

课程简介

课程特色

创作性 藉着日常生活中可理解的例子——一个婴孩成长的过程，深入浅出地将基督徒生活的真理要道予以分析、说明。例如：作者将重生得救比喻成“呱呱落地”；灵修生活比喻成“定时进食”；祷告比喻成“牙牙学语”；在神家中的团契生活比喻成“天伦之乐”；学习神话语比喻成“莘莘学子”……传福音、作见证领人归主比喻成属灵的“传宗接代”；最后，造就初信主的人比喻成“为人父母”。

系统性 即以一个属灵婴孩在成长过程中，必经过的几个阶段作有系统的教导。例如：婴孩“呱呱落地”（重生得救）后，需要“细心照顾”（预防属灵疾病），又要“定时进食”（灵修生活），以后渐渐地“牙牙学语”（祷告），又开始“学习行走”（得胜试探，不至跌倒），在家中（神的家中）享受“天伦之乐”（参与聚会与团契生活），接着是开始上学，作“莘莘学子”（学习圣经），并“长大成熟”，结婚生子“传宗接代”（传福音，作见证，得着属灵的孩子），最后“为人父母”，养育孩子成长（栽培属灵的孩子成长）。

传递性 本教材的编写是建立在一个可传递性的观念上，就是以门徒训练的概念来作栽培的工作。凡接受过此项栽培训练者，可以用同样的方法、材料去栽培另一位需要栽培造就的人（包括初信者）。藉此也奠定了学员

将来参与门徒训练的基础，像接受**更新传道会**出版的《圣徒装备》的训练等，就水到渠成了。（注：本《栽培员指导本》就是为此传递概念而写的。）

使用对象

1. 初信者。
2. 一般未曾受过任何栽培训练的信徒，或在基本的基督徒生活，如：灵修、祷告、读经或作见证等这些操练上，没有受过训练或根本不知道如何操练的信徒。

使用原则

1. 为使本课程的栽培功能达到更好的果效，栽培员必须先参加**更新传道会**主办的“栽培员训练班”之后，才开始使用本教材。
2. 本会鼓励以一对一的个人栽培方式进行，其果效最佳。若以小组方式进行，最多不能超过三人（包括带领者为四人），但必须附带一个重要的条件，即栽培员必须能确保有足够时间去了解每位受栽培者操练灵修（包括陪读圣经）、祷告、作见证等的实况，并关怀他们生活上的需要。因栽培本身的目的，不单只为了教导学员有关灵修或祷告等类的真理知识，更重要的乃是确保经过此课程后，他们真的自己会灵修、会祷告，否则栽培事工仍不算成功。此举必须透过爱心及耐心地诱导与鼓励，甚至陪他们走过这一段路，方能让他们学得好。因此小组人数愈多，时间的压力就愈大，质素也就随之降低。

使用说明

1. 栽培员必须熟悉每课内容，并掌握内容重点大纲（“课程大纲”列在《栽培员指导本》中每课的最前页，可作参考），以及各重点里的问题（列在“栽培指引”左栏内），且请注意各重点问题之间

的连贯性，如此你才能平顺自然地进入每一重点的讨论内容中。

2. 本指导本中有关各重点之问题的“答案参考”（列在“栽培指引”右栏内），其出处都有注明页数（即指《丰盛生命》一书中的页数）。“行”字代表由上向下数的行数（作为段落标题的较粗黑字也计算在行数内）。故栽培员还没开始作栽培之前，可将该课每一重点及每一重点的问题抄写在该课文两边的空白面上，并在课文内容中将答案记下，栽培员就容易找到答案，使栽培过程进行顺畅。
3. 本指导本中，“受”或“他”系指受栽培者。“栽”或“栽培指引”中右栏内的“你”系指栽培员。



邀约

目标

- ❖ 与受栽培者在首次接触时即建立起一个诚恳亲切之良好关系。
- ❖ 让受栽培者知道属灵生命成长的必须性与重要性，并愿意接受造就。

课前准备

- ❖ 圣经
- ❖ 自己的得救见证
- ❖ 《丰盛生命》一书（简称《丰》，本书可赠送或请受栽培者自己购买）

课程大纲 栽培指引

1. 引言

彼此认识

2. 内容重点

- (1) 作自己的得救见证
- (2) 说明属灵生命成长的必须性与重要性
- (3) 介绍《丰盛生命》一书之大略内容并鼓励接受栽培

3. 结束与约见



第3课

定时进食

目标 ❖ 让受栽培者知道灵修的重要及方法，并实际地进行灵修，以致建立良好的灵修生活。

课前准备

- ❖ 圣经
- ❖ 《丰盛生命》一书
- ❖ 笔
- ❖ 背经：约15:5；诗5:3
- ❖ 灵修笔记本

课程大纲 栽培指引

1. 引言

- (1) 生活分享
- (2) 复习上周背诵经文：约—5:11-12；约—1:9
- (3) 引入内容重点的话题

2. 内容重点

- (1) 灵修的定义
- (2) 灵修的重要
- (3) 灵修的计划
 - 适合的时间
 - 适当的地点
 - 正确的目标
 - 正确的动机
- (4) 灵修的方法
 - 经文让我知些什么

——经文向我说些什么

——经文要我做些什么

(5) 灵修的实行

3. 结束与约见

(1) 背经：约15: 5；诗5: 3

(2) 习题讨论

(3) 交待功课

(4) 祷告结束

习题解答

1. 习题答案

2. 本周经文

3. 习题信息总结

附录： 陪读圣经浅谈

1. 引言

2. 目的与动机

3. 进行方式

4. 需注意的原则

栽培指引

1. 引言

(1) 生活分享

(2) 复习上周背诵经文：

约一5: 11-12；约一1: 9

(3) 引入内容重点的话题

栽：你认为要使一个新生婴孩成长，有哪些事是很重要的？

受：吃与睡。

栽：是的，婴孩需要特别的食物和有规律的进食，才能正常地发育；同样的，我们的属灵生命要成长，也需要有规律地吸收灵粮（即神的话）。



2. 内容重点

(1) 灵修的定义

栽：每天定时地、有规律地安静在神面前，透过读经、祷告来亲近祂，与祂相交——这就是所谓的“灵修”了。

（参《丰》第18页第18-19行）

(2) 灵修的重要

裁：你有没有一个规律的灵修生活呢？

受：（请他自由发挥）

裁：你认为灵修生活是不是很重要？为什么？

受：（请他自由发挥）

(3) 灵修的计划

裁：既然灵修如此重要，我们必须好好地计划一下。

目的：了解他的灵修生活状况，以便知道在灵修生活上如何鼓励或协助他。

答案参考：重要！因为：

1. 这是属灵生命正常发育的必经途径

“婴儿需要特别的食物和有规律的进食……我们必须先满足他特殊的需要。”

（参《丰》第18页第10-12行）

2. 它能满足我们灵里的需要

“如果你能每天安排三餐，来满足肉体的需要，你也该可安排……灵修时间，来满足灵魂的需要。”

（参《丰》第19页第8-9行）

3. 是我们得享丰盛生命的第一步

“建立良好的灵修习惯……是你得享丰盛生命的第一步。”

（参《丰》第18页第21-22行）

4. 是属灵生命的原动力

“你愿意明白神的心意与思想……如此你才能……面对一天的试探和难处。”

（参《丰》第20页第1-4行）

注意：你此时可与他计划一下

1. 与他一同设计他的灵修计划

(1) 适合的时间

（参《丰》第19页第1-7行）

(2) 适当的地点

（参《丰》第19页第17-21行）

(4) 灵修的方法

裁：你明白课文中所论有关灵修的方法吗？

受：（请他自由发挥）



(5) 灵修的实行

裁：那么在这周里，你回去照今天所学的灵修法，先读约1: 1-18；约1: 19-34及约1: 35-51三段经文（注：平均两天操练灵修一段经文），并用笔记簿记录，下周我们再回来一同分享个人的心得，好吗？

2. 给予爱心的提醒

(1) 正确的目标

更像基督，更认识祂，委身于祂。

（参《丰》第19页第22-26行）

(2) 正确的动机

不是应付了事，不是为增添属灵知识。

（参《丰》第20页第23-26行）

注意：此阶段是很重要的一环，务必让他知道如何灵修。若他的反应是不知道此方法，你应帮助他朝三个主要重点努力：即

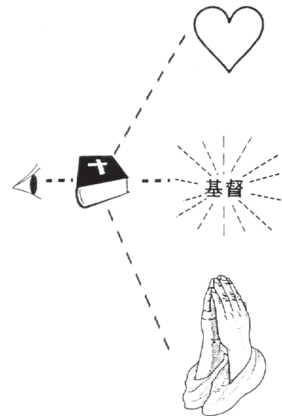
——经文让我知些什么

——经文向我说些什么

——经文要我做些什么

与他讲一遍，并一同讨论范例的内容。

（参《丰》第20页第28行至第24页第26行）



注意：

1. 鼓励他买一本笔记簿作灵修笔记。
2. 你在此课以后，开始与他进行陪读圣经。一方面使他能熟练此灵修的方法，建立灵修的

3. 结束与约见

(1) 背经：约15: 5；诗5: 3

(2) 习题讨论

裁：有关本课习题你有什么困难与问题吗？

受：（请他自由发挥）

(3) 交待功课

① 依照“约翰福音读经段落”进行灵修并作笔记。

② 阅读第4课“牙牙学语”课文并作习题。

(4) 祷告结束

生活习惯。另一方面，透过此陪读圣经的方式，使他与你之间，能以神的话为根基，在生命上交流；他也能从陪读中得着造就，且从你身上实际地学习灵修。有关陪读圣经的进行方式、原则等，请参阅本课第43页“陪读圣经浅谈”。

注意：栽培员可将习题中之许多小题内容“贯连”成一段完整相关连的信息（信息内容可参阅本课第40页“习题信息总结”的内容）。

习题解答

1. 习题答案

- 1 你一部分的祷告时间应用在私下单独向神祷告上（太6:6）。 是
- 2 马太福音26章36节，记载耶稣在何处祷告？ 客西马尼园
- 3 但以理一天几次在神面前祷告（但6:10）？ 三次
- 4 约翰福音4章23节说，神在寻找真正敬拜祂的人。
是
- 5 在以赛亚书40章29-31节，神应许凡等候耶和华的，必从新 得力。
- 6 神应许约书亚，如果他昼夜思想，谨守遵行祂的话，就可以道路亨通，凡事顺利（书1:8）。 是
- 7 在约翰福音14章21节，耶稣应许要向遵守神命令的基督徒显现，22节门徒问祂，如何向他们显现。26节和16章13-14节耶稣说，神会藉着 圣灵，来教导他们并且荣耀基督。
- 8 有时你的行为可以蒙蔽别人，但圣灵可以用神的话辨明你真正的 思念 和你心中的 主意（来4:12）。
- 9 你对圣灵向你启示的意念和真理应有什么看法（诗139:17）？ 神的意念何等宝贵，其数何等众多！
- 10 经上说：（连连看）
 - (1) 弗6:18
 - (2) 箴15:8, 29
 - (3) 耶29:13
 - (b) 真正的祷告是靠着圣灵的指引
 - (d) 正直人的祈祷为耶和華所喜悦
 - (e) 专心寻求耶和華

(4) 赛59: 1-2

(c) 罪孽使我们的祷告不蒙垂听

(5) 诗37: 4-5

(a) 当将你的事交托耶和华

- 11 使徒行传13章1-4节记载，圣灵感动一个专心祈祷的教会，以致使 巴拿巴 和保罗被差派走上他们第一次的宣教旅程。
- 12 提摩太前书4章15节教导我们，默想神的话实在是浪费时间。 非

2. 本周经文 约15: 5

我是葡萄树，你们是枝子，常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子；因为离了我，你们就不能作什么。

诗5: 3

耶和华啊，早晨你必听我的声音；早晨我必向你陈明我的心意，并要做醒。

3. 习题信息总结

圣经让我们看见，耶稣在面对十字架道路的抉择时，独自在客西马尼园祷告（太26: 36）；但以理也一天三次独自到神面前祷告（但6: 10）。在我们的生活中，也应该特别拨出一部分时间，是我们个人私下与神独处祷告的时间。

这种与神独处祷告的操练，将使我们得着益处。在生活中，使我们从新得力（赛40: 29-31）；在生命中，能使我们多结果子（约15: 5）；在人生路途上，能使我们的道路亨通（书1: 8）。因此在与神独处时，要常留意自己的几个“心态”：

1. 要留心

学会听圣灵的声音，神会藉着圣灵来教导我们，并且荣耀基督（约14: 26; 16: 13）。圣灵也可以用神的话来辨明我们心中的真正思想与意念（来4: 12）。

2. 要洁心

因罪孽使我们的祷告不蒙垂听（赛59: 1-2）。

3. 要专心

专心寻求，就必寻见（耶29: 13）。

4. 要正心

因正直人的祈祷为耶和华所喜悦（箴15: 8, 29）。

附录：陪读圣经浅谈

1. 引言

一般而言，要帮助初信者或信徒建立稳定而有效的灵修生活，是一项艰辛的属灵工程。不是凭着上一堂“如何灵修”的课，或读一本有关“如何灵修”的书籍，或凭着您告诉他：“你要灵修，可从约翰福音读起”，他就懂得灵修了！或许有人可以因此而建立起他们的灵修生活，为此我们感谢主。但面对更多“马马虎虎”、“断断续续”、“枯燥无味”、“忍受”、“应付”等等之灵修状况的初信者或信徒，我们往往束手无策。希望以下这陪读圣经的建议能给他们一点援助。

2. 目的与动机

陪读圣经是一项互相牧养灵命的事奉，藉着灵命较成熟的信徒对初信者或是其他信徒的属灵关怀（牧者与信徒之间也可以进行），建立进一步的关系；即透过彼此每日分享由同一段经文所得之灵修心得，使肢体之间有更深入属灵生命的交流，在灵命追求上能达到肢体彼此牧养、鼓励、督促的目标。

3. 进行方式

- (1) 由约翰福音开始，段落可参阅《丰盛生命》一书第25页所列的“约翰福音读经段落”。
- (2) 一对一进行，当然小组方式进行也可以，但人数不宜超过四人。
- (3) 受栽培者自己每日按上列的段落灵修。栽培员若能每日或隔日陪受栽培者读最好，若因时间限制，无法每日或隔日进行陪读，那么栽培员平日亦可用电话、或主日聚会见面时分享。每

周藉电话、或主日聚会见面，再加上上课时的分享，应至少有四次分享机会。

- (4) 为顾及受栽培者有可能一时无法适应，而深感压力太大，故可衡量受栽培者的能力，适量地给予经文段落的数量。例如：两天读一段经文（最好不要超过三天一段，因会造成人的惰性）。此举并非鼓励受栽培者可以一天灵修，一天“息”修（停止灵修），乃是让他用两天（较长）的时间，去“消化”所读的那一段经文，从而“享受”灵修的时刻，体验灵修的甘甜，而不是一味只想赶完“功课”，向栽培员交待了事。

4. 需注意的原则

- (1) 陪读者必须有自己个人在灵修时所作的笔记，因为我们对灵修的态度也将影响受栽培者。而且灵修心得分享不是一时兴起，看见哪段经文，就临时“发挥”一篇讲章信息，向受栽培者“轰炸”一番；灵修心得乃是个人生命与神交流的历程，故陪读圣经是一种生命的交流，坦然地将两人带到神的面前。
- (2) 必须是同性别（夫妻或已论婚嫁之男女朋友例外），以免带来不必要的误会。
- (3) 进行陪读圣经时，陪读者不是用灵修心得来“教训”受栽培者。陪读者在预备陪读经文的时候，不要有为别人灵修的心态。陪读者应该分享他个人与神交通的属灵经历和个人的读经心得。最好常用“让我学习到……”、“让我知道……”等词句（即以第一人称单数之代名词“我”），尽量少用“我们应该……”等词句。

- (4) 在彼此作结束祷告时，各人最好用“第一人称单数之代名词”（即用“我……”而不是“我们”）来向神祷告，因为该段经文的灵修心得领受，乃是个人从神的领受及对神的回应，别人不一定与自己有相同的领受及回应。
- (5) 最后彼此鼓励日行一“道”（神的话），即实行与当日灵修心得有关之其中一个真理。