

全家寻智慧



2021 家庭祭坛

陈倩明

你要保守你心，胜过保守一切。因为一生的果效，
是由心发出 箴言4：23



第十一课：保守你的心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

你要保守你心，胜过保守一切。（或作你要切切保守你心）因为一生的果效，是由心发出。你要除掉邪僻的口，弃绝乖谬的嘴。你的眼目，要向前正看，你的眼睛，（原文作皮）当向前直观。要修平你脚下的路，坚定你一切的道（箴言四23-26）。



“心”的观念在圣经中是非常丰富的，是指整个
人的思想、智力、情感和意志力的中心地方。

“心”可以影响一个人的身体、舌头所发出的话、
对人对上帝的信任、爱的诠释、筹算前面的道路
等。简单来说，当一个人内心有很渴望的事物，
头脑就会找理由去做，情感就会找着愉快，意志
力就会实现出来。

比如有人很渴望吃芝士蛋糕，于是头脑就想真的很久没有吃了，联想到吃的快乐，于是就去买芝士蛋糕回家吃。虽然“心”是所有意志力、情感、判断、选择等的中心，但“心”却容易被嘴巴所说的话，眼睛所看的东西和脚带我们所去的地方影响（请再看今日箴言四24–26）。



历史为鉴，亚干（约书亚记七21）眼睛看到美好的战利品，就拿去藏起来。虽然他知道上帝吩咐不可以，但还是去行，最终害到全体以色列人打败仗。再看大卫王，眼睛看到拔示巴，明知她是别人的妻，还去把她找来与她犯奸淫，最终刀剑没有离开他的家（撒下十一章）。他们两人的心都被眼目掳去，明知故犯，硬着心得罪上帝。

Timothy Keller牧师（提摩太凯勒）提醒，因为我们的心容易被外面的事左右，所以最佳的方法去保守自己的心就是崇拜上帝（worship）。当我们崇拜上帝时，我们的嘴、头脑、思考想象甚至身体全都在朝向上帝。



另一方面，诗篇和旧约的先知在使用心的词
语中也提到，人若要恢复自己与上帝的关系，
必须“洗净我们的心”，好像换心手术一样；
新约也说上帝的爱经由圣灵浇灌“在我们
的心里”，如今因为属于基督，他将我们的新
身份写在“我们的心上”。

问题讨论

1. 有什么令你心动的东西？这些东西使你亲近上帝还是远离上帝？
2. 请谈谈可以如何保守你的心？

一起祷告

天父，求你保守我的心，全然向着你。
奉主耶稣基督名祷告。阿门。

结束祷告

主祷文



7 保守你的心



第十二课：要有慈爱心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

因怜悯诚实， 罪孽得洁净。敬畏耶和华的，
远离恶事（箴言十六6）

怜悯贫穷的就是借给耶和华， 他的善行耶和
华必偿还（箴言十九17）



要有慈爱心

不可使慈爱诚实离开你。要系在你颈项上，
刻在你心版上。这样，你必在神和世人眼前
蒙恩宠，有聪明（箴言三3-4）

我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候
就要收成（加拉太书六9）

让我们来看看两个有点相像的希伯来字，一个是“rechem”（子宫），另一个是“racham”（怜悯）。希伯来文“子宫”这字是来自“怜悯”这字的字根。四十周的岁月，胎儿与母亲的关系亲密连接。上帝的怜悯就是引用子宫的喻象，这告诉我们：上帝与他的子民之间有着怀抱怜恤的关系。

箴言有多处经文提到要我们以慈爱待人，其中特别是要我们以怜悯慈爱对待贫穷人。对待穷人的态度若是不好，不单是伤害当事人，更是直接冒犯上帝。箴言特别提到，如欺压或耻笑穷人，就等同“辱骂造他的主”（箴言十四31，十七5，新译本圣经翻译）反过来，

怜悯穷人，就是尊敬上帝。不单如此，箴言更教导借给穷人就等如借给耶和华上帝，这样的善事，上帝一定会报答。（箴言十九17）

然而，怜悯却要与诚实并行。“因怜悯诚实，罪孽得洁净。敬畏耶和华的，远离恶事。”

（箴言十六6）诚实是真理的流露；怜悯是恩典的流露。

有时两者找不着平行点，就会产生两个可能性。第一是怜悯人的人变成受害者，被人欺负。第二是太过注重真理，严谨却没有给予恩典，不合上帝的心意。我们要以智慧仔细地评估环境，以纯洁的动机来实行怜悯和诚实。

箴言三3-4提到项链，项链是挂在外面给人看的，慈爱与诚实就如项链一样，挂在胸前，使我们蒙保护、引导和拥有崇高的名声。箴言中的智慧就是要我们在怜悯和诚实中，在恩典和真理中活出合神心意的人生。然而却要小心内心的动机和态度，因为上帝是看人心的，我们的一切行为上帝必审问。

问题讨论

1. 如果有人向你借钱或你心爱的东西，
你应该如何有智慧的处理？
2. 请轮流分享一个上帝怜悯你的经历。

一起祷告

天父，谢谢你常怜悯我，帮助我也以慈爱待人。奉主耶稣名祷告。阿门。

结束祷告

主祷文





第十三课：要有殷勤心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

耕种自己田地的，必得饱食；追随虚浮，足受穷乏（箴言二十八19）**义人的勤劳致生。恶人的进项致死。（死原文作罪）（箴言十16）**你看见办事殷勤的人吗？他必站在君王面前，必不站在下贱人面前。（箴言二十二29）**殷勤筹划的，足致丰裕。行事急躁的，都必缺乏。（箴言二十一5）**



要有殷勤心

信息分享

小明从学校回来，不用妈妈提醒，就会按时努力温习功课。长大出来工作不久，深得老板器重，因为他比别人都勤奋。在家中，他也是勤俭朴实，乐意帮忙家务事，是太太眼中好丈夫，也是孩子眼中好爸爸。勤劳确实是一种美好的美德，箴言也有多处教导其好处。



要有殷勤心

首先，殷勤的人得饱足。因为“耕种自己田地的”，所以“必得饱食”（箴言十二11，二十八19）。这饱食不单是填满肚子，也包含满意不缺乏的意思。务农是一件辛苦的事，美好硕大的蔬菜果实绝对不是自然而有的产物，是勤劳的结果。反观，追随虚浮，整天发白日梦，不做好自己本分的人，必尝苦果。

其次，殷勤的人得赏赐。箴言十16“义人的工价就是生命，恶人所得的却是刑罚。”（圣经新译本翻译）义人的勤劳也可以翻译为义人的报酬，就是他/她得的赏赐。这里提醒我们，殷勤固然美好，但更要留心自己的生命和内心动机，因为只有义人才能真正享受殷勤的结果，就是生命。

“生命”在箴言常是指上帝丰富的福气和长久平安的生命。反之，对恶人来说，殷勤常使他们犯罪更多，最终带来死亡。第三，殷勤的人被提拔。箴言二十二29 “你看见办事殷勤的人吗？他必站在君王面前。” 圣经有好多人物都是办事有能力，就被君王找来帮他们工作，比如约瑟被埃及法老王提拔做宰相，

大卫被扫罗看重，末底改在外邦地成为宰相和救国英雄等。不过，单是殷勤却没有智慧可能也不足以在王面前服侍，这“办事殷勤”也可翻译为“办事敏捷”或“熟練”的意思。在新约，主耶稣也用仆人的才干为天国的比喻，那又良善又忠心的仆人，被主人提拔，分派他更多管理的事，可以享受快乐。

问题讨论

1. 请大家轮流列出努力殷勤的生活例子。
2. 你认为怎样可以培养出殷勤的品德？

请给实际例子和建议。

一起祷告

天父，帮助我做一个殷勤的人。
奉主耶稣名祷告。阿门。



结束祷告

主祷文



第十四课：要有喜乐心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

心中喜乐，面带笑容。心里忧愁，灵被损伤（箴言十五13）。困苦人的日子，都是愁苦。心中欢畅的，常享丰筵（箴言十五15）。喜乐的心，乃是良药。忧伤的灵，使骨枯干（箴言十七22）。

我们身体有一种激素 (hormone) 名叫安多芬 (endorphin)，又称为“快乐荷尔蒙”，它可以压抑或减轻痛苦和忧伤，使我们愉悦、镇静，也能提高免疫力、记忆力和工作效率，对身体和精神都大有益处。当我们运动、默想、听音乐、与人开心谈天、洗个温水澡等等动作时，能促使我们的身体分泌安多芬。

真正的喜乐当然不单是物质享受，如住大屋、吃大餐、开大车等。喜乐是一个心境和态度，与周围的环境没有直接关系。正如保罗，当他为主坐牢时，仍然可以靠主喜乐，也劝勉信徒要“靠主喜乐”。箴言提醒喜乐对我们一生的影响如下：



第一，喜乐影响我们的面貌。“心中喜乐，面带笑容。心里忧愁，灵被损伤。”（箴言十五13）喜乐使人充满活力，也就改变人的面貌。一张喜乐和带有真诚微笑的脸总是美丽，人见人爱的。反之，如果整天愁眉苦脸，像“苦瓜脸”，自己不苦，人家看到都苦。真正的喜乐发自内心，因为“一生的果效，是由心发出”（箴言四23）。

第二，喜乐影响我们的经验。“困苦人的日子，都是愁苦。心中欢畅的，常享丰筵。”

(箴言十五15) 心中忧愁，就算美食摆在面前，也不会有胃口去吃。但如果是喜乐的人，心中欢喜，没有挂虑，心中坦然，享受人生一切的乐趣，甚至“在患难中，也是欢欢喜喜的，因为知道患难生忍耐，忍耐生老练。 . .”

因为所赐的圣灵，将上帝的爱浇灌在我们心里。”（罗马书五3-5）。第三，喜乐影响我们的健康。“喜乐的心，乃是良药。忧伤的灵，使骨枯干。”（箴言十七22）忧伤是破坏健康的刽子手，使人感到绝望；喜乐则是一个健康人的正常表现，也是恢复健康的要素。。

问题讨论

1. 请说说你这一生笑得最开心的是什么事？那些能使你哈哈大笑的事或人？
2. 你通常用什么方法使自己快乐起来？

一起祷告

天父，请常常提醒我，喜乐的心乃是良药。奉主耶稣名祷告。阿门。

结束祷告

主祷文



第十五课：要有饶恕心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

人有见识，就不轻易发怒，宽恕人的过失，便是自己的荣耀（箴言十九11）。一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒，都当从你们中间除掉。并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如上帝在基督里饶恕了你们一样（以弗所书 四31-32）。



要有饶恕心

近东流传一个故事。有两个朋友在沙漠中旅行，在旅途中的某点他们吵架了，一个还给了另一个一记耳光。被打的觉得受辱，一言不语，在沙子上写下：“今天我的好朋友打了我一巴掌。”他们继续往前走，到了沃野，被打巴掌的那位差点淹死，幸好被朋友救起来了。被救起后，他在石头上刻着，

“今天我的好朋友救了我一命。”朋友好奇问，“为什么我打了你以后，你要写在沙子上；而现在要刻在石头上呢？”回答说，“当被一个朋友伤害时，要写在易忘的地方，风会负责抹去它；相反的如果被帮助，我们要把它刻在心里的深处，那里任何风都不能抹灭它。”饶恕不只是美德，也是主耶稣给我们的榜样。

宽恕这一个理念贯穿着整本圣经。福音的中心就是上帝对人类的宽恕，而当我们饶恕别人对我们的亏欠时，我们也蒙上帝的饶恕。正如主祷文说，“免我们的债，如同我们免了别人的债。”饶恕是意念的决定。既是上帝的命令，我们必须有意识地选择顺服上帝并饶恕他人。

今天的箴言提醒当我们宽恕别人，就得着荣耀。这里“宽恕”的用词是很特别的，是指跨过、经过、穿越的意思，就是等于不看了，不再算了。饶恕可分三个等级：一、有距离的饶恕—对施害者的负面情绪已减轻，但没有真正和解。二、有限度的饶恕—对施害者的负面情绪已减轻，彼此关系部分恢复，但还有多处设防。

三、全然的饶恕 一对施害者的负面情绪完全消失，关系得以全面修复。饶恕也不等于一定要与那位曾经伤害你的人建立亲密关系。饶恕是自己的部分，对方行为和错误的部分由上帝负责。虽然如此说，但仔细思考，我们坚持不能饶恕别人，很可能不是对方的坏，也许是自己的骄傲和自以为是的观点。

饶恕的积极面是爱：一种来自天父的爱，一种发自基督的爱，一种湧自圣灵的爱。我们若有基督的爱，也会甘愿为我们的仇敌，为那迫害我们的祷告。（参考马太五44）

问题讨论

1. 你认为不能饶恕人有什么原因？
2. 在各种不能饶恕的原因中，有多少是对方的错，有多少是自己的过失？

一起祷告

天父，因为你饶恕我，我也愿意饶恕得罪我的人。奉主耶稣名祷告。阿门

结束祷告

主祷文



第十六课：弃绝骄傲心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

骄傲在败坏以先，狂心在跌倒之前（箴言十六18）。

恶人发达，眼高心傲，这乃是罪（箴言二十一4）。

骄傲只启争竞，听劝言的，却有智慧（箴言十三10）。

心里谦卑与穷乏人来往，强如将掳物与骄傲人同分（箴言十六19）

很久以前，乌龟与兔子决定来个比赛，看谁跑得比较快。确定了路线之后它们就开始跑。兔子一个箭步冲到了前面，并且一路领先。看到乌龟被远远抛在后面，兔子觉得，自己应该先在树下休息一会儿，然后再继续跑。于是，它在树下坐了下来，并且很快睡着了。乌龟慢慢地超过了它，并且完成了整个赛程，

无可争辩地当上了冠军。兔子醒过来，发现自己输了。这个耳熟能详的龟兔赛跑故事我们一个不变的道理，当一个人太骄傲时，往往会造成不可挽回的后果。

自我独立的人 (Self-independent) 是一个骄傲的人 (proud) , 自给自足的人 (self-sufficient) 是一个傲慢的人 (arrogant) , 自我专注的人 (self-focused) 是一个自我中心的人 (self-centered) 。全部加起来就是一个自私的人。自私的根源就是心中没有上帝, 以为自己的了不起, 以为自己的想法最好,

以为自己的事情最重要。心中没有上帝，藐视上帝的人，就是圣经所说的亵慢人、愚妄人。骄傲有什么坏处？首先，骄傲在上帝眼中是罪。“恶人发达，眼高心傲，这乃是罪。”（二十一4）骄傲可怕的地方是无法看到自己，别人却看得一清二楚。

上帝要的是一颗谦卑的心 “他阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。”（彼得前书五5，雅各书四6）主耶稣甘愿降为卑，成全了救赎的大功，我们当信靠他，以他为终极榜样。（腓立比书二5-8）其次，骄傲带来争竞。“骄傲只启争竞，听劝言的，却有智慧。”

(十三10) 一个骄傲的人是看不见别人，听不见别人的声音，也容不下别人的错失和成就。

如此这般，又如何能与人和平相处呢？第三，骄傲令人讨厌。“心里谦卑与穷乏人来往，强如将掳物与骄傲人同分。”（十六19）骄傲的人不能与人共患难，不能与人分享喜乐。当患难发生，看不到自己的错，却竭力将错误归给别人。难怪箴言说宁愿贫穷也与谦卑人交往，胜过很多财富却是与骄傲人共享。

问题讨论

1. 你有遇过骄傲的人吗？当时的情景如何？
2. 我们应如何弃绝骄傲的心？可以参看以上经文，也请读腓立比书二5-8。

一起祷告

天父，恳求你赦免我的骄傲，帮助我以你为中心。奉主耶稣名祷告。阿门。

结束祷告

主祷文



第十七课：弃绝嫉妒心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

你心中不要嫉妒罪人。只要终日敬畏耶和华。因为至终必有善报。你的指望也不至断绝（箴言二十三17-18）。
爱是恒久忍耐，又有恩慈。爱是不嫉妒，不自夸，不张狂（林前十三4）。



两只老鹰，一只飞得特快，一只较慢。后者非常嫉妒前者。有一次，飞得较慢的那只鹰对猎人说：“前面那只飞得快的鹰请你用箭去射死它。”猎人同意了，但提出要拔一根它的羽毛去射。“好！”牠欣然答应。可是第一次没有射中，于是拔了第二根羽毛，然而还是没有射中。就这样，一根根的拔下去，

一枝枝箭射出去，直到它自己都飞不起来了，猎人大笑着把它提去美餐一顿。嫉妒可带给自己悲惨的后果。“忿怒害死愚妄人，嫉妒杀死痴迷人”（约伯五2）嫉妒是由于别人胜过自己而引起的情绪。当看到别人比自己强时，心里就酸溜溜的，产生一种包含着憎恶与羡慕、愤怒与怨恨、猜嫌与失望、屈辱与虚荣以及伤心与悲痛的复杂情感。



嫉妒者不能容忍别人超过自己，在他看来，自己办不到的事别人也不要办成，自己得不到的东西，别人也不要得到。嫉妒往往深藏于人的内心中，自己不知道，别人也不易觉察。如同学的成绩比较优越或同事被老板器重，虽然表面还是和和气气的，但内心可能会讨厌那位同学或同事，处处无理的刁难他。



“嫉妒是骨中的朽烂。”（箴言十四30）嫉妒把人的肉体和心灵摧残之极，最终走上灭亡。

“忿怒为残忍，怒气为狂澜，惟有嫉妒，谁能敌得住呢？”（箴言二十七4）愤怒已经够可怕，但嫉妒却是无人能抵挡得住，带来更大的灾难。圣经描述嫉妒如“阴间的残忍”（雅歌八6），其破坏之力是无法想象的。

嫉妒是心灵深处的污秽，被搅动翻腾出来，带来毁灭性的影响。嫉妒的心来自一颗自以为是的态度，忘了一切都是上帝的恩典。嫉妒的心也忘记了今生是短暂的，一切都会过去，我们的奖赏是在天上。嫉妒不但影响身心健康，还影响学习工作和人际关系。没有人会喜欢与一个充满嫉妒心的人交往。



嫉妒别人的人只会越发感到孤独、寂寞。这样看来，弃绝嫉妒心的方法是第一，学习感恩，数算恩典。第二，向上仰望上帝，盼望在乎祂。



问题讨论

1. 请举出一些有嫉妒心的圣经的人物或公众人士。
2. 分享你可以如何胜过嫉妒的心。

一起祷告

天父，帮助我晓得我的一切好处在乎你。奉主耶稣名祷告。阿门

结束祷告

主祷文



第十八课：弃绝愤怒心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

火缺了柴，就必熄灭。无人传舌，争竞便止息。好争竞的人煽惑争端，就如余火加炭，火上加柴一样（箴言二十六20-21）。

不轻易发怒的，胜过勇士。治服己心的，强如取城（箴言十六32）。



弃绝愤怒心

哲学家苏格拉底的太太非常凶悍，有一次，她大发脾气，把苏格拉底大骂一顿后，还有余怒未息，就提了一大桶水，浇在她先生头上。苏格拉底搔了搔淋湿的头发，笑道：雷声以后必有大雨，这是自然法则，也证明这是真理。他也曾说过，“永不发怒者为痴人，能不发怒这是智者。”

箴言对愤怒的教训可以归纳以下几点：

1. **轻易发怒的人尽显愚昧。**“人有见识，就不轻易发怒。宽恕人的过失，便是自己的荣耀”（十九11）。能够控制自己情绪的人，是生命成熟的表现；反之，性情火爆，控制不了自己的人，是把自己的肤浅和丑陋张扬出来。

圣经中的先知约拿是一个典型因易怒而显愚昧的人。他先不要去尼尼微城，后去了又跟上帝吵架，上帝问他，“你这样发怒合乎理么？”他竟然回答，“我发怒以致于死都合乎理。”（约拿书四9）上帝既然是如此恩待我们，我们又何须因别人得罪我们就大发雷霆呢？

2. 轻易发怒的人开启争端。“暴怒的人，挑启争端。忍怒的人，止息分争”（十五18）。俗语说，“小不忍则乱大谋”。任何的冲突是没有可能用怒气来解决的。但如果有一方愿意忍让，反思自己的错误，更容易成为和平之子。“使人和睦的人有福了，因为他们必称为上帝的儿子。”（马太五9）

3. 轻易发怒的人是弱者。“人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑，没有墙垣”（二十五28）。历史上很多英雄豪杰，能攻破坚固的营垒，却败于自己的脾气之下。这个世界推崇有霸气，以为他们很有干劲，很会做事，甚至错误的认为强壮的人就一定是易怒的人。这是与圣经的教导相违背。发怒的人不单不是强者，反而像破坏的城墙，容易被攻破。

愤怒不是因为天生脾气不好，它是可以克服的。其中一个方法就是“快快的听，慢慢的说，慢慢的动怒。”（雅各书一19）多思考上帝的话，多读上帝的话，心中自然会平静安稳，更有智慧去面对挑起情绪的事情，愤怒的心就渐渐减退。

问题讨论

1. 你通常用什么方法去平息你的愤怒？
2. 你认为坏脾气是可以改善的吗？为什么？

一起祷告

天父，帮助我做一个和平之子，不要随便发怒。奉主耶稣名祷告。阿门。

结束祷告

主祷文



第十九课：弃绝贪婪心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

不劳而得之财，必然消耗。勤劳积蓄的，必见加增（箴言十三11）。贪恋财利的，扰害己家。恨恶贿赂的，必得存活”（箴言十五27）。



弃绝贪婪心

信息分享

伊索寓言有一个这样的故事：从前，村子里有一个农妇和他的妻子，养了一只母鸡，每天都给他们生一个金蛋。农夫和他的妻子心想，这只母鸡的肚子里一定有一大块金子！如果他们杀了鸡，把那块金子拿出来，马上就会得到一大笔钱。他们越想脑袋越发热，于是，再也等不及这只母鸡下金蛋了。他们捉住母鸡，一刀就把它杀了，打开肚子一看，什么都没有。结果，这对贪婪的夫妇反而一无所有。



弃绝贪婪心

贪婪就是想得到不属于自己的东西。箴言写道，“这些人埋伏，是为自流己血。蹲伏是为自害己命。凡贪恋财利的，所行之路，都是如此。这贪恋之心，乃夺去得财者之命”（—18-19）。因为贪财，人们可以妄视律法，无情无义，欺骗杀害，将自己变成比野兽更为可怕。

然而，很多人只注意到因财而被人杀害的命，但箴言却清楚说杀的是自己的命，“那不义之财夺去了贪财者的性命”（圣经新译本）。主耶稣也说，“人若赚得全世界，赔上自己的生命，有什么益处呢？”（马太十六26）

现今世代的诈骗案层出不穷，虽然报章、网络等不断的发布消息、报報導和提醒，但还是有人落入其圈套，固中原因很多，但其中一个就是贪婪，以为小小的付出，就换来一笔可观的美金等。很多人都很喜欢快速致富，箴言提醒“不劳而得之财，必然消耗。勤劳积蓄的，必见加增”（十三11）。



钱来得快，也会去得快；反而，我们必须懂得理财，殷勤积蓄，钱财就越见增多。“贪恋财利的，扰害己家。恨恶贿赂的，必得存活”（十五27）。贪财最终容易带来身败名裂，家破人亡。其实不是说不可以要钱，钱固然重要，但“贪”就害人不浅。当人生以金钱为目标，以为名、利、地位可以带来今生的安全感而忽略了永恒的事，

就如经文说道“。。。人贪恋钱财，就被引诱离了真道，用许多愁苦把自己刺透了”（提前三章10）。最终不单害己也害了自己心爱的家人。要防治贪婪的心就要有知足的心，并且1) 专一相信独一真神；2) 建立正确的价值观；3) 明白“施比受更为有福”；4) 明白我们一切所有的皆从上帝而来。



问题讨论

1. 贪婪的人会给出什么样的借口？
2. “越富有，越快乐”，你如何解读这句话？

一起祷告

天父，帮助我做一个不贪婪的人，了解知足常乐。奉主耶稣名祷告。阿门。

结束祷告

主祷文



弃绝贪婪心



第二十课：弃绝惧怕心

祷告

由家庭其中一位成员做开始祷告

读经

惧怕人的陷入网罗。惟有倚靠耶和华的，必得安稳（箴言二十九25）。你在患难之日若胆怯，你的力量就微小（箴言二十四10）。因为神赐给我们，不是胆怯的心，乃是刚强，仁爱，谨守的心（提后一七）。

从小到大我们都有很多惧怕，我们会怕黑暗，怕蟑螂，怕壁虎，怕蜘蛛，怕生病，怕看医生，怕痛，怕打针，怕吃药等。大一点可能就是怕读书，怕被老师罚，怕被人看不起，怕没有钱，怕没有伴侣。。。人的一生有没完没了的惧怕。惧怕使一个人无法发挥真正的潜能，甚至失去面对事情的能力。

当一个人惧怕时，通常有两个方法应对，一是攻击对方，另一个极端就是逃跑。其实，让我们恐惧的很可能不是事情的本身，而是我们对事情的看法和诠释。“惧怕人的陷入网罗。惟有倚靠耶和华的，必得安稳”（箴言二十九25）。撒旦惯用惧怕来辖制我们，其中一个方法就是要我们怕人。

我们在惧怕人时，很常又是跟传福音或为主作见证有关，比如在一些非信徒面前见证自己是信徒，甚至在他们面前谢饭祷告都会胆怯。保罗劝告年轻提摩太在牧会当中，不要惧怕。

“因为神赐给我们，不是胆怯的心，乃是刚强，仁爱，谨守的心”（提后一七）。

以下是信徒该怕和不该怕的事，但常常我们却把不怕的变成怕，把该怕的变为不怕。

信徒应该有的五不怕

不怕人，不怕偶像，

不怕迫害，不怕死，

不怕突来之灾

信徒应该有的三怕

怕上帝

怕地狱

怕罪

爱是恐惧的解药， “爱里没有惧怕， 爱既完全， 就把惧怕除去”（约翰壹书四18）。我们要除掉那些不正确的惧怕心， 拥抱正确的惧怕心， 才能为主大发热心。正如卫斯理约翰说：“给我一百个除了罪恶别无所惧的， 除了神别无所慕的讲道人， 不管他们是正式的传道人或是平信徒—他们将要震动地狱之门， 在地上建立天国。神所作的一切， 都是对于祈祷的应允， 除此之外别无他为。”

讨论问题

1. 根据这表，你最怕的是什么？最不怕的又是什么？有没有颠倒了？请分享。
2. 谈谈传福音有什么可怕？

一起祷告

天父，帮助我勇敢不惧怕。奉主耶稣名
祷告。阿门。

结束祷告

主祷文