘫子带到他那里。耶稣看见他们的信心，就对瘫子说：“孩子，放心！你的罪赦了。”<sup>3</sup> 有几位经学家彼此说：“这个人在说僭妄的话。”<sup>4</sup> 耶稣看出他们所想的，就说：“你们心里为甚么存着恶念呢？<sup>5</sup> 说‘你的罪赦了’，或说‘起来行走’，哪一样容易呢？<sup>6</sup> 然而为了要使你们知道人子在地上有赦罪的权柄

## • 耶稣自称是通往上帝的唯一道路

### 约翰福音 14:6-7

<sup>6</sup> 耶稣对他说：“我就是道路、真理、生命，如果不是借着 我，没有人能到父那里去。<sup>7</sup> 如果你们认识我，就必认识我的父；从今以后，你们认识他，并且看见了他。”

## • 耶稣声称拥有控制生与死的力量，并有能力给我们一个丰盛的生命

### 约翰福音 10:10

<sup>10</sup> 贼来了，不过是要偷窃、杀害、毁坏；我来了，是要使羊得生命，并且得的更丰盛。

---



## • 耶稣声称有一天他会回来审判世界

### 马太福音 25:31-32

<sup>31</sup> “当人子在他的荣耀里，带着所有的使者降临的时候，他要坐在荣耀的宝座上。<sup>32</sup> 万族要聚集在他面前，他要把他们彼此分开，好象牧羊人把绵羊和山羊分开一样

耶稣对他是谁以及他能做什么做出了惊人的声明。C.S. Lewis 对那些否认耶稣是上帝之子的批评者说：

“我这样做，是希望我们别学他人，说些对耶稣的认识不够智慧的话：“我愿意承认耶稣是一位伟大的道德教师，但我不能接受他称自己为上帝”。这种话不应出自我们的口。一个人若是凡人，说出像耶稣说的那些话，决不会是伟大的道德教师。他若不是疯子，像说自己是个荷包蛋一样无理性，便是地狱中来的魔鬼。你得自己作决定，相信这位耶稣过去和现在都是上帝的儿子，或者相信此人是疯子，或者是比疯子更坏的东西。你可以把它当笨蛋，叫它闭嘴，可以吐唾在她身上，把她当邪魔宰了它；你也可以俯伏在它脚前，称他为主为上帝。但千万别自以为是，长自己志气，护长护短地把它当成只是一位人间伟大的教师。它没有留下丝毫可以让我们这样说它的余地，它也没有做伟大道德教师的打算。”

■■■ C.S. Lewis 《返璞归真》

总之，一个人如果错误地宣称自己是上帝，那他永远不可能成为一位伟大的道德教师，除非他所称完全正确。

耶稣除了自觉并宣称自己是上帝之外，我们还有什么其它证据来证实耶稣声称他是上帝的说法呢？

## 圣经中如何描述耶稣？

### • 圣经描述了耶稣的神性

#### 腓立比书 2:5-6

<sup>5</sup> 你们应当有这样的思想，这也是基督耶稣的思想。（全节或译：“你们当以基督耶稣的心为心。”）<sup>6</sup> 他本来有 神的形象，却不坚持自己与 神平等的地位

#### 希伯来书 1:2-3

<sup>2</sup> 在这末后的日子，却借着他的儿子向我们说话。 神已经立他作万有的承受者，并且借着 he 创造了宇宙。<sup>3</sup> 他是 神荣耀的光辉，是 神本质的真象，用自己带有能力的话掌管万有；他作成了洁净罪恶的事，就坐在高天至尊者的右边。

### • 圣经说耶稣是救世主

在耶稣降生世界之前，先知们就写下有关于他的预言，说明他来的时候会做什么。上帝差派祂的儿子耶稣来救赎人类脱离我们的罪孽的计划一直在进行中，圣经既对此进行了预言，又描述了它的实现。

#### 以赛亚书 7:14

<sup>14</sup> 因此主自己必给你们一个兆头：看哪！必有童女怀孕生子；她要给他起名叫‘以马内利’。

**以赛亚书 53:4-5**

<sup>4</sup> 原来他担当了我们的病患，  
背负了我们的痛苦；  
我们却以为他受责打，  
被 神击打和苦待了。  
<sup>5</sup> 然而他是为了我们的过犯被刺透，  
为了我们的罪孽被压伤；  
使我们得平安的惩罚加在他身上，  
因他受了鞭伤，我们才得医治。

**• 圣经提供了耶稣复活的证据**

表明耶稣神性的最有力证据之一是在他被钉死于十字架后，三天后复活。耶稣复活后，也多次向众门徒显现。

**约翰福音 20:18-19**

<sup>18</sup> 抹大拉的马利亚就去，向门徒报信说：“我已经看见主了！”她又把主对她所说的话告诉他们。  
<sup>19</sup> 礼拜日黄昏的时候，门徒聚在一起，因为怕犹太人，就把门户都关上。耶稣来了，站在他们中间，说：“愿你们平安。”

耶稣的复活意味着他有能力战胜死亡，这是凡人无法想象的壮举。除此之外，我们可以确信，即使在今天，耶稣仍然活着！

## • 圣经强调了耶稣追随者的彻底转变

试想象一下，如果你是耶稣的们徒之一，你看到他被捕、被钉在十字架上死去，而这一切都是因为他言论和教导。自然地，你也会害怕地躲起来，因为你不知道自己会不会成为下一个被罗马政权追捕对象！

这正是耶稣死于十字架之后发生的事情。他的门徒们东躲西藏，担心自己的性命，不知道接下来会发生什么。然而，在见证了基督的复活后，这些信徒就完全相信基督正如他所声称的那样——是上帝之子，以肉身来拯救世界！正是他们亲历了耶稣为基督复活的真相，使他们有勇气顺服于他，勇敢地宣讲福音信息。

### **约翰福音 20:19**

<sup>19</sup> 礼拜日黄昏的时候，门徒聚在一起，因为怕犹太人，就把门户都关上。耶稣来了，站在他们中间，说：“愿你们平安。”

### **使徒行传 1:8**

<sup>8</sup> 可是圣灵降临在你们身上，你们就必须领受能力，并且要在耶路撒冷、犹太全地、撒玛利亚，直到地极，作我的见证人。”

在过去的2000年里，关于基督的信息的传播不仅限于以色列本地。事实是：福音信息已经传播到世界各地，跨越民族、文化和语言，被视为当今世界的主要宗教之一。每一位信奉复活基督的个体都可以证明他们遇到了真实且永生的上帝，且生命被改变。

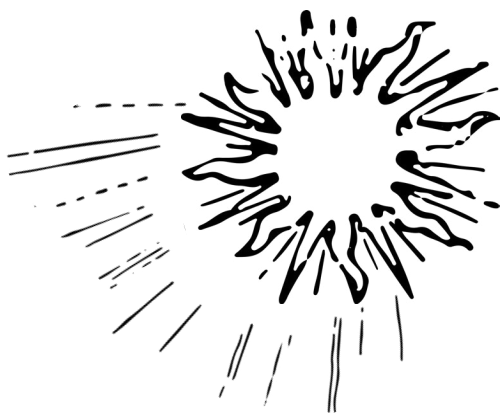
---

## 那么，我们要如何看待耶稣呢？

耶稣是2000多年前生活在地球上的人，但他不仅仅是人，也不仅是一位体现敬虔品格的优秀道德教师。他是道成肉身的神，为人的罪而死，之后又从死里复活。他是如此爱我们并渴望与我们建立关系的上帝。与真正永生的上帝耶稣相遇，我们可得罪的赦免，并且获得丰盛和永恒的生命。

### 约翰福音 10:10

<sup>10</sup> 贼来了，不过是要偷窃、杀害、毁坏；我来了，是要使羊得生命，并且得的更丰盛。



“他是如此爱我们并渴望与我们**建立关系的上帝。**”



思考

你认为耶稣是谁？

你对耶稣还有什么  
其他问题或疑虑？



回应

你可以做些什么来  
更了解耶稣是谁？



记忆经文

**约翰福音 14:6-7**

<sup>6</sup> 耶稣对他说：“我就是道路、真理、生命，如果不是借着 我，没有人能到父那里去。<sup>7</sup> 如果你们认识我，就必认识我的父；从今以后，你们认识他，并且看见了他。”

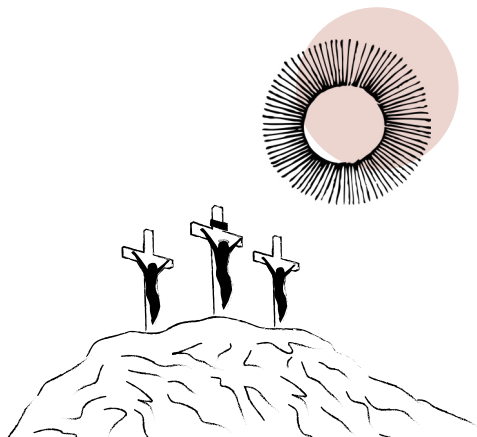
## 第二课

# 为什么耶稣必须死？

最著名的圣经经文之一是约翰福音3章16节，其中说：“神爱世人，甚至把他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。”上帝派他的儿子耶稣来到地球只有一个目的，即为了拯救人类脱离罪孽而死于十字架上。但是为什么耶稣必须这样做呢？他的动机是什么？

## 什么是罪，它为什么重要？

当你听到“罪”这个词时会想到什么？也许你会认为那是你做的坏事，屈服于诱惑，做出不道德或社会不赞成的行为。你也可能认为罪是你的一部分，是一种性格缺陷，正如骄傲，不好的性格或一种消极思考的倾向。那么圣经对“罪”是怎么说的呢？



## • 罪即是对上帝有异心、不顺服及有特定的不当行为

起初，上帝创造人是为了与他建立一种充满爱和信任的关系。然而，人类开始反叛上帝，并决定宁愿相信自己，也不愿相信创造他和他周围世界的上帝。人选择不服从上帝并远离他（*创世记3*）。

罪不只是特定的不当行为，例如说谎、发脾气或对他人有色心。归根结底，罪是反抗上帝的内心态度，源于想要独立于上帝而活，选择相信自己而非上帝。罪对上帝说：“我是上帝，你不是”。我们在偏行己路时，开始伤害自己、身边的人和环境，因为我们要自己决定了什么最好。

### **罗马书 1:18**

<sup>18</sup> 神的震怒，从天上向所有不虔不义的人显露出来，就是向那些以不义压制真理的人显露出来。

## • 所有人都有罪，达不到上帝的完美标准

我们可能认为某些品德高尚或有很多善举的人是“好人”，他们甚至可能是我们敬仰的对象，如特蕾莎修女或比尔盖茨，他们因善举闻名并受他人尊敬，但他们也不能站在上帝面前声称自己没有罪。

---



圣经清楚地表明全人类都有罪，因为我们都违背了上帝，达不到祂完美标准。我们可能会与罪抗争，试图隐藏它，甚至我们会假装成为更好的人。但是，如果我们完全忠于自己，就会发现我们已被罪辖制，没有上帝，我们无从且无力抵抗。由于上帝是圣洁、完美、无罪的，没有人可以无可指摘地站在祂面前。上帝是正直且公义的，所以祂不会也不能忽视世人眼中的“小错”。

### **罗马书 3:23**

*<sup>23</sup> 因为人人都犯了罪，亏缺了 神的荣耀*

#### **• 罪的恶果**

上帝是圣洁公义的，不能忽视或容忍罪。罪是需要被审判的。因此，罪的恶果是人将经历永恒的死亡，即永远与上帝隔绝，无法再享受与上帝间爱和信任的关系。虽然上帝渴望与我们亲近，但人类的罪不可避免地会导致我们与上帝的关系出现裂痕。

罪不仅影响我们与上帝的关系，也影响我们与自己与他人的关系。罪使我们养成有害的习惯或瘾症，使我们以自我为中心。罪也使我们在与他人的关系中经历破碎、冲突和纷争。

### **罗马书 6:23**

*<sup>23</sup> 因为罪的工价就是死，但 神的恩赏，在我们的主基督耶稣里，却是永生。*

## 那么耶稣为什么要死在十字架上呢？

### • 耶稣死是因为他爱我们并希望我们与上帝和好

虽然我们的罪将我们与上帝隔绝，但上帝如此爱我们，甚至差祂的儿子耶稣作为我们的赎罪祭。耶稣在地球上过着无罪的生活，却代替我们为罪受罚，为我们钉死于十字架上。

#### 罗马书 5:8

<sup>8</sup> 唯有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神对我们的爱就在此显明了。

## 耶稣的死对我们来说意味着什么？

在你的生活中，有什么罪让你感到非常羞愧，不想让任何人知道？你是否觉得即使你经常为此感到内疚，也似乎永远无法靠自己克服这种罪？好消息是，耶稣在十字架的死给了我们摆脱罪恶的途径，让我们有机会过新生活！

### • 我们的罪被赦免了，我们可以再次与上帝建立关系

耶稣在十字架上的死净了我们的罪。我们无需再为自己的罪付出代价或与上帝隔绝。虽然我们过去在与罪的斗争中无能为力，但现在已经摆脱了罪，并可以依靠上帝的力量来战胜罪。当上帝改变我们时，他可以修复我们破碎、紧张的关系，克服己身最黑暗的弱点，并塑造我们成为具有敬虔品格的人。

---

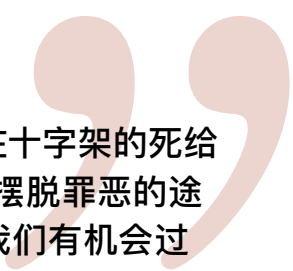
最棒的是，我们现在可以与创造我们、爱我们的上帝享受充满爱的关系。我们也可以期待将来与上帝同在永生。

### **约翰一书 1:7**

*7 我们若行在光中，像他在光中一样，就彼此相通，他儿子耶稣的血也洁净我们脱离一切罪。*

### **罗马书 8:1-2**

*1 所以现在，那些在耶稣基督里的人就不被定罪了； 2 因为生命之灵的律在基督耶稣里使我自由，脱离了罪和死的律。*



**耶稣**在十字架的死给了我们摆脱罪恶的途径，让我们有机会过新生活！



## 思考

你认为自己是一个罪人吗？为什么？

你如何看待耶稣在十字架上的死？为什么？



## 回应

你会如何回应耶稣想要与你建立个人关系的邀请？



## 记忆经文

**约翰福音 3:16**  
<sup>16</sup> 神爱世人，甚至把他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。






### 第三课

## 我要如何对耶稣建立信心？

当我们了解耶稣是谁以及他在十字架的死有何意义后，自然就会引出另一个问题：我如何才能对耶稣建立信心？虽然上帝无条件地邀请所有人与他建立充满爱的个人关系，但祂还是让我们自行选择要不要凭信心回应祂的邀请。

### 什么样的人才能算是基督徒呢？

去教堂的人算是基督徒吗？人们通常将基督徒去教堂、不说粗话、戴十字架项链等看得见的行为联系起来。然而，基督徒身份的核心不在于外在的行为，而是对上帝的内心所向。

-  基督徒认识到自己的罪孽，需要耶稣来拯救他/她
-  基督徒对耶稣有信心，并相信祂是个人的神和救主
-  基督徒是上帝的儿女，并通过耶稣与上帝建立关系
-  基督徒是基督的追随者。他/她顺服上帝，跟随上帝的指引
-  基督徒是教会的一部分——是基督的肢体，基督徒与其他弟兄姐妹一起活出基督的生活。

### 约翰福音 1:12

<sup>12</sup> 凡接受他的，就是信他名的人，他就赐给他们权利，成为 神的儿女。

### 罗马书 10:9-10

<sup>9</sup> 你若口里认耶稣为主，心里信 神使他从死人中复活，就必得救；<sup>10</sup> 因为心里相信就必称义，用口承认就必得救。

基本上，只有先认识到唯有耶稣才能将我们从罪中拯救出来，我们才能开始这段基督徒的旅程。这叫做悔改。当我们悔改并接受耶稣为我们个人的主和救主，并让祂进入我们的生命中，我们就能学会信靠耶稣并追随他。归根结底，救赎是上帝的恩赐，而不是凭借我们自己的努力获得的。

### 以弗所书 2:8-9

<sup>8</sup> 你们得救是靠着恩典，借着信心。这不是出于自己，而是 神所赐的；<sup>9</sup> 这也不是出于行为，免得有人自夸。

## 什么是悔改？

悔改可能看起来只是感觉抱歉或口头表达抱歉，但其实远超过这些行为。如果罪对上帝说：“我是上帝，而祢不是”，悔改会谦卑地对上帝：“祢是上帝，而我不是”。悔改就是向上帝认罪，并下定决心转离罪恶的行为，来跟随上帝的指引。

“悔改不仅仅是对过去的悲伤；悔改是思想和心灵的改变，是一种舍弃自我和侍奉救主为王的新生活。”

■■■ J.I. Packer

我们应该透过明确和真诚地向上帝承认我们的罪来悔改。当我们真诚地为自己的罪悔改时，就可以确信上帝将会赦免并洗净我们的罪。

### 约翰一书 1:9

<sup>9</sup> 我们若承认自己的罪，神是信实的、公义的，必定赦免我们的罪，洁净我们脱离一切不义。

不管我们作为基督徒多久了，我们都应该继续悔改，且一旦意识到自己有罪，就应该悔改。我们也可以求上帝验查我们的心，向我们显明我们有哪些使上帝不悦的恶行。

### 诗篇 139:23-24

<sup>23</sup> 神啊！求你鉴察我，知道我的心思；  
试验我，知道我的意念。

<sup>24</sup> 看看我里面有甚么恶行没有，  
引导我走永恒的道路。

虽然我们可能已经悔改，但这并不意味着我们再也不会犯同样的错误。相反，当我们在主里成长，我们也依靠祂来帮助我们克服罪。

### 马太福音 3:8

<sup>8</sup> 应当结出果子来，与悔改的心相称。



## 我如何在基督里活出新生命？

当你悔改并选择相信耶稣时，圣经宣告你现在就是“在基督里新造的人”（哥林多后书 5:17）。你曾经在罪中迷失，但现在你是天父深爱的孩子。

### 以弗所书 2:4-5

<sup>4</sup>然而 神满有怜悯，因着他爱我们的大爱，<sup>5</sup>就在我们因过犯死了的时候，使我们与基督一同活过来，（你们得救是靠着恩典）

如果你已经决意悔改并把耶稣当作你生命的主和救主，那么恭喜你！即使你已经选择跟随耶稣，你也可以向往更深地认识耶稣，在祂里面成长，并发现你身为信徒的意义。

“成为一名基督徒不只是一瞬间的转变——而是每天成长，变得越来越像基督的过程。”

■■■ Billy Graham

在基督里成长是什么意思？这不只是停留在从圣经中学习真理。它还涉及亲自认识耶稣，好让我们可以与祂建立良好的关系并在生活各个方面跟随祂。这也意味着重新审视我们的思考和生活方式。如果我们自私，就要学会爱别人。这种爱就是将他人的利益置于自己的利益之上的。如果我们被愤怒驱使，就要学会以温柔忍耐的方式回应。如果以属世的财富作为生命的最终目标，我们要让上帝更新我们对属世财富的视角，重新以永生的视角来审视属世的财富。总的来说，在品格上变得更像耶稣，并更多地把生命降服与上帝，是一辈子的旅程。

---



**以弗所书 4:22-24**

<sup>22</sup>就要除去你们那照着从前生活方式而活的旧人。这旧人是随着迷惑人的私欲渐渐败坏的。<sup>23</sup>你们要把心灵更换一新，<sup>24</sup>并且穿上新人。这新人是照着 神的形象，在公义和真实的圣洁里创造的。

在我们与基督同行的旅程中，现实是我们仍与罪恶挣扎。虽然有些人在生活的某些领域经历了立即的转变，但对其他人来说，这是一段持续的旅程。有时我们会因屈服于诱惑而失败，并让罪恶战胜我们。然而，面对失败和弱点时，我们总是可以求助于耶稣的宽恕和恩典，让自己重新振作。我们可以确信每当我们回到上帝的身边，祂都会像慈爱的父亲一样拥抱我们。

**诗篇 103:8**

<sup>8</sup>耶和華有怜悯，有恩典，  
不轻易发怒，并且有丰盛的慈爱。

当我们与上帝同行并更认识祂时，我们将体会到充满爱、喜乐和目标的生活。每天与上帝一起，将是一次奇妙的冒险！

你曾经在罪中迷失，但现在你是  
天父深爱的孩子。



思考

你对信靠耶稣为你的  
主和救主有任何疑问  
或顾虑吗？

对于耶稣和你一起  
的新生活，你向  
往什么？



回应

你需要从哪些罪  
恶悔改和祈求上帝  
的宽恕呢？



记忆经文

**以弗所书 2:8-9**  
<sup>8</sup> 你们得救是靠着恩典，借着信心。这不是出于自己，而是神所赐的；<sup>9</sup> 这也不是出于行为，免得有人自夸。

## 第四课

# 为何以及如何阅读圣经?

## 圣经是什么?

圣经是上帝透过人的语言写出的话语。虽然有些人会认为圣经是一本古老的历史书,但我们相信圣经是永远不会过时的,而且适用于现代人。更重要的是,圣经揭示了上帝和耶稣是谁,祂救赎人类的计划以及祂希望自己的子民如何生活。

### 彼得后书 1:20-21

<sup>20</sup> 最要紧的,你们应当知道: 圣经所有的预言,都不是先知自己的见解, <sup>21</sup> 因为预言不是出于人意的,而是人受圣灵的感动,说出从 神而来的话。

### 提摩太后书 3:16-17

<sup>16</sup> 全部圣经都是 神所默示的,在教训、责备、矫正和公义的训练各方面,都是有益的, <sup>17</sup> 为要使属 神的人装备好,可以完成各样的善工。

圣经是由40位不同的人类作者在1500年间写成的,但令人惊奇的是,虽然作者很多,圣经的中心思想依然不变。圣经的66卷书都有一致的主题。那就是上帝是谁,祂如何爱祂的子民,随后派耶稣为我们的罪受死,这样我们就能与上帝和好。

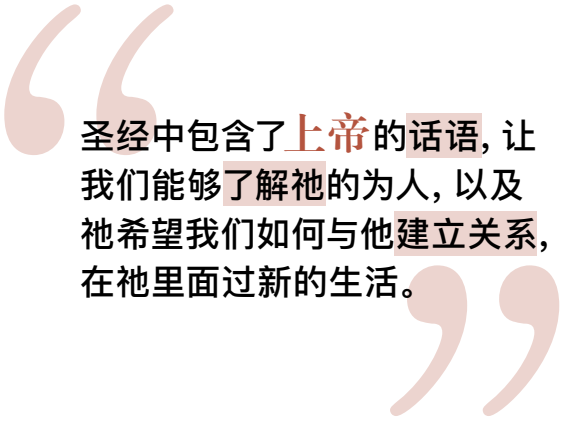
作为新基督徒，圣经中包含了上帝的话语，让我们能够了解祂的为人，以及祂希望我们如何与祂建立关系，在祂里面过新的生活。正如新生婴儿需要奶给他们营养和成长，我们作为属灵的婴儿也需要属灵的食物。阅读圣经并让它改造我们，能帮助我们建立对上帝的信心并让我们在祂里面成熟。上帝也透过圣经向我们说话。

### 彼得前书 2:2

<sup>2</sup> 像初生婴孩爱慕那纯净的灵奶，好叫你们靠它长大，进入救恩；

### 马太福音 4:4

<sup>4</sup> 耶稣回答：“经上记着：  
‘人活着，不是单靠食物，  
更要靠 神口里所出的一切话。’”



圣经中包含了上帝的话语，让我们能够了解祂的为人，以及祂希望我们如何与祂建立关系，在祂里面过新的生活。

## 我为什么要读圣经？

### 1. 认识我们所敬拜的上帝

为了维持或发展任何关系，我们需要了解与我们建立关系的人。既然基督教是建立与上帝的关系，那阅读圣经是帮助我们认识上帝的关键：祂是谁，祂是什么样的，是什么给祂带来喜乐、悲伤以及祂为什么做祂所做的事。

令人宽慰的是，上帝渴望被我们认识！祂选择向我们显明自己，好让我们认识祂。当我们与上帝建立关系时，我们不必怀疑或揣测祂的为人和作为，因为我们可以从圣经中看到上帝彰显自己。上帝在祂的话语中所彰显的，足以使我们认识祂并与祂同行。

当我们通过上帝的话语对祂有更深入的了解时，我们对祂的信心也会增加。

#### **罗马书 10:17**

<sup>17</sup> 可见信心是从所听的道来的，所听的道是借着基督的话来的。



## **2. 圣经引领我们走在上帝的道路**

我们承认耶稣是我们个人的主和救主后，这个决定就会改变我们的生活方式。这包括我们如何做抉择、如何与他人相处以及我们持有的世界观。圣经引领我们走在上帝的道路，并教导我们如何以上帝儿女的身份开始新生活。

### **诗篇 119:105**

<sup>105</sup> 你的话是我脚前的灯，  
是我路上的光。

## **3. 圣经揭示了我们应该成长的领域**

变得更像基督是是每个信徒一生的旅程。当我们阅读圣经时，它揭示了我们的罪恶，这与上帝的圣洁形成鲜明对比。圣经揭示了我们需要上帝在我们生活中的哪些领域改变我们。

### **提摩太后书 3:16-17**

<sup>16</sup> 全部圣经都是 神所默示的，在教训、责备、矫正和公义的训练各方面，都是有益的，<sup>17</sup> 为要使属 神的人装备好，可以完成各样的善工。

### **雅各书 1:23-25**

<sup>23</sup> 因为人若只作听道的人，不作行道的人，他就像一个人对着镜子看自己本来的面貌，<sup>24</sup> 看过走开以后，马上就忘记自己的样子。<sup>25</sup> 唯有详细察看那使人自由的全备的律法，并且时常遵守的人，他不是听了就忘记，而是实行出来，就必因自己所作的蒙福。

---

## 我应该如何开始？

当我们怀着充满信心的态度、渴慕（领受来自上帝的个人信息）和顺服上帝的渴慕阅读圣经时，我们将从圣经中获益良多。如果这是您第一次阅读圣经，请先阅读新约中的马可福音。

### 与上帝有灵修时间

灵修时间是指我们每天留出一段从容的时间来认识我们的天父并与祂建立关系。当耶稣在世上时，也经常与上帝独处。因此，拥有每天的灵修时间是每个基督徒非常重要的习惯。

在灵修时间时，我们可以阅读圣经，祈祷并反思上帝对我们所说的话。

为了使我们的灵修时间有意义，我们必须：

#### • 有正确的态度

##### 撒母耳记上 16:7

<sup>7</sup> 耶和华看人不像人看人，人是看外表，耶和华是看内心。

#### • 有信心并期盼我们会接触上帝

##### 诗篇 5:3

<sup>3</sup> 耶和华啊！求你在清晨听我的声音；  
我要一早向你陈明，  
并且迫切等候。

## • 渴慕被上帝充满

### 诗篇 42:1-2

<sup>1</sup> 神啊! 我的心渴慕你,  
好象鹿渴慕溪水。

<sup>2</sup> 我的心渴想 神, 就是永活的神;  
我甚么时候可以来朝见 神的面呢?

以下是如何进行灵修时间的例子:



“真正认识上帝的人必须给予上帝时间。”

■■■ A.W. Tozer





思考

你对阅读圣经有任何疑问或顾虑吗？

阅读圣经时，你可能会遇到哪些挑战？你如何克服这些挑战？



回应

计划并确定每天何时、何地以及如何进行每天的灵修时间。与你的牧者领袖分享这些信息。



记忆经文

**诗篇 119:105**  
105 你的话是我脚前的灯，是我路上的光。

**额外资源**

圣经工程：圣经故事的视频  
([tinyurl.com/QT-thebibleproject](http://tinyurl.com/QT-thebibleproject))

## 第五课

# 我为何以及如何祷告？

想想你非常亲近的朋友。这种关系是如何发展和维持的？关系的维持通常主要归结为沟通和信任。同样，我们也需要培养与上帝的关系。为了能够在我们的基督徒旅程中更好地认识和相信上帝，我们需要学会每天在祷告中与他建立联系。

## 什么是祷告？

祷告就是与上帝交谈。作为上帝的孩子，祂爱你，并渴望与你建立关系、聆听你的倾诉、与你交谈并回应你。祷告不是独白，而是与上帝的对话。当我们祷告时，我们可以期待上帝倾听并回应我们。祷告也可以让我们静下心来聆听上帝。

我们要透过理解基督在十字架上的死，才能理解祷告。之前，我们是与上帝隔绝的罪人。现在，由于基督在十字架上的工作，我们可以与上帝同在，并充满信心地亲近祂。因此，祷告是信徒可以体验的荣幸，而非义务。

### 希伯来书 10:19–22

<sup>19</sup> 所以，弟兄们！我们凭着耶稣的血，可以坦然无惧地进入至圣所。<sup>20</sup> 这进入的路，是他给我们开辟的，是一条通过幔子、又新又活的路，这幔子就是他的身体。<sup>21</sup> 我们既然有一位伟大的祭司治理 神的家，<sup>22</sup> 我们良心的邪恶既然被洒净，身体用清水洗净了，那么，我们就应该怀着真诚的心和完备的信，进到 神面前；

**祷告**不应被视为必须履行的义务，  
而应被视为一种能够享有的荣幸，  
一种难得的**喜悦**，而它总能揭露  
**新的美好**。

■■■ E.M. BOUNDS

## 我为什么要祷告？

你见过小孩跟爸爸说话吗？无论他是出于好奇提问题还是只是分享想法，他的父亲都很乐意倾听。同样，当我们与天父交谈时，祂也会感觉到喜悦。基督徒之所以祷告，是因为我们与上帝有着亲密的关系。今天开始祷告吧，上帝渴望倾听你的声音。就连耶稣自己也会抽出时间祷告！

### **马可福音 1:35**

<sup>35</sup> 次日凌晨，天还没有亮，耶稣起身出去，来到荒野的地方，在那里祷告。

## 我该怎么祷告？

我们不需要使用特定的形式或话语来祷告。最重要的是，当我们祷告时，上帝在意的是我们的心。我们可以坦诚并毫无保留地向上帝分享我们的心事。你可以随时随地祷告，因为祷告不限于与上帝独处的时间。你可以在学习时、在公共交通工具上，甚至在与同事交谈时进行祷告。就像与朋友相处一样，我们与上帝的交流越多，与祂的关系就越亲密。

### 帖撒罗尼迦前书 5:16-18

<sup>16</sup> 要常常喜乐， <sup>17</sup> 不住祷告， <sup>18</sup> 凡事谢恩；这就是 神在基督耶稣里给你们的旨意。

那么你应该如何开始祷告呢？以下是一个简单的 P.R.A.Y. (祷告的英文拼音) 指南，可以帮助你祷告：

#### **P: PRAISE (赞美)**

上帝是良善的。祂差遣耶稣来拯救我们，并给了我们在基督里的新生命。如果你不知道如何开始祷告，可以先想想上帝的良善，然后通过崇拜与赞美上帝来开始祈祷。

“亲爱的上帝，我赞美你，因为祢是\_\_\_\_\_！”

(每一个祷告的开始，都要告诉上帝祂是多么伟大、良善、奇妙和大有能力。)

#### **R: REPENT (悔改)**

祷告也可以是我们针对特定的罪来悔改并祈求上帝宽恕，帮助我们改变。罪使我们与上帝隔绝。如果我们爱上帝并珍惜与他的关系，我们就会想要悔改，不再犯同样的罪。

“我为\_\_\_\_\_感到抱歉！请原谅我并帮助我改变。”

**A: ASK (祈求)**

上帝是慷慨的赐予者。祷告时, 可以祈求上帝满足你的需要、保护你的爱人、帮助你克服弱点并使你能战胜罪恶等。你也可以为身边有需要或面临生活挑战的人祷告。

“请与\_\_\_\_\_在一起!” 或“请帮助\_\_\_\_\_!”

**Y: YIELD (顺服)**

祷告包括顺服上帝。顺服意味着无论我们所祈祷的是什么, 我们都相信上帝会以祂的方式和时序回应。

“上帝, 我相信祢会 \_\_\_\_\_!”

**箴言 3:5-6**

<sup>5</sup> 你要全心信赖我主, 不可依靠自己的聪明;

<sup>6</sup> 在你一切所行的事上都要认定他, 他必为你指引道路。



思考

哪些祷告得到了回应，  
你可以感谢上帝？

你可以就与上帝的  
关系做哪些祷告？



回应

每日向上帝进行  
P.R.A.Y. 祷告。



记忆经文

**帖撒罗尼迦前书 5:16-18**  
<sup>16</sup> 要常常喜乐，<sup>17</sup> 不住  
 祷告，<sup>18</sup> 凡事谢恩；这就  
 是 神在基督耶稣里给  
 你们的旨意。

## 附录：祷告和禁食祷告

禁食祷告是为了属灵的成长而禁食或禁欲。我们应该记住我们依靠上帝而非欲望生活，并应在祈祷中仰望上帝。因此，禁食祷告是一种与祷告齐头并进的属灵习惯。圣经中记载了许多人为探寻上帝而禁食祷告的例子。耶稣在公开传道前就实行了禁食祷告（路加福音 4:1-2）。早期教会在敬拜和探寻上帝时也会禁食祷告（使徒行传 13:2）。

### 为什么要禁食祷告及祷告？

禁食祷告和祷告可以帮助我们专注于上帝，更多地渴望并依赖他。当我们对某事非常烦恼、当我们迫切需要得到上帝答案、当我们真诚地想要克服一些罪或当我们强烈渴望与上帝更亲近并与他共存时，我们就可以禁食祷告。

### 如何禁食祷告？

有很多可以禁食祷告的方法。有些人选择每天戒一顿正餐，或不吃特定的食物，如肉类和其它美食，有些人则选择 24 小时不吃东西，只喝水。你还可以避免接触会分散你对上帝的注意力的活动（例如：社交媒体、视频媒体、游戏）。

禁食祷告和祷告中最重要的不是我们节制的内容，而是我们在禁食祷告时的内心态度。当我们特意放弃肉身快乐（无论是食物还是其它的）时，就是我们在祷告中探寻上帝并住在祂里的时候。禁食祷告让我们可以完全依靠上帝来满足我们的需要，并将我们的注意力完全集中在上帝身上。

## 第六课

# 什么是属灵家庭？

人类最大的内心需求之一就是建立关系。你出生时，上帝把你安置在一个与父母存在联系的原生家庭中。而当你接受了耶稣，你就成为了上帝的孩子。上帝是你的天父，其他信徒是你在这个属灵家庭的兄弟姐妹。

教会既不是建筑物，也不是一个礼拜场所。它是一个信徒团契的圣地，这些信徒被上帝从黑暗中解救，进入奇妙的光明中。作为信徒，我们要在上帝安置我们的属灵团体中活出我们的信仰。我们与上帝和教会的关系是密不可分的。在本课中，你将了解在属灵家庭中能获得的祝福。

它是一个信徒团契的圣地，  
这些信徒被上帝从黑暗中  
解救，进入奇妙的光明中。





## 什么是属灵的家庭？

在圣经中，上帝的子民为了上帝赋予其的目的而彼此相聚。使徒行传描述了历史上第一个教会，信徒们定期聚会、共同生活、学习圣经、为彼此祷告并在信仰上互相鼓励、相互支持。

### 使徒行传 2:42-47

*42 他们恒心遵守使徒的教训，彼此相通、擘饼和祈祷。<sup>43</sup> 使徒行了许多奇事神迹，众人就都惧怕。<sup>44</sup> 所有信的人都在一起，凡物公用，<sup>45</sup> 并且变卖产业和财物，按照各人的需要分给他们。<sup>46</sup> 他们天天同心在殿里恒切地聚集，一家一家地擘饼，存着欢乐和诚恳的心用饭，<sup>47</sup> 又赞美神，并且得到全民的喜爱。主将得救的人，天天加给教会。*

在新加坡希望教会(Hope Singapore)，生命小组(Life Groups) 是我们的直属属灵家庭，成员会定期会面。在我们的生命小组中，我们一起生活，互相帮助，在神里面成长。我们鼓励教会中的每个人都与一个生活小组联系，这样我们就不会错过神通过属灵家庭为我们准备的东西。

## 为什么我应该属于一个属灵团体？

烧烤的时候，火中的木炭一起燃烧时会更旺、燃烧更长时间，而松散的木炭块很容易烧尽。同样，当一位信徒连接在生命小组时，与上帝同行不仅有归属感，还有力量、支持和鼓励。我们的属灵家庭在充满挑战的时期能够给我们支持、并在我们精神虚弱时鼓励我们继续努力。我们一起庆祝在信仰上取得的突破，并在困难时期相互扶持。共同生活时，我们能在彼此间体验到耶稣的爱。

属于上帝的属灵家庭是一件非常有福气的事！

### 传道书 4:9-12

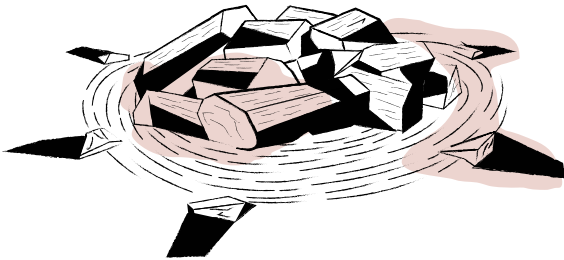
<sup>9</sup> 二人胜过一人，因为他们一起的劳碌有美好的酬报。<sup>10</sup> 如果一个跌倒，另一个可以把他的同伴扶起来。但一人孤身跌倒，没有别人把他扶起来，他就悲惨了。<sup>11</sup> 还有，二人同睡，就都暖和；一人独睡，怎能暖和呢？<sup>12</sup> 有人能制伏孤身一人，如果有二人就挡得住他。三股合成的绳子，不容易扯断。

在生命小组，我们会遇到各行各业不同的人。大家可能性格不同，国籍不同，职业不同或处于不同的生活阶段，但我们仍属于同一个生命小组，彼此相爱，因为首先上帝爱我们。每个属灵家庭的基础是我们与上帝所建立的关系。正是因为耶稣，我们每个人都有幸接触并属于这个属灵的家庭。

---

**约翰一书 4:7-12**

<sup>7</sup> 亲爱的, 我们应当彼此相爱, 因为爱是从 神那里来的。凡是爱人的, 都是从 神生的, 并且认识 神。<sup>8</sup> 不爱人的, 就不认识 神, 因为 神就是爱。<sup>9</sup> 神差遣他的独生子到世上来, 要使我们借着祂而活; 神的爱就在我们中间显明了。<sup>10</sup> 不是我们爱 神, 而是 神爱我们, 差遣他的儿子为我们的罪作了赎罪祭, 这就是爱了。<sup>11</sup> 亲爱的, 神既然这样爱我们, 我们也应当彼此相爱。<sup>12</sup> 从来没有人见过 神, 我们若彼此相爱, 神就住在我们里面, 祂的爱也在我们里面得到成全了。



火中的木炭一起燃烧时会更旺、燃烧更长时间,  
而松散的木炭块很容易烧尽。

除了在上帝的属灵家庭中得到祝福, 我们也被呼召成为祝福那些在我们属灵家庭中的人的渠道。我们可以通过服务他们和关注他们的需要来成为一种祝福。上帝可以使用我们, 把祂的祝福带给我们属灵家庭中的人。

## 我怎样才能能在属灵家庭中发挥作用？

以下一些方法可以让你在属灵家庭为他人带来祝福：

1. 互相帮助和服务（加拉太书 5:13）
2. 彼此行善（加拉太书 6:10）
3. 一起聚会（希伯来书 10:24-25）
4. 彼此相爱（希伯来书 13:1）
5. 互相款待（彼得前书 4:9）
6. 分享我们所拥有的（使徒行传 2:42-46）
7. 鼓励彼此成长为信徒（帖撒罗尼迦前书 5:11）

教会不仅仅是一个社交团体或聚会场所。它是上帝的团体，体现了祂的存在和祂的工作！上帝渴望祂的子民聚集在一起敬拜祂，并通过彼此体验祂的良善。

教会团体是我们见证上帝的良善、生命的转变、上帝的大能并共同照耀耶稣的光的地方。

教会是每个信徒的归属地！

---



思考

为什么我应该与生命小组建立连接？

在参加生命小组聚会时我面临哪些挑战？有没有办法克服这些挑战？

我怎样才能为我的生命小组带去祝福？



回应

如果你还没有加入生命小组，请在本周参加生命小组的聚会。



记忆经文

**希伯来书 10:24-25**

<sup>24</sup> 我们又应该彼此关心，激发爱心，勉励行善。<sup>25</sup> 我们不可放弃聚会，好象有些人的习惯一样；却要互相劝勉。你们既然知道那日子临近，就更应该这样。

## 第七课

# 什么是敬拜？

你还记得你第一次经历上帝亲自对你说话或回答你的祷告吗？你可能感到一种压倒性的感激和惊奇。在那一刻，你只想说“感谢上帝，你对我真好！”你的心自然想在敬拜中回应上帝。

在当今世界，每个人都崇拜某人或某物，这往往体现在我们重视、追求或抓住对象的方式上。作为因基督奇异恩典得救的信徒，我们敬拜的对象应以基督为中心。

## 什么是敬拜？

敬拜是将我们的生命献给上帝的行为，作为对祂是谁以及祂为我们所做之事的回应。我们越了解上帝，越经历祂的良善，我们的心就越倾向于敬拜祂。敬拜上帝是不仅应在星期天聚集时才做的事情。事实上，敬拜应成为所有信徒的生活方式。敬拜重新定位我们的生活，让我们在生活的各个方面甚至是平凡琐事上，专注于取悦和崇敬上帝。

敬拜的表现可以是在学校勤奋学习、以卓越和正直的态度进行工作、耐心亲切地与家人相处及以敬虔的态度回应生活环境。这些都是敬拜的行为。

---

## 罗马书 12:1-2

<sup>1</sup> 所以弟兄们，我凭着 神的仁慈劝你们，要把身体献上，作圣洁而蒙 神悦纳的活祭；这是你们理所当然的事奉（“理所当然的事奉”或译：“属灵的敬拜”）。<sup>2</sup> 不要模仿这个世代，倒要借着心意的更新而改变过来，使你们可以察验出甚么是 神的旨意，就是察验出甚么是美好的、蒙他悦纳的和完全的事。

敬拜也表达了我们对上帝的奉献、感恩和崇拜。我们通常通过唱赞歌来敬拜。我们宣扬祂的美善，赞美祂所做的一切。

我们会定期在周末礼拜和生命小组聚会时与其他信徒一起敬拜上帝。我们也可以随时随地敬拜上帝：例如，当我们一个人在办公室，去另一个地方旅行或散步时。无论我们感觉如何，我们总有理由敬拜，因为上帝是值得尊敬的，祂总是良善的。

## 以弗所书 5:19

<sup>19</sup> 应当用诗章、圣诗、灵歌，彼此呼应，口唱心和地赞美主。



我们总有理由敬拜，  
因为上帝是值得  
尊敬的，祂总是  
良善的。

## 我们如何敬拜？

吟唱赞美上帝的歌，拍手举手、鞠躬、喜乐地跳舞、用乐器奏乐，这些都是我们敬拜上帝的方式。

### 诗篇 100:1-2

<sup>1</sup> 全地应当向耶和華欢呼。

<sup>2</sup> 应当欢欢喜喜事奉耶和華，  
欢唱着到他的面前。

话虽如此，我们敬拜上帝最重要的不在于外在行为，而在于我们内心的态度。真正的敬拜也不取决于音乐、敬拜场所甚至歌曲，而是一颗将上帝置于我们敬拜中心的心。

### 马太福音 15:8-9

<sup>8</sup> ‘这人民用嘴唇尊敬我，心却远离我；

<sup>9</sup> 他们把人的规条当作道理去教导人，  
所以拜我也是徒然。’”

有时，我们可能会仅仅因为负面情绪或度过了艰难的一天而发现难以在敬拜中亲近上帝。我们需要记住，敬拜不取决于我们的感受，而是发自一颗承认上帝是谁以及他为我们做了什么的心。

---



圣经也教导我们用心灵和真诚敬拜上帝。我们要根据圣经中关于神的启示敬拜上帝，并以真诚的心来敬拜。归根结底，敬拜不是关于我们，而是应该以上帝为中心。

**约翰福音 4:23-24**

<sup>23</sup> 然而时候将到，现在就是了，那用心灵按真理敬拜父的，才是真正敬拜的人；因为父在寻找这样敬拜他的人。<sup>24</sup> 神是灵，敬拜他的必须借着灵按真理敬拜他。”





## 思考

在日常生活中敬拜上帝对你意味着什么？想想你所扮演的不同角色（例如：学生、员工、孩子、父亲、姐妹等）。

当生活变得平淡无奇时，你怎么能在你所做的一切中拥有一颗敬拜的心？



## 回应

花时间通过一些敬拜歌曲来敬拜上帝。



## 记忆经文

**约翰福音 4:24**  
<sup>24</sup> 神是灵，敬拜他的必须借着灵按真理敬拜他。

### 额外资源

在这里收听新加坡希望教会的敬拜播放列表：  
[tinyurl.com/HopeSGspotifyplaylist](http://tinyurl.com/HopeSGspotifyplaylist)

## 第八课

## 我为什么要接受洗礼？

洗礼不只是将身体浸没在水中。据圣经记载，许多早期信徒在相信耶稣后立即受洗了。在五旬节那天，许多人在接受耶稣后的几个小时内就受了洗（使徒行传 2:41）。撒玛利亚人立即受洗（使徒行传 8:12），埃塞俄比亚的太监也正是在他信耶稣后的当天受洗（使徒行传 8:35-37）。有些基督徒可能会问：“受洗真的有必要吗？”在这一单元将帮助你了解洗礼的重要性以及为什么我们应该受洗。



洗礼对于每个基督徒来说，意义重大，因为通过洗礼可以认识**基督**的受难与复活。

## 什么是洗礼？

“洗礼(Baptism)”来自希腊语“baptizo”，意思是完全浸入水中。洗礼对于每个基督徒来说，意义重大，因为通过洗礼可以认识基督的受难与复活。当你完全浸没在水中时，你就是在向死去的罪恶自我说“再见”。当你从水中升起，你会因对从死里复活的上帝耶稣的信仰而获得新生。

### 罗马书 6:8

<sup>8</sup> 我们既然与基督同死，就信也必与他同活。

### 歌罗西书 2:12

<sup>12</sup> 你们在洗礼中已经与他一同埋葬，也在洗礼中，因信那使基督从死人中复活的神所运行的动力，与他一同复活了。

## 我为什么要受洗？

### 1. 洗礼是对耶稣为你所做之一切表达感恩

虽然洗礼源自耶稣的命令，但我们这样做不仅是出于顺服，也是出于对基督因我们受难于十字架上的感恩。毕竟，真正的感恩不仅仅是一种温暖的模糊感觉，而是应积极服从上帝的命令。

### 马太福音 28:19-20

<sup>19</sup> 所以，你们要去使万民作我的门徒，奉父子圣灵的名，给他们施洗，<sup>20</sup> 我吩咐你们的一切，都要教导他们遵守。这样，我就常常与你们同在，直到这世代的终结。”

## 2. 洗礼是个人信仰的告白

通过受洗，我们承认旧我已经死去，我们现在是基督的新造。虽然罪曾将我们控制，但我们承认它不再是我们的主人。相反，耶稣是我们的新主人，我们将在余生中追随并信任他。

### **罗马书 6:4-7**

<sup>4</sup> 所以我们借着洗礼归入死，与他同葬，为的是要我们过新生命的生活，像基督借着父的荣耀从死人中复活一样。<sup>5</sup> 我们若在他死的样式上与他联合，也要在他复活的样式上与他联合。<sup>6</sup> 我们知道，我们的旧人已经与基督同钉十字架，使罪身丧失机能，使我们不再作罪的奴仆，<sup>7</sup> 因为死了的人已经脱离罪了。

## 3. 洗礼是我们信仰耶稣的公开宣言

我们信仰耶稣作为我们的主和救主，绝不是私事。受洗可以宣告你发现了新的信仰并承诺追随耶稣。这就解释了为什么洗礼是一项公共活动，信徒将邀请他们的朋友和亲人见证他们对耶稣的这份新承诺。这也是我们向耶稣表达承诺的一种方式，不以祂及祂为我们所行之事感到羞愧。

### **使徒行传 2:41**

<sup>41</sup> 于是接受他话的人都受了洗，那一天门徒增加了约三千人。

以下是信徒在受洗之前必须回答的**三个问题**：

1. 你相信耶稣基督是上帝的儿子吗？他相信他是通往救恩的道路，祂为你而死并在第三天又复活了吗？
2. 你是否接受耶稣为你个人的主和救主？
3. 你是否打算过信仰上帝的新生活并追随祂直到你生命的最后一天或直到耶稣再现？

如果因为耶稣为你所行之事，你从内心渴望对祂表达感激并献身于祂，那么洗礼绝对是你不能错过的一个重大信仰决定。与你的生命小组的组长或属灵导师交谈，并安排受洗。



受洗可以宣告你发现了新的信仰并  
承诺追随**耶稣**。



思考

你愿意受洗吗？  
为什么？

受洗对你个人而言有何重要意义？

你在受洗方面有哪些障碍？你打算如何克服这些障碍？



回应

下次有机会时请接受洗礼。



记忆经文

**罗马书 6:4**

<sup>4</sup> 所以我们借着洗礼归入死，与他同葬，为的是要我们过新生命的生活，像基督借着父的荣耀从死人中复活一样。

## 第九课

# 被圣灵赋予力量是什么意思？

你以前见过有人风帆冲浪吗？当风平浪静的时候可以划船，但波涛汹涌的时候就很难了。大多数时候，船会被海浪翻来覆去，想要再改变方向就更加困难了。

然而，打开风帆，这些问题就可以轻松克服。即使在波涛汹涌的海水中，风帆能让船借着风的“力量”迅速移动。帆并不决定风的方向，只需要决定它是否想“迎风而行”，朝着风吹着的方向，顺着风，顺流而下。

同样，这就好像我们与圣灵的关系。圣灵指引我们走向上帝所喜悦的美好事物。我们看不到圣灵，所以有时可能会怀疑祂的存在，或质疑祂是否有能力来帮助我们。但是一旦我们选择相信祂，我们就能像打开了风帆的船一样，我们即能够在生命中体验到祂的力量！





## 圣灵是谁？

圣经揭示了上帝存在于三个位格当中，称为三位一体。三位一体指天父、其子耶稣基督和圣灵。每个位格都不同，扮演着不同的角色，但他们本质上是一体的。天父通常被称为万物的创造者，而耶稣是牺牲的羔羊，为我们的罪死于十字架上。那么圣灵呢？

圣灵被称为“保惠师”。“保惠师”是指代表他人提供支持、保护和声援的人。耶稣升天时，他应许其信徒，他会向信徒们差遣圣灵。虽然耶稣不能够再与信徒与世同在，但住在我们里面的圣灵会帮助我们，赋予我们来作见证、教导我们真理并让我们认罪。

### 约翰福音 16:7-11

<sup>7</sup> 但我要把实情告诉你们，我去是对你们有益的。如果我不去，保惠师就不会到你们这里来；我若去了，就会差他到你们这里来。<sup>8</sup> 他来了，就要在罪、在义、在审判各方面指证世人的罪。<sup>9</sup> 在罪方面，是因为他们不信我；<sup>10</sup> 在义方面，是因为我到父那里去，你们就再看不见我；<sup>11</sup> 在审判方面，是因为这世界的统治者已经受了审判。

### 约翰福音 16:13

<sup>13</sup> 只等真理的灵来了，他要引导你们进入一切真理。他不是凭着自己说话，而是把他听见的都说出来，并且要把将来的事告诉你们。

### 使徒行传 1:8

<sup>8</sup> 可是圣灵降临在你们身上，你们就必须领受能力，并且要在耶路撒冷、犹太全地、撒玛利亚，直到地极，作我的见证人。”

虽然我们无法看到或触摸到圣灵，但我们可以生命中感觉到祂的同在和力量。即使已踏上与基督的新旅程之后，我们仍可能会经历与罪的斗争，或需要勇气和力量来做上帝呼召我们去做的事。我们需要接受圣灵的洗礼，这样我们才能体验到圣灵的丰富和赋能，才能过着圣洁的生活，侍奉上帝。

## 什么是圣灵的洗礼？

圣灵洗礼的意思是沉浸在圣灵中，就像我们游泳时，将我们自己浸入水中一样。当我们沉浸在圣灵中，便可以充分地体验祂，为此我们也能由圣灵赋能，以上帝喜悦的方式来生活。上帝希望祂的子民在圣灵里受洗。无论我们年龄、性别、过去或文化，上帝都应许将圣灵这一奇妙的礼物赐给所有生命中需要圣灵的信徒（路加福音 11:11-13）。

本质上，圣灵洗礼即是接受圣灵的恩赐，上帝也将这样的恩慈，浇灌在所有寻求祂的人当中。我们的上帝是一位慈父，喜欢将好礼物赐予祂的孩子们。如果我们愿意交托自己，让圣灵来赋能于我们，圣灵将非常愿意来赐福于我们！

“ 我们的上帝是一位慈父，喜欢将好礼物赐予祂的孩子们。 ”

## 我怎样才能 在圣灵中受洗？

之前提到对帆的比喻，船在波涛汹涌的大海中前进的唯一方法就是让风赋予它力量。同样地，我们受洗和体验圣灵力量的方式就是完全将自己完全交托给上帝。你需要集中思考，为什么你想要在生命中需要得到上帝的赋能，承认你的不完全，并选择让自己臣服于圣灵的赋能。当圣灵在你当中感动、引导你时，不妨迈出信仰的步伐，信靠祂，并与祂同行吧！

你可以从以下**3个实际步骤**开始：

1. 为圣灵受洗祷告，呼求上帝
2. 渴望接受圣灵洗礼，并选择将自己完全交托于上帝
3. 要拥有信心，相信你能从上帝获得这份礼物

### **路加福音 11:9-13**

<sup>9</sup> 我又告诉你们，你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。<sup>10</sup> 因为所有祈求的就得着，寻找的就寻见，叩门的就给他开门。<sup>11</sup> 你们中间作父亲的，哪有儿子求鱼，反拿蛇当作鱼给他呢？<sup>12</sup> 或求鸡蛋，反给他蝎子呢？<sup>13</sup> 你们虽然不好，尚且知道把好东西给自己的儿女，何况天父，岂不更把圣灵赐给求他的人吗？”

## 我怎么知道我在圣灵中受了洗？

在圣经中，当信徒们在圣灵中得以受洗时，他们开始说新的方言，这是圣灵赋予他们的能力。这种说方言或新语言的能力，就是你已受到圣灵洗礼的切实证据。

### 使徒行传 2:1-4

<sup>1</sup> 五旬节到了，他们都聚集在一起。<sup>2</sup> 忽然有一阵好象强风吹过的响声，从天而降，充满了他们坐在里面的整间屋子。<sup>3</sup> 又有火焰般的舌头显现出来，分别落在他们各人身上。<sup>4</sup> 他们都被圣灵充满，就照着圣灵所赐给他们的口才，用别种语言说出话来

## 当我在圣灵中受洗时会发生什么？

当我们顺服于在我们当中的圣灵时，我们的生活就会充满圣灵的力量，并且会在生命中切实地看到各种果效。我们可以通过以下方式来体验圣灵在我们当中运行的力量：

☀️ 我们将赋能，与他人分享耶稣（使徒行传 1:8）

☀️ 我们会在软弱的时候得到帮助，尤其是当我们不知道祷告什么（罗马书 8:26）

☀️ 我们会受到鼓舞和鼓励（哥林多前书 14:4）

☀️ 我们将拥有属灵的恩赐来建立上帝的教会（哥林多前书 12:4-11）

☀️ 我们将成长为上帝想要我们成为的样子（加拉太书 5:22-25）

当我们在圣灵中受洗时，就会被上帝赋能，在品格上越来越像基督。圣经中把这种转变称为结出圣灵的果子。

### **加拉太书 5:22-23**

<sup>22</sup> 但圣灵的果子是仁爱、喜乐、平安、忍耐、恩慈、良善、信实、<sup>23</sup> 温柔、节制；这样的事，是没有律法禁止的。

我们受了圣灵的洗礼后，我们还需要每天在日常生活中顺服圣灵，并与圣灵一同行走。我们每天早上的第一件事，可以通过祷告来寻求圣灵，让祂来为我们指引祂的道路，并让我们在一切事情上都依靠祂。

### **加拉太书 5:25**

<sup>25</sup> 如果我们靠圣灵活着，就应该顺着圣灵行事。



## 思考

为什么信徒必须接受  
圣灵洗礼？

你想通过圣灵的赋能  
克服哪一方面的弱点  
和欲望？

你目前有什么因素会  
阻碍你想要接受  
圣灵洗礼？



## 回应

祷告并寻求上帝对  
你施以圣灵洗礼。



## 记忆经文

**使徒行传 1:8**

<sup>8</sup> 可是圣灵降临在你们  
身上，你们就必须领受能  
力，并且要在耶路撒冷、  
犹太全地、撒玛利亚，直  
到地极，作我的见证人。

## 第十课

# 与他人分享耶稣的意义是什么？

当我们发现一件很棒的大促销或一家美味新餐馆时，我们会情不自禁地分享给我们周围的人，让他人也能享受美好事物。同样，在我们亲身经历了上帝的爱与良善之后，我们也希望身边的人能够认识上帝！在这节课中，我们将了解向他人分享耶稣意味着什么，以及我们应该如何分享，以便他人也能够享受他们与上帝之间的个人关系。

## 为什么要与他人分享耶稣？

也许你听说过“见证”、“分享福音”、“传福音”等术语。它们都是指同一件事：与他人分享耶稣是谁，以及祂为我们所行之事。我们每个人都以不同的方式亲历过上帝的爱、宽恕和恩典。我们这些与耶稣所有的个人经历，我们都可以与他人分享，这样我们的亲人、朋友也可以来认识创造他们的上帝，并经历与祂的新生活。

### 马可福音 5:19

<sup>19</sup> 耶稣不许，却对他说：“你回家到你的亲属那里去，把主为你作了多么大的事，并他怎样怜悯你，都告诉他们。”

向他人分享耶稣是基督徒生命中，一种感情的自然流露。就像我们很乐意地与他人分享一件超划算的大促销，我们也应该很乐意地分享上帝的良善，以及祂为我们所做的事。当我们向他人分享耶稣时，我们就是在邀请他们来体验上帝的爱和良善。

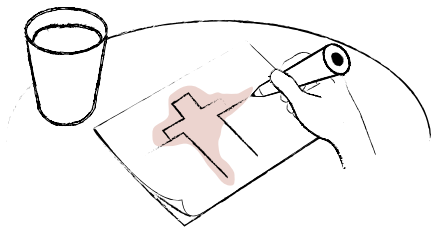
### 诗篇 34:8

<sup>8</sup> 你们要亲自体验，就知道耶和华是美善的；  
投靠他的人，都是有福的。

与其他人分享耶稣就是向尚未认识耶稣的人传递上帝的爱。上帝爱祂的每一个所造之物，祂不希望任何人迷失。上帝希望所有人都与祂重归于好，这样我们才能与祂一起经历有意义的生活。当我们与他人分享耶稣时，我们就是在与上帝同工，一同表达上帝对他人的爱。

### 路加福音 15:3-7

<sup>3</sup> 耶稣就对他们讲了这个比喻，说：<sup>4</sup> “你们中间谁有一百只羊，失去一只，不把九十九只留下在旷野，去寻找那失落的，直到找着呢？”<sup>5</sup> 既找着了，就欢欢喜喜地放在肩上，<sup>6</sup> 回到家里，请朋友邻舍来，对他们说：‘请大家和我一同欢乐，因为我失去的羊已经找到了！’<sup>7</sup> 我告诉你们，因为一个罪人悔改，天上也要这样为他欢乐，比为九十九个不用悔改的义人欢乐更大。





## 如何与他人分享耶稣？

以下这些方法可以帮助我们与他人分享耶稣：

### 1. 分享你是如何相信耶稣的个人见证

我们可以告诉其他人，我们在接受耶稣作为我们个人的神和救主之后，祂是如何改变了我们的生活（参见第66页，了解如何撰写见证）。

个人见证可以让其他人看到耶稣是如何真实地存在我们生活当中。这能让他们可以通过我们独一无二的人生故事中，看到耶稣的良善以及祂所能做的事情。

### 2. 邀请他人参加周日礼拜或生命小组

我们可以邀请我们的朋友、家人、同事、同学或邻居来参加我们的周日礼拜或生命小组。

邀请他人参加周日礼拜或加入生命小组，通过其他信徒来帮助他们聆听上帝的真理，并一起体验基督的爱。

### 3. 分享福音桥（见第67–69页）

我们可以通过福音桥来分享基督的福音，帮助他人了解与耶稣建立关系的意义何在。福音桥是一个很有用途的工具，它能描述出人从罪孽中被拯救出的需求，以及耶稣在十字架的死如何能使我们能够与上帝建立关系。

## 4. 做光做盐

我们还可以通过我们的生活方式来与他人交流和分享耶稣。我们平时如何做决定，如何在学校、家庭或职场对待他人，以及我们如何应对困难，能让他们看到上帝在我们的生活中的良善，这也都能让其他不了解耶稣的朋友对我们与上帝的关系产生好奇！我们的生命要向像盐和光一样，就可以为其他人指向耶稣。

### 马太福音 5:14-16

<sup>14</sup> 你们是世上的光。建在山上的城是无法隐藏的；<sup>15</sup> 人点了灯，不会放在量器底下，而是放在灯台上，就照亮一家人。<sup>16</sup> 照样，你们的光也应当照在人前，让他们看见你们的好行为，又颂赞你们在天上的父。



“向他人分享耶稣  
是基督徒生命中，  
一种感情的自然  
流露。”



## 思考

在你的生活中，  
你如何亲身经历  
耶稣？

你准备如何向他人  
分享耶稣？



## 回应

回想起一位你可  
以对他/她分享  
耶稣的人。为他  
或她祷告，并寻找  
机会与他/她分享  
耶稣。



## 记忆经文

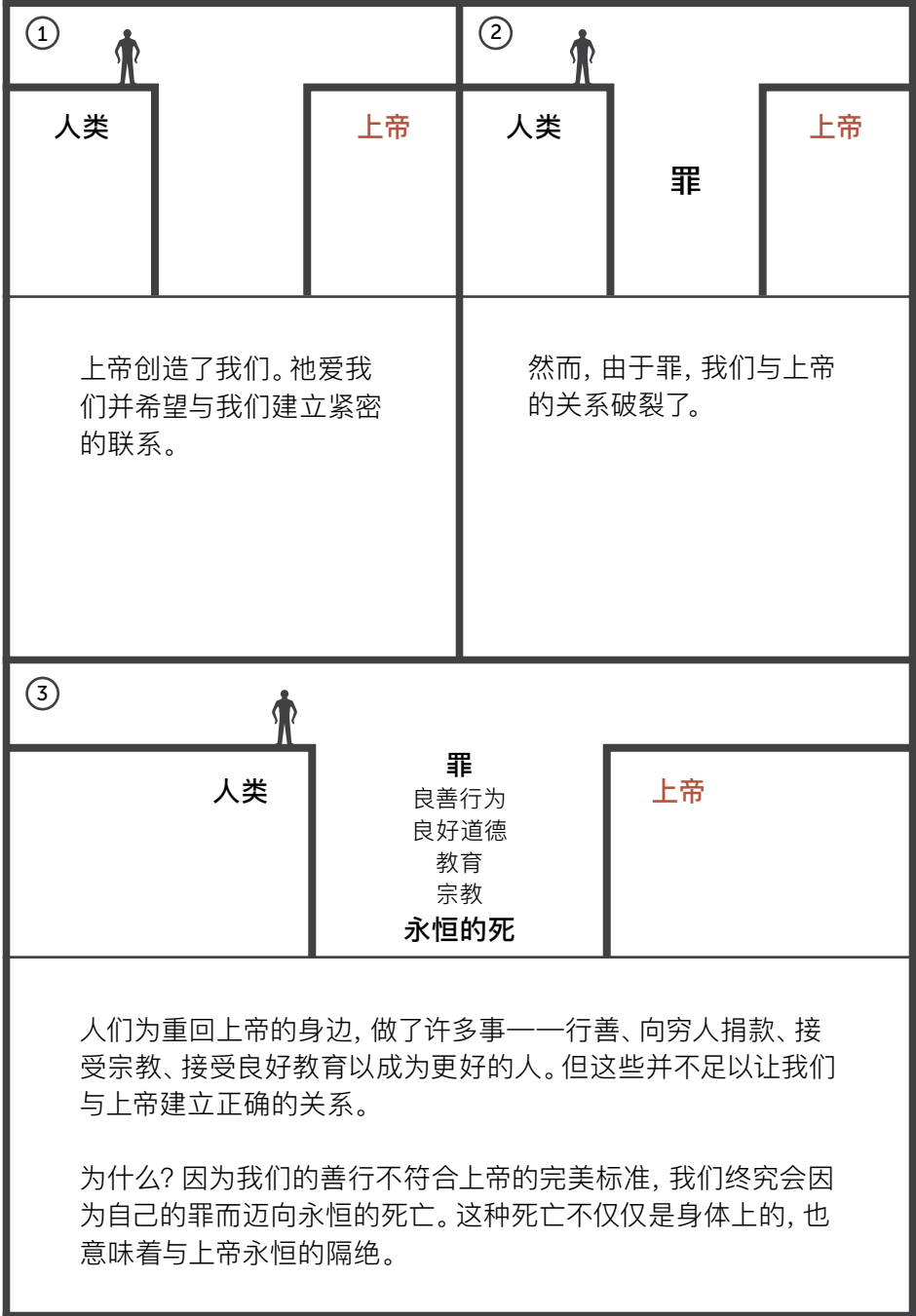
**马太福音 28:18-20**  
<sup>18</sup> 耶稣上前来，对他们说：“天上地上一切权柄都赐给我了。<sup>19</sup> 所以，你们要去使万民作我的门徒，奉父子圣灵的名，给他们施洗（“奉父子圣灵的名，给他们施洗”或译：“给他们施洗，归入父子圣灵的名”），<sup>20</sup> 我吩咐你们的一切，都要教导他们遵守。这样，我就常常与你们同在，直到这世代的终结。”

## 附录：分享你的见证


上帝是如何走进你的生命当中，这个故事不但无法反驳，反而可以激励许多人！我们鼓励你写下你与上帝的这段旅程，以便你与你的朋友和亲人分享。你也可以将个人故事发送至[stories@hopesingapore.org.sg](mailto:stories@hopesingapore.org.sg)，使我们也将因此得到祝福。

你可以按照这个短篇故事结构进行编写  
(阅读保罗在使徒行传 26 章中的见证)：

- 在你了解耶稣之前，你是什么样的人
  - 你如何遇见上帝/上帝如何在你的生活中变得真实/你如何接受耶稣为你的神和救主/你如何来到基督面前
  - 从此之后，你的生活发生了哪些变化
-



④




人类	<div style="background-color: #c0504d; color: white; padding: 5px; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">罪</div> 良善行为 良好道德 教育 宗教 <div style="background-color: #c0504d; color: white; padding: 5px; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">永恒的死</div>	上帝
----	--	----

虽然人类因为罪似乎已陷于无助的困境，但是上帝依然怜爱我们，不想我们禁锢于罪中。上帝是神圣而公正的，祂必须为我们的罪而惩罚某人。因此，祂差遣祂唯一的儿子耶稣来为我们赎罪，在十字架上受难。因为耶稣没有罪，祂本身也是上帝差遣来的，因此祂成为了完美的祭品。耶稣是上帝与我们之间的桥梁。因着耶稣的死，罪的恶果已被偿还，所以信靠耶稣的人就不会遭受永恒的死亡。而耶稣并没有死去，祂借由上帝的力量复活了。

**罗马书 10:9-10**

<sup>9</sup> 你若口里认耶稣为主，心里信 神使他从死人中复活，就必得救； <sup>10</sup> 因为心里相信就必称义，用口承认就必得救。

⑤



人类	<b>罪</b> 良善行为 良好道德 教育 宗教 <b>永恒的死</b>	上帝
----	---	----

你了解耶稣基督吗? 你可以选择接受基督, 成为你的神和救主, 并接受祂对你罪的宽恕。

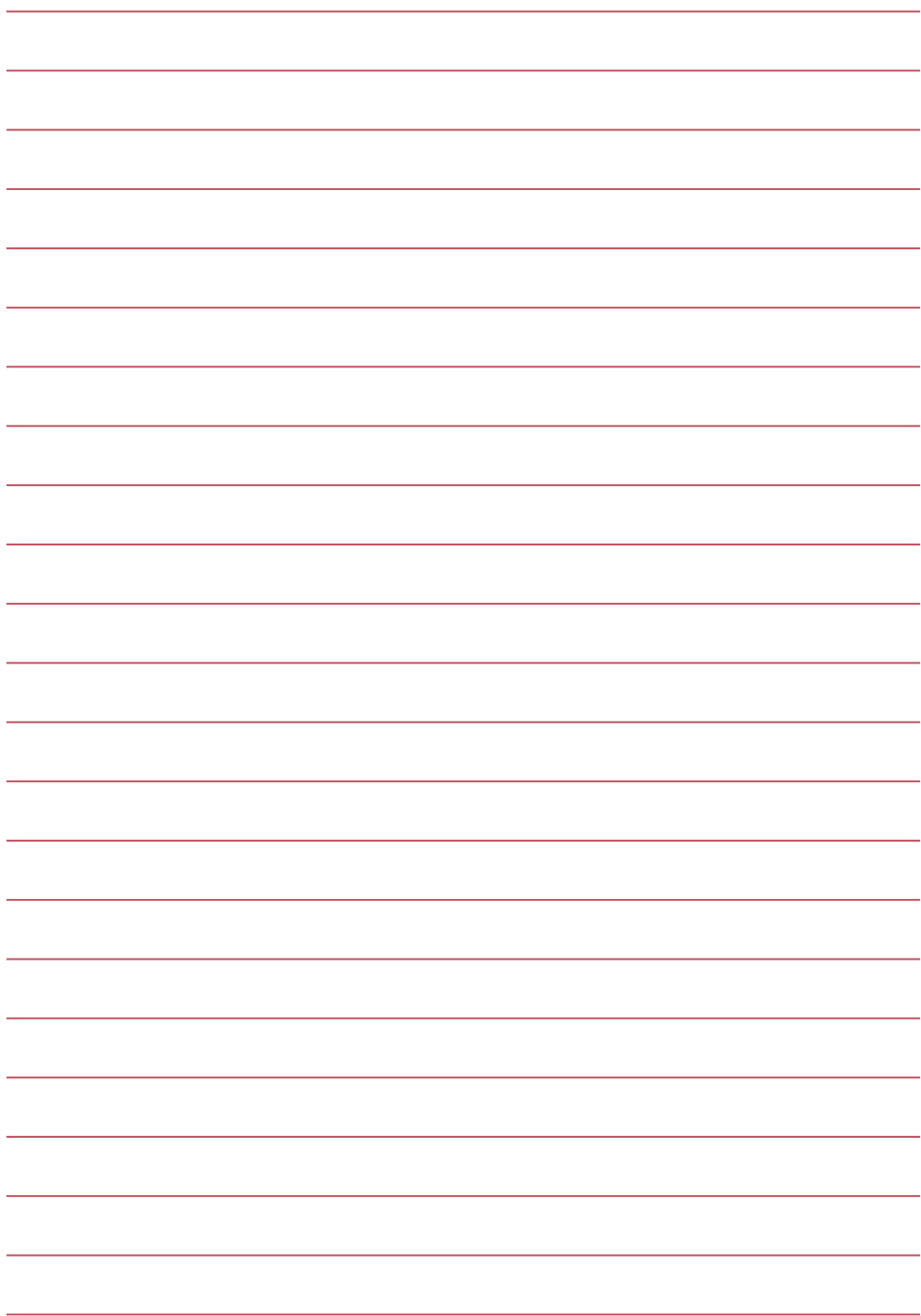
你可以通过做出以下的决志祷告来邀请耶稣进入你的生命。决志祷告是当一个人意识到自己的罪, 并且意识到自己需要一名救主, 而向上帝进行祷告的经文。

亲爱的主耶稣,

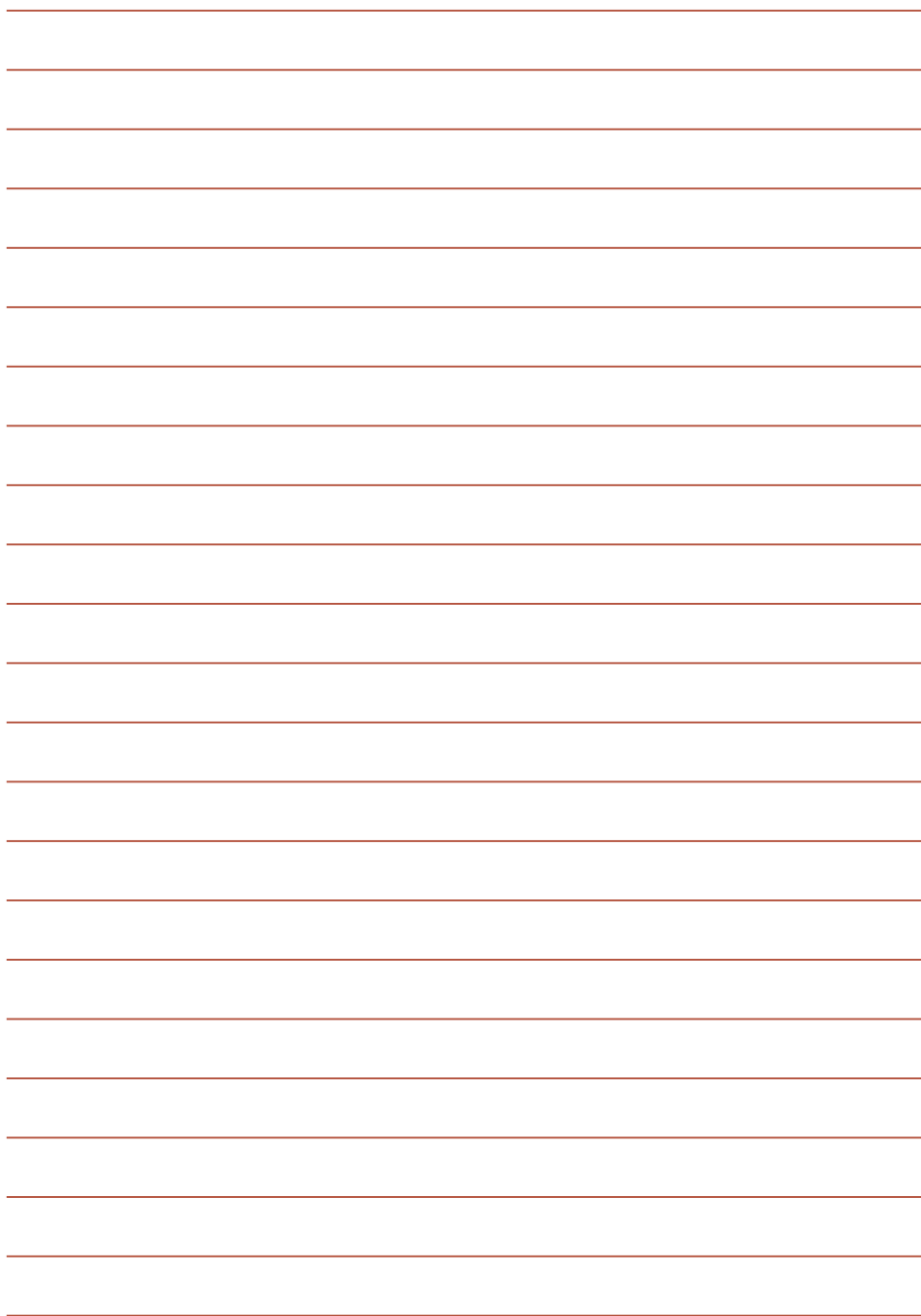
我向祢承认我是罪人。我感谢祢因为我的罪而钉死在十字架。请来到我的生命里, 做我的神和救主, 让我成为祢创造我时, 我应有的样子。

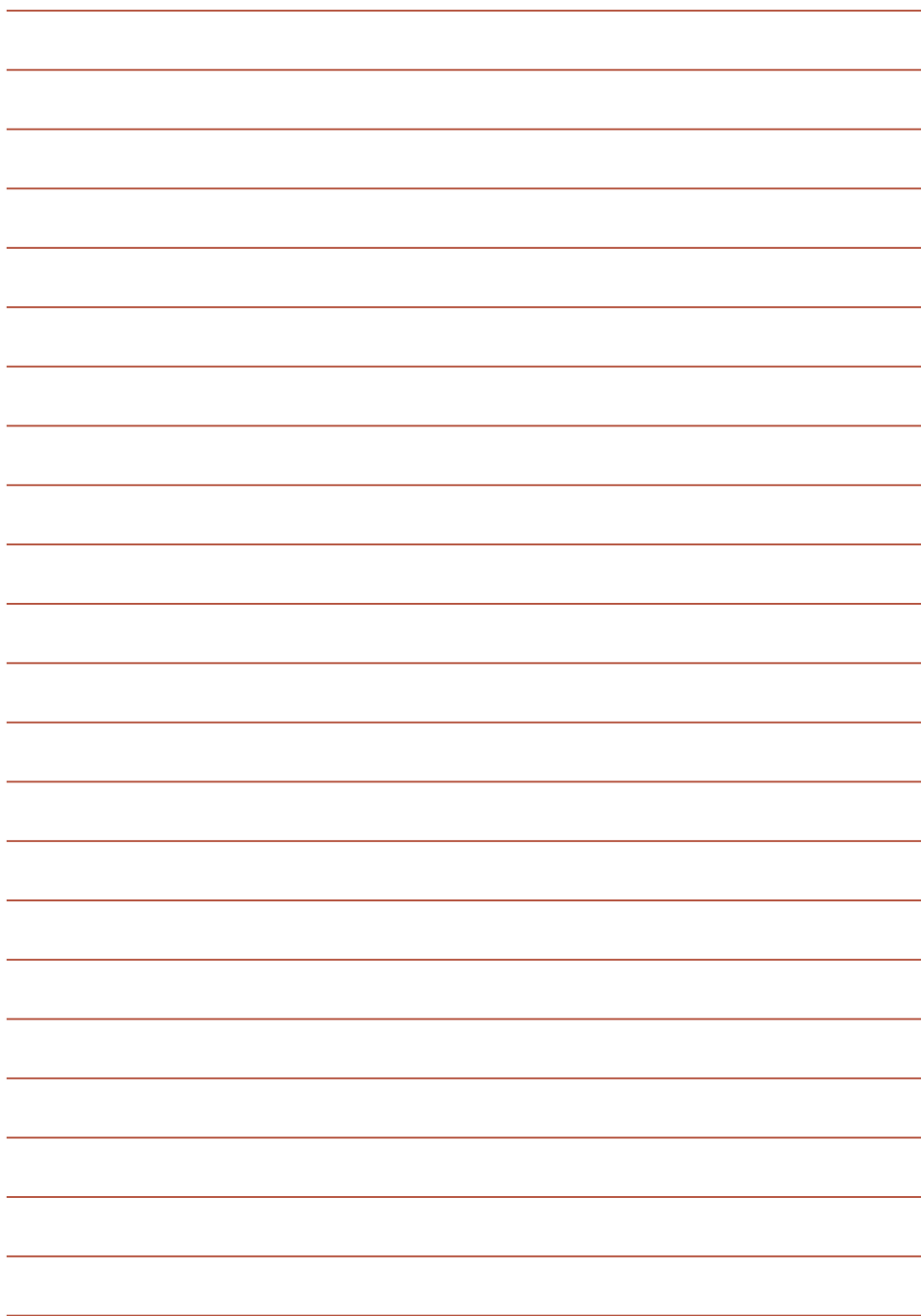
这样的祷告是我以耶稣之名祷告, 阿门!

如果你决定对你的罪进行悔改并在今日接受耶稣进入你的生命, 我们欢迎你加入上帝的家庭中!













[HOPESINGAPORE.ORG.SG](http://HOPESINGAPORE.ORG.SG)