

所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，
就要存憐憫、恩慈、謙虛、
溫柔、忍耐的心。
倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，
彼此饒恕；

歌羅西書
三章十二節



救世軍
國際婦女事工
2014 研經課程

You are loved

你是蒙愛的

西番雅書 3 章 17 節說：「耶和華你的神是施行拯救、大有能力的主！祂在你中間必因你歡欣喜樂，默然愛你，且因你喜樂而歡呼。」

神會默然愛我們，且因我們喜樂而歡呼，實在是何等美好！我們在神眼中是如此寶貴。當我們在這些研經課題中彼此分享時，期望你們能夠更清楚看見神是如何愛我們每一位，並我們如何能在生活中活出祂的樣式。在 2014 年，全球婦女事工的主題為「你是蒙愛的」。

一系列共 12 個聖經研究課題，幫助我們聚焦在「我們每個人都是蒙神所愛的」這個事實。今年，研經課題將探討歌羅西書 3 章 12-14 節。在課程中，我們將依照一個適用於任何環境的簡單模式，逐字逐句深入探討這三節經文。課程設計具彈性，你們可以因應文化和環境的需要，加入相關的材料。

每個課題包含下列四個部分，供小組探討：

1. **聖經說** — 探討「經文的實際內容是說甚麼？」
十分重要的是，你要細心閱讀聖經，讓聖經向你們說話，並引導你們的研究內容。
2. **今日生活** — 思考問題，例如：
 - 經文告訴你關於你生活中的哪些事情？
 - 經文有否指出社會上的問題？
 - 你在生活中遇到哪些挑戰？
3. **問題討論** — 因應你在哪裏使用這些研究，選擇一至兩個最合適的題目，或請不同組別討論其他範疇；如有時間，請他們分享所談及的內容。
4. **蒙愛的行動** — 這部分特別讓你們學會一些事情和應該做的事，並在下次會面之前付諸行動。如認為合適，可以在下次會面時，請組員分享他們就這部分作出了哪些行動。

在編纂今年的課程時，有些字詞較為突出。故此，在最後數頁刊載了幾首歌曲，盼望能幫助你們思考「你是蒙愛的」箇中的真諦。此外，由萬斐然少校 (Major Valerie Mylechreest) 編寫的樂曲，亦會對課堂環境有幫助。

在 2014 年，當你們思想自己如何蒙神所愛，並研讀祂的道、彼此分享時，祈求神給你們顯明。

*除非另有註明，所有參考經文取自新標點和合本。

「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 1 我們是蒙愛的

讀經 — 歌羅西書 3 章 12-14 節

聖經說

從使徒保羅給歌羅西教會的書信中，我們得到一些非常重要的真理的確據。保羅在第三章指出，身為基督徒，我們是「神的選民、聖潔蒙愛的人」。神珍愛我們 — 祂毫不吝嗇地愛我們，太美妙吧？

神給人們的愛貫徹整部聖經。申命記 33 章 3 節上記載：「祂疼愛百姓，眾聖徒都在祂手。」詩篇也特別以神奇妙的愛作點綴。詩人如此呼喊，我們的靈魂便被高舉：「神啊，祢的慈愛何其寶貴！」(詩篇 36 篇 7 節上) 詩篇 103 篇也注滿了父神的愛。

約翰福音最為人熟悉和經常被引用的經文，使我們注意到：「神愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的，不至滅亡，反得永生。」(3 章 16 節) 新約聖經不斷地確定，我們在神眼中是寶貴的，祂愛我們每一位。隨着我們閱讀聖經，也會增加我們對神的愛的理解 — 「不是我們愛神，乃是神愛我們，差祂的兒子，為我們的罪作了挽回祭，這就是愛了。」(約翰一書 4 章 10 節)

回顧耶穌的一生 — 祂的降生、生平、死亡和復活 — 我們看見神所賜給我們豐盛的愛。耶穌的教導，尤其是浪子的比喻，讓我們瞭解到神那無窮無盡的關懷和憐憫。那浪子並不配得到父親的愛，然而，「相離還遠，他父親看見，就動了慈心，跑去抱着他的頸項，連連與他親嘴。」(路加福音 15 章 20 節下) 這種愛就是神對我們的愛！恩惠 — 是神給我們的，是我們不配得的愛。羅馬書 5 章 5 節下說：「因為所賜給我們的聖靈將神的愛澆灌在我們心裏。」

為探討這個課題，請閱讀詩篇 103 篇和 100 篇，及約翰一書 4 章。

今日生活

我們既明白神的愛是我們不配得，也不能賺取的，是神白白地賜給我們的，我們可以接受這份愛，而祂那無條件的愛能改變我們的生命。只有完完全全地接受了這份愛，我們就得釋放！只要我們明白到神對我們的愛既深且廣，並持續在祂的愛內，這愛就能改變我們。我們住在這愛內，就能茁壯成長！知道神完完全全白白地愛我們，這帶來何等的平安！生活在慈愛的天父的保障和肯定中，給我們何等的喜樂！這也給我們帶來更新的自我價值。神接納我們——在祂面前我們不必矯飾。

可惜，身為基督徒也可能沒有完全明白到，神給我們的愛並非視乎我們的行動、感受或順服。好消息是，沒有任何事情能改變神對我們的愛。正如羅馬書 8 章 38-39 節提醒我們：「因為我深信無論是死、是生，是天使、是掌權的，是有能的，是現在的事，是將來的事，是高處的、是低處的，是別的受造之物，都不能叫我們與神的愛隔絕；這愛是在我們的主基督耶穌裏的。」即使我們跌倒或墮落，也不會改變神對我們的愛。祂的愛並不因應我們的行為而改變！

然而，當我們完完全全地接受祂的愛時，不單我們對神的觀感會改變，我們如何對待周遭的人也會改變。路加解釋，若我們想要進入神的國，就需要回應祂給我們的愛，承認我們的罪，並「要盡心、盡性、盡力、盡意愛主你的神；又要愛鄰舍如同自己。」（路加福音 10 章 27 節）

能夠接受這份無可估量的愛，是何等的榮耀！我們會如何回應這份愛呢？

問題討論

1. 用自己的言詞形容神給你的愛。
2. 當我們接受神愛我們這事實後，會為我們的生命帶來甚麼後果？
3. 成為基督徒往往被視為遵守誡命、履行責任和賺取神的愛。我們怎樣看自己為神所作的事奉？
4. 不論我們是甚麼模樣，神都愛我們。這是否表示，我們作出任何行動和選擇都無關痛癢？

蒙愛的行動

問問自己：我是否已接受神給我的愛，還是仍在試圖賺取祂的愛？

郭胡秀慧中將 (Commissioner Silvia Cox)

我知道我是蒙愛的，因為我肯定神是愛我的。故此，身為全球婦女事工會長，能夠與你們分享這個信息，以及為世界各地婦女所作的事奉的經驗，實在是莫大的喜悅和榮耀。



「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 2

你是蒙愛的 — 作為神的選民

讀經 — 約翰福音 15 章 9-17 節

「……神的選民……」(歌羅西書 3 章 12 節)

「耶穌……隨自己的意思叫人來，他們便來到祂那裏。」(馬可福音 3 章 13 節)

聖經說

聖經告訴我們，神揀選了不同背景的人去跟隨祂：從木匠世家揀選了亞伯拉罕、從奴隸家族揀選了以斯帖、從龐大的強者家族揀選了最年幼的大衛、從妓女中揀選了喇合、從可畏的先知中揀選了以利亞、從青年人中揀選了馬利亞、從漁民中揀選了彼得、從害羞的人中揀選了巴多羅買、從中產人士中揀選了馬太、從欺詐的稅吏中揀選了撒該，並從有教養、有預備的人中揀選了保羅。我還可以列舉更多神所揀選的平凡人、庸人或毫無準備的人。

但你的腦內可能存有疑問：他們被揀選作甚麼？「因為你歸耶和華你神為聖潔的民，耶和華你神從地上的萬民中揀選你，特作自己的子民。」(申命記 7 章 6 節)

祂揀選每一位作祂自己的子民，蒙祂所愛，以不同方式作為祂接觸人類的偉大工程中的一分子。神為創造者，祂知道關於所有人的一切，但祂仍揀選人們作祂自己的子民。

今日生活

只有神能夠從罪人身上看見聖徒的身影。祂張開雙臂擁抱我們，知道如何處理人類的軟弱、問題和高低起伏的情緒。神知道我們最糟的狀況，亦能幫助我們帶出最好的一面。神能夠處理我們人類所能經歷的任何情況。神以祂給我們那

超然和無私的愛，便能夠做到這事。

還記得丈夫向我求婚的情景。我當年十六歲，並已和他相戀，但我們彼此認識不算真的很深。我有點不敢相信，於是便問他：「為甚麼要娶我？」他回答說：「我愛你，希望能使你快樂。」我便答應了他，自此，我被愛了近三十年，一直都很快樂。

神以同樣的方式，邀請我們與祂建立關係。為甚麼？因為祂愛我們，希望使我們快樂。祂讓寶貴的兒子受死來救我們，實實在在地顯明和印證了祂對我們的愛。耶穌住在我們中間，就是神的聲音和同在，叫我們來就祂。

為甚麼我們在今日會認識上述那些人的名字？因為他們蒙神所揀選，並來靠近神 — 他們接受了神的愛。

問題討論

1. 在今日的社會或文化中，有甚麼是蒙選的象徵？這對你個人有甚麼影響？
2. 人們蒙神揀選，這為他們的生活帶來甚麼改變？
3. 自你察覺到自己蒙神揀選後，你的生命有何改變？
4. 這些改變如何讓你明白到神愛你？

蒙愛的行動

用些時間反思，在你的日常生活中，有哪些跡象顯示你和其他人都是蒙神揀選的。願你每分每秒都享受神的愛並感到快樂。

今日，神繼續揀選及愛人，並使他們快樂 — 就是向那些平凡而又作好準備的人。每個人都有自由去聆聽和跟從祂，並和祂建立關係。

伊迪詩中將 (*Commissioner Deise Eliassen*)

我知道我是蒙愛的，因為當我還是小孩子，跟父母圍在巴西家裏的飯桌前的時候，神就揀選了我。我在家鄉作軍官事奉超過 22 年，祂的愛在事奉的各個範疇中包圍着我。當我們被差派到莫桑比克事奉時，祂的同在、安慰、智慧和力量，都彰顯了祂給我和家人的愛。現在，我很榮幸能在倫敦國際總部事奉，擔任美洲及加勒比區域婦女事工秘書長，每時每刻都確定神給我的愛。

「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 3 蒙愛與聖潔

讀經 — 彼得前書 2 章 1-5, 9 節

「所以，你們既除去一切的惡毒、詭詐並假善、嫉妒和一切毀謗的話，就要愛慕那純淨的靈奶，像才生的嬰孩愛慕奶一樣，叫你們因此漸長，以至得救。你們若嘗過主恩的滋味，就必如此。主乃活石，固然是被人所棄的，卻是被神所揀選、所寶貴的。你們來到主面前，也就像活石，被建造成為靈宮，作聖潔的祭司，藉着耶穌基督奉獻神所悅納的靈祭……惟有你們是被揀選的族類，是有君尊的祭司，是聖潔的國度，是屬神的子民，要叫你們宣揚那召你們出黑暗、入奇妙光明者的美德。」

聖經說

彼得提醒到，我們乃蒙召作聖潔的人，好能成為「聖潔的子民」。這不是純粹個人的選擇，也是神所賜的命令：「你們要聖潔，因為我耶和華你們的神是聖潔的」（利未記 19 章 2 節下）。

我們既自稱為信徒，就要在我們的一言一行，按照我們的認知，仿效和反映神的形像。「一切都要聖潔。」在之前分享過的經文中，彼得說我們可作出慎重的決定，去拒絕一切不聖潔的事物，力求每一天都作「嘗過救恩的滋味」的聖潔的人。

舊約先知撒迦利亞給我們一幅關於聖潔的可愛圖畫。先知深知我們在生活中各部分活出聖潔所需要的條件。神重視我們生活中的每個部分，當中沒有任何分界，沒有「神聖」或「屬世」之分。

「當那日，馬的鈴鐺上必有歸耶和華為聖的這句話。耶和華殿內的鍋必如祭壇前的碗一樣。」（撒迦利亞書 14 章 20 節）

這不是個美好的畫面嗎？繫在韁繩上作為裝飾的鈴鐺跟聖殿內的金碟一樣重要。我們生活的每個範疇都要聖潔，歸主為聖。

今日生活

起初，在我認識我丈夫的時候，我希望給他留下「最好的印象」。我總會打扮漂亮，保持最佳的面貌，言談得宜，務求留下「良好的印象」。這就是所謂「女為悅己者容」吧。（如今過了二十多年，我仍努力保持最佳狀態！）

蒙神所愛的意思，就是要力求自己做到最好：「我應許活出思想和言行都潔淨的生活。」（英文版青年兵誓約）我不要让祂失望，我要每天過聖潔的生活，好使這份聖潔能影響別人的生命。這需要時間達成，重要的是要安排時間去實踐。這不單關乎你的內心（「當求在上面的事」（歌羅西書 3 章 1 節）），也關乎你的思想（「你們要思念上面的事」（歌羅西書 3 章 2 節））。蒙神揀選和愛的人，成為聖潔的婦人，聚焦和反映我們的主耶穌基督。

「成聖須用工夫，常與主交談，
時常住在主中，飽嘗主聖言。」
（《成聖須用工夫》，軍歌 241 首）

問題討論

1. 今日，在你身處的地方，人們怎樣看「聖潔生活」？
2. 在這個星期，你會如何安排時間／利用時間去過聖潔的生活？
3. 要過聖潔的生活，若根據彼得前書 2 章 1 節，你會「除去」甚麼？而根據歌羅西書 3 章 12 節，你會「存（有）」（又作「穿上」）甚麼？

蒙愛的行動

為着你的「聖潔生活」能影響到的朋友或家人，或社區內的範疇列出一張清單。這行動的挑戰性在於不單要「做出來」，更要「活出來」。在這個星期，你的存在如何能為聖潔的生活作見證？

萬斐然少校 (*Major Val Mylechreest*)

我知道我是蒙愛的，因為我是如此蒙福，能夠在基督教家庭裏成長，更回應了神對我生命的呼召。成為軍官的歷程是一份令人興奮的尊榮。我分別在英國和

澳洲的信義樓 (Faith House) (深宵外展)、凱帆兒童之家 (The Haven Children' s Home) 和部隊中事奉。現在我負責帶領英國及愛爾蘭地域的成人和家庭事工單位。感謝神對我無條件的愛、計劃和供應。



「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 4

蒙愛 — 展示憐憫

讀經 — 路加福音 7 章 11-17 節

「主看見那寡婦，就憐憫她，對她說：『不要哭。』」(第 13 節)

聖經說

路加福音的這個故事，講述耶穌使寡婦的兒子從死裏復活，故事由一個極悲慘的個人經歷開始。對任何人來說，這都是一個最壞透的噩夢的景象。寡婦唯一的兒子死去了，那表示她的悲慘世界已完全了，一切希望都幻滅了。然而，耶穌就在那裏，成為她的支柱和未來的盼望。或許她從未試過有人明白她的感受或所經歷的事情。

在她那完全被毀和充滿絕望的悲劇人生中，耶穌的出現，將整個局面完全扭轉。「主看見那寡婦，就憐憫她，對她說：『不要哭。』」(第 13 節)不單如此，事情甚至變得更好。耶穌簡單卻有力地觸碰了棺木，輕輕地說了一些話後，「那死人就坐起，並且說話」(第 15 節)。祂所行的奇蹟是人們前所未料、甚至不曾求問的，結果把始初的情況和那位母親的感受完全逆轉。

今日生活

在這故事中，耶穌展現祂豐富的憐憫和全能，祂是不變的神。數千年後的今天，在我們的生命裡，祂仍是如此 — 不管我們面對的問題是大還是小。你未必經歷過像那失去獨生子的寡婦般嚴重的事情，但你大概也會想起一些與她有類似感受的時候。你或許試過認為，在你身處的境況中，不可能會有任何美好的事情出現，或者無人會明白你的感受。有時候，我們或會感到絕望，但其實你並不孤單 — 我們所有人都曾經有過類似的感受。

我任職護士的時候，大部分日子都從事善終關懷的工作。在那裏，我有機會在病人在世的最後日子陪伴他們，直到他們離世。我其中一個職責，就是宣佈病人死亡和通知他們的家人。我最害怕的事情是自己弄錯了，但當中總會到達一個地步，讓我能夠確定病人已經死亡。對於身陷這突如其來的悲痛境況的家人，他們有時仍對病者可能還沒去世存有一絲希望，特別是在逝者年紀較輕的情況下。

當我在聖經讀到這個故事時，我想像自己出席那名兒子的葬禮。對我們來說，那是告別的階段，因為我們已不能盼望那人仍然生存。那只是一個為生命感恩、面對現實和宣告終結的場合。

有時不一定是肉身的死亡，也可能是你的盼望已完全幻滅。我們全能的神滿有憐憫和愛，祂能做到的事情遠超過我們所能渴求和想像的。在我們看來是絕望的境況，祂也能帶來希望。祂展示憐憫，祂完全明白我們的感受。

當我哭，你哭，
當我痛，你痛，
當我失去所愛，
祢也感受我傷痛，
每當我犯錯、失望，
你賜我恩典，
只因我的哭泣，
總教祢傷心，
教祢心碎。

（作者：班傑明蓋瑟／馬歇爾霍爾）

問題討論

1. 你有否試過經歷艱難的境況？當時你有何感受？
2. 這個故事如何激勵你？你跟故事中的母親可有相似之處？
3. 你如何經歷神的憐憫，或在絕望的境況中尋回希望？

蒙愛的行動

神給我們展示無盡的憐憫，我們如何回應祂？今日，我們可怎樣感謝祂？我們要對所有人都有關懷和憐憫的心，就如我們的天父充滿憐憫一樣。「總而言之，你們都要同心，彼此體恤，相愛如弟兄，存慈憐謙卑的心」（彼得前書 3 章 8 節）。

1. 耶穌給你展示的憐憫，如何使你今日活得不一樣？

2. 今日，你要向哪些人展示多一點的憐憫？

花些時間向神禱告，祈求祂在缺乏憐憫的地方給你憐憫。只要你願意，祂就會轉化你，使你像祂一樣去愛和對待別人。

薛雅莉 (Ashlee Sheppard) (澳洲東部地域)

我知道我是蒙愛的，因為我一直在澳洲事奉，主要從事青年事工和醫護工作。神最近把我帶到英國倫敦，在靈命發展中心(CSLD)擔當義工。



「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在这一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 5

蒙愛 — 恩慈的行動

讀經 — 路加福音 8 章 42 下-48 節

「耶穌對她說：『女兒，你的信救了你，平平安安地去吧！』」(第 48 節)

聖經說

路加福音這事件講述一名婦人患血漏十二年仍未醫好。她被視為不潔淨，社區裏的人也都躲避她，使她深受痛苦。凡被她觸摸的人或物件，都被視為不潔淨。參閱利未記 15 章 25-33 節。

這名婦人極需治療，遍尋良醫卻苦無療方，你能想像她的感受嗎？當她聽聞耶穌的事跡後，便定意要隨着羣眾跟隨祂。她的意念專注在耶穌身上，深信祂能治癒她。婦人大概認為：這是我唯一可以痊癒的機會，於是決心要摸到祂。她拚命從人羣中擠上前，摸了耶穌的衣裳縫子。

耶穌馬上覺得有能力從祂身上出去了，於是問：「摸我的是誰？」(第 45 節)婦人試圖乘眾人不覺時逃出去，耶穌卻發現了她。她意識到自己不能隱藏了，便戰戰兢兢地俯伏在耶穌腳前，說出自己的血漏是怎樣立刻痊癒了。

耶穌沒有厭棄那婦人，向她施恩慈，並對她說：「女兒，你的信救了你，平平安安地去吧！」(第 48 節)她不單經歷了醫治，更在神的家裏獲得愛和接納 — 耶穌稱她為「女兒」。

今日生活

嘗試代入這名婦人的角色，在十二年來都沒有醫生能治好她所經歷的厭棄、沮喪和絕望。極待尋得醫治方法的她跟隨耶穌，深信祂能治好自己。她的信心得

到回報，可以安心離開，沒有受到責備，更經歷了極度渴求的醫治。

或許你也在經歷痛苦。你的境況也許有別於這名婦人，但以下是給你勉勵的話——祂跟昨日一樣，同樣是知道你和認識你的神。

我想起詩歌作者保羅·威爾伯 (Paul Baloché) 的一首歌，歌詞說：

祂知我名字
知我所思所想
祂看見我淚水
聽見我的呼喊 (譯文)

神其中一個名字叫羅以——即看顧人的神。神看顧夏甲的痛苦，讓她經歷了神。

「夏甲就稱那對她說話的耶和華為『看顧人的神』。因而說：『在這裏我也看見那看顧我的嗎？』」(創世記 16 章 13 節)

祂看見我們的苦難與傷痛；我們只要憑着信心向祂伸手，相信祂能夠為我們的境況帶來轉機。信心就是讓祂成就不可能的事的先要條件，即使你的信心只有芥菜種那麼小 (見馬太福音 17 章 20 節)。

問題討論

1. 你跟這名婦人有甚麼相似之處嗎？為甚麼？
2. 她的信心如何幫助你面對今天特殊的處境？
3. 在她的苦難中，耶穌毫不介意她的狀況如何，向她展現恩慈。你對此有何感受？
4. 本課題如何幫助你對待那些在社區內受到排擠的人？

蒙愛的行動

我們樂於事奉神，祂不管我們是怎樣的人，都向我們施以恩慈和愛我們。在這星期，你如何向那些渴求受到這些對待的人展示你的恩慈？

江懿芳上校 (Lieut-Colonel Yvonne Conrad) (南非地域)

我知道我是蒙愛的，因為我順服了神的呼召，經歷到慈愛的神的同在，祂信實地引領我從南非去到新西蘭事奉，在那裏擔當區部人事秘書長的職務。現在我在國際總部非洲區域擔當助理部長副官一職。

「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 6

你是蒙愛的 — 行為謙遜

讀經 — 約翰福音 13 章 1-17 節及腓立比書 2 章 1-11 節

「凡事不可結黨，不可貪圖虛浮的榮耀；只要存心謙卑，各人看別人比自己強。各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。你們當以基督耶穌的心為心。」(腓立比書 2 章 3-5 節)

聖經說

福音記載了幾宗事件，彰顯出耶穌的特質，透過最後晚餐前為門徒洗腳的行動，祂給門徒的愛表露無遺。

在筵席上，沒有僕人願意上前為客人洗腳，也沒有門徒請纓擔當這項工作。路加告訴我們，門徒近日爭論誰算為大(路加福音 22 章 24-27 節)。不管是競爭的虛榮或是錯誤的自大感，都蒙蔽了門徒，令他們忽略當下的需要 — 洗腳這卑微的工作還是沒有完成。然後，耶穌做了祂的所有門徒都不願意做的事情。祂拿來一盤水，拿一條毛巾束腰，在門徒前面跪下來，洗他們的腳。

約翰解釋了箇中原因。他說耶穌「知道父已將萬有交在祂手裏，且知道自己是從神出來的，又要歸到神那裏去」(第 3 節)，於是「就洗門徒的腳」(第 3-5 節)。耶穌知道自己是誰，從哪裏來，要歸到何處。因為祂已得保障，便能安心事奉。洗腳只是個形象化的比喻，展示出「人子來，不是要受人的服侍，乃是要服侍人，並且要捨命，作多人的贖價」的真理(馬太福音 20 章 28 節)。

保羅在早期給腓立比教會的書信中引述了一首早期的詩歌，當中記載了基督的僕人心意的根本原則。他談到耶穌「本有神的形像……反倒虛己，取了奴僕的樣式……自己卑微，存心順服，以至於死，且死在十字架上。」(腓立比書 2 章 6-8 節)耶穌一生都全然放棄自己的權利。祂一生的標誌就是謙遜、順服和

服侍。

今日生活

在世界上任何一個地方，我們若要在商業社會上取得成功，所需的條件是要強悍、堅定、有力和自信，以達到我們的目標。謙遜和服侍都不在此列！然而，以上這些是所有跟從耶穌楷模的人的必備素質。

邁爾 (Frederick B. Meyer) 是二十世紀英國的著名聖經導師和傳道人。他跟美國宣道者慕迪 (Dwight L. Moody) 成為莫逆之交，二人在倫敦成立了首個「巨型教會」之一。儘管邁爾是個多產作家 (他寫了逾 40 本靈修書籍)，他最為人熟悉的還是他推動社會改革，不辭勞苦地向社會和經濟弊病抗爭。這偉大的老師曾經說過：

「我曾經以為神的恩賜放在一層比一層高的架上；我們的基督徒品格長得越高，就越容易取得恩賜。現在，我發現神的恩賜其實是一層比一層低；重點並非在於長高，而是要躬身得夠低。我們得向下彎身，總要向下，才能取得祂最好的恩賜。」

我們蒙召去視他人較我們自己優勝。我們蒙召去跟從耶穌的楷模。我們蒙召要有耶穌那樣的謙卑和無私的渴求，去服侍他人 — 但倘若我們未能確定和保守與耶穌之間的關係，就不能好好地服侍別人。若我們在祂裏面找着我們的身分和安穩，就能站在最低下、最卑微的僕人位置，知道不論為別人做甚麼，我們最終都是為祂而作 (馬太福音 25 章 31-46 節)。

問題討論

1. 耶穌作僕人的心源於祂與神之間愛的關係。我們與神之間愛的關係，如何塑造今天我們所作的事奉？
2. 耶穌並不是告訴我們要做祂所作的是 **事情**，而是要學做祂行這些事的 **態度**。我們並非全職的洗腳工人，而是要作全時間的僕人。兩者有何分別？
3. 我們乃蒙召去服侍他人，但有時候其他人會服侍我們。你有否想起曾在哪些時候，有人來到你身邊服侍你？由別人來服侍你，會使你感到為難嗎？
4. 我們要有跟耶穌一樣的思維模式。你認為這是甚麼意思？

蒙愛的行動

仔細想想去年你的信仰有哪方面的成長和鞏固。其他曾經服侍你的人，如何激

勵你對基督的信靠，幫助你作為基督徒的成長？想想這些對你服侍別人有何影響。

鮑佩德少校 (Major Pat Brown)

我知道我是蒙愛的，因為神在我生命的每個章節都和我在一起，在服侍和事工的新範疇鼓勵我、引導我、激勵我。我的旅程從蘇格蘭開始，祂一直與我同在，並把我帶到遠至新西蘭，擔當部隊、植堂和區部的工作。現在，我很榮幸在倫敦國際總部擔當牧職事奉。



「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 7 蒙愛 — 展示溫柔

讀經 — 路加福音 18 章 16 節

「耶穌卻叫他們來，說：『讓小孩子到我這裏來，不要禁止他們，因為在神國的正是這樣的人。』」（第 16 節）

聖經說

路加福音強調耶穌的愛和關懷，是給予猶太領袖從沒留意的那些人 — 婦女、貧窮的人、因為社會地位、種族或宗教被排擠的人。不道德的婦人、撒馬利亞人、癲瘋病人、稅吏、罪犯、叛逆的家人和外邦人。路加在第十八章展示人是尊貴的那個真理。

第 15-17 節告訴我們，父母把自己的孩子帶到耶穌那裏去，但門徒責備他們。在古代文化中，人們認為兒童是只需被看見，而不需被聽見的。在古希臘羅馬時代，兒童處於社會的邊緣。嬰孩是最脆弱的一羣，從他們把初生嬰兒放置在自然環境之中以殺害他們就可見一斑。猶太母親慣常把她們的嬰孩帶到知名的拉比（老師）那裏，請他們祝福她們的孩子。在經文中顯示，羣眾（包括門徒）認為這種做法並不恰當。他們認為有更好的方法去避免他們尊貴的老師浪費時間在社會上最卑微的人（例如婦孺）身上，但耶穌向他們證明，天國歡迎孩子們到來。

今日生活

我們怎樣向別人展示同樣的溫柔？想想耶穌如何溫柔地對待被帶到祂面前領受祝福的孩子。祂給我們展示，自己是蒙愛和被接納的，只要我們像孩子般信靠祂並來到祂的跟前，祂不在乎我們本身的力量或理解、智慧或善行。我們只需以孩子般的狀態來到基督跟前。

試想像孩子們被門徒驅趕，但仍獲得天父的愛。在我們的日常生活中，我們會和自己的孩子吵架，但他們還是會回到我們身邊。

我家最小的兒子喜歡打板球。他熱愛這項運動，手裏不管拿着甚麼，都想當作板球棒來用。有一天，他在爸爸車子附近練習擊球，無可避免地，球擊中並打碎了後窗。兒子知道自己使爸爸難過，於是很快便前來，求爸爸原諒他所作的事。爸爸向他大叫，兒子則默不作聲——然後，他倆擁抱起來，爸爸建議兒子以後練習球技時要遠離他的車子。

正如我們的孩子知道我們有多愛他們，神對那些奔向祂懷抱的人也一樣，我們深知祂關顧每一個人。神不分彼此，給所有人愛和關懷。

問題討論

1. 我們要如何做到像小孩那樣？
2. 為甚麼耶穌叫門徒安靜，容許小孩們來到祂跟前？
3. 你認為門徒有甚麼反應？
4. 對於我們這些今日正在閱讀這段經文的人來說，耶穌的教導如何給予盼望？

蒙愛的行動

耶穌樹立榜樣給我們去跟從。我們如何向別人展示溫柔和愛？

賈翠詩少校 (Major Tracey Kasuso)

我知道我是蒙愛的，因為我離開津巴布韋的家鄉去到南非，在東開普敦分區擔任區部婦女事工總監。現在我在國際軍官深造學院擔任人事秘書長。

「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)



you are loved.

研經課題 8

蒙愛 — 忍耐

聖經說

歌羅西書的背景

保羅在獄中給歌羅西教會寫了這封美麗的書信(4:3, 10, 18)，大概是在羅馬。這封書信又被視為保羅給腓利門教會書信的姊妹篇，在風格和內容方面，又跟以弗所書有很多相似之處。根據歌羅西書的內在和歷史證據，這書信大概在公元50-60年寫成的。

跟其他保羅書信一樣，歌羅西書分為教義和實踐兩部分。在第一及第二章的教義或神學討論，重點講述關於基督的莊嚴詩歌：「不能看見之神的像」(1章15節)；祂在萬有之先，在一切主治之上，並在一切歷史的終結(參1章16節)；「祂也是教會全體之首。」(1章18節)；「一切的豐盛在祂裏面居住」(1章19節)；祂「叫萬有……都與自己和好了」(1章20節)；「所積蓄的一切智慧知識，都在祂裏面藏着」(2章3節)；祂「塗抹了在律例上所寫攻擊我們……的字據」(2章14節)；並「將一切執政的……擄來」(2章15節)。

第三和第四章是書信的實踐部分。聚焦在主題經文(3章12-14節)前，讓我們細看一下保羅發表論據的常見字眼。

第三章開首用了「所以」一詞，乃從希臘文 *ei (i)* 翻譯過來，意指將第一和第二章所陳述的根本證據實踐出來。總的來說，保羅的意思是：「所以你們若真與基督一同復活，就當求在上面的事；那裏有基督坐在神的右邊。」(3章1節) 所以，保羅列舉出如何把「當求在上面的事」實踐出來。

在第12-14節，保羅進入更高層次的討論。他再次用上哪個詞語？「所以」。

在第3章1節，實踐的基礎建基於歌羅西教會由基督興起的事實。在第12節，隨後的實踐建基於歌羅西人乃是：

- 神的選民。
- 聖潔的人。
- 蒙愛的人。

現在，讓我們看看神的選民、聖潔蒙愛的人的其中一個特質：忍耐的心。第13-14節為忍耐的心作出美麗的描述，講述我們與別人之間的關係。

第1步：「彼此包容」。「包容」的希臘文是 *anéchomai* (*an-ekh' -om-ahee*)，意思即忍受、忍耐、容忍、經受痛苦。

第2步：「倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此饒恕」。若別人傷害你深得越來越難忍受，就饒恕對方吧。

第3步：「主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。」不單要饒恕別人，更要像神饒恕我們那樣做。我們也不要忘記，自己也需要獲得饒恕，我們也曾做過些難以被人饒恕的事。

第4步：「在这一切之外，要存着愛心。」這是忍耐最美好和最具感染力的表現。

今日生活

談到人類對缺乏忍耐的掙扎，自古以來沒有甚麼變化。掃羅沒有耐心地等待撒母耳，反而親自獻祭，結果便失去了神的寵愛。在詩篇13篇1-2節，詩人發出呼喊：「耶和華啊，祢忘記我要到幾時呢？要到永遠嗎？祢掩面不顧我要到幾時呢？我心裏籌算，終日愁苦要到幾時呢？我的仇敵升高壓制我要到幾時呢？」這個呼喊貫穿人類歷史，所有人都要臣服於神那潔淨的愛的行動。

問題討論

1. 找來幾條不同長度的毛線。請每名婦女選出一條毛線，用來形容自己忍耐的心。在討論過程中，你會發現一些人對別人較自己的家人有更多的忍耐。試探討各人忍耐能力背後有何經歷和動機。
2. 按照歌羅西書3章13-14節的陳述，討論實踐忍耐的心的各個步驟。請他們說出有待他們忍受或饒恕的人和事；或他們需要向誰人尋求饒恕。

蒙愛的行動

請婦女們在紙上寫出她們的委身，要活出蒙神所愛的樣式，並藉着聖靈的果子——忍耐，向別人展示同等程度的愛。

歐艾莎少校 (Major Elsa Oalang)

我知道我是蒙愛的，因為神在很多很多的情況下，向我展示祂的忍耐。現時我在巴布亞新幾內亞地域擔任教育及課程總監。



「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)



you are loved.

研經課題 9

你是蒙愛的 — 得蒙接納

讀經： — 約翰福音 4 章 1-42 節

「彼此包容……」(歌羅西書 3 章 13 節)

「所以你們要彼此接納，如同基督接納你們一樣，使榮耀歸與神。」(羅馬書 15 章 7 節)

聖經說

看看耶穌的一生和工作，我們很容易就會看到，祂時常跟那些被視為社會邊緣人士的人接觸 — 祂與稅吏一起進食，與罪人交往，接觸癲瘋病人，醫治病人。從約翰福音這段經文，我們對耶穌的待人態度有了很深入的認識。

耶穌獨自在敘加的一口井旁歇息時，有位撒馬利亞婦人來打水。耶穌沒有打水器具，也沒有水杯，卻突然問婦人取水喝。多個世紀以來，猶太人和撒馬利亞人一直有紛爭，就如約翰解釋說：「原來猶太人和撒馬利亞人沒有來往」(第 9 節)。更使人震驚的是，這名撒馬利亞人是個婦女，而她的過去也很可疑。也許她故意挑一日當中最熱的時間到井來，就是為了避開碰上其他村民，他們大概會在較涼快的時間前來。這婦人是個因不良道德行為被遺棄的人。所有尊貴的猶太拉比都不會希望在公眾場所被人看見跟如此一名婦人交談 — 但耶穌卻和她說話。

耶穌先問婦人取水喝，再將話題轉向屬靈方面。撒馬利亞婦人原本只是到井來打水，但耶穌邀請她喝那永生的水 (第 13, 14 節)。祂知道婦人的隱秘生活，她也親口見證說，「祂 [耶穌] 將我素來所行的一切事都給我說出來了」(第 39 節)。耶穌沒有論斷這婦人，也沒有譴責她。祂就這樣接納了她，並幫助她看見誰是彌賽亞 (第 26 節)。

今日生活

今日，教會是讓不同背景的人聚在一起，並感到受歡迎的地方。不同的人在生命和屬靈認知的不同階段 — 我們所有人都是如此的不一樣！然而，聖經向我們保證，神希望我們所有人得救並認識祂。藉着耶穌所流的血，曾經遠離的人（就像我們一樣）與神的距離再次拉近。仇恨、歧視和偏見等圍牆必須一一打破，因為我們現在已與神在一起。

接納就是能夠互相交流價值觀和彼此尊重。接納他人表示我們能夠向他們學習。不論我們獨處還是與別人交往，都必須保持接納的態度。沒錯，我們固然各有不同，但在基督內接納彼此為弟兄姊妹，就是相親相愛、互相尊重和尊敬，就像神愛、尊重和給予我們榮譽一樣。

神既藉着祂的恩典，無條件地接納了我們，我們也必須這樣做。我們要成為帶着恩典的人。我們必須**接納**別人，向他們展示我們愛他們。

問題討論

1. 上一次有人使你感到受歡迎和被接納是甚麼時候？
2. 接納的反面就是拒絕。你曾否感到自己被一個羣體排擠或拒絕？當時你有何感受？
3. 我們如何保持接納的態度而不需在信仰上作出讓步？
4. 使徒行傳 11 章 9 節顯示，早期基督徒難以接納外邦人也是信徒（閱讀使徒行傳第十章彼得和哥尼流的故事）。這個故事教導我們對別人應有怎樣的態度？教會拒絕別人的行為可能是正確的嗎？

蒙愛的行動

我們沒有人是製成品。我們所有人都處於變得越來越像耶穌的過程中。在過程中，我們需要學習像耶穌般接納別人。有時候，像保羅所說，接納別人「總要彼此包容」或「有糾紛的時候要互相寬容」（歌羅西書 3 章 13 節上）。像耶穌接納了我們一樣，我們必須接納別人。

試反省如何向你社區裏的人展示接納的態度。

鮑佩德少校 (Major Pat Brown)

我知道我是蒙愛的，因為神在我生命的每個章節都和在一起，在服侍和事工的

新範疇鼓勵我、引導我、激勵我。我的旅程從蘇格蘭開始，祂一直與我同在，並把我帶到遠至新西蘭，擔當部隊、植堂和區部的工作。現在，我很榮幸在倫敦國際總部擔當牧職事奉。



「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 10 你是蒙愛的 — 寬恕

讀經 — 約翰福音 8 章 1-11 節

「耶穌就直起腰來，對她說：『婦人，那些人在哪裏呢？沒有人定你的罪嗎？』她說：『主啊，沒有。』耶穌說：『我也不定你的罪，去吧！從此不要再犯罪了。』」（第 10-11 節）

聖經說

在約翰福音第 7 章，耶穌從加利利來到猶太的耶路撒冷參與住棚節，並在殿裏教訓人。當時，猶太領袖正在設法要殺死祂。之後，耶穌去到橄欖山，但祂在大清早便回來，故事就由此展開。

耶穌再次教訓人，會眾漸漸聚集起來。那是讓文士和法利賽人「為難耶穌」，使耶穌出錯的大好機會，這樣就能鏟除耶穌。他們帶來了一個犯了姦淫罪的婦人，問耶穌應怎樣處置她 — 祂會否依從摩西的律法？耶穌沒有說話，用指頭在地上畫字，他們還是不住地問耶穌，於是耶穌就起來問他們：「你們中間誰是沒有罪的，誰就可以先拿石頭打她。」（第 7 節）耶穌就說了這些話，然後又繼續在地上畫字。眾人逐一離開，直到所有人離開後，剩下耶穌和那名婦人。

寬恕就在這個時候出現。耶穌直接跟那婦人說話。祂的話大概使婦人和羣眾都感到震驚：「沒有人定你的罪嗎？……我也不定你的罪，去吧！從此不要再犯罪了。」（第 10-11 節）耶穌寬恕了那名婦人，現在她得到自由，重新做人，過着得醫治和轉化的新生。

今日生活

寬恕並不容易。我覺得這是最難做到的其中一樣事情。但我亦明白到，

寬恕是醫治和轉化的必備元素。若你不寬恕，你的人生就難以前進。然而，寬恕未必帶來即時的醫治和改變 — 那是過程的一部分，我認為是個很好的開始。若你在一段關係之中，不論是朋友、親子或夫妻關係，在某些時候，你們或會傷害到對方的感受，這時候就必須施行寬恕。

我曾經有位一見如故的朋友。我們在很短的時間內便清楚了解對方。有時候，我們覺得好像是多年的深交。但過了一段時間，我們的友誼漸漸變得單向，有百分之九十九的聯絡都是由我做主動的。到我不再主動聯絡他時，我們就不再談話了。之後，我嘗試主動再次聯絡那朋友數次，但也聯絡不上。在最後一次嘗試後，我完全停止聯絡那位朋友了。有時候，我會感到挫敗和氣餒，又會責怪自己，雖然已經盡力但仍未能成功，但我那位朋友卻完全沒嘗試過。

放棄一段友誼絕非輕易。我知道自己仍希望嘗試重拾這段友情。然而，只有當我不再責怪自己，寬恕沒有嘗試聯絡我的這位朋友時，我才能進入醫治、轉化和「放下」的階段。

問題討論

1. 「譴責」的意思是表示（特別是公開地）完全反對某人或某事。你有否留意到，有時候出現譴責的情況，其實應該以寬恕取而代之？試分享一些事例。
2. 用一些時間想想經文提及的各種不同反應。分享你對耶穌、法利賽人和婦人的反應有何想法。若你是那婦人、法利賽人或耶穌，你又會作何反應？
3. 你認為耶穌在沙上所寫甚麼？若祂正在給你寫一個信息，內容會是甚麼？

蒙愛的行動

「寬恕不是一種偶然的行為；它是一個恆定的態度。」 — 馬丁路德·金
回顧在你的生命中，有沒有記掛着一些有待你寬恕的事情？你是否需要寬恕某些人？在你寬恕和展開醫治與轉化的過程時，求神指引你。

華露詩 (Louise Wahl) (丹麥地域)

我知道我是蒙愛的，因為神帶領我參與丹麥和加拿大的兒童和青年事工，現在我在倫敦的國際軍官深造學院及靈命發展中心（作為期 12 個月的義工）事奉。

「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 11

使人團結的愛

讀經 — 約翰福音 15 章 1-5 節

「我是真葡萄樹，我父是栽培的人。凡屬我不結果子的枝子，祂就剪去；凡結果子的，祂就修理乾淨，使枝子結果子更多。現在你們因我講給你們的道，已經乾淨了。你們要常在我裏面，我也常在你們裏面。枝子若不常在葡萄樹上，自己就不能結果子；你們若不常在我裏面，也是這樣。我是葡萄樹，你們是枝子；常在我裏面的，我也常在祂裏面，這人就多結果子。因為離了我，你們就不能做甚麼。」

聖經說

神創造了完美的世界。在混沌中，神呼氣，便創造了團結。這一直影響着角色與關係、工作和敬拜、愛和生活，直到人與神不和，最終雙方都不和（再讀創世記的記述）。團結變得脆弱，很快又回到混亂的局面。這就是人們稱耶穌為第二個亞當的原因，不同的地方是，今次藉着我們與祂的關係，我們能堅固地與神團結起來。

在約翰福音，耶穌談及我們與神「合一」，好讓我們合一的生命能為別人帶來影響。我們並非與生俱來就是孤獨的個體。耶穌說到和祂合一（這裏形容為活生生的葡萄樹），就能以下列的方式帶來屬靈的增長：

- 我們會結果子 — 約翰福音 15 章 4 節
- 我們會多結果子 — 約翰福音 15 章 5 節
- 我們會結果子，結的果子會常存 — 約翰福音 15 章 16 節

今日生活

孤獨是廿一世紀其中一個最大的憂慮。在很多城市、社區、城鎮、鄉村甚至家庭，人們都過着孤獨、沒有連繫的生活。有連繫跟無連繫之間只是一字之差，但對於經歷這種生活的人，兩者卻有着天壤之別。

我們不該活於疏離之中。在約翰福音 15 章可以讀到這一點，而在創世記開始和神創造天地萬物之時，我們讀到人們本當彼此及在社區生活在一起。「那人獨居不好」(創世記 2 章 18 節)。這裏講的不是維持單身或獨自居住，而是過着跟別人沒有連繫的生活。就像電器用品，需要與電源連繫起來，「開機」才能讓電力通過，我們也需要過有連繫和「開機」的生活，開放自己讓聖靈流進我們，賦予我們力量，把我們和別人合一。

我們必須跟我們的天父保持「整全的團結」，好使我們能與別人維持合一的關係。不論是跟伴侶、家人或朋友之間的關係，我們必須讓神成為每段關係的一部分。

保羅給以弗所教會的信息，重述歌羅西書的主要經文相似的信息，裏面寫到：「凡事謙虛、溫柔、忍耐，用愛心互相寬容，用和平彼此聯絡，竭力保守聖靈所賜合而為一的心。」(以弗所書 4 章 2-3 節)

問題討論

1. 甚麼才算是保持合一的「方法」？
2. 我們的愛如何幫助我們結出常存的果子？
3. 我們如何能更好地表現我們基督徒的合一？

蒙愛的行動

我們如何能更好地與社區連繫起來？其中一個方式可能是在你區內的街上、社區、地區或村落舉行「行區祈禱」……祈求合一。試找機會做這件事吧。

萬斐然少校 (Major Val Mylechreest)

我知道我是蒙愛的，因為我是如此蒙福，能夠在基督教家庭裏成長，更回應了神對我生命的呼召。成為軍官的歷程是令人興奮的尊榮。我分別在英國和澳洲的信義樓 (Faith House) (午夜巡邏)、凱帆兒童之家 (The Haven Children's Home) 和部隊中事奉。現在我負責帶領英國及愛爾蘭地域的成人和家庭事工單位。感謝神賜給我無條件的愛、計劃和供應。

「所以，你們既是神的選民、聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在这一切之外，要存着愛心，愛心就是聯絡全德的。」

(歌羅西書 3 章 12-14 節)

you are loved.

研經課題 12

蒙愛 — 然後去愛

讀經：

「親愛的弟兄啊，神既是這樣愛我們，我們也當彼此相愛。」(約翰一書 4 章 11 節)

「原來基督的愛激勵我們。因我們想，一人既替眾人死，眾人就都死了；並且祂替眾人死，是叫那些活着的人不再為自己活，乃為替他們死而復活的主活。」(哥林多後書 5 章 14-15 節)

聖經說

聖經多次確定了神給世人的愛。「只因耶和華愛你們」(申命記 7 章 8 節)。「耶和華說：『我曾愛你們。』」(瑪拉基書 1 章 2 節)祂希望我們彼此相愛，以回應祂給我們的愛。「『不可報仇，也不可埋怨你本國的子民，卻要愛人如己。我是耶和華。』」(利未記 19 章 18 節)這是神給予其子民的訓令。

耶穌最後一項命令清楚說明舊約聖經的教導。祂吩咐門徒說：「我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛」(約翰福音 13 章 34 節)。祂進而強調這重要的命令，說明這是門徒身分的標記：「你們若有彼此相愛的心，眾人因此就認出你們是我的門徒了。」(第 35 節)要以「彼此相愛」作為門徒身分的標記，大概沒有訓令比這個更為明確。

今日生活

愛預期和要求得到回應。在我身處的地方，不論是宗教團體或民間組織都普遍認為，在我們這個世代的關係和社區中，愛的真諦已漸漸消失。家庭裏的愛 — 伴侶、兄弟姊妹、姻親等之間的愛，似乎也在漸漸減弱。

有好幾個因素導致這個情況。其中一個常見的情況是，物質主義在宗教、社會和文化情感逐漸佔據更高的位置。科學發展和全球化是其他值得留意的因素，還有科技的急速發展。當今世代越來越倚賴通訊系統取代面對面的接觸，人類的關係也變得岌岌可危。人類似乎變得越來越自恃，於是人們更有可能會遠離神。

這些有關愛的課題的研究來得相當合時。祈求聖靈在討論這些課題的過程中啟示我們。若我們明白使徒保羅所寫「原來基督的愛激勵我們……」（哥林多後書 5 章 14 節）的意思，就沒有理由再遲疑，與別人分享如此美妙的愛。

我曾經在一個任命接觸到愛滋病患者、吸毒者和性工作者。由於他們找不到適當的地方相聚，別人對他們的避忌和排擠亦十分普遍，因此他們時常在深宵時分來叩門。我會為他們準備食物，洗澡用的熱水和床鋪，這種情況往往會持續數星期以至數月。當中的挑戰是為他們的疾病將出現的病徵提供預防措施。深知和經歷神的愛，使我有能力不分彼此地愛他們。

問題討論

1. 「彼此相愛」對你來說是甚麼意思？
2. 用一些時間分享你以基督的愛去彼此相愛的個人經驗。
3. 在你的社會／文化中，要表現基督徒之間親如姊妹般的愛有甚麼困難呢？試建議信徒克服這些困難的方法。

蒙愛的行動

回顧過去的研經課題中，哪個課題在你愛的旅程中令你得着最多？我們藉着愛別人來印證對神的愛。試默想這兩節經文：「我賜給你們一條新命令，及是叫你們彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。你們若有彼此相愛的心，眾人因此就認出你們是我的門徒了。」（約翰福音 13 章 34-35 節）

呂念清中將 (*Commissioner Nemkhanching Nu-i*)

我知道我是蒙愛的，因為我很榮幸，能夠在我的家鄉印度東部地域事奉，也曾在印度北部、斯里蘭卡和菲律賓地域擔當婦女事工的工作。現在，我在國際總部擔任南亞洲區域婦女事工秘書長。

你是蒙愛的！

by Yvonne Field

你會否好奇這是甚麼一回事？
你會否問為何你會這樣？
看來似難以捉摸
實在是超乎所想
盡心信靠神，你會發現

你被愛，你被愛
神兒女，知否你是蒙愛？
神遣愛子，祂的愛子
要告訴，你，你被愛
噢，你被愛，你被愛
神兒女，知否你是蒙愛？
神遣愛子，祂的愛子
要告訴你，你被愛


不要放棄盼望，要超越夢想
你所求的就在你的眼前
在神眼中你極尊貴
實在是超乎所想
盡心信靠神，你會發現

副歌


你願否信靠他
並跟從祂的話
走進那扇門
永遠的生命屬你，屬於你，因，
你被愛，你被愛
神兒女，知否你是蒙愛？
神遣愛子，祂的愛子
要告訴，你，你被愛！你被愛！
要告訴，你，你被愛！
你，你被愛！

安於我愛

by Marilyn Baker



安於我愛，逸於我懷
要知道我必時常共你同在
我的兒女我必看顧你
我力與我愛內沒難成的事
耶穌在此、永活的主
全能力都已經歸予祂
祂賜和平喜樂給你
賜力量安慰在你心




而祂說：安於我愛，逸於我懷
要知道我必時常共你同在
我的兒女我必看顧你
我力與我愛內沒難成的事


你不能停止神愛你

(《救世軍詩歌》英文版 854 首第三節)

高雲士大將



你不能停止神愛你
即使你不聽從祂
你不能停止神愛你
縱使你曾出賣祂
這世上無力能令到
神愛與你心相隔
你不能停止神愛你
神不 一 今不、永遠不



You are loved

Based on Colossians 3:16

Moderato ♩ = 80

C G/B Am

May the word of Christ, The rich word of Christ Live in your hearts and make you

Con ped. ad lib.

Em G Am Dm

wise. Speak his words, sing his songs, It's to him all praise be -

G(sus4) G C G/B Am

- longs. May the word of Christ, The rich word of Christ Live in your hearts and make you

Em F G C F/C C

wise. May you know, may you show, you are loved.

