永约教会 · 牧养资源

圣经辅导经文

99 个生活主题 · 和合本经文

在生命的各样处境中，神的话语是我们的安慰、指引与盼望。

永约教会 Reformed Covenant Church
reformedsingapore.com

目录

点击类别或主题，即可跳到该页

心灵与情绪 11

忧虑 焦虑
惧怕
忧郁 消沉
孤单
自怜 沉溺忧思
罪疚感 羞耻
疑惑
愤怒 暴躁
苦毒 怨恨 · 仇恨
嫉妒 比较
骄傲 谦卑

苦难与安慰 8

苦难 管教 · 惩治 · 试炼
疾病 医治
丧亲 哀伤
死亡 永生
安慰
坚忍
逼迫
仇敌

婚姻、家庭与性 10

单身 择偶
通婚 与不信者
婚姻 夫妻关系
性生活
不孕 流产
离婚
教养儿女
儿女
青少年
孝敬父母

日常生活 7

作决定
工作 懒惰
金钱 债务
知足 贪心 · 优先次序
与人冲突 和睦
顺服权柄
年老

神的看顾 9

神爱我们
神怜悯
神安慰
神保护
神供应
神引导
神掌管
神赐福
神申冤

罪与成圣 18

试探
情欲 邪恶的私欲
淫乱
色情 网络沉迷
同性恋
酗酒 滥用药物
拜偶像 祭祖 · 算命
言语 传舌 · 说谎
自我中心
推卸责任
良心
认罪祷文
改变
胜过罪
胜过恶
属灵争战
自制 自律
顺服 遵守诫命

救恩与信心 19

福音
救恩
悔改
警告 悔改与顺服的呼召
重生
因信称义
罪得赦免
得救的确据
预定拣选
永生
天堂乐园
信靠神
神的护理
祷告 等候主
平安 安息
盼望
三位一体
耶稣是上帝
圣灵的工作

教会与爱 11

爱神
效法耶稣
爱人 服事人
饶恕别人
交友
教会 圣徒相通
奉献
榜样
传福音 向家人作见证
假先知 假师傅
教会纪律

未来 6

警醒等候 主再来
身体复活
最后的审判
赏赐
地狱 永刑
新天新地

忧虑、焦虑

把明天交在天父手中

关于忧虑、焦虑，圣经的教导包括：天父知道你一切的需要；把挂虑化为祷告；安静倚靠，耐心等候；忧虑如何压伤人心。本页按主题整理了 20 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 天父知道你一切的需要

马太福音 6:25–34 参阅全段

马太福音 6:25–26，28

25 「所以我告诉你们，不要为生命忧虑吃甚么，喝甚么；为身体忧虑穿甚么。生命不胜于饮食吗？身体不胜于衣裳吗？ 26 你们看那天上的飞鸟，也不种，也不收，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重得多吗？ 28 何必为衣裳忧虑呢？你想野地里的百合花怎么长起来；它也不劳苦，也不纺线。

马太福音 6:34

34 所以，不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。」

马太福音 6:33

33 你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。

二 把挂虑化为祷告

腓立比书 4:6–7

6 应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求，和感谢，将你们所要的告诉神。 7 神所赐、出人意外的平安必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。

彼得前书 5:6–7

6 所以，你们要自卑，服在神大能的手下，到了时候，他必叫你们升高。 7 你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。

约翰福音 14:1

1 「你们心里不要忧愁；你们信神，也当信我。

诗篇 55:22

22 你要把你的重担卸给耶和华，他必抚养你；他永不叫义人动摇。

三 安静倚靠，耐心等候

诗篇 37:3–7 参阅全段

诗篇 37:3–5，7

3 你当倚靠耶和华而行善，住在地上，以他的信实为粮； 4 又要以耶和华为乐，他就将你心里所求的赐给你。 5 当将你的事交托耶和华，并倚靠他，他就必成全。 7 你当默然倚靠耶和华，耐性等候他；不要因那道路通达的和那恶谋成就的心怀不平。

诗篇 94:19

19 我心里多忧多疑，你安慰我，就使我欢乐。

诗篇 56:3

3 我惧怕的时候要倚靠你。

四 忧虑如何压伤人心

箴言 12:25

25 人心忧虑，屈而不伸；一句良言，使心欢乐。

箴言 14:30

30 心中安静是肉体的生命；嫉妒是骨中的朽烂。

箴言 17:22

22 喜乐的心乃是良药；忧伤的灵使骨枯干。

> 若忧虑已影响你的睡眠、饮食或日常生活，欢迎与牧者谈谈，也可寻求医生或专业辅导的协助。

惧怕

神赐的不是胆怯的心

关于惧怕，圣经的教导包括：我们是神的儿女；主是我的帮助；天父看顾你；惧怕人，还是敬畏神。本页按主题整理了 16 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 我们是神的儿女

罗马书 8:15

15 你们所受的，不是奴仆的心，仍旧害怕；所受的，乃是儿子的心，因此我们呼叫：「阿爸！父！」

提摩太后书 1:7

7 因为神赐给我们，不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。

约翰一书 4:18

18 爱里没有惧怕；爱既完全，就把惧怕除去。因为惧怕里含着刑罚，惧怕的人在爱里未得完全。

二 主是我的帮助

希伯来书 13:5–6

5 你们存心不可贪爱钱财，要以自己所有的为足；因为主曾说：「我总不撇下你，也不丢弃你。」6 所以我们可以放胆说：主是帮助我的，我必不惧怕；人能把我怎么样呢？

诗篇 27:1

1 （大卫的诗。）耶和华是我的亮光，是我的拯救，我还怕谁呢？耶和华是我性命的保障（或译：力量），我还惧谁呢？

诗篇 56:10–11

10 我倚靠神，我要赞美他的话；我倚靠耶和华，我要赞美他的话。11 我倚靠神，必不惧怕。人能把我怎么样呢？

以赛亚书 41:10

10 你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你；我必用我公义的右手扶持你。

诗篇 23:4

4 我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。

约书亚记 1:9

9 我岂没有吩咐你吗？你当刚强壮胆！不要惧怕，也不要惊惶；因为你无论往哪里去，耶和华—你的神必与你同在。」

三 天父看顾你

马太福音 10:28

28 那杀身体、不能杀灵魂的，不要怕他们；惟有能把身体和灵魂都灭在地狱里的，正要怕他。

马太福音 10:29–30

29 两个麻雀不是卖一分银子吗？若是你们的父不许，一个也不能掉在地上；30 就是你们的头发也都被数过了。

约翰福音 14:27

27 我留下平安给你们；我将我的平安赐给你们。我所赐的，不像世人所赐的。你们心里不要忧愁，也不要胆怯。

四 惧怕人，还是敬畏神

箴言 29:25

25 惧怕人的，陷入网罗；惟有倚靠耶和华的，必得安稳。

忧郁、消沉

你为何忧闷？应当仰望神

关于忧郁、消沉，圣经的教导包括：当罪压在心上；在低沉中仰望神；四面受压，却不至绝望；并非所有的忧郁都因罪。本页按主题整理了 31 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 当罪压在心上

创世记 4:6–7

6 耶和华对该隐说：「你为甚么发怒呢？你为甚么变了脸色呢？ 7 你若行得好，岂不蒙悦纳？你若行得不好，罪就伏在门前。它必恋慕你，你却要制伏它。」

诗篇 32:3–4

3 我闭口不认罪的时候，因终日唉哼而骨头枯干。 4 黑夜白日，你的手在我身上沉重；我的精液耗尽，如同夏天的干旱。（细拉）

诗篇 32:1–2，5

1 （大卫的训诲诗。）得赦免其过、遮盖其罪的，这人是有福的！ 2 凡心里没有诡诈、耶和华不算为有罪的，这人是有福的！ 5 我向你陈明我的罪，不隐瞒我的恶。我说：我要向耶和华承认我的过犯，你就赦免我的罪恶。（细拉）

二 在低沉中仰望神

诗篇 42 参阅全篇

诗篇 42:5–6

5 我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因他笑脸帮助我；我还要称赞他。 6 我的神啊，我的心在我里面忧闷，所以我从约旦地，从黑门岭，从米萨山记念你。

以赛亚书 40 参阅全章

三 四面受压，却不至绝望

哥林多后书 4:8–9

8 我们四面受敌，却不被困住；心里作难，却不至失望； 9 遭逼迫，却不被丢弃；打倒了，却不至死亡。

哥林多后书 4:16–18

16 所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。 17 我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比、永远的荣耀。 18 原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。

哥林多后书 11:23–28

23 他们是基督的仆人吗？（我说句狂话，）我更是。我比他们多受劳苦，多下监牢，受鞭打是过重的，冒死是屡次有的。 24 被犹太人鞭打五次，每次四十减去一下； 25 被棍打了三次；被石头打了一次；遇着船坏三次，一昼一夜在深海里。 26 又屡次行远路，遭江河的危险、盗贼的危险、同族的危险、外邦人的危险、城里的危险、旷野的危险、海中的危险、假弟兄的危险。 27 受劳碌、受困苦，多次不得睡，又饥又渴，多次不得食，受寒冷，赤身露体。 28 除了这外面的事，还有为众教会挂心的事，天天压在我身上。

四 并非所有的忧郁都因罪

诗篇 88 参阅全篇

诗篇 40:1–3

1 （大卫的诗，交与伶长。）我曾耐性等候耶和华；他垂听我的呼求。2 他从祸坑里，从淤泥中，把我拉上来，使我的脚立在磐石上，使我脚步稳当。3 他使我口唱新歌，就是赞美我们神的话。许多人必看见而惧怕，并要倚靠耶和华。

耶利米哀歌 3:19–24 参阅全段

耶利米哀歌 3:21–24

21 我想起这事，心里就有指望。22 我们不致消灭，是出于耶和华诸般的慈爱；是因他的怜悯不致断绝。23 每早晨，这都是新的；你的诚实极其广大！24 我心里说：耶和华是我的分，因此，我要仰望他。

以赛亚书 42:3

3 压伤的芦苇，他不折断；将残的灯火，他不吹灭。他凭真实将公理传开。

马太福音 11:28–30

28 凡劳苦担重担的人可以到我这里来，我就使你们得安息。29 我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。30 因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。」

> 若低落的情绪已持续一段时间，影响睡眠、饮食或日常生活，请不要独自承受。欢迎与牧者谈谈，也请寻求医生的协助。

孤单

你并不孤单，主与你同在

关于孤单，圣经的教导包括：神应许与你同在；被人离弃时，向主倾诉；主耶稣体恤孤单的人；神叫孤独的有家。本页按主题整理了 22 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神应许与你同在

申命记 31:8

8 耶和华必在你前面行；他必与你同在，必不撇下你，也不丢弃你。不要惧怕，也不要惊惶。」

以赛亚书 41:10

10 你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你；我必用我公义的右手扶持你。

马太福音 28:20

20 凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守，我就常与你们同在，直到世界的末了。」

希伯来书 13:5

5 你们存心不可贪爱钱财，要以自己所有的为足；因为主曾说：「我总不撇下你，也不丢弃你。」

二 被人离弃时，向主倾诉

诗篇 25:16

16 求你转向我，怜恤我，因为我是孤独困苦。

诗篇 27:10

10 我父母离弃我，耶和华必收留我。

诗篇 142:4–5

4 求你向我右边观看，因为没有人认识我；我无处避难，也没有人眷顾我。5 耶和华啊，我曾向你哀求。我说：你是我的避难所；在活人之地，你是我的福分。

提摩太后书 4:16–17

16 我初次申诉，没有人前来帮助，竟都离弃我；但愿这罪不归与他们。17 惟有主站在我旁边，加给我力量，使福音被我尽都传明，叫外邦人都听见；我也从狮子口里被救出来。

三 主耶稣体恤孤单的人

以赛亚书 53:3

3 他被藐视，被人厌弃；多受痛苦，常经忧患。他被藐视，好像被人掩面不看的一样；我们也不尊重他。

约翰福音 16:32

32 看哪，时候将到，且是已经到了，你们要分散，各归自己的地方去，留下我独自一人；其实我不是独自一人，因为有父与我同在。

马太福音 27:46

46 约在申初，耶稣大声喊着说：「以利！以利！拉马撒巴各大尼？」就是说：「我的神！我的神！为甚么离弃我？」

希伯来书 4:15–16

15 因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。16 所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

四 神叫孤独的有家

创世记 2:18

18 耶和华神说：「那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他。」

诗篇 68:5–6

5 神在他的圣所作孤儿的父，作寡妇的伸冤者。6 神叫孤独的有家，使被囚的出来享福；惟有悖逆的住在干燥之地。

传道书 4:9–10

9 两个人总比一个人好，因为二人劳碌同得美好的果效。10 若是跌倒，这人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，没有别人扶起他来，这人就有祸了。

希伯来书 10:24–25

24 又要彼此相顾，激发爱心，勉励行善。25 你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉，既知道（原文是看见）那日子临近，就更当如此。

> 若孤单的感受持续很久，或已影响你的睡眠、饮食与日常生活，欢迎与牧者谈谈，也可寻求医生或专业辅导的协助。

自怜、沉溺忧思

从自怜中转眼仰望神

关于自怜、沉溺忧思，圣经的教导包括：以利亚的低谷；亚萨的挣扎与恢复；走出自怜；更新心思，数算恩典。本页按主题整理了 21 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 以利亚的低谷

列王纪上 19 参阅全章

列王纪上 19:4–5

4 自己在旷野走了一日的路程，来到一棵罗腾树下（小树名，松类；下同），就坐在那里求死，说：「耶和华啊，罢了！求你取我的性命，因为我不胜于我的列祖。」5 他就躺在罗腾树下，睡着了。有一个天使拍他，说：「起来吃吧！」

列王纪上 19:9

9 他在那里进了一个洞，就住在洞中。耶和华的话临到他说：「以利亚啊，你在这里做甚么？」

列王纪上 19:10

10 他说：「我为耶和华—万军之神大发热心；因为以色列人背弃了你的约，毁坏了你的坛，用刀杀了你的先知，只剩下我一个人，他们还要寻索我的命。」

列王纪上 19:11–18 参阅全段

二 亚萨的挣扎与恢复

诗篇 73 参阅全篇

诗篇 73:13–14

13 我实在徒然洁净了我的心，徒然洗手表明无辜。14 因为，我终日遭灾难；每早晨受惩治。

诗篇 73:15–28 参阅全段

三 走出自怜

诗篇 37 参阅全篇

箴言 15:13

13 心中喜乐，面带笑容；心里忧愁，灵被损伤。

约拿书 4:1–4

1 这事约拿大大不悦，且甚发怒，2 就祷告耶和华说：「耶和华啊，我在本国的时候岂不是这样说吗？我知道你是有恩典、有怜悯的神，不轻易发怒，有丰盛的慈爱，并且后悔不降所说的灾，所以我急速逃往他施去。3 耶和华啊，现在求你取我的命吧！因为我死了比活着还好。」4 耶和华说：「你这样发怒合乎理吗？」

四 更新心思，数算恩典

腓立比书 4:4–8 参阅全段

腓立比书 4:4，8

4 你们要靠主常常喜乐。我再说，你们要喜乐。8 弟兄们，我还有未尽的话：凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有甚么德行，若有甚么称赞，这些事你们都要思念。

诗篇 103:2–5

2 我的心哪，你要称颂耶和华！不可忘记他的一切恩惠！3 他赦免你的一切罪孽，医治你的一切疾病。4 他救赎你的命脱离死亡，以仁爱和慈悲为你的冠冕。5 他用美物使你所愿的得以知足，以致你如鹰返老还童。

帖撒罗尼迦前书 5:16–18

16 要常常喜乐，17 不住地祷告，18 凡事谢恩；因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。

哥林多后书 10:5

5 将各样的计谋，各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了，又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。

> 若你常被沉重的思绪困住，请不要独自承受。欢迎与牧者谈谈，也可寻求专业辅导的协助。

罪疚感、羞耻

在基督里不再定罪

关于罪疚感、羞耻，圣经的教导包括：不要遮掩，向神承认；基督已经担当我们的罪；在基督里不再定罪；基督除去我们的羞耻。本页按主题整理了 25 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 不要遮掩，向神承认

诗篇 32:3，5

3 我闭口不认罪的时候，因终日唉哼而骨头枯干。5 我向你陈明我的罪，不隐瞒我的恶。我说：我要向耶和华承认我的过犯，你就赦免我的罪恶。（细拉）

诗篇 51:17

17 神所要的祭就是忧伤的灵；神啊，忧伤痛悔的心，你必不轻看。

箴言 28:13

13 遮掩自己罪过的，必不亨通；承认离弃罪过的，必蒙怜恤。

约翰一书 1:9

9 我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。

哥林多后书 7:10

10 因为依着神的意思忧愁，就生出没有后悔的懊悔来，以致得救；但世俗的忧愁是叫人死。

二 基督已经担当我们的罪

以赛亚书 53:5–6

5 哪知他为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。6 我们都如羊走迷；各人偏行己路；耶和华使我们众人的罪孽都归在他身上。

彼得前书 2:24

24 他被挂在木头上，亲身担当了我们的罪，使我们既然在罪上死，就得以在义上活。因他受的鞭伤，你们便得了医治。

歌罗西书 2:13–14

13 你们从前在过犯和未受割礼的肉体中死了，神赦免了你们（或译：我们）一切过犯，便叫你们与基督一同活过来；14 又涂抹了在律例上所写、攻击我们、有碍于我们的字据，把它撤去，钉在十字架上。

希伯来书 9:14

14 何况基督藉着永远的灵，将自己无瑕无疵献给神，他的血岂不更能洗净你们的心（原文是良心），除去你们的死行，使你们事奉那永生神吗？

三 在基督里不再定罪

罗马书 8:1

1 如今，那些在基督耶稣里的就不定罪了。

罗马书 8:33–34

33 谁能控告神所拣选的人呢？有神称他们为义了（或译：是称他们为义的神吗）。34 谁能定他们的罪呢？有基督耶稣已经死了，而且从死里复活，现今在神的右边，也替我们祈求（有基督….或译：是已经死了，而且从死里复活，现今在神的右边，也替我们祈求的基督耶稣吗）。

诗篇 103:10–12

10 他没有按我们的罪过待我们，也没有照我们的罪孽报应我们。11 天离地何等的高，他的慈爱向敬畏他的人也是何等的大！12 东离西有多远，他叫我们的过犯离我们也有多远！

约翰一书 3:19–20

19 从此就知道我们是属真理的，并且我们的心在神面前可以安稳。20 我们的心若责备我们，神比我们的心大，一切事没有不知道的。

希伯来书 10:22

22 并我们心中天良的亏欠已经洒去，身体用清水洗净了，就当存着诚心和充足的信心来到神面前；

四 基督除去我们的羞耻

诗篇 34:5

5 凡仰望他的，便有光荣；他们的脸必不蒙羞。

以赛亚书 54:4

4 不要惧怕，因你必不致蒙羞；也不要抱愧，因你必不致受辱。你必忘记幼年的羞愧，不再记念你寡居的羞辱。

罗马书 10:11

11 经上说：「凡信他的人必不至于羞愧。」

希伯来书 12:2

2 仰望为我们信心创始成终的耶稣（或译：仰望那将真道创始成终的耶稣）。他因那摆在前面的喜乐，就轻看羞辱，忍受了十字架的苦难，便坐在神宝座的右边。

疑惑

信不足，求主帮助

关于疑惑，圣经的教导包括：带着疑惑来到主面前；主怜悯疑惑的人；信心建立在神的话与基督复活的事实上；求神赐智慧，专心信靠。本页按主题整理了 38 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 带着疑惑来到主面前

马可福音 9:23–24

23 耶稣对他说：「你若能信，在信的人，凡事都能。」24 孩子的父亲立时喊着说（有古卷：立时流泪地喊着说）：「我信！但我信不足，求主帮助。」

诗篇 77:7–12

7 难道主要永远丢弃我，不再施恩吗？8 难道他的慈爱永远穷尽，他的应许世世废弃吗？9 难道神忘记开恩，因发怒就止住他的慈悲吗？（细拉）10 我便说：这是我的懦弱，但我要追念至高者显出右手之年代。11 我要提说耶和华所行的；我要记念你古时的奇事。12 我也要思想你的经营，默念你的作为。

马太福音 11:2–6

2 约翰在监里听见基督所做的事，就打发两个门徒去，3 问他说：「那将要来的是你吗？还是我们等候别人呢？」4 耶稣回答说：「你们去，把所听见、所看见的事告诉约翰。5 就是瞎子看见，瘸子行走，长大麻疯的洁净，聋子听见，死人复活，穷人有福音传给他们。6 凡不因我跌倒的就有福了！」

二 主怜悯疑惑的人

犹大书 1:22

22 有些人存疑心，你们要怜悯他们；

马太福音 14:30–31

30 只因见风甚大，就害怕，将要沉下去，便喊着说：「主啊，救我！」31 耶稣赶紧伸手拉住他，说：「你这小信的人哪，为甚么疑惑呢？」

约翰福音 20:27–29

27 就对多马说：「伸过你的指头来，摸（原文是看）我的手；伸出你的手来，探入我的肋旁。不要疑惑，总要信！」28 多马说：「我的主！我的神！」29 耶稣对他说：「你因看见了我才信；那没有看见就信的有福了。」

以赛亚书 42:3

3 压伤的芦苇，他不折断；将残的灯火，他不吹灭。他凭真实将公理传开。

三 信心建立在神的话与基督复活的事实上

罗马书 10:17

17 可见，信道是从听道来的，听道是从基督的话来的。

约翰福音 20:30–31

30 耶稣在门徒面前另外行了许多神迹，没有记在这书上。31 但记这些事要叫你们信耶稣是基督，是神的儿子，并且叫你们信了他，就可以因他的名得生命。

哥林多前书 15:3–6

3 我当日所领受又传给你们的：第一，就是基督照圣经所说，为我们的罪死了，4 而且埋葬了；又照圣经所说，第三天复活了，5 并且显给矶法看，然后显给十二使徒看；6 后来一时显给五百多弟兄看，其中一大半到如今还在，却也有已经睡了的。

彼得后书 1:16

16 我们从前将我们主耶稣基督的大能和他降临的事告诉你们，并不是随从乖巧捏造的虚言，乃是亲眼见过他的威荣。

四 求神赐智慧，专心信靠

雅各书 1:5–8

5 你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人、也不斥责人的神，主就必赐给他。6 只要凭着信心求，一点不疑惑；因为那疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾。7 这样的人不要想从主那里得甚么。8 心怀二意的人，在他一切所行的路上都没有定见。

约翰福音 7:17

17 人若立志遵着他的旨意行，就必晓得这教训或是出于神，或是我凭着自己说的。

约翰福音 6:68–69

68 西门·彼得回答说：「主啊，你有永生之道，我们还归从谁呢？69 我们已经信了，又知道你是神的圣者。」

希伯来书 11:1，6

1 信就是所望之事的实底，是未见之事的确据。6 人非有信，就不能得神的喜悦；因为到神面前来的人必须信有神，且信他赏赐那寻求他的人。

提摩太后书 1:12

12 为这缘故，我也受这些苦难。然而我不以为耻；因为知道我所信的是谁，也深信他能保全我所交付他的（或译：他所交托我的），直到那日。

愤怒、暴躁

慢慢地动怒，靠圣灵胜过暴躁

关于愤怒、暴躁，圣经的教导包括：神的义怒与人的怒气；不轻易发怒是智慧；用爱遮掩过错；远离好生气的人；靠圣灵结出温柔的果子；发怒之后，寻求和好。本页按主题整理了 39 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神的义怒与人的怒气

诗篇 7:11

11 神是公义的审判者，又是天天向恶人发怒的神。

列王纪上 11:9

9 耶和华向所罗门发怒，因为他的心偏离向他两次显现的耶和华—以色列的神。

列王纪下 17:18

18 所以耶和华向以色列人大大发怒，从自己面前赶出他们，只剩下犹大一个支派。

马可福音 3:5

5 耶稣怒目周围看他们，忧愁他们的心刚硬，就对那人说：「伸出手来！」他把手一伸，手就复了原。

以弗所书 4:26

26 生气却不要犯罪；不可含怒到日落，

创世记 4:3–8 参阅全段

二 不轻易发怒是智慧

箴言 14:17

17 轻易发怒的，行事愚妄；设立诡计的，被人恨恶。

箴言 14:29

29 不轻易发怒的，大有聪明；性情暴躁的，大显愚妄。

雅各书 1:19–20

19 我亲爱的弟兄们，这是你们所知道的。但你们各人要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒，20 因为人的怒气并不成就神的义。

箴言 15:1

1 回答柔和，使怒消退；言语暴戾，触动怒气。

箴言 15:18

18 暴怒的人挑启争端；忍怒的人止息纷争。

箴言 25:28

28 人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑没有墙垣。

箴言 29:22

22 好气的人挑启争端；暴怒的人多多犯罪。

箴言 30:33

33 摇牛奶必成奶油；扭鼻子必出血。照样，激动怒气必起争端。

箴言 16:32

32 不轻易发怒的，胜过勇士；治服己心的，强如取城。

传道书 7:9

9 你不要心里急躁恼怒，因为恼怒存在愚昧人的怀中。

三 用爱遮掩过错

箴言 10:12

12 恨能挑启争端；爱能遮掩一切过错。

箴言 12:16

16 愚妄人的恼怒立时显露；通达人能忍辱藏羞。

箴言 17:9

9 遮掩人过的，寻求人爱；屡次挑错的，离间密友。

箴言 19:11

11 人有见识就不轻易发怒；宽恕人的过失便是自己的荣耀。

彼得前书 4:8

8 最要紧的是彼此切实相爱，因为爱能遮掩许多的罪。

哥林多前书 13:4–5

4 爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒；爱是不自夸，不张狂，5 不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，

四 远离好生气的人

箴言 22:24–25

24 好生气的人，不可与他结交；暴怒的人，不可与他来往；25 恐怕你效法他的行为，自己就陷在网罗里。

五 靠圣灵结出温柔的果子

加拉太书 5:19–21

19 情欲的事都是显而易见的，就如奸淫、污秽、邪荡、20 拜偶像、邪术、仇恨、争竞、忌恨、恼怒、结党、纷争、异端、21 嫉妒（有古卷加：凶杀二字）、醉酒、荒宴等类。我从前告诉你们，现在又告诉你们，行这样事的人必不能承受神的国。

加拉太书 5:22–25

22 圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、23 温柔、节制。这样的事没有律法禁止。24 凡属基督耶稣的人，是已经把肉体连肉体的邪情私欲同钉在十字架上了。25 我们若是靠圣灵得生，就当靠圣灵行事。

歌罗西书 3:8

8 但现在你们要弃绝这一切的事，以及恼恨、忿怒、恶毒（或译：阴毒）、毁谤，并口中污秽的言语。

以弗所书 4:31–32

31 一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒（或译：阴毒），都当从你们中间除掉；32 并要以

恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。

六 发怒之后，寻求和好

马太福音 5:21–24

21 「你们听见有吩咐古人的话，说：『不可杀人』；又说：『凡杀人的难免受审判。』22 只是我告诉你们，凡（有古卷在凡字下加：无缘无故地）向弟兄动怒的，难免受审判；凡骂弟兄是拉加的，难免公会的审断；凡骂弟兄是魔利的，难免地狱的火。23 所以，你在祭坛上献礼物的时候，若想起弟兄向你怀怨，24 就把礼物留在坛前，先去同弟兄和好，然后来献礼物。

苦毒、怨恨、仇恨

不让苦毒的根在心中长出来

关于苦毒、怨恨、仇恨，圣经的教导包括：除去心中的苦毒；苦毒与仇恨的结局；恨弟兄就是在黑暗里；出路：饶恕，把伸冤交给神。本页按主题整理了 20 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 除去心中的苦毒

以弗所书 4:31

31 一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒（或译：阴毒），都当从你们中间除掉；

加拉太书 5:19

19 情欲的事都是显而易见的，就如奸淫、污秽、邪荡、

希伯来书 12:15

15 又要谨慎，恐怕有人失了神的恩；恐怕有毒根生出来扰乱你们，因此叫众人沾染污秽；

加拉太书 5:15

15 你们要谨慎，若相咬相吞，只怕要彼此消灭了。

二 苦毒与仇恨的结局

创世记 37 参阅全章

创世记 4:3–8 参阅全段

箴言 26:24–26

24 怨恨人的，用嘴粉饰，心里却藏着诡诈；25 他用甜言蜜语，你不可信他，因为他心中有七样可憎恶的。
26 他虽用诡诈遮掩自己的怨恨，他的邪恶必在会中显露。

约翰一书 3:11–20 参阅全段

约翰一书 3:15

15 凡恨他弟兄的，就是杀人的；你们晓得凡杀人的，没有永生存在他里面。

三 恨弟兄就是在黑暗里

利未记 19:17

17 「不可心里恨你的弟兄；总要指摘你的邻舍，免得因他担罪。

约翰一书 2:9–11

9 人若说自己在光明中，却恨他的弟兄，他到如今还是在黑暗里。10 爱弟兄的，就是住在光明中，在他并没有绊跌的缘由。11 惟独恨弟兄的，是在黑暗里，且在黑暗里行，也不知道往哪里去，因为黑暗叫他眼睛瞎了。

四 出路：饶恕，把伸冤交给神

以弗所书 4:32

32 并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。

罗马书 12:19–21

19 亲爱的弟兄，不要自己伸冤，宁可让步，听凭主怒（或译：让人发怒）；因为经上记着：「主说：『伸冤在我，我必报应。』」20 所以，「你的仇敌若饿了，就给他吃，若渴了，就给他喝；因为你这样行就是把炭火堆在他的头上。」21 你不可为恶所胜，反要以善胜恶。

希伯来书 12:14

14 你们要追求与众人和睦，并要追求圣洁；非圣洁没有人能见主。

创世记 50:19–21

19 约瑟对他们说：「不要害怕，我岂能代替神呢？20 从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。21 现在你们不要害怕，我必养活你们和你们的妇人孩子。」于是约瑟用亲爱的话安慰他们。

嫉妒、比较

不必与人比较，神所量给你的已是佳美

关于嫉妒、比较，圣经的教导包括：嫉妒败坏人心；看见恶人亨通，心怀不平；不与人比较，各人向主交账；以爱与知足代替嫉妒。本页按主题整理了 31 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 嫉妒败坏人心

箴言 14:30

30 心中安静是肉体的生命；嫉妒是骨中的朽烂。

箴言 27:4

4 忿怒为残忍，怒气为狂澜，惟有嫉妒，谁能敌得住呢？

雅各书 3:14–16

14 你们心里若怀着苦毒的嫉妒和纷争，就不可自夸，也不可说谎话抵挡真道。15 这样的智慧不是从上头来的，乃是属地的，属情欲的，属鬼魔的。16 在何处有嫉妒、纷争，就在何处有扰乱和各样的坏事。

加拉太书 5:26

26 不要贪图虚名，彼此惹气，互相嫉妒。

二 看见恶人亨通，心怀不平

诗篇 37:1–2

1 （大卫的诗。）不要为作恶的心怀不平，也不要向那行不义的生出嫉妒。2 因为他们如草快被割下，又如青菜快要枯干。

诗篇 73:2–3，16–17

2 至于我，我的脚几乎失闪；我的脚险些滑跌。3 我见恶人和狂傲人享平安就心怀不平。16 我思索怎能明白这事，眼看实系为难，17 等我进了神的圣所，思想他们的结局。

箴言 23:17–18

17 你心中不要嫉妒罪人，只要终日敬畏耶和华；18 因为至终必有善报，你的指望也不致断绝。

三 不与人比较，各人向主交账

约翰福音 21:21–22

21 彼得看见他，就问耶稣说：「主啊，这人将来如何？」22 耶稣对他说：「我若要他等到我来的时候，与你何干？你跟从我吧！」

加拉太书 6:4–5

4 各人应当察验自己的行为；这样，他所夸的就专在自己，不在别人了，5 因为各人必担当自己的担子。

哥林多后书 10:12

12 因为我们不敢将自己和那自荐的人同列相比。他们用自己度量自己，用自己比较自己，乃是不通达的。

马太福音 20:13–15

13 家主回答其中的一人说：『朋友，我不亏负你，你与我讲定的不是一钱银子吗？14 拿你的走吧！我给那后来的和给你一样，这是我愿意的。15 我的东西难道不可随我的意思用吗？因为我作好人，你就红了眼

吗？』

四 以爱与知足代替嫉妒

哥林多前书 13:4

4 爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒；爱是不自夸，不张狂，

罗马书 12:15

15 与喜乐的人要同乐；与哀哭的人要同哭。

腓立比书 2:3–4

3 凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀；只要存心谦卑，各人看别人比自己强。4 各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。

诗篇 16:5–6

5 耶和华是我的产业，是我杯中的分；我所得的，你为我持守。6 用绳量给我的地界，坐落在佳美之处；我的产业实在美好。

提摩太前书 6:6–8

6 然而，敬虔加上知足的心便是大利了；7 因为我们没有带甚么到世上来，也不能带甚么去。8 只要有衣有食，就当知足。

骄傲、谦卑

神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人

关于骄傲、谦卑，圣经的教导包括：神阻挡骄傲的人；骄傲是忘记一切都是领受的；基督谦卑的榜样；谦卑的人蒙恩。本页按主题整理了 27 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神阻挡骄傲的人

箴言 16:5

5 凡心里骄傲的，为耶和华所憎恶；虽然连手，他必不免受罚。

箴言 16:18

18 骄傲在败坏以先；狂心在跌倒之前。

但以理书 4:37

37 现在我—尼布甲尼撒赞美、尊崇、恭敬天上的王；因为他所做的全都诚实，他所行的也都公平。那行动骄傲的，他能降为卑。

雅各书 4:6

6 但他赐更多的恩典，所以经上说：神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。

二 骄傲是忘记一切都是领受的

申命记 8:17–18

17 恐怕你心里说：『这货财是我力量、我能力得来的。』18 你要记念耶和华—你的神，因为得货财的力量是他给你的，为要坚定他向你列祖起誓所立的约，像今日一样。

哥林多前书 4:7

7 使你与人不同的是谁呢？你有甚么不是领受的呢？若是领受的，为何自夸，彷佛不是领受的呢？

耶利米书 9:23–24

23 耶和华如此说：「智慧人不要因他的智慧夸口，勇士不要因他的勇力夸口，财主不要因他的财物夸口。24 夸口的却因他有聪明，认识我是耶和华，又知道我喜悦在世上施行慈爱、公平，和公义，以此夸口。这是耶和华说的。」

路加福音 18:11–14

11 法利赛人站着，自言自语地祷告说：『神啊，我感谢你，我不像别人勒索、不义、奸淫，也不像这个税吏。12 我一个礼拜禁食两次，凡我所得的都捐上十分之一。』13 那税吏远远地站着，连举目望天也不敢，只捶着胸说：『神啊，开恩可怜我这个罪人！』14 我告诉你们，这人回家去比那人倒算为义了；因为，凡自高的，必降为卑；自卑的，必升为高。」

罗马书 12:3

3 我凭着所赐我的恩对你们各人说：不要看自己过于所当看的；要照着神所分给各人信心的大小，看得合乎中道。

三 基督谦卑的榜样

腓立比书 2:5–8

5 你们当以基督耶稣的心为心：6 他本有神的形像，不以自己与神同等为强夺的；7 反倒虚己，取了奴仆的形像，成为人的样式；8 既有人的样子，就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。

马太福音 11:29

29 我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。

约翰福音 13:14–15

14 我是你们的主，你们的夫子，尚且洗你们的脚，你们也当彼此洗脚。15 我给你们作了榜样，叫你们照着我向你们所做的去做。

四 谦卑的人蒙恩

以赛亚书 57:15

15 因为那至高至上、永远长存（原文是住在永远）名为圣者的如此说：我住在至高至圣的所在，也与心灵痛悔谦卑的人同居；要使谦卑人的灵苏醒，也使痛悔人的心苏醒。

以赛亚书 66:2

2 耶和华说：这一切都是我手所造的，所以就都有了。但我所看顾的，就是虚心（原文是贫穷）痛悔、因我话而战兢的人。

弥迦书 6:8

8 世人哪，耶和华已指示你何为善。他向你所要的是甚么呢？只要你行公义，好怜悯，存谦卑的心，与你的神同行。

马太福音 23:12

12 凡自高的，必降为卑；自卑的，必升为高。

彼得前书 5:5–6

5 你们年幼的，也要顺服年长的。就是你们众人也都要以谦卑束腰，彼此顺服；因为神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。6 所以，你们要自卑，服在神大能的手下，到了时候，他必叫你们升高。

苦难、管教、惩治、试炼

神在试炼中炼净我们的信心

关于苦难、管教、惩治、试炼，圣经的教导包括：苦难里有神美好的旨意；在受苦中学习神的律例；父神的管教出于爱；约伯：失去一切仍然敬拜；在软弱中经历主的恩典；在患难中仍有喜乐与盼望；在苦难中向神倾诉。本页按主题整理了 61 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 苦难里有神美好的旨意

彼得前书 1:6–7

6 因此，你们是大有喜乐；但如今，在百般的试炼中暂时忧愁，7 叫你们的信心既被试验，就比那被火试验仍然能坏的金子更显宝贵，可以在耶稣基督显现的时候得着称赞、荣耀、尊贵。

约翰福音 9:1–3

1 耶稣过去的时候，看见一个人生来是瞎眼的。2 门徒问耶稣说：「拉比，这人生来是瞎眼的，是谁犯了罪？是这人呢？是他父母呢？」3 耶稣回答说：「也不是这人犯了罪，也不是他父母犯了罪，是要在他身上显出神的作为来。

雅各书 1:2–4

2 我的弟兄们，你们落在百般试炼中，都要以为大喜乐；3 因为知道你们的信心经过试验，就生忍耐。4 但忍耐也当成功，使你们成全、完备，毫无缺欠。

罗马书 8:28

28 我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。

罗马书 11:33–36

33 深哉，神丰富的智慧和知识！他的判断何其难测！他的踪迹何其难寻！34 谁知道主的心？谁作过他的谋士呢？35 谁是先给了他，使他后来偿还呢？36 因为万有都是本于他，倚靠他，归于他。愿荣耀归给他，直到永远。阿们！

彼得前书 4:12–13

12 亲爱的弟兄啊，有火炼的试验临到你们，不要以为奇怪（似乎是遭遇非常的事），13 倒要欢喜；因为你们是与基督一同受苦，使你们在他荣耀显现的时候，也可以欢喜快乐。

创世记 50:20

20 从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。

二 在受苦中学习神的律例

诗篇 119:67–68

67 我未受苦以先走迷了路，现在却遵守你的话。68 你本为善，所行的也善；求你将你的律例教训我！

诗篇 119:71–72

71 我受苦是与我有益，为要使我学习你的律例。72 你口中的训言（或译：律法）与我有益，胜于千万的金银。

诗篇 119:75–76

75 耶和华啊，我知道你的判语是公义的；你使我受苦是以诚实待我。76 求你照着应许仆人的话，以慈爱安慰我。

申命记 8:2–5

2 你也要记念耶和华—你的神在旷野引导你这四十年，是要苦炼你，试验你，要知道你心内如何，肯守他的诫命不肯。3 他苦炼你，任你饥饿，将你和你列祖所不认识的吗哪赐给你吃，使你知道，人活着不是单靠食物，乃是靠耶和华口里所出的一切话。4 这四十年，你的衣服没有穿破，你的脚也没有肿。5 你当心里思想，耶和华—你神管教你，好像人管教儿子一样。

出埃及记 15:22–27 参阅全段

出埃及记 15:25

25 摩西呼求耶和华，耶和华指示他一棵树。他把树丢在水里，水就变甜了。耶和华在那里为他们定了律例、典章，在那里试验他们；

出埃及记 15:27

27 他们到了以琳，在那里有十二股水泉，七十棵棕树；他们就在那里的水边安营。

三 父神的管教出于爱

希伯来书 12:5–11 参阅全段

希伯来书 12:5–6

5 你们又忘了那劝你们如同劝儿子的话，说：我儿，你不可轻看主的管教，被他责备的时候也不可灰心；6 因为主所爱的，他必管教，又鞭打凡所收纳的儿子。

希伯来书 12:11

11 凡管教的事，当时不觉得快乐，反觉得愁苦；后来却为那经练过的人结出平安的果子，就是义。

启示录 3:14–22 参阅全段

启示录 3:19–20

19 凡我所疼爱的，我就责备管教他；所以你要发热心，也要悔改。20 看哪，我站在门外叩门，若有听见我声音就开门的，我要进到他那里去，我与他，他与我一同坐席。

四 约伯：失去一切仍然敬拜

约伯记 1:1–22 参阅全段

约伯记 1:1

1 乌斯地有一个人名叫约伯；那人完全正直，敬畏神，远离恶事。

约伯记 1:8

8 耶和华问撒但说：「你曾用心察看我的仆人约伯没有？地上再没有人像他完全正直，敬畏神，远离恶事。」

约伯记 1:20–22

20 约伯便起来，撕裂外袍，剃了头，伏在地上下拜，21 说：「我赤身出于母胎，也必赤身归回；赏赐的是耶和华，收取的也是耶和华。耶和华的名是应当称颂的。」22 在这一切的事上约伯并不犯罪，也不以神为愚妄（或译：也不妄评神）。

五 在软弱中经历主的恩典

哥林多后书 12:7–10

7 又恐怕我因所得的启示甚大，就过于自高，所以有一根刺加在我肉体上，就是撒但的差役要攻击我，免
得我过于自高。8 为这事，我三次求过主，叫这刺离开我。9 他对我说：「我的恩典够你用的，因为我的能
力是在人的软弱上显得完全。」所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。10 我为基督的缘
故，就以软弱、凌辱、急难、逼迫、困苦为可喜乐的；因我甚么时候软弱，甚么时候就刚强了。

哥林多前书 10:13

13 你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时
候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

哥林多后书 1:8–9

8 弟兄们，我们不要你们不晓得，我们从前在亚细亚遭遇苦难，被压太重，力不能胜，甚至连活命的指望
都绝了；9 自己心里也断定是必死的，叫我们不靠自己，只靠叫死人复活的神。

哥林多后书 1:10–11

10 他曾救我们脱离那极大的死亡，现在仍要救我们，并且我们指望他将来还要救我们。11 你们以祈祷帮助
我们，好叫许多人为我们谢恩，就是为我们因许多人所得的恩。

诗篇 34:18–19

18 耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。19 义人多有苦难，但耶和华救他脱离这一切，

六 在患难中仍有喜乐与盼望

以赛亚书 38:15–19 参阅全段

以赛亚书 38:15

15 我可说甚么呢？他应许我的，也给我成就了。我因心里的苦楚，在一生的年日必悄悄而行。

以赛亚书 38:17

17 看哪，我受大苦，本为使我得平安；你因爱我的灵魂（或译：生命）便救我脱离败坏的坑，因为你将我
一切的罪扔在你的背后。

罗马书 5:3

3 不但如此，就是在患难中也是欢欢喜喜的；因为知道患难生忍耐，

罗马书 8:18

18 我想，现在的苦楚若比起将来要显于我们的荣耀就不足介意了。

雅各书 1:12

12 忍受试探的人是有福的，因为他经过试验以后，必得生命的冠冕；这是主应许给那些爱他之人的。

罗马书 5:4–5

4 忍耐生老练，老练生盼望；5 盼望不至于羞耻，因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。

哥林多后书 4:16–18

16 所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。17 我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极
重无比、永远的荣耀。18 原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的
是永远的。

七 在苦难中向神倾诉

诗篇 13 参阅全篇

诗篇 13:5–6

5 但我倚靠你的慈爱；我的心因你的救恩快乐。6 我要向耶和华歌唱，因他用厚恩待我。

疾病、医治

在病痛中仰望那医治你的主

关于疾病、医治，圣经的教导包括：病中向主呼求；主耶稣怜悯有病的人；神未必即时医治，他的恩典够用；等候身体得赎的盼望。本页按主题整理了 35 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 病中向主呼求

诗篇 6:2–3

2 耶和华啊，求你可怜我，因为我软弱。耶和华啊，求你医治我，因为我的骨头发战。3 我心也大大地惊惶。耶和华啊，你要到几时才救我呢？

诗篇 41:3

3 他病重在榻，耶和华必扶持他；他在病中，你必给他铺床。

耶利米书 17:14

14 耶和华啊，求你医治我，我便痊愈，拯救我，我便得救；因你是我所赞美的。

诗篇 103:2–4

2 我的心哪，你要称颂耶和华！不可忘记他的一切恩惠！3 他赦免你的一切罪孽，医治你的一切疾病。4 他救赎你的命脱离死亡，以仁爱和慈悲为你的冠冕。

雅各书 5:13–16

13 你们中间有受苦的呢，他就该祷告；有喜乐的呢，他就该歌颂。14 你们中间有病了的呢，他就该请教会的长老来；他们可以奉主的名用油抹他，为他祷告。15 出于信心的祈祷要救那病人，主必叫他起来；他若犯了罪，也必蒙赦免。16 所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。

> 神有能力、也有权能医治，但医治是出于神主权的恩典。信徒当恳切祷告求医治；若神不医治，也当顺服神，并相信他必使万事互相效力，叫爱神的人得益处。

二 主耶稣怜悯有病的人

马太福音 8:16–17

16 到了晚上，有人带着许多被鬼附的来到耶稣跟前，他只用一句话就把鬼都赶出去，并且治好了一切有病的人。17 这是要应验先知以赛亚的话，说：他代替我们的软弱，担当我们的疾病。

马太福音 14:14

14 耶稣出来，见有许多的人，就怜悯他们，治好了他们的病人。

马可福音 1:40–42

40 有一个长大麻疯的来求耶稣，向他跪下，说：「你若肯，必能叫我洁净了。」41 耶稣动了慈心，就伸手摸他，说：「我肯，你洁净了吧！」42 大麻疯即时离开他，他就洁净了。

三 神未必即时医治，他的恩典够用

约翰福音 9:1–3

1 耶稣过去的时候，看见一个人生来是瞎眼的。2 门徒问耶稣说：「拉比，这人生来是瞎眼的，是谁犯了罪？是这人呢？是他父母呢？」3 耶稣回答说：「也不是这人犯了罪，也不是他父母犯了罪，是要在他身上显出神的作为来。

哥林多后书 12:7–10

7 又恐怕我因所得的启示甚大，就过于自高，所以有一根刺加在我肉体上，就是撒但的差役要攻击我，免得我过于自高。8 为这事，我三次求过主，叫这刺离开我。9 他对我说：「我的恩典够你用的，因为我的能力是在人的软弱上显得完全。」所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。10 我为基督的缘故，就以软弱、凌辱、急难、逼迫、困苦为可喜乐的；因我甚么时候软弱，甚么时候就刚强了。

腓立比书 2:26–27

26 他很想念你们众人，并且极其难过，因为你们听见他病了。27 他实在是病了，几乎要死；然而神怜恤他，不但怜恤他，也怜恤我，免得我忧上加忧。

诗篇 73:26

26 我的肉体和我的心肠衰残；但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。

四 等候身体得赎的盼望

哥林多后书 4:16–18

16 所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。17 我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比、永远的荣耀。18 原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。

罗马书 8:22–23

22 我们知道，一切受造之物一同叹息，劳苦，直到如今。23 不但如此，就是我们这有圣灵初结果子的，也是自己心里叹息，等候得着儿子的名分，乃是我们的身体得赎。

腓立比书 3:20–21

20 我们却是天上的国民，并且等候救主，就是主耶稣基督从天上降临。21 他要按着那能叫万有归服自己的大能，将我们这卑贱的身体改变形状，和他自己荣耀的身体相似。

启示录 21:4

4 神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛，因为以前的事都过去了。」

> 圣经的安慰并不取代医疗。身体不适请及时就医、遵从医嘱；也欢迎与牧者联系，我们愿意为你祷告。

丧亲、哀伤

忧伤，却不像没有指望的人

关于丧亲、哀伤，圣经的教导包括：神亲近伤心的人；可以哀哭，主耶稣也哭了；在主里睡了的人有指望；神要擦去一切的眼泪。本页按主题整理了 32 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神亲近伤心的人

诗篇 34:18

18 耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。

诗篇 147:3

3 他医好伤心的人，裹好他们的伤处。

诗篇 56:8

8 我几次流离，你都记数；求你把我眼泪装在你的皮袋里。这不都记在你册子上吗？

马太福音 5:4

4 哀恸的人有福了！因为他们必得安慰。

二 可以哀哭，主耶稣也哭了

约翰福音 11:33–36

33 耶稣看见她哭，并看见与她同来的犹太人也哭，就心里悲叹，又甚忧愁，34 便说：「你们把他安放在哪里？」他们回答说：「请主来看。」35 耶稣哭了。36 犹太人就说：「你看他爱这人是何等恳切。」

传道书 3:1，4

1 凡事都有定期，天下万务都有定时。4 哭有时，笑有时；哀恸有时，跳舞有时；

使徒行传 8:2

2 有虔诚的人把司提反埋葬了，为他捶胸大哭。

约伯记 1:20–21

20 约伯便起来，撕裂外袍，剃了头，伏在地上下拜，21 说：「我赤身出于母胎，也必赤身归回；赏赐的是耶和华，收取的也是耶和华。耶和华的名是应当称颂的。」

三 在主里睡了的人有指望

帖撒罗尼迦前书 4:13–14，16–18

13 论到睡了的人，我们不愿意弟兄们不知道，恐怕你们忧伤，像那些没有指望的人一样。14 我们若信耶稣死而复活了，那已经在耶稣里睡了的人，神也必将他们与耶稣一同带来。16 因为主必亲自从天降临，有呼叫的声音和天使长的声音，又有神的号吹响；那在基督里死了的人必先复活。17 以后我们这活着还存留的人必和他们一同被提到云里，在空中与主相遇。这样，我们就要和主永远同在。18 所以，你们当用这些话彼此劝慰。

约翰福音 11:25–26

25 耶稣对她说：「复活在我，生命也在我。信我的人虽然死了，也必复活；26 凡活着信我的人必永远不死。你信这话吗？」

腓立比书 1:21，23

21 因我活着就是基督，我死了就有益处。23 我正在两难之间，情愿离世与基督同在，因为这是好得无比的。

诗篇 116:15

15 在耶和华眼中，看圣民之死极为宝贵。

四 神要擦去一切的眼泪

以赛亚书 25:8

8 他已经吞灭死亡直到永远。主耶和华必擦去各人脸上的眼泪，又除掉普天下他百姓的羞辱，因为这是耶和华说的。

启示录 21:3–4

3 我听见有大声音从宝座出来说：「看哪，神的帐幕在人间。他要与人同住，他们要作他的子民。神要亲自与他们同在，作他们的神。4 神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛，因为以前的事都过去了。」

诗篇 30:5

5 因为，他的怒气不过是转眼之间；他的恩典乃是一生之久。一宿虽然有哭泣，早晨便必欢呼。

耶利米哀歌 3:31–33

31 因为主必不永远丢弃人。32 主虽使人忧愁，还要照他诸般的慈爱发怜悯。33 因他并不甘心使人受苦，使人忧愁。

哥林多后书 1:3–4

3 愿颂赞归与我们的主耶稣基督的父神，就是发慈悲的父，赐各样安慰的神。4 我们在一切患难中，他就安慰我们，叫我们能用神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人。

> 哀伤没有时间表。若悲伤让你长期难以入睡、进食或正常生活，欢迎与牧者谈谈，也可寻求医生或专业辅导的协助。

死亡、永生

在基督里，死亡不是终点

关于死亡、永生，圣经的教导包括：信徒不必怕死；离开身体，与主同住；复活在主，生命也在主；没有人能从他手中夺去；孩子离世时的安慰；永生与审判；给丧亲的人。本页按主题整理了 66 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 信徒不必怕死

诗篇 23:4

4 我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。

诗篇 23:6

6 我一生一世必有恩惠慈爱随着我；我且要住在耶和华的殿中，直到永远。

腓立比书 1:21

21 因我活着就是基督，我死了就有益处。

腓立比书 1:22–26 参阅全段

腓立比书 1:23

23 我正在两难之间，情愿离世与基督同在，因为这是好得无比的。

诗篇 116:15

15 在耶和华眼中，看圣民之死极为宝贵。

启示录 14:13

13 我听见从天上有声音说：「你要写下：从今以后，在主里面而死的人有福了！」圣灵说：「是的，他们息了自己的劳苦，做工的果效也随着他们。」

罗马书 14:8

8 我们若活着，是为主而活；若死了，是为主而死。所以，我们或活或死总是主的人。

诗篇 90:12

12 求你指教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。

希伯来书 2:14–15

14 儿女既同有血肉之体，他也照样亲自成了血肉之体，特要藉着死败坏那掌死权的，就是魔鬼，15 并要释放那些一生因怕死而为奴仆的人。

二 离开身体，与主同住

哥林多后书 5:1–8 参阅全段

哥林多后书 5:6–8

6 所以，我们时常坦然无惧，并且晓得我们住在身内，便与主相离。7 因我们行事为人是凭着信心，不是凭着眼见。8 我们坦然无惧，是更愿意离开身体与主同住。

约翰福音 14:1–4

1 「你们心里不要忧愁；你们信神，也当信我。2 在我父的家里有许多住处；若是没有，我就早已告诉你们了。我去原是为你们预备地方去。3 我若去为你们预备了地方，就必再来接你们到我那里去，我在哪里，

叫你们也在那里。[4]我往哪里去，你们知道；那条路，你们也知道（有古卷：我往哪里去，你们知道那条路）。」

帖撒罗尼迦前书 4:13–18 参阅全段
帖撒罗尼迦前书 5:9–11
[9]因为神不是预定我们受刑，乃是预定我们藉着我们主耶稣基督得救。[10]他替我们死，叫我们无论醒着，睡着，都与他同活。[11]所以，你们该彼此劝慰，互相建立，正如你们素常所行的。

三 复活在主，生命也在主

约翰福音 11:17–26 参阅全段
约翰福音 11:23–26
[23]耶稣说：「你兄弟必然复活。」[24]马大说：「我知道在末日复活的时候，他必复活。」[25]耶稣对她说：「复活在我，生命也在我。信我的人虽然死了，也必复活；[26]凡活着信我的人必永远不死。你信这话吗？」

哥林多前书 15:50–57
[50]弟兄们，我告诉你们说，血肉之体不能承受神的国，必朽坏的不能承受不朽坏的。[51]我如今把一件奥秘的事告诉你们：我们不是都要睡觉，乃是都要改变，[52]就在一霎时，眨眼之间，号筒末次吹响的时候。因号筒要响，死人要复活成为不朽坏的，我们也要改变。[53]这必朽坏的总要变成（变成：原文是穿；下同）不朽坏的，这必死的总要变成不死的。[54]这必朽坏的既变成不朽坏的，这必死的既变成不死的，那时经上所记「死被得胜吞灭」的话就应验了。[55]死啊！你得胜的权势在哪里？死啊！你的毒钩在哪里？[56]死的毒钩就是罪，罪的权势就是律法。[57]感谢神，使我们藉着我们的主耶稣基督得胜。

罗马书 8:16–17
[16]圣灵与我们的心同证我们是神的儿女；[17]既是儿女，便是后嗣，就是神的后嗣，和基督同作后嗣。如果我们和他一同受苦，也必和他一同得荣耀。

哥林多前书 15:20–22
[20]但基督已经从死里复活，成为睡了之人初熟的果子。[21]死既是因一人而来，死人复活也是因一人而来。[22]在亚当里众人都死了；照样，在基督里众人也都要复活。

四 没有人能从他手中夺去

罗马书 8:35–39 参阅全段
罗马书 8:38–39
[38]因为我深信无论是死，是生，是天使，是掌权的，是有能的，是现在的事，是将来的事，[39]是高处的，是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的。

约翰福音 10:14–15
[14]我是好牧人；我认识我的羊，我的羊也认识我，[15]正如父认识我，我也认识父一样；并且我为羊舍命。

约翰福音 10:27–30
[27]我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟着我。[28]我又赐给他们永生；他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。[29]我父把羊赐给我，他比万有都大，谁也不能从我父手里把他们夺去。[30]我与父原为一。」

五 孩子离世时的安慰

撒母耳记下 12:18–23 参阅全段

撒母耳记下 12:23

23 孩子死了，我何必禁食，我岂能使他返回呢？我必往他那里去，他却不能回我这里来。」

六 永生与审判

约翰福音 3:14–15

14 摩西在旷野怎样举蛇，人子也必照样被举起来，15 叫一切信他的都得永生（或译：叫一切信的人在他里面得永生）。

约翰福音 3:16

16 「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不致灭亡，反得永生。

约翰福音 3:36

36 信子的人有永生；不信子的人得不着永生（原文是不得见永生），神的震怒常在他身上。」

约翰一书 5:11–12

11 这见证就是神赐给我们永生；这永生也是在他儿子里面。12 人有了神的儿子就有生命，没有神的儿子就没有生命。

马太福音 25:31–46 参阅全段

马太福音 25:31–34

31 「当人子在他荣耀里、同着众天使降临的时候，要坐在他荣耀的宝座上。32 万民都要聚集在他面前。他要把他们分别出来，好像牧羊的分别绵羊山羊一般，33 把绵羊安置在右边，山羊在左边。34 于是王要向那右边的说：『你们这蒙我父赐福的，可来承受那创世以来为你们所预备的国；

马太福音 25:41

41 王又要向那左边的说：『你们这被咒诅的人，离开我！进入那为魔鬼和他的使者所预备的永火里去！

马太福音 25:46

46 这些人要往永刑里去；那些义人要往永生里去。」

启示录 21:1–4

1 我又看见一个新天新地；因为先前的天地已经过去了，海也不再有了。2 我又看见圣城新耶路撒冷由神那里从天而降，预备好了，就如新妇妆饰整齐，等候丈夫。3 我听见有大声音从宝座出来说：「看哪，神的帐幕在人间。他要与人同住，他们要作他的子民。神要亲自与他们同在，作他们的神。4 神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛，因为以前的事都过去了。」

七 给丧亲的人

约翰福音 11:33–35

33 耶稣看见她哭，并看见与她同来的犹太人也哭，就心里悲叹，又甚忧愁，34 便说：「你们把他安放在哪里？」他们回答说：「请主来看。」35 耶稣哭了。

帖撒罗尼迦前书 4:13

13 论到睡了的人，我们不愿意弟兄们不知道，恐怕你们忧伤，像那些没有指望的人一样。

> 若你正经历丧亲之痛，请不要独自承受。欢迎与牧者谈谈，让教会陪伴你走过这段日子。

安慰

赐各样安慰的神与你同在

关于安慰，圣经的教导包括：耶和华是我的牧者；神认识你、看顾你；神常与你同在；没有什么能叫我们与神的爱隔绝；他的恩典够你用；将来的荣耀；与哀哭的人同哭。本页按主题整理了 49 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 耶和华是我的牧者

诗篇 23 参阅全篇

约翰福音 10:11

11 我是好牧人；好牧人为羊舍命。

约翰福音 10:14–15

14 我是好牧人；我认识我的羊，我的羊也认识我，15 正如父认识我，我也认识父一样；并且我为羊舍命。

约翰福音 10:27–29

27 我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟着我。28 我又赐给他们永生；他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。29 我父把羊赐给我，他比万有都大，谁也不能从我父手里把他们夺去。

申命记 32:10–12

10 耶和华遇见他在旷野—荒凉野兽吼叫之地，就环绕他，看顾他，保护他，如同保护眼中的瞳人。11 又如鹰搅动巢窝，在雏鹰以上两翅搧展，接取雏鹰，背在两翼之上。12 这样，耶和华独自引导他，并无外邦神与他同在。

二 神认识你、看顾你

诗篇 139:1–12 参阅全段

诗篇 139:1–3

1 （大卫的诗，交与伶长。）耶和华啊，你已经鉴察我，认识我。2 我坐下，我起来，你都晓得；你从远处知道我的意念。3 我行路，我躺卧，你都细察；你也深知我一切所行的。

诗篇 139:9–10

9 我若展开清晨的翅膀，飞到海极居住，10 就是在那里，你的手必引导我；你的右手也必扶持我。

诗篇 103:8–18 参阅全段

诗篇 91:1–2

1 住在至高者隐密处的，必住在全能者的荫下。2 我要论到耶和华说：他是我的避难所，是我的山寨，是我的神，是我所倚靠的。

诗篇 34:18

18 耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。

三 神常与你同在

诗篇 73 参阅全篇

诗篇 73:23–24

23 然而，我常与你同在；你搀着我的右手。24 你要以你的训言引导我，以后必接我到荣耀里。

诗篇 55:22

22 你要把你的重担卸给耶和华，他必抚养你；他永不叫义人动摇。

哥林多后书 1:3–4

3 愿颂赞归与我们的主耶稣基督的父神，就是发慈悲的父，赐各样安慰的神。4 我们在一切患难中，他就安慰我们，叫我们能用神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人。

马太福音 8:23–27 参阅全段

以赛亚书 41:10

10 你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你；我必用我公义的右手扶持你。

以赛亚书 43:1–2

1 雅各啊，创造你的耶和华，以色列啊，造成你的那位，现在如此说：你不要害怕！因为我救赎了你。我曾提你的名召你，你是属我的。2 你从水中经过，我必与你同在；你蹚过江河，水必不漫过你；你从火中行过，必不被烧，火焰也不着在你身上。

诗篇 46:1

1 （可拉后裔的诗歌，交与伶长。调用女音。）神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。

四 没有什么能叫我们与神的爱隔绝

罗马书 8:31–39 参阅全段

罗马书 8:31

31 既是这样，还有甚么说的呢？神若帮助我们，谁能敌挡我们呢？

罗马书 8:38–39

38 因为我深信无论是死，是生，是天使，是掌权的，是有能的，是现在的事，是将来的事，39 是高处的，是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的。

罗马书 8:28

28 我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。

罗马书 11:33–36

33 深哉，神丰富的智慧和知识！他的判断何其难测！他的踪迹何其难寻！34 谁知道主的心？谁作过他的谋士呢？35 谁是先给了他，使他后来偿还呢？36 因为万有都是本于他，倚靠他，归于他。愿荣耀归给他，直到永远。阿们！

五 他的恩典够你用

哥林多后书 9:8

8 神能将各样的恩惠多多地加给你们，使你们凡事常常充足，能多行各样善事。

哥林多后书 12:7–10

7 又恐怕我因所得的启示甚大，就过于自高，所以有一根刺加在我肉体上，就是撒但的差役要攻击我，免得我过于自高。8 为这事，我三次求过主，叫这刺离开我。9 他对我说：「我的恩典够你用的，因为我的能力是在人的软弱上显得完全。」所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。10 我为基督的缘

故，就以软弱、凌辱、急难、逼迫、困苦为可喜乐的；因我甚么时候软弱，甚么时候就刚强了。

哥林多后书 12:9

9 他对我说：「我的恩典够你用的，因为我的能力是在人的软弱上显得完全。」所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。

六 将来的荣耀

罗马书 8:18

18 我想，现在的苦楚若比起将来要显于我们的荣耀就不足介意了。

启示录 21:1–4

1 我又看见一个新天新地；因为先前的天地已经过去了，海也不再有了。2 我又看见圣城新耶路撒冷由神那里从天而降，预备好了，就如新妇妆饰整齐，等候丈夫。3 我听见有大声音从宝座出来说：「看哪，神的帐幕在人间。他要与人同住，他们要作他的子民。神要亲自与他们同在，作他们的神。4 神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛，因为以前的事都过去了。」

启示录 21:3–4

3 我听见有大声音从宝座出来说：「看哪，神的帐幕在人间。他要与人同住，他们要作他的子民。神要亲自与他们同在，作他们的神。4 神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛，因为以前的事都过去了。」

七 与哀哭的人同哭

约翰福音 11:35

35 耶稣哭了。

罗马书 12:15

15 与喜乐的人要同乐；与哀哭的人要同哭。

坚忍

惟有忍耐到底的，必然得救

关于坚忍，圣经的教导包括：在患难中仍要忍耐；等候神的，必重新得力；存心忍耐，奔那摆在前头的路程；忍耐到底的，必然得救；神必保守我们到底。本页按主题整理了 41 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 在患难中仍要忍耐

雅各书 1:2–4

2 我的弟兄们，你们落在百般试炼中，都要以为大喜乐；3 因为知道你们的信心经过试验，就生忍耐。4 但忍耐也当成功，使你们成全、完备，毫无缺欠。

罗马书 5:3–5

3 不但如此，就是在患难中也是欢欢喜喜的；因为知道患难生忍耐，4 忍耐生老练，老练生盼望；5 盼望不至于羞耻，因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。

彼得前书 1:6–7

6 因此，你们是大有喜乐；但如今，在百般的试炼中暂时忧愁，7 叫你们的信心既被试验，就比那被火试验仍然能坏的金子更显宝贵，可以在耶稣基督显现的时候得着称赞、荣耀、尊贵。

约伯记 23:10

10 然而他知道我所行的路；他试炼我之后，我必如精金。

二 等候神的，必重新得力

以赛亚书 40:29–31

29 疲乏的，他赐能力；软弱的，他加力量。30 就是少年人也要疲乏困倦；强壮的也必全然跌倒。31 但那等候耶和华的必重新得力。他们必如鹰展翅上腾；他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。

诗篇 27:13–14

13 我若不信在活人之地得见耶和华的恩惠，就早已丧胆了。14 要等候耶和华！当壮胆，坚固你的心！我再说，要等候耶和华！

诗篇 40:1–2

1 （大卫的诗，交与伶长。）我曾耐性等候耶和华；他垂听我的呼求。2 他从祸坑里，从淤泥中，把我拉上来，使我的脚立在磐石上，使我脚步稳当。

哈巴谷书 3:17–18

17 虽然无花果树不发旺，葡萄树不结果，橄榄树也不效力，田地不出粮食，圈中绝了羊，棚内也没有牛；18 然而，我要因耶和华欢欣，因救我的神喜乐。

三 存心忍耐，奔那摆在前头的路程

希伯来书 12:1–3

1 我们既有这许多的见证人，如同云彩围着我们，就当放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪，存心忍耐，奔那摆在我们前头的路程，2 仰望为我们信心创始成终的耶稣（或译：仰望那将真道创始成终的耶稣）。他因那摆在前面的喜乐，就轻看羞辱，忍受了十字架的苦难，便坐在神宝座的右边。3 那忍受罪人

这样顶撞的，你们要思想，免得疲倦灰心。

希伯来书 10:35–36

35 所以，你们不可丢弃勇敢的心；存这样的心必得大赏赐。36 你们必须忍耐，使你们行完了神的旨意，就可以得着所应许的。

加拉太书 6:9

9 我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。

哥林多后书 4:16–18

16 所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。17 我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比、永远的荣耀。18 原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。

哥林多后书 4:8–10

8 我们四面受敌，却不被困住；心里作难，却不至失望；9 遭逼迫，却不被丢弃；打倒了，却不至死亡。10 身上常带着耶稣的死，使耶稣的生也显明在我们身上。

四 忍耐到底的，必然得救

马太福音 24:13

13 惟有忍耐到底的，必然得救。

启示录 2:10

10 你将要受的苦你不用怕。魔鬼要把你们中间几个人下在监里，叫你们被试炼，你们必受患难十日。你务要至死忠心，我就赐给你那生命的冠冕。

雅各书 5:10–11

10 弟兄们，你们要把那先前奉主名说话的众先知当作能受苦能忍耐的榜样。11 那先前忍耐的人，我们称他们是有福的。你们听见过约伯的忍耐，也知道主给他的结局，明显主是满心怜悯，大有慈悲。

五 神必保守我们到底

腓立比书 1:6

6 我深信那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子。

罗马书 8:37–39

37 然而，靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。38 因为我深信无论是死，是生，是天使，是掌权的，是有能的，是现在的事，是将来的事，39 是高处的，是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的。

彼得前书 5:10

10 那赐诸般恩典的神曾在基督里召你们，得享他永远的荣耀，等你们暂受苦难之后，必要亲自成全你们，坚固你们，赐力量给你们。

犹大书 1:24–25

24 那能保守你们不失脚、叫你们无瑕无疵、欢欢喜喜站在他荣耀之前的我们的救主一独一的神，25 愿荣耀、威严、能力、权柄，因我们的主耶稣基督归与他，从万古以前并现今，直到永永远远。阿们！

> 我们能坚忍到底，不是靠自己的毅力，乃是因为神亲自保守：那在你们心里动了善工的，必成全这工（腓立比书 1:6）。若你在苦难中觉得快撑不下去，请不要独自承受，欢迎与牧者谈谈。

逼迫

为义受逼迫的人有福了

关于逼迫，圣经的教导包括：世界为何恨我们；受逼迫时的回应；为基督受苦是有福的；持守信仰，不妥协；圣徒的榜样。本页按主题整理了 82 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 世界为何恨我们

约翰福音 15:18–21

18 「世人若恨你们，你们知道（或译：该知道），恨你们以先已经恨我了。19 你们若属世界，世界必爱属自己的；只因你们不属世界，乃是我从世界中拣选了你们，所以世界就恨你们。20 你们要记念我从前对你们所说的话：『仆人不能大于主人。』他们若逼迫了我，也要逼迫你们；若遵守了我的话，也要遵守你们的话。21 但他们因我的名要向你们行这一切的事，因为他们不认识那差我来的。

提摩太后书 3:10–14

10 但你已经服从了我的教训、品行、志向、信心、宽容、爱心、忍耐，11 以及我在安提阿、以哥念、路司得所遭遇的逼迫、苦难。我所忍受是何等的逼迫；但从这一切苦难中，主都把我救出来了。12 不但如此，凡立志在基督耶稣里敬虔度日的也都要受逼迫。13 只是作恶的和迷惑人的，必越久越恶，他欺哄人，也被人欺哄。14 但你所学习的，所确信的，要存在心里；因为你知道是跟谁学的，

约翰一书 3:1

1 你看父赐给我们是何等的慈爱，使我们得称为神的儿女；我们也真是他的儿女。世人所以不认识我们，是因未曾认识他。

创世记 4:2–7 参阅全段

约翰一书 3:12–14

12 不可像该隐；他是属那恶者，杀了他的兄弟。为甚么杀了他呢？因自己的行为是恶的，兄弟的行为是善的。13 弟兄们，世人若恨你们，不要以为希奇。14 我们因为爱弟兄，就晓得是已经出死入生了。没有爱心的，仍住在死中。

约翰福音 16:33

33 我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上，你们有苦难；但你们可以放心，我已经胜了世界。」

二 受逼迫时的回应

马太福音 5:38–42

38 「你们听见有话说：『以眼还眼，以牙还牙。』39 只是我告诉你们，不要与恶人作对。有人打你的右脸，连左脸也转过来由他打；40 有人想要告你，要拿你的里衣，连外衣也由他拿去；41 有人强逼你走一里路，你就同他走二里；42 有求你的，就给他；有向你借贷的，不可推辞。」

马太福音 5:43–48 参阅全段

马太福音 5:43–45

43 「你们听见有话说：『当爱你的邻舍，恨你的仇敌。』44 只是我告诉你们，要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告。45 这样就可以作你们天父的儿子；因为他叫日头照好人，也照歹人；降雨给义人，也给不义的人。

罗马书 12:14

14 逼迫你们的，要给他们祝福；只要祝福，不可咒诅。

使徒行传 7:60

60 又跪下大声喊着说：「主啊，不要将这罪归于他们！」说了这话，就睡了。扫罗也喜悦他被害。

马太福音 10:16

16 「我差你们去，如同羊进入狼群；所以你们要灵巧像蛇，驯良像鸽子。

马太福音 10:17–20

17 你们要防备人；因为他们要把你们交给公会，也要在会堂里鞭打你们，18 并且你们要为我的缘故被送到诸侯君王面前，对他们和外邦人作见证。19 你们被交的时候，不要思虑怎样说话，或说甚么话。到那时候，必赐给你们当说的话；20 因为不是你们自己说的，乃是你们父的灵在你们里头说的。

三 为基督受苦是有福的

彼得前书 4:12–16

12 亲爱的弟兄啊，有火炼的试验临到你们，不要以为奇怪（似乎是遭遇非常的事），13 倒要欢喜；因为你们是与基督一同受苦，使你们在他荣耀显现的时候，也可以欢喜快乐。14 你们若为基督的名受辱骂，便是有福的；因为神荣耀的灵常住在你们身上。15 你们中间却不可有人因为杀人、偷窃、作恶、好管闲事而受苦。16 若为作基督徒受苦，却不要羞耻，倒要因这名归荣耀给神。

提摩太后书 1:8–9

8 你不要以给我们的主作见证为耻，也不要以我这为主被囚的为耻；总要按神的能力，与我为福音同受苦难。9 神救了我们，以圣召召我们，不是按我们的行为，乃是按他的旨意和恩典；这恩典是万古之先，在基督耶稣里赐给我们的，

提摩太后书 2:3

3 你要和我同受苦难，好像基督耶稣的精兵。

提摩太后书 2:8–10

8 你要记念耶稣基督乃是大卫的后裔，他从死里复活，正合乎我所传的福音。9 我为这福音受苦难，甚至被捆绑，像犯人一样。然而神的道却不被捆绑。10 所以，我为选民凡事忍耐，叫他们也可以得着那在基督耶稣里的救恩和永远的荣耀。

帖撒罗尼迦前书 3:2–4

2 打发我们的兄弟在基督福音上作神执事的（作神执事的：有古卷是与神同工的）提摩太前去，坚固你们，并在你们所信的道上劝慰你们，3 免得有人被诸般患难摇动。因为你们自己知道，我们受患难原是命定的。4 我们在你们那里的时候，预先告诉你们，我们必受患难，以后果然应验了，你们也知道。

马太福音 5:10–12

10 为义受逼迫的人有福了！因为天国是他们的。11 「人若因我辱骂你们，逼迫你们，捏造各样坏话毁谤你们，你们就有福了！12 应当欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。在你们以前的先知，人也是这样逼迫他们。」

提摩太后书 4:6–8

6 我现在被浇奠，我离世的时候到了。7 那美好的仗我已经打过了，当跑的路我已经跑尽了，所信的道我已经守住了。8 从此以后，有公义的冠冕为我存留，就是按着公义审判的主到了那日要赐给我的；不但赐给我，也赐给凡爱慕他显现的人。

启示录 2:9–10

9 我知道你的患难，你的贫穷（你却是富足的），也知道那自称是犹太人所说的毁谤话，其实他们不是犹太人，乃是撒但一会的人。10 你将要受的苦你不用怕。魔鬼要把你们中间几个人下在监里，叫你们被试炼，你们必受患难十日。你务要至死忠心，我就赐给你那生命的冠冕。

腓立比书 1:29

29 因为你们蒙恩，不但得以信服基督，并要为他受苦。

四 持守信仰，不妥协

马太福音 13:1–9 参阅全段

马太福音 13:18–23 参阅全段

马太福音 13:20–21

20 撒在石头地上的，就是人听了道，当下欢喜领受，21 只因心里没有根，不过是暂时的，及至为道遭了患难，或是受了逼迫，立刻就跌倒了。

加拉太书 6:12

12 凡希图外貌体面的人都勉强你们受割礼，无非是怕自己为基督的十字架受逼迫。

诗篇 119:51

51 骄傲的人甚侮慢我，我却未曾偏离你的律法。

诗篇 119:61

61 恶人的绳索缠绕我，我却没有忘记你的律法。

诗篇 119:69

69 骄傲人编造谎言攻击我，我却要一心守你的训词。

使徒行传 4:18–20

18 于是叫了他们来，禁止他们总不可奉耶稣的名讲论教训人。19 彼得、约翰说：「听从你们，不听从神，这在神面前合理不合理，你们自己酌量吧！20 我们所看见所听见的，不能不说。」

使徒行传 5:17–32 参阅全段

使徒行传 5:29

29 彼得和众使徒回答说：「顺从神，不顺从人，是应当的。

使徒行传 5:41–42

41 他们离开公会，心里欢喜，因被算是配为这名受辱。42 他们就每日在殿里、在家里不住地教训人，传耶稣是基督。

五 圣徒的榜样

哥林多后书 4:8–9

8 我们四面受敌，却不被困住；心里作难，却不至失望；9 遭逼迫，却不被丢弃；打倒了，却不至死亡。

哥林多后书 11:23–29 参阅全段

使徒行传 16:25

25 约在半夜，保罗和西拉祷告，唱诗赞美神，众囚犯也侧耳而听。

使徒行传 21:12–13

12 我们和那本地的人听见这话，都苦劝保罗不要上耶路撒冷去。13 保罗说：「你们为甚么这样痛哭，使我心碎呢？我为主耶稣的名，不但被人捆绑，就是死在耶路撒冷也是愿意的。」

希伯来书 10:32–39 参阅全段

希伯来书 10:33–35

33 一面被毁谤，遭患难，成了戏景，叫众人观看；一面陪伴那些受这样苦难的人。34 因为你们体恤了那些
被捆锁的人，并且你们的家业被人抢去，也甘心忍受，知道自己有更美长存的家业。35 所以，你们不可丢
弃勇敢的心；存这样的心必得大赏赐。

彼得前书 3:13–22 参阅全段

彼得前书 3:13–14

13 你们若是热心行善，有谁害你们呢？14 你们就是为义受苦，也是有福的。不要怕人的威吓（的威吓：或
译所怕的），也不要惊慌；

彼得前书 3:17

17 神的旨意若是叫你们因行善受苦，总强如因行恶受苦。

彼得前书 4:3–5

3 因为往日随从外邦人的心意行邪淫、恶欲、醉酒、荒宴、群饮，并可恶拜偶像的事，时候已经够了。4 他
们在这些事上，见你们不与他们同奔那放荡无度的路，就以为怪，毁谤你们。5 他们必在那将要审判活人
死人的主面前交帐。

希伯来书 11:35–38

35 有妇人得自己的死人复活。又有人忍受严刑，不肯苟且得释放（原文是赎），为要得着更美的复活。
36 又有人忍受戏弄、鞭打、捆锁、监禁、各等的磨炼，37 被石头打死，被锯锯死，受试探，被刀杀，披着
绵羊、山羊的皮各处奔跑，受穷乏、患难、苦害，38 在旷野、山岭、山洞、地穴，飘流无定，本是世界不
配有的人。

仇敌

要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告

关于仇敌，圣经的教导包括：要爱你们的仇敌；为逼迫你们的人祷告；饶恕人，像神在基督里饶恕了你们；要祝福，不可咒诅；以善胜恶；不要自己伸冤，伸冤在主。本页按主题整理了 35 节和合本新约经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 要爱你们的仇敌

> 主耶稣吩咐我们爱仇敌——不是认同他们所做的恶，而是真心愿他们得着好处，像天父一样：他叫日头照好人，也照歹人。我们靠自己做不到，却能靠着那先爱我们的神去行。

马太福音 5:43–45

43 「你们听见有话说：『当爱你的邻舍，恨你的仇敌。』44 只是我告诉你们，要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告。45 这样就可以作你们天父的儿子；因为他叫日头照好人，也照歹人；降雨给义人，也给不义的人。

路加福音 6:27–28

27 「只是我告诉你们这听道的人，你们的仇敌，要爱他！恨你们的，要待他好！28 咒诅你们的，要为他祝福！凌辱你们的，要为他祷告！

路加福音 6:35–36

35 你们倒要爱仇敌，也要善待他们，并要借给人不指望偿还，你们的赏赐就必大了，你们也必作至高者的儿子；因为他恩待那忘恩的和作恶的。36 你们要慈悲，像你们的父慈悲一样。」

二 为逼迫你们的人祷告

> 为仇敌祷告是爱他们的开始。主耶稣在十字架上、司提反被石头打的时候，都为害他们的人求赦免。我们可以这样祷告：求神使他悔改、认识主、蒙恩得救；也求神保守我的心，不被苦毒捆绑。

路加福音 23:34

34 当下耶稣说：「父啊！赦免他们；因为他们所做的，他们不晓得。」兵丁就拈阄分他的衣服。

使徒行传 7:59–60

59 他们正用石头打的时候，司提反呼吁主说：「求主耶稣接收我的灵魂！」60 又跪下大声喊着说：「主啊，不要将这罪归于他们！」说了这话，就睡了。扫罗也喜悦他被害。

三 饶恕人，像神在基督里饶恕了你们

> 我们能饶恕人，是因为神先在基督里饶恕了我们极大的罪债。饶恕是一个决定：不再向对方追讨，不再把这事拿来报复，而是把这笔债交给神。伤痛深的时候，这个决定可能要一次又一次地重新交托；关系的修复则需要对方真实的悔改。

马太福音 6:14–15

14 「你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯；15 你们不饶恕人的过犯，你们的天父也必不饶恕你们的过犯。」

马太福音 18:21–22

21 那时，彼得进前来，对耶稣说：「主啊，我弟兄得罪我，我当饶恕他几次呢？到七次可以吗？」22 耶稣说：「我对你说，不是到七次，乃是到七十个七次。

马可福音 11:25

25 你们站着祷告的时候，若想起有人得罪你们，就当饶恕他，好叫你们在天上的父也饶恕你们的过犯。

以弗所书 4:31–32

31 一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒（或译：阴毒），都当从你们中间除掉；32 并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。

歌罗西书 3:13

13 倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。

四 要祝福，不可咒诅；以善胜恶

> 不以恶报恶，反倒用祝福、善待和实际的帮助回应。这样行是「把炭火堆在他的头上」——叫对方在良心里被神的恩典触动。我们不是被恶所胜，而是以善胜恶。

罗马书 12:14

14 逼迫你们的，要给他们祝福；只要祝福，不可咒诅。

罗马书 12:17–18

17 不要以恶报恶；众人以为美的事要留心去做。18 若是能行，总要尽力与众人和睦。

罗马书 12:20–21

20 所以，「你的仇敌若饿了，就给他吃，若渴了，就给他喝；因为你这样行就是把炭火堆在他的头上。」21 你不可为恶所胜，反要以善胜恶。

彼得前书 3:9

9 不以恶报恶，以辱骂还辱骂，倒要祝福；因你们是为此蒙召，好叫你们承受福气。

帖撒罗尼迦前书 5:15

15 你们要谨慎，无论是谁都不可以恶报恶；或是彼此相待，或是待众人，常要追求良善。

哥林多前书 4:12–13

12 并且劳苦，亲手做工。被人咒骂，我们就祝福；被人逼迫，我们就忍受；13 被人毁谤，我们就善劝。直到如今，人还把我们看作世界上的污秽，万物中的渣滓。

五 不要自己伸冤，伸冤在主

> 我们放下报复，不是因为恶不要紧，而是因为神是公义的审判者，他必按公义报应。人的怒气并不成就神的义。主耶稣受苦时不还口，「只将自己交托那按公义审判人的主」。我们也可以把愤怒和冤屈带到神面前，交托给他。

罗马书 12:19

19 亲爱的弟兄，不要自己伸冤，宁可让步，听凭主怒（或译：让人发怒）；因为经上记着：「主说：『伸冤在我，我必报应。』」

雅各书 1:19–20

19 我亲爱的弟兄们，这是你们所知道的。但你们各人要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒，20 因为人的怒气并不成就神的义。

彼得前书 2:21–23

21 你们蒙召原是为此；因基督也为你们受过苦，给你们留下榜样，叫你们跟随他的脚踪行。22 他并没有犯罪，口里也没有诡诈。23 他被骂不还口；受害不说威吓的话，只将自己交托那按公义审判人的主。

帖撒罗尼迦后书 1:6–7

6 神既是公义的，就必将患难报应那加患难给你们的人，7 也必使你们这受患难的人与我们同得平安。那时，主耶稣同他有能力的天使从天上在火焰中显现，

> 饶恕不等于假装没事，也不表示要继续留在受伤害的处境里。神设立执政掌权的「是神的用人，是伸冤的，刑罚那作恶的」（罗马书 13:4），必要时寻求保护或报警并不违背这些教导。若你正受到伤害，请先确保安全，也欢迎与牧者谈谈。

单身、择偶

单身是恩赐，婚姻要在主里

关于单身、择偶，圣经的教导包括：单身是神的恩赐；知足等候，先求神的国；择偶：只在主里面；交往中持守圣洁。本页按主题整理了 30 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 单身是神的恩赐

哥林多前书 7:7–8

7 我愿意众人像我一样；只是各人领受神的恩赐，一个是这样，一个是那样。8 我对着没有嫁娶的和寡妇说，若他们常像我就好。

哥林多前书 7:32–35

32 我愿你们无所挂虑。没有娶妻的，是为主的事挂虑，想怎样叫主喜悦。33 娶了妻的，是为世上的事挂虑，想怎样叫妻子喜悦。34 妇人和处女也有分别。没有出嫁的，是为主的事挂虑，要身体、灵魂都圣洁；已经出嫁的，是为世上的事挂虑，想怎样叫丈夫喜悦。35 我说这话是为你们的益处，不是要牢笼你们，乃是要叫你们行合宜的事，得以殷勤服事主，没有分心的事。

二 知足等候，先求神的国

马太福音 6:33

33 你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。

诗篇 37:4–5

4 又要以耶和华为乐，他就将你心里所求的赐给你。5 当将你的事交托耶和华，并倚靠他，他就必成全。

诗篇 27:14

14 要等候耶和华！当壮胆，坚固你的心！我再说，要等候耶和华！

腓立比书 4:11–13

11 我并不是因缺乏说这话；我无论在甚么景况都可以知足，这是我已经学会了。12 我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。13 我靠着那加给我力量的，凡事都能做。

箴言 3:5–6

5 你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，6 在你一切所行的事上都要认定他，他必指引你的路。

三 择偶：只在主里面

哥林多前书 7:39

39 丈夫活着的时候，妻子是被约束的；丈夫若死了，妻子就可以自由，随意再嫁，只是要嫁这在主里面的人。

哥林多后书 6:14

14 你们和不信的原不相配，不要同负一轭。义和不义有甚么相交呢？光明和黑暗有甚么相通呢？

箴言 31:30

30 艳丽是虚假的，美容是虚浮的；惟敬畏耶和华的妇女必得称赞。

箴言 18:22

22 得着贤妻的，是得着好处，也是蒙了耶和华的恩惠。

箴言 19:14

14 房屋钱财是祖宗所遗留的；惟有贤慧的妻是耶和华所赐的。

四 交往中持守圣洁

帖撒罗尼迦前书 4:3–5

3 神的旨意就是要你们成为圣洁，远避淫行；4 要你们各人晓得怎样用圣洁、尊贵守着自己的身体，5 不放纵私欲的邪情，像那不认识神的外邦人。

哥林多前书 6:18–20

18 你们要逃避淫行。人所犯的，无论甚么罪，都在身子以外，惟有行淫的，是得罪自己的身子。19 岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？这圣灵是从神而来，住在你们里头的；并且你们不是自己的人，20 因为你们是重价买来的。所以，要在你们的身子上荣耀神。

提摩太后书 2:22

22 你要逃避少年的私欲，同那清心祷告主的人追求公义、信德、仁爱、和平。

提摩太前书 5:1–2

1 不可严责老年人，只要劝他如同父亲；劝少年人如同弟兄；2 劝老年妇女如同母亲；劝少年妇女如同姊妹；总要清清洁洁的。

雅歌 8:4

4 耶路撒冷的众女子啊，我嘱咐你们：不要惊动、不要叫醒我所亲爱的，等他自己情愿（不要叫醒……情愿：或译不要激动爱情，等它自发）。

与不信者通婚

不要与不信的同负一轭

关于与不信者通婚，圣经的教导包括：神的吩咐；历史的教训；已与不信者结婚的信徒。本页按主题整理了 29 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神的吩咐

哥林多后书 6:14–16

14 你们和不信的原不相配，不要同负一轭。义和不义有甚么相交呢？光明和黑暗有甚么相通呢？ 15 基督和彼列（彼列就是撒但的别名）有甚么相和呢？信主的和不信主的有甚么相干呢？ 16 神的殿和偶像有甚么相同呢？因为我们是永生神的殿，就如神曾说：我要在他们中间居住，在他们中间来往；我要作他们的神；他们要作我的子民。

阿摩司书 3:3

3 二人若不同心，岂能同行呢？

哥林多前书 7:39

39 丈夫活着的时候，妻子是被约束的；丈夫若死了，妻子就可以自由，随意再嫁，只是要嫁这在主里面的人。

二 历史的教训

创世记 6:1–4

1 当人在世上多起来、又生女儿的时候， 2 神的儿子们看见人的女子美貌，就随意挑选，娶来为妻。 3 耶和华说：「人既属乎血气，我的灵就不永远住在他里面；然而他的日子还可到一百二十年。」 4 那时候有伟人在地上，后来神的儿子们和人的女子们交合生子；那就是上古英武有名的人。

出埃及记 34:16

16 又为你的儿子娶他们的女儿为妻，他们的女儿随从他们的神，就行邪淫，使你的儿子也随从她们的神行邪淫。

约书亚记 23:12–13

12 你们若稍微转去，与你们中间所剩下的这些国民联络，彼此结亲，互相往来， 13 你们要确实知道，耶和华—你们的神必不再将他们从你们眼前赶出；他们却要成为你们的网罗、机槛、肋上的鞭、眼中的刺，直到你们在耶和华—你们神所赐的这美地上灭亡。

以斯拉记 9:1–15 参阅全段

以斯拉记 9:2

2 因他们为自己和儿子娶了这些外邦女子为妻，以致圣洁的种类和这些国的民混杂；而且首领和官长在这事上为罪魁。」

尼希米记 13:23–27

23 那些日子，我也见犹大人娶了亚实突、亚扪、摩押的女子为妻。 24 他们的儿女说话，一半是亚实突的话，不会说犹大的话，所说的是照着各族的方言。 25 我就斥责他们，咒诅他们，打了他们几个人，拔下他们的头发，叫他们指着神起誓，必不将自己的女儿嫁给外邦人的儿子，也不为自己和儿子娶他们的女儿。 26 我又说：「以色列王所罗门不是在这样的事上犯罪吗？在多国中并没有一王像他，且蒙他神所爱，神立

他作以色列全国的王；然而连他也被外邦女子引诱犯罪。[27]如此，我岂听你们行这大恶，娶外邦女子干犯我们的神呢？」

申命记 7:3–4

[3]不可与他们结亲。不可将你的女儿嫁他们的儿子，也不可叫你的儿子娶他们的女儿；[4]因为他必使你儿子转离不跟从主，去事奉别神，以致耶和华的怒气向你们发作，就速速地将你们灭绝。

列王纪上 11:1–4

[1]所罗门王在法老的女儿之外，又宠爱许多外邦女子，就是摩押女子、亚扪女子、以东女子、西顿女子、赫人女子。[2]论到这些国的人，耶和华曾晓谕以色列人说：「你们不可与她们往来相通，因为她们必诱惑你们的心去随从她们的神。」所罗门却恋爱这些女子。[3]所罗门有妃七百，都是公主；还有嫔三百。这些妃嫔诱惑他的心。[4]所罗门年老的时候，他的妃嫔诱惑他的心去随从别神，不效法他父亲大卫诚诚实实地顺服耶和华—他的神。

三 已与不信者结婚的信徒

哥林多前书 7:12–16 参阅全段

哥林多前书 7:12–14

[12]我对其余的人说（不是主说）：倘若某弟兄有不信的妻子，妻子也情愿和他同住，他就不要离弃妻子。[13]妻子有不信的丈夫，丈夫也情愿和她同住，她就不要离弃丈夫。[14]因为不信的丈夫就因着妻子成了圣洁，并且不信的妻子就因着丈夫（原文是弟兄）成了圣洁。不然，你们的儿女就不洁净，但如今他们是圣洁的了。

彼得前书 3:1–2

[1]你们作妻子的要顺服自己的丈夫；这样，若有不信从道理的丈夫，他们虽然不听道，也可以因妻子的品行被感化过来；[2]这正是因看见你们有贞洁的品行和敬畏的心。

婚姻、夫妻关系

如同基督与教会

关于婚姻、夫妻关系，圣经的教导包括：神设立婚姻；婚姻反映基督与教会；丈夫的呼召；妻子的呼召；守护婚姻的和睦。本页按主题整理了 48 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神设立婚姻

创世记 2:18–25 参阅全段

创世记 2:18，24

18 耶和华神说：「那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他。」24 因此，人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。

创世记 2:18

18 耶和华神说：「那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他。」

箴言 18:22

22 得着贤妻的，是得着好处，也是蒙了耶和华的恩惠。

传道书 4:9–12

9 两个人总比一个人好，因为二人劳碌同得美好的果效。10 若是跌倒，这人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，没有别人扶起他来，这人就有祸了。11 再者，二人同睡就都暖和，一人独睡怎能暖和呢？12 有人攻胜孤身一人，若有二人便能敌挡他；三股合成的绳子不容易折断。

雅歌 8:6–7

6 求你将我放在你心上如印记，带在你臂上如戳记。因为爱情如死之坚强，嫉恨如阴间之残忍；所发的电光是火焰的电光，是耶和华的烈焰。7 爱情，众水不能息灭，大水也不能淹没。若有人拿家中所有的财宝要换爱情，就全被藐视。

二 婚姻反映基督与教会

以弗所书 5:23

23 因为丈夫是妻子的头，如同基督是教会的头；他又是教会全体的救主。

以弗所书 5:31–32

31 为这个缘故，人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。32 这是极大的奥秘，但我是指着基督和教会说的。

以弗所书 5:25，32

25 你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。32 这是极大的奥秘，但我是指着基督和教会说的。

三 丈夫的呼召

以弗所书 5:23

23 因为丈夫是妻子的头，如同基督是教会的头；他又是教会全体的救主。

以弗所书 5:25

25 你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。

以弗所书 5:25–33 参阅全段

歌罗西书 3:19

19 你们作丈夫的，要爱你们的妻子，不可苦待她们。

彼得前书 3:7

7 你们作丈夫的也要按情理（原文是知识）和妻子同住；因她比你软弱（比你软弱：原文作是软弱的器皿），与你一同承受生命之恩的，所以要敬重她。这样，便叫你们的祷告没有阻碍。

提摩太前书 3:4

4 好好管理自己的家，使儿女凡事端庄顺服（或译：端端庄庄地使儿女顺服）。

以弗所书 6:4

4 你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。

四 妻子的呼召

以弗所书 5:22–24

22 你们作妻子的，当顺服自己的丈夫，如同顺服主。23 因为丈夫是妻子的头，如同基督是教会的头；他又是教会全体的救主。24 教会怎样顺服基督，妻子也要怎样凡事顺服丈夫。

歌罗西书 3:18

18 你们作妻子的，当顺服自己的丈夫，这在主里面是相宜的。

彼得前书 3:1–2

1 你们作妻子的要顺服自己的丈夫；这样，若有不信从道理的丈夫，他们虽然不听道，也可以因妻子的品行被感化过来；2 这正是因看见你们有贞洁的品行和敬畏的心。

提摩太前书 2:11–14

11 女人要沉静学道，一味地顺服。12 我不许女人讲道，也不许她辖管男人，只要沉静。13 因为先造的是亚当，后造的是夏娃，14 且不是亚当被引诱，乃是女人被引诱，陷在罪里。

箴言 31:10–31 参阅全段

箴言 31:10–11

10 才德的妇人谁能得着呢？她的价值远胜过珍珠。11 她丈夫心里倚靠她，必不缺少利益；

箴言 31:30

30 艳丽是虚假的，美容是虚浮的；惟敬畏耶和华的妇女必得称赞。

彼得前书 3:3–4

3 你们不要以外面的辫头发，戴金饰，穿美衣为妆饰，4 只要以里面存着长久温柔、安静的心为妆饰；这在神面前是极宝贵的。

五 守护婚姻的和睦

加拉太书 5:15

15 你们要谨慎，若相咬相吞，只怕要彼此消灭了。

马太福音 5:23–24

23 所以，你在祭坛上献礼物的时候，若想起弟兄向你怀怨，24 就把礼物留在坛前，先去同弟兄和好，然后

来献礼物。

罗马书 12:18

18 若是能行，总要尽力与众人和睦。

马太福音 12:25

25 耶稣知道他们的意念，就对他们说：「凡一国自相纷争，就成为荒场；一城一家自相纷争，必站立不住；

撒母耳记下 18:33

33 王就心里伤恸，上城门楼去哀哭，一面走一面说：「我儿押沙龙啊！我儿，我儿押沙龙啊！我恨不得替你死，押沙龙啊，我儿！我儿！」

以弗所书 4:26

26 生气却不要犯罪；不可含怒到日落，

以弗所书 4:32

32 并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。

哥林多前书 13:4–7

4 爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒；爱是不自夸，不张狂，5 不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，6 不喜欢不义，只喜欢真理；7 凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。

性生活

婚姻中的亲密是神美好的赐予

关于性生活，圣经的教导包括：神美好的设计；夫妻彼此的责任。本页按主题整理了 13 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神美好的设计

希伯来书 13:4

4 婚姻，人人都当尊重，床也不可污秽；因为苟合行淫的人，神必要审判。

箴言 5:18–20

18 要使你的泉源蒙福；要喜悦你幼年所娶的妻。19 她如可爱的麀鹿，可喜的母鹿；愿她的胸怀使你时时知足，她的爱情使你常常恋慕。20 我儿，你为何恋慕淫妇？为何抱外女的胸怀？

创世记 2:24–25

24 因此，人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。25 当时夫妻二人赤身露体，并不羞耻。

箴言 5:15–17

15 你要喝自己池中的水，饮自己井里的活水。16 你的泉源岂可涨溢在外？你的河水岂可流在街上？17 惟独归你一人，不可与外人同用。

雅歌 参阅全书

二 夫妻彼此的责任

哥林多前书 7:3

3 丈夫当用合宜之分待妻子；妻子待丈夫也要如此。

哥林多前书 7:4

4 妻子没有权柄主张自己的身子，乃在丈夫；丈夫也没有权柄主张自己的身子，乃在妻子。

哥林多前书 7:5

5 夫妻不可彼此亏负，除非两相情愿，暂时分房，为要专心祷告方可；以后仍要同房，免得撒但趁着你们情不自禁，引诱你们。

哥林多前书 7:2

2 但要免淫乱的事，男子当各有自己的妻子；女子也当各有自己的丈夫。

不孕、流产

神记念你的每一滴眼泪

关于不孕、流产，圣经的教导包括：在神面前倾心吐意；儿女是神的赏赐，生命在神手中；失去孩子的哀伤，神都知道；你的价值与盼望不在于生育。本页按主题整理了 25 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 在神面前倾心吐意

撒母耳记上 1:10，15–16

10 哈拿心里愁苦，就痛痛哭泣，祈祷耶和华，15 哈拿回答说：「主啊，不是这样。我是心里愁苦的妇人，清酒浓酒都没有喝，但在耶和华面前倾心吐意。16 不要将婢女看作不正经的女子。我因被人激动，愁苦太多，所以祈求到如今。」

创世记 25:21

21 以撒因他妻子不生育，就为她祈求耶和华；耶和华应允他的祈求，他的妻子利百加就怀了孕。

诗篇 62:8

8 你们众民当时时倚靠他，在他面前倾心吐意；神是我们的避难所。（细拉）

> 神有能力、也有权能赐下儿女，但这是出于神主权的恩典。信徒当恳切祷告祈求；若神不赐下，也当顺服神，并相信他必使万事互相效力，叫爱神的人得益处。

二 儿女是神的赏赐，生命在神手中

诗篇 127:3

3 儿女是耶和华所赐的产业；所怀的胎是他所给的赏赐。

撒母耳记上 1:5

5 给哈拿的却是双分，因为他爱哈拿。无奈耶和华不使哈拿生育。

诗篇 139:13–16

13 我的肺腑是你所造的；我在母腹中，你已覆庇我。14 我要称谢你，因我受造，奇妙可畏；你的作为奇妙，这是我心深知道的。15 我在暗中受造，在地的深处被联络；那时，我的形体并不向你隐藏。16 我未成形的体质，你的眼早已看见了；你所定的日子，我尚未度一日（或译：我被造的肢体尚未有其一），你都写在你的册上了。

约伯记 1:21

21 说：「我赤身出于母胎，也必赤身归回；赏赐的是耶和华，收取的也是耶和华。耶和华的名是应当称颂的。」

三 失去孩子的哀伤，神都知道

诗篇 34:18

18 耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。

诗篇 56:8

8 我几次流离，你都记数；求你把我眼泪装在你的皮袋里。这不都记在你册子上吗？

以赛亚书 49:15

15 妇人焉能忘记她吃奶的婴孩，不怜恤她所生的儿子？即或有忘记的，我却不忘记你。

哥林多后书 1:3–4

3 愿颂赞归与我们的主耶稣基督的父神，就是发慈悲的父，赐各样安慰的神。4 我们在一切患难中，他就安慰我们，叫我们能用神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人。

四 你的价值与盼望不在于生育

以赛亚书 56:4–5

4 因为耶和华如此说：那些谨守我的安息日，拣选我所喜悦的事，持守我约的太监，5 我必使他们在我殿中，在我墙内，有记念，有名号，比有儿女的更美。我必赐他们永远的名，不能剪除。

耶利米哀歌 3:22–24

22 我们不致消灭，是出于耶和华诸般的慈爱；是因他的怜悯不致断绝。23 每早晨，这都是新的；你的诚实极其广大！24 我心里说：耶和华是我的分，因此，我要仰望他。

罗马书 8:28

28 我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。

哥林多后书 12:9

9 他对我说：「我的恩典够你用的，因为我的能力是在人的软弱上显得完全。」所以，我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。

启示录 21:4

4 神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛，因为以前的事都过去了。」

> 不孕与流产的伤痛常常无人知晓。欢迎夫妻一同与牧者谈谈，我们愿意倾听、为你们祷告；身体方面也请寻求医生的协助。

离婚

神看重婚约，人当珍惜

关于离婚，圣经的教导包括：神看重婚约；耶稣的教导；配偶不信主时；先寻求和好；给已经离婚的人。本页按主题整理了 32 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神看重婚约

玛拉基书 2:13–16

13 你们又行了一件这样的事，使前妻叹息哭泣的眼泪遮盖耶和华的坛，以致耶和华不再看顾那供物，也不乐意从你们手中收纳。14 你们还说：「这是为甚么呢？」因耶和华在你和你幼年所娶的妻中间作见证。她虽是你的配偶，又是你盟约的妻，你却以诡诈待她。15 虽然神有灵的余力能造多人，他不是单造一人吗？为何只造一人呢？乃是他愿人得虔诚的后裔。所以当谨守你们的心，谁也不可以诡诈待幼年所娶的妻。16 耶和华—以色列的神说：「休妻的事和以强暴待妻的人都是我所恨恶的！所以当谨守你们的心，不可行诡诈。」这是万军之耶和华说的。

玛拉基书 2:16

16 耶和华—以色列的神说：「休妻的事和以强暴待妻的人都是我所恨恶的！所以当谨守你们的心，不可行诡诈。」这是万军之耶和华说的。

罗马书 7:1–3

1 弟兄们，我现在对明白律法的人说，你们岂不晓得律法管人是在活着的时候吗？2 就如女人有了丈夫，丈夫还活着，就被律法约束；丈夫若死了，就脱离了丈夫的律法。3 所以丈夫活着，她若归于别人，便叫淫妇；丈夫若死了，她就脱离了丈夫的律法，虽然归于别人，也不是淫妇。

箴言 2:16–17

16 智慧要救你脱离淫妇，就是那油嘴滑舌的外女。17 她离弃幼年的配偶，忘了神的盟约。

哥林多前书 7:39

39 丈夫活着的时候，妻子是被约束的；丈夫若死了，妻子就可以自由，随意再嫁，只是要嫁这在主里面的人。

二 耶稣的教导

马太福音 5:31–32

31 「又有话说：『人若休妻，就当给她休书。』32 只是我告诉你们，凡休妻的，若不是为淫乱的缘故，就是叫她作淫妇了；人若娶这被休的妇人，也是犯奸淫了。」

马太福音 19:3–9 参阅全段

马太福音 19:4–6

4 耶稣回答说：「那起初造人的，是造男造女，5 并且说：『因此，人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。』这经你们没有念过吗？6 既然如此，夫妻不再是两个人，乃是一体的了。所以，神配合的，人不可分开。」

申命记 24:1–4

1 「人若娶妻以后，见她有甚么不合理的事，不喜悦她，就可以写休书交在她手中，打发她离开夫家。2 妇人离开夫家以后，可以去嫁别人。3 后夫若恨恶她，写休书交在她手中，打发她离开夫家，或是娶她为妻

的后夫死了，[4]打发她去的前夫不可在妇人玷污之后再娶她为妻，因为这是耶和华所憎恶的；不可使耶和华—你神所赐为业之地被玷污了。」

马太福音 19:8

[8]耶稣说：「摩西因为你们的心硬，所以许你们休妻，但起初并不是这样。

三 配偶不信主时

哥林多前书 7:10–16 参阅全段

哥林多前书 7:15

[15]倘若那不信的人要离去，就由他离去吧！无论是弟兄，是姊妹，遇着这样的事都不必拘束。神召我们原是要我们和睦。

四 先寻求和好

罗马书 12:18

[18]若是能行，总要尽力与众人和睦。

马太福音 5:23–24

[23]所以，你在祭坛上献礼物的时候，若想起弟兄向你怀怨，[24]就把礼物留在坛前，先去同弟兄和好，然后来献礼物。

马太福音 18:15–18

[15]「倘若你的弟兄得罪你，你就去，趁着只有他和你在一处的时候，指出他的错来。他若听你，你便得了你的弟兄；[16]他若不听，你就另外带一两个人同去，要凭两三个人的口作见证，句句都可定准。[17]若是不听他们，就告诉教会；若是不听教会，就看他像外邦人和税吏一样。[18]「我实在告诉你们，凡你们在地上所捆绑的，在天上也要捆绑；凡你们在地上所释放的，在天上也要释放。

何西阿书 3:1

[1]耶和华对我说：「你再去爱一个淫妇，就是她情人所爱的；好像以色列人，虽然偏向别神，喜爱葡萄饼，耶和华还是爱他们。」

五 给已经离婚的人

以赛亚书 54:4–5

[4]不要惧怕，因你必不致蒙羞；也不要抱愧，因你必不致受辱。你必忘记幼年的羞愧，不再记念你寡居的羞辱。[5]因为造你的是你的丈夫；万军之耶和华是他的名。救赎你的是以色列的圣者；他必称为全地之神。

教养儿女

照着主的教训和警戒养育儿女

关于教养儿女，圣经的教导包括：以神为中心的家；父亲的责任；爱中的管教；以利的鉴戒。本页按主题整理了 27 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 以神为中心的家

申命记 6:6–7

6 我今日所吩咐你的话都要记在心上，7 也要殷勤教训你的儿女。无论你坐在家里，行在路上，躺下，起来，都要谈论。

诗篇 127:1–2

1 （所罗门上行之诗。）若不是耶和华建造房屋，建造的人就枉然劳力；若不是耶和华看守城池，看守的人就枉然警醒。2 你们清晨早起，夜晚安歇，吃劳碌得来的饭，本是枉然；惟有耶和华所亲爱的，必叫他安然睡觉。

诗篇 127:3

3 儿女是耶和华所赐的产业；所怀的胎是他所给的赏赐。

箴言 22:6

6 教养孩童，使他走当行的道，就是到老他也不偏离。

申命记 6:4–5

4 「以色列啊，你要听！耶和华—我们神是独一的主。5 你要尽心、尽性、尽力爱耶和华—你的神。

诗篇 78:4–7

4 我们不将这些事向他们的子孙隐瞒，要将耶和华的美德和他的能力，并他奇妙的作为，述说给后代听。5 因为，他在雅各中立法度，在以色列中设律法；是他吩咐我们祖宗要传给子孙的，6 使将要生的后代子孙可以晓得；他们也要起来告诉他们的子孙，7 好叫他们仰望神，不忘记神的作为，惟要守他的命令。

提摩太后书 3:14–15

14 但你所学习的，所确信的，要存在心里；因为你知道是跟谁学的，15 并且知道你是从小明白圣经，这圣经能使你因信基督耶稣，有得救的智慧。

以弗所书 6:1–3

1 你们作儿女的，要在主里听从父母，这是理所当然的。2–3 要孝敬父母，使你得福，在世长寿。这是第一条带应许的诫命。

二 父亲的责任

以弗所书 6:4

4 你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。

以弗所书 6:4

4 你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。

歌罗西书 3:21

21 你们作父亲的，不要惹儿女的气，恐怕他们失了志气。

提摩太前书 3:4

4 好好管理自己的家，使儿女凡事端庄顺服（或译：端端庄庄地使儿女顺服）。

三 爱中的管教

箴言 13:24

24 不忍用杖打儿子的，是恨恶他；疼爱儿子的，随时管教。

箴言 22:15

15 愚蒙迷住孩童的心，用管教的杖可以远远赶除。

箴言 23:13–14

13 不可不管教孩童；你用杖打他，他必不至于死。14 你要用杖打他，就可以救他的灵魂免下阴间。

箴言 29:15

15 杖打和责备能加增智慧；放纵的儿子使母亲羞愧。

箴言 29:17

17 管教你的儿子，他就使你得安息，也必使你心里喜乐。

希伯来书 12:5–11 参阅全段

四 以利的鉴戒

撒母耳记上 3:1–18 参阅全段

撒母耳记上 3:13

13 我曾告诉他必永远降罚与他的家，因他知道儿子作孽，自招咒诅，却不禁止他们。

儿女

儿女是耶和华所赐的产业

关于儿女，圣经的教导包括：儿女是神所赐的产业；在神的约中；主喜爱小孩子；孩子离世时的安慰。本页按主题整理了 25 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 儿女是神所赐的产业

诗篇 127:3–5

3 儿女是耶和华所赐的产业；所怀的胎是他所给的赏赐。4 少年时所生的儿女好像勇士手中的箭。5 箭袋充满的人便为有福；他们在城门口和仇敌说话的时候，必不至于羞愧。

诗篇 127:3

3 儿女是耶和华所赐的产业；所怀的胎是他所给的赏赐。

诗篇 139:13–16

13 我的肺腑是你所造的；我在母腹中，你已覆庇我。14 我要称谢你，因我受造，奇妙可畏；你的作为奇妙，这是我心深知道的。15 我在暗中受造，在地的深处被联络；那时，我的形体并不向你隐藏。16 我未成形的体质，你的眼早已看见了；你所定的日子，我尚未度一日（或译：我被造的肢体尚未有其一），你都写在你的册上了。

箴言 17:6

6 子孙为老人的冠冕；父亲是儿女的荣耀。

二 在神的约中

创世记 17:7

7 我要与你并你世世代代的后裔坚立我的约，作永远的约，是要作你和你后裔的神。

使徒行传 2:39

39 因为这应许是给你们和你们的儿女，并一切在远方的人，就是主—我们神所召来的。」

诗篇 78:4–7

4 我们不将这些事向他们的子孙隐瞒，要将耶和华的美德和他的能力，并他奇妙的作为，述说给后代听。5 因为，他在雅各中立法度，在以色列中设律法；是他吩咐我们祖宗要传给子孙的，6 使将要生的后代子孙可以晓得；他们也要起来告诉他们的子孙，7 好叫他们仰望神，不忘记神的作为，惟要守他的命令。

提摩太后书 3:14–15

14 但你所学习的，所确信的，要存在心里；因为你知道是跟谁学的，15 并且知道你是从小明白圣经，这圣经能使你因信基督耶稣，有得救的智慧。

三 主喜爱小孩子

诗篇 8:2

2 你因敌人的缘故，从婴孩和吃奶的口中，建立了能力，使仇敌和报仇的闭口无言。

马太福音 21:15–16

15 祭司长和文士看见耶稣所行的奇事，又见小孩子在殿里喊着说：「和散那归于大卫的子孙！」就甚恼
怒，16 对他说：「这些人所说的，你听见了吗？」耶稣说：「是的。经上说『你从婴孩和吃奶的口中完全
了赞美』的话，你们没有念过吗？」

马太福音 19:13–15

13 那时，有人带着小孩子来见耶稣，要耶稣给他们按手祷告，门徒就责备那些人。14 耶稣说：「让小孩子
到我这里来，不要禁止他们；因为在天国的，正是这样的人。」15 耶稣给他们按手，就离开那地方去了。

马太福音 18:10

10 「你们要小心，不可轻看这小子里的一个；我告诉你们，他们的使者在天上，常见我天父的面。（有古
卷加：

四 孩子离世时的安慰

撒母耳记下 12:18–23 参阅全段

撒母耳记下 12:23

23 孩子死了，我何必禁食，我岂能使他返回呢？我必往他那里去，他却不能回我这里来。」

青少年

趁着年幼，当记念造你的主

关于青少年，圣经的教导包括：年轻时记念创造主；听从父母，接受管教；不随从恶人；刚强站立；年轻人的好榜样。本页按主题整理了 59 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 年轻时记念创造主

传道书 11:9–10

9 少年人哪，你在幼年时当快乐。在幼年的日子，使你的心欢畅，行你心所愿行的，看你眼所爱看的；却要知道，为这一切的事，神必审问你。10 所以，你当从心中除掉愁烦，从肉体克去邪恶；因为一生的开端和幼年之时，都是虚空的。

传道书 12:1

1 你趁着年幼、衰败的日子尚未来到，就是你所说，我毫无喜乐的那些年日未曾临近之先，当记念造你的主。

箴言 3:1–4

1 我儿，不要忘记我的法则（或译：指教）；你心要谨守我的诫命；2 因为它必将长久的日子，生命的年数与平安，加给你。3 不可使慈爱、诚实离开你，要系在你颈项上，刻在你心版上。4 这样，你必在神和世人眼前蒙恩宠，有聪明。

箴言 3:5–6

5 你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，6 在你一切所行的事上都要认定他，他必指引你的路。

箴言 1:7

7 敬畏耶和华是知识的开端；愚妄人藐视智慧和训诲。

箴言 9:10–11

10 敬畏耶和华是智慧的开端；认识至圣者便是聪明。11 你藉着我，日子必增多，年岁也必加添。

箴言 15:33

33 敬畏耶和华是智慧的训诲；尊荣以前，必有谦卑。

诗篇 119:9–11

9 少年人用甚么洁净他的行为呢？是要遵行你的话！10 我一心寻求了你；求你不要叫我偏离你的命令。11 我将你的话藏在心里，免得我得罪你。

传道书 12:13

13 这些事都已听见了，总意就是：敬畏神，谨守他的诫命，这是人所当尽的本分（或译：这是众人的本分）。

二 听从父母，接受管教

箴言 1:7

7 敬畏耶和华是知识的开端；愚妄人藐视智慧和训诲。

箴言 1:8–9

8 我儿，要听你父亲的训诲，不可离弃你母亲的法则（或译：指教）；9 因为这要作你头上的华冠，你项上的金链。

箴言 4:1–4

1 众子啊，要听父亲的教训，留心得知聪明。2 因我所给你们的是好教训；不可离弃我的法则（或译：指教）。3 我在父亲面前为孝子，在母亲眼中为独一的娇儿。4 父亲教训我说：你心要存记我的言语，遵守我的命令，便得存活。

箴言 6:20–24

20 我儿，要谨守你父亲的诫命；不可离弃你母亲的法则（或译：指教），21 要常系在你心上，挂在你项上。22 你行走，它必引导你；你躺卧，它必保守你；你睡醒，它必与你谈论。23 因为诫命是灯，法则（或译：指教）是光，训诲的责备是生命的道，24 能保你远离恶妇，远离外女谄媚的舌头。

箴言 3:11–12

11 我儿，你不可轻看耶和华的管教（或译：惩治），也不可厌烦他的责备；12 因为耶和华所爱的，他必责备，正如父亲责备所喜爱的儿子。

希伯来书 12:5–11 参阅全段

箴言 12:1

1 喜爱管教的，就是喜爱知识；恨恶责备的，却是畜类。

箴言 15:32

32 弃绝管教的，轻看自己的生命；听从责备的，却得智慧。

箴言 13:24

24 不忍用杖打儿子的，是恨恶他；疼爱儿子的，随时管教。

出埃及记 20:12

12 「当孝敬父母，使你的日子在耶和华—你神所赐你的地上得以长久。

以弗所书 6:1–3

1 你们作儿女的，要在主里听从父母，这是理所当然的。2–3 要孝敬父母，使你得福，在世长寿。这是第一条带应许的诫命。

歌罗西书 3:20

20 你们作儿女的，要凡事听从父母，因为这是主所喜悦的。

路加福音 2:51

51 他就同他们下去，回到拿撒勒，并且顺从他们。他母亲把这一切的事都存在心里。

三 不随从恶人

箴言 1:10–19 参阅全段

箴言 1:10

10 我儿，恶人若引诱你，你不可随从。

箴言 1:15

15 我儿，不要与他们同行一道，禁止你脚走他们的路。

箴言 4:14–15

14 不可行恶人的路；不要走坏人的道。15 要躲避，不可经过；要转身而去。

提摩太后书 2:22

22 你要逃避少年的私欲，同那清心祷告主的人追求公义、信德、仁爱、和平。

四 刚强站立

哥林多前书 15:58

58 所以，我亲爱的弟兄们，你们务要坚固，不可摇动，常常竭力多做主工；因为知道，你们的劳苦在主里面不是徒然的。

以弗所书 6:10–18 参阅全段

以弗所书 6:10–11

10 我还有末了的话：你们要靠着主，倚赖他的大能大力作刚强的人。11 要穿戴神所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。

提摩太前书 4:12

12 不可叫人小看你年轻，总要在言语、行为、爱心、信心、清洁上，都作信徒的榜样。

五 年轻人的好榜样

创世记 39 参阅全章

创世记 39:9–10

9 在这家里没有比我大的；并且他没有留下一样不交给我，只留下了你，因为你是他的妻子。我怎能作这大恶，得罪神呢？」10 后来她天天和约瑟说，约瑟却不听从她，不与她同寝，也不和她在一处。

但以理书 1:8–9

8 但以理却立志不以王的膳和王所饮的酒玷污自己，所以求太监长容他不玷污自己。9 神使但以理在太监长眼前蒙恩惠，受怜悯。

但以理书 6 参阅全章

但以理书 6:10

10 但以理知道这禁令盖了玉玺，就到自己家里（他楼上的窗户开向耶路撒冷），一日三次，双膝跪在他神面前，祷告感谢，与素常一样。

但以理书 3 参阅全章

但以理书 3:16–18

16 沙得拉、米煞、亚伯尼歌对王说：「尼布甲尼撒啊，这件事我们不必回答你；17 即便如此，我们所事奉的神能将我们从烈火的窑中救出来。王啊，他也必救我们脱离你的手；18 即或不然，王啊，你当知道我们决不事奉你的神，也不敬拜你所立的金像。」

耶利米书 1:6–8

6 我就说：主耶和华啊，我不知怎样说，因为我是年幼的。7 耶和华对我说：你不要说我是年幼的，因为我差遣你到谁那里去，你都要去；我吩咐你说甚么话，你都要说。8 你不要惧怕他们，因为我与你同在，要拯救你。这是耶和华说的。

撒母耳记上 17 参阅全章

孝敬父母

在主里听从父母，一生尊敬父母

关于孝敬父母，圣经的教导包括：孝敬父母是神的诫命；听从父母的教训；奉养年老的父母；父母不信主时：爱主在先，仍要尊敬。本页按主题整理了 29 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 孝敬父母是神的诫命

出埃及记 20:12

12 「当孝敬父母，使你的日子在耶和华—你神所赐你的地上得以长久。

申命记 5:16

16 「『当照耶和华—你神所吩咐的孝敬父母，使你得福，并使你的日子在耶和华—你神所赐你的地上得以长久。

以弗所书 6:1–3

1 你们作儿女的，要在主里听从父母，这是理所当然的。2 「要孝敬父母，使你得福，在世长寿。」这是第一条带应许的诫命。3 a

歌罗西书 3:20

20 你们作儿女的，要凡事听从父母，因为这是主所喜悦的。

二 听从父母的教训

箴言 1:8–9

8 我儿，要听你父亲的训诲，不可离弃你母亲的法则（或译：指教）；9 因为这要作你头上的华冠，你项上的金链。

箴言 6:20–22

20 我儿，要谨守你父亲的诫命；不可离弃你母亲的法则（或译：指教），21 要常系在你心上，挂在你项上。22 你行走，它必引导你；你躺卧，它必保守你；你睡醒，它必与你谈论。

箴言 23:22–25

22 你要听从生你的父亲；你母亲老了，也不可藐视她。23 你当买真理；就是智慧、训诲，和聪明也都不可卖。24 义人的父亲必大得快乐；人生智慧的儿子，必因他欢喜。25 你要使父母欢喜，使生你的快乐。

路加福音 2:51

51 他就同他们下去，回到拿撒勒，并且顺从他们。他母亲把这一切的事都存在心里。

三 奉养年老的父母

马可福音 7:10–13

10 摩西说：『当孝敬父母』；又说：『咒骂父母的，必治死他。』11 你们倒说：『人若对父母说：我所当奉给你的，已经作了各耳板』（各耳板就是供献的意思），12 以后你们就不容他再奉养父母。13 这就是你们承接遗传，废了神的道。你们还做许多这样的事。」

提摩太前书 5:4，8

4 若寡妇有儿女，或有孙子孙女，便叫他们先在自己家中学着行孝，报答亲恩，因为这在神面前是可悦纳的。8 人若不看顾亲属，就是背了真道，比不信的人还不好，不看顾自己家里的人，更是如此。

约翰福音 19:26–27

26 耶稣见母亲和他所爱的那门徒站在旁边，就对他母亲说：「母亲（原文是妇人），看，你的儿子！」
27 又对那门徒说：「看，你的母亲！」从此，那门徒就接她到自己家里去了。

四 父母不信主时：爱主在先，仍要尊敬

马太福音 10:37

37 「爱父母过于爱我的，不配作我的门徒；爱儿女过于爱我的，不配作我的门徒；

使徒行传 5:29

29 彼得和众使徒回答说：「顺从神，不顺从人，是应当的。

彼得前书 3:15–16

15 只要心里尊主基督为圣。有人问你们心中盼望的缘由，就要常作准备，以温柔、敬畏的心回答各人；
16 存着无亏的良心，叫你们在何事上被毁谤，就在何事上可以叫那诬赖你们在基督里有好品行的人自觉羞愧。

罗马书 12:18

18 若是能行，总要尽力与众人和睦。

作决定

今日就可以选择所要事奉的

关于作决定，圣经的教导包括：选择事奉谁；不可硬着心；为基督作出抉择；日常生活中的决定。本页按主题整理了 22 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 选择事奉谁

约书亚记 24:14–27 参阅全段

约书亚记 24:14–15

14 「现在你们要敬畏耶和华，诚心实意地事奉他，将你们列祖在大河那边和在埃及所事奉的神除掉，去事奉耶和华。15 若是你们以事奉耶和华为不好，今日就可以选择所要事奉的：是你们列祖在大河那边所事奉的神呢？是你们所住这地的亚摩利人的神呢？至于我和我家，我们必定事奉耶和华。」

列王纪上 18:16–39 参阅全段

列王纪上 18:21

21 以利亚前来对众民说：「你们心持两意要到几时呢？若耶和华是神，就当顺从耶和华；若巴力是神，就当顺从巴力。」众民一言不答。

二 不可硬着心

希伯来书 3:7–11

7 圣灵有话说：你们今日若听他的话，8 就不可硬着心，像在旷野惹他发怒、试探他的时候一样。9 在那里，你们的祖宗试我探我，并且观看我的作为有四十年之久。10 所以，我厌烦那世代的人，说：他们心里常常迷糊，竟不晓得我的作为！11 我就在怒中起誓说：他们断不可进入我的安息。

三 为基督作出抉择

希伯来书 11:24–26

24 摩西因着信，长大了就不肯称为法老女儿之子。25 他宁可和神的百姓同受苦害，也不愿暂时享受罪中之乐。26 他看为基督受的凌辱比埃及的财物更宝贵，因他想望所要得的赏赐。

罗马书 12:1–2

1 所以，弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。2 不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

四 日常生活中的决定

雅各书 1:5

5 你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人、也不斥责人的神，主就必赐给他。

箴言 3:5–6

5 你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，6 在你一切所行的事上都要认定他，他必指引你的路。

箴言 15:22

22 不先商议，所谋无效；谋士众多，所谋乃成。

箴言 16:9

9 人心筹算自己的道路；惟耶和华指引他的脚步。

诗篇 119:105

105 你的话是我脚前的灯，是我路上的光。

雅各书 4:13–15

13 嗐！你们有话说：「今天明天我们要往某城里去，在那里住一年，做买卖得利。」14 其实明天如何，你们还不知道。你们的生命是甚么呢？你们原来是一片云雾，出现少时就不见了。15 你们只当说：「主若愿意，我们就可以活着，也可以做这事，或做那事。」

工作、懒惰

凡事都为荣耀神而行

关于工作、懒惰，圣经的教导包括：工作是神的呼召；忠心做工；懒惰的结局。本页按主题整理了 48 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 工作是神的呼召

创世记 2:15

15 耶和华神将那人安置在伊甸园，使他修理，看守。

提摩太后书 2:15

15 你当竭力在神面前得蒙喜悦，作无愧的工人，按着正意分解真理的道。

哥林多前书 10:31

31 所以，你们或吃或喝，无论做甚么，都要为荣耀神而行。

歌罗西书 3:17

17 无论做甚么，或说话或行事，都要奉主耶稣的名，藉着他感谢父神。

马太福音 25:14–30 参阅全段

歌罗西书 3:23–24

23 无论做甚么，都要从心里做，像是给主做的，不是给人做的，24 因你们知道从主那里必得着基业为赏赐；你们所事奉的乃是主基督。

创世记 3:17–19

17 又对亚当说：你既听从妻子的话，吃了我所吩咐你不可吃的那树上的果子，地必为你的缘故受咒诅；你必终身劳苦才能从地里得吃的。18 地必给你长出荆棘和蒺藜来；你也要吃田间的菜蔬。19 你必汗流满面才得糊口，直到你归了土，因为你是从土而出的。你本是尘土，仍要归于尘土。

传道书 2:24

24 人莫强如吃喝，且在劳碌中享福，我看这也是出于神的手。

二 忠心做工

箴言 31:10–31 参阅全段

以弗所书 4:28

28 从前偷窃的，不要再偷；总要劳力，亲手做正经事，就可有余分给那缺少的人。

帖撒罗尼迦前书 4:11–12

11 又要立志作安静人，办自己的事，亲手做工，正如我们从前所吩咐你们的，12 叫你们可以向外人行事端正，自己也就没有甚么缺乏了。

帖撒罗尼迦后书 3:6–15 参阅全段

帖撒罗尼迦后书 3:7–10

7 你们自己原知道应当怎样效法我们。因为我们在你们中间，未尝不按规矩而行，8 也未尝白吃人的饭，倒是辛苦劳碌，昼夜做工，免得叫你们一人受累。9 这并不是因我们没有权柄，乃是要给你们作榜样，叫你们效法我们。10 我们在你们那里的时候，曾吩咐你们说，若有人不肯做工，就不可吃饭。

帖撒罗尼迦后书 3:12

12 我们靠主耶稣基督吩咐、劝戒这样的人，要安静做工，吃自己的饭。

提摩太前书 5:8

8 人若不看顾亲属，就是背了真道，比不信的人还不好，不看顾自己家里的人，更是如此。

提多书 3:14

14 并且我们的人要学习正经事业（或译：要学习行善），预备所需用的，免得不结果子。

以弗所书 6:5–8

5 你们作仆人的，要惧怕战兢，用诚实的心听从你们肉身的主人，好像听从基督一般。6 不要只在眼前事奉，像是讨人喜欢的，要像基督的仆人，从心里遵行神的旨意。7 甘心事奉，好像服事主，不像服事人。8 因为晓得各人所行的善事，不论是为奴的，是自主的，都必按所行的得主的赏赐。

箴言 22:29

29 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。

三 懒惰的结局

箴言 6:6–11

6 懒惰人哪，你去察看蚂蚁的动作就可得智慧。7 蚂蚁没有元帅，没有官长，没有君王，8 尚且在夏天预备食物，在收割时聚敛粮食。9 懒惰人哪，你要睡到几时呢？你何时睡醒呢？10 再睡片时，打盹片时，抱着手躺卧片时，11 你的贫穷就必如强盗速来，你的缺乏彷佛拿兵器的人来到。

箴言 10:5

5 夏天聚敛的，是智慧之子；收割时沉睡的，是贻羞之子。

箴言 12:11

11 耕种自己田地的，必得饱食；追随虚浮的，却是无知。

箴言 14:23

23 诸般勤劳都有益处；嘴上多言乃致穷乏。

箴言 15:19

19 懒惰人的道像荆棘的篱笆；正直人的路是平坦的大道。

箴言 19:15

15 懒惰使人沉睡；懈怠的人必受饥饿。

箴言 20:4

4 懒惰人因冬寒不肯耕种，到收割的时候，他必讨饭而无所得。

箴言 20:13

13 不要贪睡，免致贫穷；眼要睁开，你就吃饱。

箴言 24:30–34

30 我经过懒惰人的田地、无知人的葡萄园，31 荆棘长满了地皮，刺草遮盖了田面，石墙也坍塌了。32 我看见就留心思想；我看着就领了训诲。33 再睡片时，打盹片时，抱着手躺卧片时，34 你的贫穷就必如强盗速来，你的缺乏彷佛拿兵器的人来到。

箴言 26:13–16

13 懒惰人说：道上有猛狮，街上有壮狮。14 门在枢纽转动，懒惰人在床上也是如此。15 懒惰人放手在盘子里，就是向口撤回也以为劳乏。16 懒惰人看自己比七个善于应对的人更有智慧。

传道书 5:12

12 劳碌的人不拘吃多吃少，睡得香甜；富足人的丰满却不容他睡觉。

金钱、债务

作神忠心的管家

关于金钱、债务，圣经的教导包括：一切财物都属于神；不可贪爱钱财；殷勤筹划，量入为出；谨慎借贷，欠债要还；乐意施舍，在好事上富足；神必供应，也赐人丰富。本页按主题整理了 51 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 一切财物都属于神

诗篇 24:1

1 （大卫的诗。）地和其中所充满的，世界和住在其间的，都属耶和华。

历代志上 29:14

14 「我算甚么，我的民算甚么，竟能如此乐意奉献？因为万物都从你而来，我们把从你而得的献给你。

申命记 8:18

18 你要记念耶和华—你的神，因为得货财的力量是他给你的，为要坚定他向你列祖起誓所立的约，像今日一样。

哥林多前书 4:2

2 所求于管家的，是要他有忠心。

二 不可贪爱钱财

提摩太前书 6:9–10

9 但那些想要发财的人，就陷在迷惑、落在网罗和许多无知有害的私欲里，叫人沉在败坏和灭亡中。10 贪财是万恶之根。有人贪恋钱财，就被引诱离了真道，用许多愁苦把自己刺透了。

马太福音 6:19–21，24

19 「不要为自己积攒财宝在地上；地上有虫子咬，能锈坏，也有贼挖窟窿来偷。20 只要积攒财宝在天上；天上没有虫子咬，不能锈坏，也没有贼挖窟窿来偷。21 因为你的财宝在哪里，你的心也在那里。」24 「一个人不能事奉两个主；不是恶这个、爱那个，就是重这个、轻那个。你们不能又事奉神，又事奉玛门（玛门：财利的意思）。」

路加福音 12:15

15 于是对众人说：「你们要谨慎自守，免去一切的贪心，因为人的生命不在乎家道丰富。」

传道书 5:10

10 贪爱银子的，不因得银子知足；贪爱丰富的，也不因得利益知足。这也是虚空。

希伯来书 13:5

5 你们存心不可贪爱钱财，要以自己所有的为足；因为主曾说：「我总不撇下你，也不丢弃你。」

三 殷勤筹划，量入为出

箴言 6:6–8

6 懒惰人哪，你去察看蚂蚁的动作就可得智慧。7 蚂蚁没有元帅，没有官长，没有君王，8 尚且在夏天预备食物，在收割时聚敛粮食。

箴言 13:11

11 不劳而得之财必然消耗；勤劳积蓄的，必见加增。

箴言 21:5

5 殷勤筹划的，足致丰裕；行事急躁的，都必缺乏。

箴言 27:23–24

23 你要详细知道你羊群的景况，留心料理你的牛群；24 因为资财不能永有，冠冕岂能存到万代？

路加福音 14:28

28 你们哪一个要盖一座楼，不先坐下算计花费，能盖成不能呢？

四 谨慎借贷，欠债要还

箴言 22:7

7 富户管辖穷人；欠债的是债主的仆人。

箴言 22:26–27

26 不要与人击掌，不要为欠债的作保。27 你若没有甚么偿还，何必使人夺去你睡卧的床呢？

诗篇 37:21

21 恶人借贷而不偿还；义人却恩待人，并且施舍。

罗马书 13:7–8

7 凡人所当得的，就给他。当得粮的，给他纳粮；当得税的，给他上税；当惧怕的，惧怕他；当恭敬的，恭敬他。8 凡事都不可亏欠人，惟有彼此相爱要常以为亏欠，因为爱人的就完全了律法。

五 乐意施舍，在好事上富足

箴言 3:9–10

9 你要以财物和一切初熟的土产尊荣耶和华。10 这样，你的仓房必充满有余；你的酒榨有新酒盈溢。

箴言 19:17

17 怜悯贫穷的，就是借给耶和华；他的善行，耶和华必偿还。

使徒行传 20:35

35 我凡事给你们作榜样，叫你们知道应当这样劳苦，扶助软弱的人，又当记念主耶稣的话，说：『施比受更为有福。』」

提摩太前书 6:17–19

17 你要嘱咐那些今世富足的人，不要自高，也不要倚靠无定的钱财；只要倚靠那厚赐百物给我们享受的神。18 又要嘱咐他们行善，在好事上富足，甘心施舍，乐意供给（或译：体贴）人，19 为自己积成美好的根基，预备将来，叫他们持定那真正的生命。

六 神必供应，也赐人丰富

腓立比书 4:19

19 我的神必照他荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切所需用的都充足。

马太福音 6:31–33

31 所以，不要忧虑说，吃甚么？喝甚么？穿甚么？32 这都是外邦人所求的，你们需用的这一切东西，你们的天父是知道的。33 你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。

诗篇 34:9–10

9 耶和华的圣民哪，你们当敬畏他，因敬畏他的一无所缺。10 少壮狮子还缺食忍饿，但寻求耶和华的甚么好处都不缺。

诗篇 37:25

25 我从前年幼，现在年老，却未见过义人被弃，也未见过他的后裔讨饭。

箴言 10:22

22 耶和华所赐的福使人富足，并不加上忧虑。

箴言 11:24–25

24 有施散的，却更增添；有吝惜过度的，反致穷乏。25 好施舍的，必得丰裕；滋润人的，必得滋润。

玛拉基书 3:10

10 万军之耶和华说：你们要将当纳的十分之一全然送入仓库，使我家有粮，以此试试我，是否为你们敞开天上的窗户，倾福与你们，甚至无处可容。

哥林多后书 9:6–11

6 「少种的少收，多种的多收」，这话是真的。7 各人要随本心所酌定的，不要作难，不要勉强，因为捐得乐意的人是神所喜爱的。8 神能将各样的恩惠多多地加给你们，使你们凡事常常充足，能多行各样善事。9 如经上所记：他施舍钱财，周济贫穷；他的仁义存到永远。10 那赐种给撒种的，赐粮给人吃的，必多多加给你们种地的种子，又增添你们仁义的果子；11 叫你们凡事富足，可以多多施舍，就藉着我们使感谢归于神。

知足、贪心、优先次序

敬虔加上知足便是大利

关于知足、贪心、优先次序，圣经的教导包括：学会知足；贪财的网罗；积攒财宝在天上；圣经中贪心的鉴戒。本页按主题整理了 54 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 学会知足

提摩太前书 6:6

6 然而，敬虔加上知足的心便是大利了；

希伯来书 13:5

5 你们存心不可贪爱钱财，要以自己所有的为足；因为主曾说：「我总不撇下你，也不丢弃你。」

腓立比书 4:11–13

11 我并不是因缺乏说这话；我无论在甚么景况都可以知足，这是我已经学会了。12 我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。13 我靠着那加给我力量的，凡事都能做。

箴言 17:1

1 设筵满屋，大家相争，不如有块干饼，大家相安。

哈巴谷书 3:17–19

17 虽然无花果树不发旺，葡萄树不结果，橄榄树也不效力，田地不出粮食，圈中绝了羊，棚内也没有牛；18 然而，我要因耶和华欢欣，因救我的神喜乐。19 主耶和华是我的力量；他使我的脚快如母鹿的蹄，又使我稳行在高处。这歌交与伶长，用丝弦的乐器。

箴言 15:16–17

16 少有财宝，敬畏耶和华，强如多有财宝，烦乱不安。17 吃素菜，彼此相爱，强如吃肥牛，彼此相恨。

箴言 30:8–9

8 求你使虚假和谎言远离我；使我也不贫穷也不富足；赐给我需用的饮食，9 恐怕我饱足不认你，说：耶和华是谁呢？又恐怕我贫穷就偷窃，以致亵渎我神的名。

诗篇 73:25–26

25 除你以外，在天上我有谁呢？除你以外，在地上我也没有所爱慕的。26 我的肉体和我的心肠衰残；但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。

诗篇 16:5–6

5 耶和华是我的产业，是我杯中的分；我所得的，你为我持守。6 用绳量给我的地界，坐落在佳美之处；我的产业实在美好。

二 贪财的网罗

提摩太前书 6:7–10

7 因为我们没有带甚么到世上来，也不能带甚么去。8 只要有衣有食，就当知足。9 但那些想要发财的人，就陷在迷惑、落在网罗和许多无知有害的私欲里，叫人沉在败坏和灭亡中。10 贪财是万恶之根。有人贪恋钱财，就被引诱离了真道，用许多愁苦把自己刺透了。

路加福音 12:15

15 于是对众人说：「你们要谨慎自守，免去一切的贪心，因为人的生命不在乎家道丰富。」

路加福音 12:16–21 参阅全段

马可福音 4:1–20 参阅全段

马可福音 4:7，18–20

7 有落在荆棘里的，荆棘长起来，把它挤住了，就不结实；18 还有那撒在荆棘里的，就是人听了道，19 后来有世上的思虑、钱财的迷惑，和别样的私欲进来，把道挤住了，就不能结实。20 那撒在好地上的，就是人听道，又领受，并且结实，有三十倍的，有六十倍的，有一百倍的。」

歌罗西书 3:5

5 所以，要治死你们在地上的肢体，就如淫乱、污秽、邪情、恶欲，和贪婪（贪婪就与拜偶像一样）。

箴言 23:4–5

4 不要劳碌求富，休仗自己的聪明。5 你岂要定睛在虚无的钱财上吗？因钱财必长翅膀，如鹰向天飞去。

传道书 5:10

10 贪爱银子的，不因得银子知足；贪爱丰富的，也不因得利益知足。这也是虚空。

出埃及记 20:17

17 「不可贪恋人的房屋；也不可贪恋人的妻子、仆婢、牛驴，并他一切所有的。」

三 积攒财宝在天上

马太福音 6:19–21

19 「不要为自己积攒财宝在地上；地上有虫子咬，能锈坏，也有贼挖窟窿来偷。20 只要积攒财宝在天上；天上没有虫子咬，不能锈坏，也没有贼挖窟窿来偷。21 因为你的财宝在哪里，你的心也在那里。」

马太福音 6:24

24 「一个人不能事奉两个主；不是恶这个、爱那个，就是重这个、轻那个。你们不能又事奉神，又事奉玛门（玛门：财利的意思）。」

马太福音 6:33

33 你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。

路加福音 9:46–48

46 门徒中间起了议论，谁将为大。47 耶稣看出他们心中的议论，就领一个小孩子来，叫他站在自己旁边，48 对他们说：「凡为我名接待这小孩子的，就是接待我；凡接待我的，就是接待那差我来的。你们中间最小的，他便为大。」

箴言 16:16–17

16 得智慧胜似得金子；选聪明强如选银子。17 正直人的道是远离恶事；谨守己路的，是保全性命。

箴言 22:1

1 美名胜过大财；恩宠强如金银。

四 圣经中贪心的鉴戒

列王纪上 21:1–14 参阅全段

列王纪上 21:2–4

2 亚哈对拿伯说：「你将你的葡萄园给我作菜园，因为是靠近我的宫；我就把更好的葡萄园换给你，或是你要银子，我就按着价值给你。」3 拿伯对亚哈说：「我敬畏耶和华，万不敢将我先人留下的产业给

你。」[4] 亚哈因耶斯列人拿伯说「我不敢将我先人留下的产业给你」，就闷闷不乐地回宫，躺在床上，转脸向内，也不吃饭。

列王纪下 20:12–19 参阅全段

列王纪下 20:14–19

[14] 于是先知以赛亚来见希西家王，问他说：「这些人说甚么？他们从哪里来见你？」希西家说：「他们从远方的巴比伦来。」[15] 以赛亚说：「他们在你家里看见了甚么？」希西家说：「凡我家中所有的，他们都看见了；我财宝中没有一样不给他们看的。」[16] 以赛亚对希西家说：「你要听耶和华的话，[17] 日子必到，凡你家里所有的，并你列祖积蓄到如今的，都要被掳到巴比伦去，不留下一样。这是耶和华说的。[18] 并且从你本身所生的众子，其中必有被掳去在巴比伦王宫里当太监的。」[19] 希西家对以赛亚说：「你所说耶和华的话甚好！若在我的年日中有太平和稳固的景况，岂不是好吗？」

列王纪下 5:19–27 参阅全段

列王纪下 5:19–20

[19] 以利沙对他说：「你可以平平安安地回去！」乃缦就离开他去了；走了不远，[20] 神人以利沙的仆人基哈西心里说：「我主人不愿从这亚兰人乃缦手里受他带来的礼物，我指着永生的耶和华起誓，我必跑去追上他，向他要些。」

列王纪下 5:27

[27] 因此，乃缦的大麻疯必沾染你和你的后裔，直到永远。」基哈西从以利沙面前退出去，就长了大麻疯，像雪那样白。

与人冲突、和睦

若是能行，总要尽力与众人和睦

关于与人冲突、和睦，圣经的教导包括：使人和睦的人有福了；冲突从哪里来；先省察自己，主动去和好；温柔的话语与忍耐；不自己伸冤，以善胜恶。本页按主题整理了 34 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 使人和睦的人有福了

马太福音 5:9

9 使人和睦的人有福了！因为他们必称为神的儿子。

罗马书 12:18

18 若是能行，总要尽力与众人和睦。

希伯来书 12:14

14 你们要追求与众人和睦，并要追求圣洁；非圣洁没有人能见主。

诗篇 133:1

1 （大卫上行之诗。）看哪，弟兄和睦同居是何等地善，何等地美！

以弗所书 4:3

3 用和平彼此联络，竭力保守圣灵所赐合而为一的心。

二 冲突从哪里来

雅各书 4:1–2

1 你们中间的争战斗殴是从哪里来的呢？不是从你们百体中战斗之私欲来的吗？ 2 你们贪恋，还是得不着；你们杀害嫉妒，又斗殴争战，也不能得。你们得不着，是因为你们不求。

箴言 13:10

10 骄傲只启争竞；听劝言的，却有智慧。

箴言 15:18

18 暴怒的人挑启争端；忍怒的人止息纷争。

三 先省察自己，主动去和好

马太福音 7:3–5

3 为甚么看见你弟兄眼中有刺，却不想自己眼中有梁木呢？ 4 你自己眼中有梁木，怎能对你弟兄说：『容我去掉你眼中的刺』呢？ 5 你这假冒为善的人！先去掉自己眼中的梁木，然后才能看得清楚，去掉你弟兄眼中的刺。

马太福音 5:23–24

23 所以，你在祭坛上献礼物的时候，若想起弟兄向你怀怨， 24 就把礼物留在坛前，先去同弟兄和好，然后来献礼物。

马太福音 18:15–17

15 「倘若你的弟兄得罪你，你就去，趁着只有他和你在一处的时候，指出他的错来。他若听你，你便得了你的弟兄； 16 他若不听，你就另外带一两个人同去，要凭两三个人的口作见证，句句都可定准。 17 若是不

听他们，就告诉教会；若是不听教会，就看他像外邦人和税吏一样。

加拉太书 6:1

1 弟兄们，若有人偶然被过犯所胜，你们属灵的人就当用温柔的心把他挽回过来；又当自己小心，恐怕也被引诱。

四 温柔的话语与忍耐

箴言 15:1

1 回答柔和，使怒消退；言语暴戾，触动怒气。

箴言 17:14

14 纷争的起头如水放开，所以，在争闹之先必当止息争竞。

雅各书 1:19–20

19 我亲爱的弟兄们，这是你们所知道的。但你们各人要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒，20 因为人的怒气并不成就神的义。

以弗所书 4:26–27，29

26 生气却不要犯罪；不可含怒到日落，27 也不可给魔鬼留地步。29 污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。

歌罗西书 3:12–13

12 所以，你们既是神的选民，圣洁蒙爱的人，就要存（原文是穿；下同）怜悯、恩慈、谦虚、温柔、忍耐的心。13 倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。

五 不自己伸冤，以善胜恶

罗马书 12:17–21

17 不要以恶报恶；众人以为美的事要留心去做。18 若是能行，总要尽力与众人和睦。19 亲爱的弟兄，不要自己伸冤，宁可让步，听凭主怒（或译：让人发怒）；因为经上记着：「主说：『伸冤在我，我必报应。』」20 所以，「你的仇敌若饿了，就给他吃，若渴了，就给他喝；因为你这样行就是把炭火堆在他的头上。」21 你不可为恶所胜，反要以善胜恶。

彼得前书 3:8–9

8 总而言之，你们都要同心，彼此体恤，相爱如弟兄，存慈怜谦卑的心。9 不以恶报恶，以辱骂还辱骂，倒要祝福；因你们是为此蒙召，好叫你们承受福气。

顺服权柄

为主的缘故顺服，以神为至高的权柄

关于顺服权柄，圣经的教导包括：权柄都是出于神；顺服在上掌权的君王；在职场上敬重上司；敬重教会中带领的人；顺从神，不顺从人，是应当的。本页按主题整理了 41 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 权柄都是出于神

罗马书 13:1–2

1 在上有权柄的，人人当顺服他，因为没有权柄不是出于神的。凡掌权的都是神所命的。2 所以，抗拒掌权的就是抗拒神的命；抗拒的必自取刑罚。

但以理书 2:21

21 他改变时候、日期，废王，立王，将智慧赐与智慧人，将知识赐与聪明人。

约翰福音 19:11

11 耶稣回答说：「若不是从上头赐给你的，你就毫无权柄办我。所以，把我交给你的那人罪更重了。」

二 顺服在上掌权的君王

罗马书 13:3–7

3 作官的原不是叫行善的惧怕，乃是叫作恶的惧怕。你愿意不惧怕掌权的吗？你只要行善，就可得他的称赞；4 因为他是神的用人，是与你有益的。你若作恶，却当惧怕；因为他不是空空地佩剑；他是神的用人，是伸冤的，刑罚那作恶的。5 所以，你们必须顺服，不但是因为刑罚，也是因为良心。6 你们纳粮，也为这个缘故；因他们是神的差役，常常特管这事。7 凡人所当得的，就给他。当得粮的，给他纳粮；当得税的，给他上税；当惧怕的，惧怕他；当恭敬的，恭敬他。

彼得前书 2:13–17

13 你们为主的缘故，要顺服人的一切制度，或是在上的君王，14 或是君王所派罚恶赏善的臣宰。15 因为神的旨意原是要你们行善，可以堵住那糊涂无知人的口。16 你们虽是自由的，却不可藉着自由遮盖恶毒（或译：阴毒），总要作神的仆人。17 务要尊敬众人，亲爱教中的弟兄，敬畏神，尊敬君王。

提多书 3:1–2

1 你要提醒众人，叫他们顺服作官的、掌权的，遵他的命，预备行各样的善事。2 不要毁谤，不要争竞，总要和平，向众人大显温柔。

提摩太前书 2:1–2

1 我劝你，第一要为万人恳求、祷告、代求、祝谢；2 为君王和一切在位的，也该如此，使我们可以敬虔、端正、平安无事地度日。

三 在职场上敬重上司

以弗所书 6:5–8

5 你们作仆人的，要惧怕战兢，用诚实的心听从你们肉身的主人，好像听从基督一般。6 不要只在眼前事奉，像是讨人喜欢的，要像基督的仆人，从心里遵行神的旨意。7 甘心事奉，好像服事主，不像服事人。8 因为晓得各人所行的善事，不论是为奴的，是自主的，都必按所行的得主的赏赐。

歌罗西书 3:22–24

22 你们作仆人的，要凡事听从你们肉身的主人，不要只在眼前事奉，像是讨人喜欢的，总要存心诚实敬畏主。23 无论做甚么，都要从心里做，像是给主做的，不是给人做的，24 因你们知道从主那里必得着基业为赏赐；你们所事奉的乃是主基督。

彼得前书 2:18–21

18 你们作仆人的，凡事要存敬畏的心顺服主人；不但顺服那善良温和的，就是那乖僻的也要顺服。19 倘若人为叫良心对得住神，就忍受冤屈的苦楚，这是可喜爱的。20 你们若因犯罪受责打，能忍耐，有甚么可夸的呢？但你们若因行善受苦，能忍耐，这在神看是可喜爱的。21 你们蒙召原是为此；因基督也为你们受过苦，给你们留下榜样，叫你们跟随他的脚踪行。

四 敬重教会中带领的人

希伯来书 13:17

17 你们要依从那些引导你们的，且要顺服；因他们为你们的灵魂时刻警醒，好像那将来交帐的人。你们要使他们交的时候有快乐，不致忧愁；若忧愁就与你们无益了。

帖撒罗尼迦前书 5:12–13

12 弟兄们，我们劝你们敬重那在你们中间劳苦的人，就是在主里面治理你们、劝戒你们的；13 又因他们所做的工，用爱心格外尊重他们。你们也要彼此和睦。

彼得前书 5:5

5 你们年幼的，也要顺服年长的。就是你们众人也都要以谦卑束腰，彼此顺服；因为神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。

五 顺从神，不顺从人，是应当的

使徒行传 5:29

29 彼得和众使徒回答说：「顺从神，不顺从人，是应当的。

使徒行传 4:19–20

19 彼得、约翰说：「听从你们，不听从神，这在神面前合理不合理，你们自己酌量吧！20 我们所看见所听见的，不能不说。」

但以理书 3:16–18

16 沙得拉、米煞、亚伯尼歌对王说：「尼布甲尼撒啊，这件事我们不必回答你；17 即便如此，我们所事奉的神能将我们从烈火的窑中救出来。王啊，他也必救我们脱离你的手；18 即或不然，王啊，你当知道我们决不事奉你的神，也不敬拜你所立的金像。」

但以理书 6:10

10 但以理知道这禁令盖了玉玺，就到自己家里（他楼上的窗户开向耶路撒冷），一日三次，双膝跪在他神面前，祷告感谢，与素常一样。

马太福音 22:21

21 他们说：「是该撒的。」耶稣说：「这样，该撒的物当归给该撒；神的物当归给神。」

年老

直到你们年老，我仍这样

关于年老，圣经的教导包括：神背负你直到年老发白；白发是荣耀的冠冕；外体虽然毁坏，内心一天新似一天；把神的作为传给下一代；跑尽当跑的路。本页按主题整理了 34 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神背负你直到年老发白

以赛亚书 46:4

4 直到你们年老，我仍这样；直到你们发白，我仍怀搋。我已造作，也必保抱；我必怀抱，也必拯救。

诗篇 71:9

9 我年老的时候，求你不要丢弃我！我力气衰弱的时候，求你不要离弃我！

诗篇 92:12–14

12 义人要发旺如棕树，生长如黎巴嫩的香柏树。13 他们栽于耶和华的殿中，发旺在我们神的院里。14 他们年老的时候仍要结果子，要满了汁浆而常发青，

二 白发是荣耀的冠冕

箴言 16:31

31 白发是荣耀的冠冕，在公义的道上必能得着。

箴言 20:29

29 强壮乃少年人的荣耀；白发为老年人的尊荣。

利未记 19:32

32 「在白发的人面前，你要站起来；也要尊敬老人，又要敬畏你的神。我是耶和华。

约伯记 12:12

12 年老的有智慧；寿高的有知识。

三 外体虽然毁坏，内心一天新似一天

哥林多后书 4:16–18

16 所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。17 我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比、永远的荣耀。18 原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。

诗篇 90:10，12

10 我们一生的年日是七十岁，若是强壮可到八十岁；但其中所矜夸的不过是劳苦愁烦，转眼成空，我们便如飞而去。12 求你指教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。

诗篇 73:26

26 我的肉体和我的心肠衰残；但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。

传道书 12:1

1 你趁着年幼、衰败的日子尚未来到，就是你所说，我毫无喜乐的那些年日未曾临近之先，当记念造你的主。

四 把神的作为传给下一代

诗篇 71:17–18

17 神啊，自我年幼时，你就教训我；直到如今，我传扬你奇妙的作为。18 神啊，我到年老发白的时候，求你不要离弃我！等我将你的能力指示下代，将你的大能指示后世的人。

诗篇 78:4

4 我们不将这些事向他们的子孙隐瞒，要将耶和华的美德和他的能力，并他奇妙的作为，述说给后代听。

提多书 2:2–5

2 劝老年人要有节制、端庄、自守，在信心、爱心、忍耐上都要纯全无疵。3 又劝老年妇人，举止行动要恭敬，不说谗言，不给酒作奴仆，用善道教训人，4 好指教少年妇人，爱丈夫，爱儿女，5 谨守，贞洁，料理家务，待人有恩，顺服自己的丈夫，免得神的道理被毁谤。

提摩太后书 1:5

5 想到你心里无伪之信，这信是先在你外祖母罗以和你母亲友尼基心里的，我深信也在你的心里。

五 跑尽当跑的路

提摩太后书 4:6–8

6 我现在被浇奠，我离世的时候到了。7 那美好的仗我已经打过了，当跑的路我已经跑尽了，所信的道我已经守住了。8 从此以后，有公义的冠冕为我存留，就是按着公义审判的主到了那日要赐给我的；不但赐给我，也赐给凡爱慕他显现的人。

腓立比书 1:21–23

21 因我活着就是基督，我死了就有益处。22 但我在肉身活着，若成就我工夫的果子，我就不知道该挑选甚么。23 我正在两难之间，情愿离世与基督同在，因为这是好得无比的。

诗篇 23:4，6

4 我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。6 我一生一世必有恩惠慈爱随着我；我且要住在耶和华的殿中，直到永远。

路加福音 2:29–30

29 主啊！如今可以照你的话，释放仆人安然去世；30 因为我的眼睛已经看见你的救恩—

神爱我们

神就是爱

关于神爱我们，圣经的教导包括：神就是爱；在基督里显明的大爱；神的爱长阔高深；永远的爱，不离不弃；我们爱，因为神先爱我们。本页按主题整理了 26 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神就是爱

约翰一书 4:8–10

8 没有爱心的，就不认识神，因为神就是爱。9 神差他独生子到世间来，使我们藉着他得生，神爱我们的心在此就显明了。10 不是我们爱神，乃是神爱我们，差他的儿子为我们的罪作了挽回祭，这就是爱了。

约翰一书 4:16

16 神爱我们的心，我们也知道也信。神就是爱；住在爱里面的，就是住在神里面，神也住在他里面。

诗篇 136:1

1 你们要称谢耶和华，因他本为善；他的慈爱永远长存。

二 在基督里显明的大爱

约翰福音 3:16

16 「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不致灭亡，反得永生。

罗马书 5:8

8 惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。

约翰福音 15:13

13 人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的。

约翰一书 3:1

1 你看父赐给我们是何等的慈爱，使我们得称为神的儿女；我们也真是他的儿女。世人所以不认识我们，是因未曾认识他。

三 神的爱长阔高深

以弗所书 3:17–19

17 使基督因你们的信，住在你们心里，叫你们的爱心有根有基，18 能以和众圣徒一同明白基督的爱是何等长阔高深，19 并知道这爱是过于人所能测度的，便叫神一切所充满的，充满了你们。

罗马书 8:38–39

38 因为我深信无论是死，是生，是天使，是掌权的，是有能的，是现在的事，是将来的事，39 是高处的，是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的。

诗篇 103:11

11 天离地何等的高，他的慈爱向敬畏他的人也是何等的大！

西番雅书 3:17

17 耶和华—你的神是施行拯救、大有能力的主。他在你中间必因你欢欣喜乐，默然爱你，且因你喜乐而欢呼。

四 永远的爱，不离不弃

耶利米书 31:3

3 古时（或译：从远方）耶和华向以色列（原文是我）显现，说：我以永远的爱爱你，因此我以慈爱吸引你。

以赛亚书 54:10

10 大山可以挪开，小山可以迁移；但我的慈爱必不离开你；我平安的约也不迁移。这是怜恤你的耶和华说的。

诗篇 36:7

7 神啊，你的慈爱何其宝贵！世人投靠在你翅膀的荫下。

何西阿书 11:4

4 我用慈绳（慈：原文是人的）爱索牵引他们；我待他们如人放松牛的两腮夹板，把粮食放在他们面前。

诗篇 63:3

3 因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你。

五 我们爱，因为神先爱我们

约翰一书 4:19

19 我们爱，因为神先爱我们。

约翰福音 13:34–35

34 我赐给你们一条新命令，乃是叫你们彼此相爱；我怎样爱你们，你们也要怎样相爱。35 你们若有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。」

约翰一书 4:11

11 亲爱的弟兄啊，神既是这样爱我们，我们也当彼此相爱。

约翰福音 15:9

9 我爱你们，正如父爱我一样；你们要常在我的爱里。

神怜悯

耶和华有怜悯，有恩典，不轻易发怒，且有丰盛的慈爱

关于神怜悯，圣经的教导包括：神是有怜悯的神；像父亲怜恤儿女；他的怜悯每早晨都是新的；在基督里显明的怜悯；坦然来到施恩的宝座前。本页按主题整理了 30 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神是有怜悯的神

出埃及记 34:6–7

6 耶和华在他面前宣告说：「耶和华，耶和华，是有怜悯有恩典的神，不轻易发怒，并有丰盛的慈爱和诚实，7 为千万人存留慈爱，赦免罪孽、过犯，和罪恶，万不以有罪的为无罪，必追讨他的罪，自父及子，直到三、四代。」

诗篇 103:8–10

8 耶和华有怜悯，有恩典，不轻易发怒，且有丰盛的慈爱。9 他不长久责备，也不永远怀怒。10 他没有按我们的罪过待我们，也没有照我们的罪孽报应我们。

诗篇 86:15

15 主啊，你是有怜悯有恩典的神，不轻易发怒，并有丰盛的慈爱和诚实。

约珥书 2:13

13 你们要撕裂心肠，不撕裂衣服。归向耶和华—你们的神；因为他有恩典，有怜悯，不轻易发怒，有丰盛的慈爱，并且后悔不降所说的灾。

二 像父亲怜恤儿女

诗篇 103:13–14

13 父亲怎样怜恤他的儿女，耶和华也怎样怜恤敬畏他的人！14 因为他知道我们的本体，思念我们不过是尘土。

以赛亚书 49:15

15 妇人焉能忘记她吃奶的婴孩，不怜恤她所生的儿子？即或有忘记的，我却不忘记你。

以赛亚书 54:7–8

7 我离弃你不过片时，却要施大恩将你收回。8 我的怒气涨溢，顷刻之间向你掩面，却要以永远的慈爱怜恤你。这是耶和华—你的救赎主说的。

何西阿书 11:8

8 以法莲哪，我怎能舍弃你？以色列啊，我怎能弃绝你？我怎能使你如押玛？怎能使你如洗扁？我回心转意，我的怜爱大大发动。

三 他的怜悯每早晨都是新的

耶利米哀歌 3:22–23

22 我们不致消灭，是出于耶和华诸般的慈爱；是因他的怜悯不致断绝。23 每早晨，这都是新的；你的诚实极其广大！

诗篇 145:8–9

8 耶和华有恩惠，有怜悯，不轻易发怒，大有慈爱。9 耶和华善待万民；他的慈悲覆庇他一切所造的。

弥迦书 7:18

18 神啊，有何神像你，赦免罪孽，饶恕你产业之余民的罪过，不永远怀怒，喜爱施恩？

诗篇 51:1

1 （大卫与拔示巴同室以后，先知拿单来见他；他作这诗，交与伶长。）神啊，求你按你的慈爱怜恤我！按你丰盛的慈悲涂抹我的过犯！

四 在基督里显明的怜悯

以弗所书 2:4–5

4 然而，神既有丰富的怜悯，因他爱我们的大爱，5 当我们死在过犯中的时候，便叫我们与基督一同活过来。你们得救是本乎恩。

提多书 3:5

5 他便救了我们；并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。

彼得前书 1:3

3 愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！他曾照自己的大怜悯，藉耶稣基督从死里复活，重生了我们，叫我们有活泼的盼望，

路加福音 1:78–79

78 因我们神怜悯的心肠，叫清晨的日光从高天临到我们，79 要照亮坐在黑暗中死荫里的人，把我们的脚引到平安的路上。

马太福音 9:36

36 他看见许多的人，就怜悯他们；因为他们困苦流离，如同羊没有牧人一般。

五 坦然来到施恩的宝座前

希伯来书 4:15–16

15 因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。16 所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

诗篇 25:6

6 耶和华啊，求你记念你的怜悯和慈爱，因为这是亘古以来所常有的。

路加福音 6:36

36 你们要慈悲，像你们的父慈悲一样。」

神安慰

我，惟有我，是安慰你们的

关于神安慰，圣经的教导包括：赐各样安慰的神；像母亲安慰儿子；耶和华靠近伤心的人；主亲自安慰哀恸的人；将来必擦去一切眼泪。本页按主题整理了 26 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 赐各样安慰的神

哥林多后书 1:3–4

3 愿颂赞归与我们的主耶稣基督的父神，就是发慈悲的父，赐各样安慰的神。4 我们在一切患难中，他就安慰我们，叫我们能用神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人。

以赛亚书 51:12

12 惟有我，是安慰你们的。你是谁，竟怕那必死的人？怕那要变如草的世人？

以赛亚书 40:1–2

1 你们的神说：你们要安慰，安慰我的百姓。2 要对耶路撒冷说安慰的话，又向她宣告说，她争战的日子已满了；她的罪孽赦免了；她为自己的一切罪，从耶和华手中加倍受罚。

帖撒罗尼迦后书 2:16–17

16 但愿我们主耶稣基督和那爱我们、开恩将永远的安慰并美好的盼望赐给我们的父神，17 安慰你们的心，并且在一切善行善言上坚固你们。

二 像母亲安慰儿子

以赛亚书 66:13

13 母亲怎样安慰儿子，我就照样安慰你们；你们也必因（或译：在）耶路撒冷得安慰。

以赛亚书 49:13

13 诸天哪，应当欢呼！大地啊，应当快乐！众山哪，应当发声歌唱！因为耶和华已经安慰他的百姓，也要怜恤他困苦之民。

诗篇 94:19

19 我心里多忧多疑，你安慰我，就使我欢乐。

诗篇 119:50

50 这话将我救活了；我在患难中，因此得安慰。

三 耶和华靠近伤心的人

诗篇 34:18

18 耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。

诗篇 147:3

3 他医好伤心的人，裹好他们的伤处。

以赛亚书 57:15

15 因为那至高至上、永远长存（原文是住在永远）名为圣者的如此说：我住在至高至圣的所在，也与心灵痛悔谦卑的人同居；要使谦卑人的灵苏醒，也使痛悔人的心苏醒。

诗篇 23:4

4 我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。

四 主亲自安慰哀恸的人

马太福音 5:4

4 哀恸的人有福了！因为他们必得安慰。

马太福音 11:28–29

28 凡劳苦担重担的人可以到我这里来，我就使你们得安息。29 我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。

约翰福音 14:1

1 「你们心里不要忧愁；你们信神，也当信我。

约翰福音 14:16–18

16 我要求父，父就另外赐给你们一位保惠师（或译：训慰师；下同），叫他永远与你们同在，17 就是真理的圣灵，乃世人不能接受的；因为不见他，也不认识他。你们却认识他，因他常与你们同在，也要在你们里面。18 我不撇下你们为孤儿，我必到你们这里来。

约翰福音 14:27

27 我留下平安给你们；我将我的平安赐给你们。我所赐的，不像世人所赐的。你们心里不要忧愁，也不要胆怯。

五 将来必擦去一切眼泪

罗马书 15:4

4 从前所写的圣经都是为教训我们写的，叫我们因圣经所生的忍耐和安慰可以得着盼望。

罗马书 8:18

18 我想，现在的苦楚若比起将来要显于我们的荣耀就不足介意了。

启示录 21:4

4 神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛，因为以前的事都过去了。」

神保护

保护你的必不打盹

关于神保护，圣经的教导包括：耶和华是我的避难所；保护你的必不打盹；在危险中与你同在；主保守属他的人；不要怕那杀身体的。本页按主题整理了 35 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 耶和华是我的避难所

诗篇 46:1–2

1 （可拉后裔的诗歌，交与伶长。调用女音。）神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。2 所以，地虽改变，山虽摇动到海心，

诗篇 91:1–2

1 住在至高者隐密处的，必住在全能者的荫下。2 我要论到耶和华说：他是我的避难所，是我的山寨，是我的神，是我所倚靠的。

诗篇 18:2

2 耶和华是我的岩石，我的山寨，我的救主，我的神，我的磐石，我所投靠的。他是我的盾牌，是拯救我的角，是我的高台。

箴言 18:10

10 耶和华的名是坚固台；义人奔入便得安稳。

诗篇 32:7

7 你是我藏身之处；你必保佑我脱离苦难，以得救的乐歌四面环绕我。（细拉）

二 保护你的必不打盹

诗篇 121:3–8

3 他必不叫你的脚摇动；保护你的必不打盹！4 保护以色列的，也不打盹也不睡觉。5 保护你的是耶和华；耶和华在你右边荫庇你。6 白日，太阳必不伤你；夜间，月亮必不害你。7 耶和华要保护你，免受一切的灾害；他要保护你的性命。8 你出你入，耶和华要保护你，从今时直到永远。

诗篇 4:8

8 我必安然躺下睡觉，因为独有你—耶和华使我安然居住。

诗篇 3:5–6

5 我躺下睡觉，我醒着，耶和华都保佑我。6 虽有成万的百姓来周围攻击我，我也不怕。

三 在危险中与你同在

以赛亚书 43:2

2 你从水中经过，我必与你同在；你蹚过江河，水必不漫过你；你从火中行过，必不被烧，火焰也不着在你身上。

诗篇 91:9–11

9 耶和华是我的避难所；你已将至高者当你的居所，10 祸患必不临到你，灾害也不挨近你的帐棚。11 因他要为你吩咐他的使者，在你行的一切道路上保护你。

申命记 33:27

27 永生的神是你的居所；他永久的膀臂在你以下。他在你前面撵出仇敌，说：毁灭吧。

诗篇 34:7

7 耶和华的使者在敬畏他的人四围安营，搭救他们。

四 主保守属他的人

约翰福音 10:28–29

28 我又赐给他们永生；他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。29 我父把羊赐给我，他比万有都大，谁也不能从我父手里把他们夺去。

约翰福音 17:15

15 我不求你叫他们离开世界，只求你保守他们脱离那恶者（或译：脱离罪恶）。

帖撒罗尼迦后书 3:3

3 但主是信实的，要坚固你们，保护你们脱离那恶者（或译：脱离凶恶）。

彼得前书 1:5

5 你们这因信蒙神能力保守的人，必能得着所预备、到末世要显现的救恩。

提摩太后书 4:18

18 主必救我脱离诸般的凶恶，也必救我进他的天国。愿荣耀归给他，直到永永远远。阿们。

五 不要怕那杀身体的

马太福音 10:28–31

28 那杀身体、不能杀灵魂的，不要怕他们；惟有能把身体和灵魂都灭在地狱里的，正要怕他。29 两个麻雀不是卖一分银子吗？若是你们的父不许，一个也不能掉在地上；30 就是你们的头发也都被数过了。31 所以，不要惧怕，你们比许多麻雀还贵重！」

诗篇 56:3–4

3 我惧怕的时候要倚靠你。4 我倚靠神，我要赞美他的话；我倚靠神，必不惧怕。血气之辈能把我怎么样呢？

罗马书 8:31

31 既是这样，还有甚么说的呢？神若帮助我们，谁能敌挡我们呢？

> 神的保护不是应许信徒在世上不会遇见苦难，而是应许：无论经历什么，都没有一件事能使我们与神的爱隔绝，神也必保守我们直到进入他的天国。

神供应

我的神必照他荣耀的丰富，使你们一切所需用的都充足

关于神供应，圣经的教导包括：我必不致缺乏；不要为生命忧虑；耶和华以勒——神必预备；照他荣耀的丰富；我们日用的饮食。本页按主题整理了 27 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 我必不致缺乏

诗篇 23:1

1 （大卫的诗。）耶和华是我的牧者，我必不致缺乏。

诗篇 34:9–10

9 耶和华的圣民哪，你们当敬畏他，因敬畏他的一无所缺。10 少壮狮子还缺食忍饿，但寻求耶和华的甚么好处都不缺。

诗篇 37:25

25 我从前年幼，现在年老，却未见过义人被弃，也未见过他的后裔讨饭。

诗篇 84:11

11 因为耶和华—神是日头，是盾牌，要赐下恩惠和荣耀。他未尝留下一样好处不给那些行动正直的人。

二 不要为生命忧虑

马太福音 6:26

26 你们看那天上的飞鸟，也不种，也不收，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重得多吗？

马太福音 6:31–33

31 所以，不要忧虑说，吃甚么？喝甚么？穿甚么？32 这都是外邦人所求的，你们需用的这一切东西，你们的天父是知道的。33 你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。

路加福音 12:24

24 你想乌鸦，也不种也不收，又没有仓又没有库，神尚且养活它。你们比飞鸟是何等地贵重呢！

彼得前书 5:7

7 你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。

三 耶和华以勒——神必预备

创世记 22:8

8 亚伯拉罕说：「我儿，神必自己预备作燔祭的羊羔。」于是二人同行。

创世记 22:14

14 亚伯拉罕给那地方起名叫「耶和华以勒」（就是耶和华必预备的意思），直到今日人还说：「在耶和华的山上必有预备。」

列王纪上 17:14

14 因为耶和华—以色列的神如此说：坛内的面必不减少，瓶里的油必不缺短，直到耶和华使雨降在地上的日子。」

出埃及记 16:4

4 耶和华对摩西说：「我要将粮食从天降给你们。百姓可以出去，每天收每天的分，我好试验他们遵不遵我的法度。

四 照他荣耀的丰富

腓立比书 4:19

19 我的神必照他荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切所需用的都充足。

哥林多后书 9:8

8 神能将各样的恩惠多多地加给你们，使你们凡事常常充足，能多行各样善事。

马太福音 7:11

11 你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况你们在天上的父，岂不更把好东西给求他的人吗？

诗篇 145:15–16

15 万民都举目仰望你；你随时给他们食物。16 你张手，使有生气的都随愿饱足。

五 我们日用的饮食

马太福音 6:11

11 我们日用的饮食，今日赐给我们。

箴言 30:8–9

8 求你使虚假和谎言远离我；使我也不贫穷也不富足；赐给我需用的饮食，9 恐怕我饱足不认你，说：耶和华是谁呢？又恐怕我贫穷就偷窃，以致亵渎我神的名。

提摩太前书 6:6–8

6 然而，敬虔加上知足的心便是大利了；7 因为我们没有带甚么到世上来，也不能带甚么去。8 只要有衣有食，就当知足。

使徒行传 14:17

17 然而为自己未尝不显出证据来，就如常施恩惠，从天降雨，赏赐丰年，叫你们饮食饱足，满心喜乐。」

神引导

你要专心仰赖耶和华，他必指引你的路

关于神引导，圣经的教导包括：专心仰赖，他必指引；耶和华是我的牧者；你的话是我脚前的灯；圣灵引导神的儿女；求你指教我遵行你的旨意。本页按主题整理了 27 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 专心仰赖，他必指引

箴言 3:5–6

5 你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，6 在你一切所行的事上都要认定他，他必指引你的路。

箴言 16:9

9 人心筹算自己的道路；惟耶和华指引他的脚步。

耶利米书 10:23

23 耶和华啊，我晓得人的道路不由自己，行路的人也不能定自己的脚步。

诗篇 37:23–24

23 义人的脚步被耶和华立定；他的道路，耶和华也喜爱。24 他虽失脚也不致全身仆倒，因为耶和华用手搀扶他（或译：搀扶他的手）。

二 耶和华是我的牧者

诗篇 23:1–3

1 （大卫的诗。）耶和华是我的牧者，我必不致缺乏。2 他使我躺卧在青草地上，领我在可安歇的水边。3 他使我的灵魂苏醒，为自己的名引导我走义路。

以赛亚书 40:11

11 他必像牧人牧养自己的羊群，用膀臂聚集羊羔抱在怀中，慢慢引导那乳养小羊的。

约翰福音 10:3–4

3 看门的就给他开门；羊也听他的声音。他按着名叫自己的羊，把羊领出来。4 既放出自己的羊来，就在前头走，羊也跟着他，因为认得他的声音。

诗篇 48:14

14 因为这神永永远远为我们的神；他必作我们引路的，直到死时。

三 你的话是我脚前的灯

诗篇 119:105

105 你的话是我脚前的灯，是我路上的光。

诗篇 32:8

8 我要教导你，指示你当行的路；我要定睛在你身上劝戒你。

以赛亚书 30:21

21 你或向左或向右，你必听见后边有声音说：「这是正路，要行在其间。」

提摩太后书 3:16–17

16 圣经都是神所默示的（或译：凡神所默示的圣经），于教训、督责、使人归正、教导人学义都是有益的，17 叫属神的人得以完全，预备行各样的善事。

四 圣灵引导神的儿女

罗马书 8:14

14 因为凡被神的灵引导的，都是神的儿子。

约翰福音 16:13

13 只等真理的圣灵来了，他要引导你们明白（原文是进入）一切的真理；因为他不是凭自己说的，乃是把他所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。

加拉太书 5:16

16 我说，你们当顺着圣灵而行，就不放纵肉体的情欲了。

加拉太书 5:25

25 我们若是靠圣灵得生，就当靠圣灵行事。

五 求你指教我遵行你的旨意

诗篇 25:4–5

4 耶和华啊，求你将你的道指示我，将你的路教训我！5 求你以你的真理引导我，教训我，因为你是救我的神。我终日等候你。

诗篇 143:10

10 求你指教我遵行你的旨意，因你是我的神。你的灵本为善；求你引我到平坦之地。

雅各书 1:5

5 你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人、也不斥责人的神，主就必赐给他。

罗马书 12:2

2 不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

神掌管

耶和华在天上立定宝座，他的权柄统管万有

关于神掌管，圣经的教导包括：神掌管万有；万事都在他手中；人的计划与神的旨意；掌管君王与列国；万事都本于他、倚靠他、归于他。本页按主题整理了 27 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神掌管万有

诗篇 103:19

19 耶和华在天上立定宝座；他的权柄（原文是国）统管万有。

历代志上 29:11–12

11 耶和华啊，尊大、能力、荣耀、强胜、威严都是你的；凡天上地下的都是你的；国度也是你的，并且你为至高，为万有之首。12 丰富尊荣都从你而来，你也治理万物。在你手里有大能大力，使人尊大强盛都出于你。

诗篇 115:3

3 然而，我们的神在天上，都随自己的意旨行事。

但以理书 4:34–35

34 日子满足，我—尼布甲尼撒举目望天，我的聪明复归于我，我便称颂至高者，赞美尊敬活到永远的神。他的权柄是永有的；他的国存到万代。35 世上所有的居民都算为虚无；在天上的万军和世上的居民中，他都凭自己的意旨行事。无人能拦住他手，或问他说，你做甚么呢？

二 万事都在他手中

箴言 16:33

33 签放在怀里，定事由耶和华。

箴言 21:1

1 王的心在耶和华手中，好像陇沟的水随意流转。

马太福音 10:29–30

29 两个麻雀不是卖一分银子吗？若是你们的父不许，一个也不能掉在地上；30 就是你们的头发也都被数过了。

耶利米哀歌 3:37–38

37 除非主命定，谁能说成就成呢？38 祸福不都出于至高者的口吗？

三 人的计划与神的旨意

箴言 19:21

21 人心多有计谋；惟有耶和华的筹算才能立定。

创世记 50:20

20 从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。

以赛亚书 14:24

24 万军之耶和华起誓说：我怎样思想，必照样成就；我怎样定意，必照样成立，

雅各书 4:13–15

13 嗐！你们有话说：「今天明天我们要往某城里去，在那里住一年，做买卖得利。」14 其实明天如何，你们还不知道。你们的生命是甚么呢？你们原来是一片云雾，出现少时就不见了。15 你们只当说：「主若愿意，我们就可以活着，也可以做这事，或做那事。」

四 掌管君王与列国

但以理书 2:20–21

20 但以理说：「神的名是应当称颂的！从亘古直到永远，因为智慧能力都属乎他。21 他改变时候、日期，废王，立王，将智慧赐与智慧人，将知识赐与聪明人。

罗马书 13:1

1 在上有权柄的，人人当顺服他，因为没有权柄不是出于神的。凡掌权的都是神所命的。

诗篇 22:28

28 因为国权是耶和华的；他是管理万国的。

使徒行传 17:26

26 他从一本（本：有古卷是血脉）造出万族的人，住在全地上，并且预先定准他们的年限和所住的疆界，

五 万事都本于他、倚靠他、归于他

罗马书 8:28

28 我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。

罗马书 11:36

36 因为万有都是本于他，倚靠他，归于他。愿荣耀归给他，直到永远。阿们！

启示录 19:6

6 我听见好像群众的声音，众水的声音，大雷的声音，说：哈利路亚！因为主—我们的神、全能者作王了。

以弗所书 1:11

11 我们也在他里面得（得：或译成）了基业；这原是那位随己意行、做万事的，照着他旨意所预定的，

神赐福

愿耶和华赐福给你，保护你

关于神赐福，圣经的教导包括：神赐福的心意；敬畏神的人有福；行神的道必蒙福；天国的福气；福杯满溢。本页按主题整理了 36 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神赐福的心意

民数记 6:24–26

24 『愿耶和华赐福给你，保护你。25 愿耶和华使他的脸光照你，赐恩给你。26 愿耶和华向你仰脸，赐你平安。』

创世记 12:2

2 我必叫你成为大国。我必赐福给你，叫你的名为大；你也要叫别人得福。

以弗所书 1:3

3 愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！他在基督里曾赐给我们天上各样属灵的福气：

雅各书 1:17

17 各样美善的恩赐和各样全备的赏赐都是从上头来的，从众光之父那里降下来的；在他并没有改变，也没有转动的影儿。

二 敬畏神的人有福

诗篇 1:1–3

1 不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐亵慢人的座位，2 惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福！3 他要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干。凡他所做的尽都顺利。

诗篇 112:1–2

1 你们要赞美耶和华！敬畏耶和华，甚喜爱他命令的，这人便为有福！2 他的后裔在世必强盛；正直人的后代必要蒙福。

诗篇 128:1–2

1 （上行之诗。）凡敬畏耶和华、遵行他道的人便为有福！2 你要吃劳碌得来的；你要享福，事情顺利。

耶利米书 17:7–8

7 倚靠耶和华、以耶和华为可靠的，那人有福了！8 他必像树栽于水旁，在河边扎根，炎热来到，并不惧怕，叶子仍必青翠，在干旱之年毫无挂虑，而且结果不止。

三 行神的道必蒙福

申命记 28:1–2

1 「你若留意听从耶和华—你神的话，谨守遵行他的一切诫命，就是我今日所吩咐你的，他必使你超乎天下万民之上。2 你若听从耶和华—你神的话，这以下的福必追随你，临到你身上：

箴言 10:22

22 耶和华所赐的福使人富足，并不加上忧虑。

玛拉基书 3:10

10 万军之耶和华说：你们要将当纳的十分之一全然送入仓库，使我家有粮，以此试试我，是否为你们敞开天上的窗户，倾福与你们，甚至无处可容。

诗篇 34:8

8 你们要尝尝主恩的滋味，便知道他是美善；投靠他的人有福了！

四 天国的福气

马太福音 5:3–6

3 虚心的人有福了！因为天国是他们的。4 哀恸的人有福了！因为他们必得安慰。5 温柔的人有福了！因为他们必承受地土。6 饥渴慕义的人有福了！因为他们必得饱足。

马太福音 5:7–10

7 怜恤人的人有福了！因为他们必蒙怜恤。8 清心的人有福了！因为他们必得见神。9 使人和睦的人有福了！因为他们必称为神的儿子。10 为义受逼迫的人有福了！因为天国是他们的。

路加福音 11:28

28 耶稣说：「是，却还不如听神之道而遵守的人有福。」

约翰福音 20:29

29 耶稣对他说：「你因看见了我才信；那没有看见就信的有福了。」

五 福杯满溢

诗篇 65:11

11 你以恩典为年岁的冠冕；你的路径都滴下脂油，

罗马书 8:32

32 神既不爱惜自己的儿子，为我们众人舍了，岂不也把万物和他一同白白地赐给我们吗？

诗篇 115:12–13

12 耶和华向来眷念我们；他还要赐福给我们：要赐福给以色列的家，赐福给亚伦的家。13 凡敬畏耶和华的，无论大小，主必赐福给他。

诗篇 16:5–6

5 耶和华是我的产业，是我杯中的分；我所得的，你为我持守。6 用绳量给我的地界，坐落在佳美之处；我的产业实在美好。

> 神最大的赐福是在基督里天上各样属灵的福气（以弗所书 1:3）。今生的顺利与丰富是神的恩典，却不是衡量神是否爱我们的标准。

神申冤

伸冤在我，我必报应

关于神申冤，圣经的教导包括：伸冤在我，我必报应；神为受欺压的人伸冤；把冤屈交托给神；神必按公义审判；不要为作恶的心怀不平。本页按主题整理了 30 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 伸冤在我，我必报应

申命记 32:35

35 他们失脚的时候，伸冤报应在我；因他们遭灾的日子近了；那要临在他们身上的必速速来到。

罗马书 12:19

19 亲爱的弟兄，不要自己伸冤，宁可让步，听凭主怒（或译：让人发怒）；因为经上记着：「主说：『伸冤在我，我必报应。』」

希伯来书 10:30

30 因为我们知道谁说：「伸冤在我，我必报应」；又说：「主要审判他的百姓。」

诗篇 94:1–2

1 耶和华啊，你是伸冤的神；伸冤的神啊，求你发出光来！2 审判世界的主啊，求你挺身而立，使骄傲人受应得的报应！

二 神为受欺压的人伸冤

诗篇 103:6

6 耶和华施行公义，为一切受屈的人伸冤。

诗篇 146:7

7 他为受屈的伸冤，赐食物与饥饿的。耶和华释放被囚的；

诗篇 140:12

12 我知道耶和华必为困苦人伸冤，必为穷乏人辨屈。

路加福音 18:7–8

7 神的选民昼夜呼吁他，他纵然为他们忍了多时，岂不终久给他们伸冤吗？8 我告诉你们，要快快地给他们伸冤了。然而，人子来的时候，遇得见世上有信德吗？」

三 把冤屈交托给神

诗篇 37:5–7

5 当将你的事交托耶和华，并倚靠他，他就必成全。6 他要使你的公义如光发出，使你的公平明如正午。7 你当默然倚靠耶和华，耐性等候他；不要因那道路通达的和那恶谋成就的心怀不平。

彼得前书 2:23

23 他被骂不还口；受害不说威吓的话，只将自己交托那按公义审判人的主。

撒母耳记上 24:12

12 愿耶和华在你我中间判断是非，在你身上为我伸冤，我却不亲手加害于你。

诗篇 35:23–24

23 我的神我的主啊，求你奋兴醒起，判清我的事，伸明我的冤！24 耶和华—我的神啊，求你按你的公义判断我，不容他们向我夸耀！

四 神必按公义审判

诗篇 9:7–9

7 惟耶和华坐着为王，直到永远；他已经为审判设摆他的宝座。8 他要按公义审判世界，按正直判断万民。9 耶和华又要给受欺压的人作高台，在患难的时候作高台。

传道书 12:14

14 因为人所做的事，连一切隐藏的事，无论是善是恶，神都必审问。

帖撒罗尼迦后书 1:6–7

6 神既是公义的，就必将患难报应那加患难给你们的人，7 也必使你们这受患难的人与我们同得平安。那时，主耶稣同他有能力的天使从天上在火焰中显现，

启示录 19:2

2 他的判断是真实公义的；因他判断了那用淫行败坏世界的大淫妇，并且向淫妇讨流仆人血的罪，给他们伸冤。

五 不要为作恶的心怀不平

诗篇 37:1–2

1 （大卫的诗。）不要为作恶的心怀不平，也不要向那行不义的生出嫉妒。2 因为他们如草快被割下，又如青菜快要枯干。

诗篇 73:16–17

16 我思索怎能明白这事，眼看实系为难，17 等我进了神的圣所，思想他们的结局。

箴言 20:22

22 你不要说，我要以恶报恶；要等候耶和华，他必拯救你。

以赛亚书 35:4

4 对胆怯的人说：你们要刚强，不要惧怕。看哪，你们的神必来报仇，必来施行极大的报应；他必来拯救你们。

> 神为人伸冤，并不表示我们要默默忍受伤害。神也设立执政掌权的「是神的用人，是伸冤的，刑罚那作恶的」（罗马书 13:4）。若你正受到伤害，请先确保安全，也欢迎与牧者谈谈。

试探

儆醒祷告，免得入了迷惑

关于试探，圣经的教导包括：认识仇敌的诡计；试探从私欲而来；耶稣用神的话得胜；儆醒祷告，抵挡魔鬼；约瑟的榜样。本页按主题整理了 30 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 认识仇敌的诡计

创世记 3:1–4

1 耶和华神所造的，惟有蛇比田野一切的活物更狡猾。蛇对女人说：「神岂是真说不许你们吃园中所有树
上的果子吗？」2 女人对蛇说：「园中树上的果子，我们可以吃，3 惟有园当中那棵树上的果子，神曾说：
『你们不可吃，也不可摸，免得你们死。』」4 蛇对女人说：「你们不一定死；

彼得前书 5:8–9

8 务要谨守，警醒。因为你们的仇敌魔鬼，如同吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人。9 你们要用坚固
的信心抵挡他，因为知道你们在世上的众弟兄也是经历这样的苦难。

哥林多后书 11:14–15

14 这也不足为怪，因为连撒但也装作光明的天使。15 所以他的差役，若装作仁义的差役，也不算希奇。他
们的结局必然照着他们的行为。

箴言 1:10

10 我儿，恶人若引诱你，你不可随从。

二 试探从私欲而来

雅各书 1:13–15

13 人被试探，不可说：「我是被神试探」；因为神不能被恶试探，他也不试探人。14 但各人被试探，乃是
被自己的私欲牵引诱惑的。15 私欲既怀了胎，就生出罪来；罪既长成，就生出死来。

哥林多前书 10:12

12 所以，自己以为站得稳的，须要谨慎，免得跌倒。

哥林多前书 10:13

13 你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时
候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

三 耶稣用神的话得胜

马太福音 4:1–11 参阅全段

马太福音 4:4，7，10

4 耶稣却回答说：「经上记着说：人活着，不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。」7 耶稣对他说：
「经上又记着说：『不可试探主—你的神。』」10 耶稣说：「撒但（就是抵挡的意思，乃魔鬼的别名），
退去吧！因为经上记着说：当拜主—你的神，单要事奉他。」

诗篇 119:11

11 我将你的话藏在心里，免得我得罪你。

四 儆醒祷告，抵挡魔鬼

马太福音 6:13

13 不叫我们遇见试探；救我们脱离凶恶（或译：脱离恶者）。因为国度、权柄、荣耀，全是你的，直到永远。阿们（有古卷没有因为……阿们等字）！

马太福音 26:41

41 总要警醒祷告，免得入了迷惑。你们心灵固然愿意，肉体却软弱了。」

雅各书 4:7

7 故此，你们要顺服神。务要抵挡魔鬼，魔鬼就必离开你们逃跑了。

以弗所书 6:10–18 参阅全段

以弗所书 6:10–12

10 我还有末了的话：你们要靠着主，倚赖他的大能大力作刚强的人。11 要穿戴神所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。12 因我们并不是与属血气的争战（原文是摔跤；下同），乃是与那些执政的、掌权的、管辖这幽暗世界的，以及天空属灵气的恶魔争战。

希伯来书 2:18

18 他自己既然被试探而受苦，就能搭救被试探的人。

希伯来书 4:15–16

15 因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。16 所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

提摩太后书 2:22

22 你要逃避少年的私欲，同那清心祷告主的人追求公义、信德、仁爱、和平。

五 约瑟的榜样

创世记 39:6–20 参阅全段

创世记 39:9–10

9 在这家里没有比我大的；并且他没有留下一样不交给我，只留下了你，因为你是他的妻子。我怎能作这大恶，得罪神呢？」10 后来她天天和约瑟说，约瑟却不听从她，不与她同寝，也不和她在一处。

情欲、邪恶的私欲

顺着圣灵而行

关于情欲、邪恶的私欲，圣经的教导包括：私欲从哪里来；在基督里得新生命；弃绝肉体的私欲；顺着圣灵而行。本页按主题整理了 24 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 私欲从哪里来

创世记 3:6

6 于是女人见那棵树的果子好作食物，也悦人的眼目，且是可喜爱的，能使人有智慧，就摘下果子来吃了，又给她丈夫，她丈夫也吃了。

出埃及记 20:17

17 「不可贪恋人的房屋；也不可贪恋人的妻子、仆婢、牛驴，并他一切所有的。」

以弗所书 2:3

3 我们从前也都在他们中间，放纵肉体的私欲，随着肉体和心中所喜好的去行，本为可怒之子，和别人一样。

约翰一书 2:16

16 因为，凡世界上的事，就像肉体的情欲、眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从世界来的。

二 在基督里得新生命

以弗所书 2:4–5

4 然而，神既有丰富的怜悯，因他爱我们的大爱，5 当我们死在过犯中的时候，便叫我们与基督一同活过来。你们得救是本乎恩。

彼得后书 1:4

4 因此，他已将又宝贵又极大的应许赐给我们，叫我们既脱离世上从情欲来的败坏，就得与神的性情有分。

三 弃绝肉体的私欲

罗马书 13:14

14 总要披戴主耶稣基督，不要为肉体安排，去放纵私欲。

提多书 2:11–12

11 因为神救众人的恩典已经显明出来，12 教训我们除去不敬虔的心和世俗的情欲，在今世自守、公义、敬虔度日，

彼得前书 1:14–16

14 你们既作顺命的儿女，就不要效法从前蒙昧无知的时候那放纵私欲的样子。15 那召你们的既是圣洁，你们在一切所行的事上也要圣洁。16 因为经上记着说：「你们要圣洁，因为我是圣洁的。」

彼得前书 2:11

11 亲爱的弟兄啊，你们是客旅，是寄居的。我劝你们要禁戒肉体的私欲；这私欲是与灵魂争战的。

约伯记 31:1

1 我与眼睛立约，怎能恋恋瞻望处女呢？

诗篇 119:9–11

9 少年人用甚么洁净他的行为呢？是要遵行你的话！ 10 我一心寻求了你；求你不要叫我偏离你的命令。 11 我将你的话藏在心里，免得我得罪你。

四 顺着圣灵而行

加拉太书 5:16

16 我说，你们当顺着圣灵而行，就不放纵肉体的情欲了。

罗马书 8:5–8

5 因为，随从肉体的人体贴肉体的事；随从圣灵的人体贴圣灵的事。 6 体贴肉体的，就是死；体贴圣灵的，乃是生命、平安。 7 原来体贴肉体的，就是与神为仇；因为不服神的律法，也是不能服， 8 而且属肉体的人不能得神的喜欢。

加拉太书 5:24

24 凡属基督耶稣的人，是已经把肉体连肉体的邪情私欲同钉在十字架上了。

淫乱

你们的身子是圣灵的殿

关于淫乱，圣经的教导包括：罪从心里发出；果断远离；身子是圣灵的殿；神的警告；在基督里得洗净与自由。本页按主题整理了 31 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 罪从心里发出

马太福音 5:27–28

27 「你们听见有话说：『不可奸淫。』28 只是我告诉你们，凡看见妇女就动淫念的，这人心里已经与她犯奸淫了。

马太福音 15:19–20

19 因为从心里发出来的，有恶念、凶杀、奸淫、苟合、偷盗、妄证、谤讟。20 这都是污秽人的；至于不洗手吃饭，那却不污秽人。」

箴言 4:23

23 你要保守你心，胜过保守一切（或译：你要切切保守你心），因为一生的果效是由心发出。

箴言 4:24–27

24 你要除掉邪僻的口，弃绝乖谬的嘴。25 你的眼目要向前正看；你的眼睛（原文是皮）当向前直观。26 要修平你脚下的路，坚定你一切的道。27 不可偏向左右；要使你的脚离开邪恶。

二 果断远离

马太福音 5:29–30

29 若是你的右眼叫你跌倒，就剜出来丢掉，宁可失去百体中的一体，不叫全身丢在地狱里。30 若是右手叫你跌倒，就砍下来丢掉，宁可失去百体中的一体，不叫全身下入地狱。」

歌罗西书 3:5–7

5 所以，要治死你们在地上的肢体，就如淫乱、污秽、邪情、恶欲，和贪婪（贪婪就与拜偶像一样）。6 因这些事，神的忿怒必临到那悖逆之子。7 当你们在这些事中活着的时候，也曾这样行过。

帖撒罗尼迦前书 4:3–6

3 神的旨意就是要你们成为圣洁，远避淫行；4 要你们各人晓得怎样用圣洁、尊贵守着自己的身体，5 不放纵私欲的邪情，像那不认识神的外邦人。6 不要一个人在这事上越分，欺负他的弟兄；因为这一类的事，主必报应，正如我预先对你们说过、又切切嘱咐你们的。

哥林多后书 7:1

1 亲爱的弟兄啊，我们既有这等应许，就当洁净自己，除去身体、灵魂一切的污秽，敬畏神，得以成圣。

提摩太后书 2:22

22 你要逃避少年的私欲，同那清心祷告主的人追求公义、信德、仁爱、和平。

三 身子是圣灵的殿

哥林多前书 6:12–20 参阅全段

以弗所书 5:3–17 参阅全段

四 神的警告

哥林多前书 6:9–10

9 你们岂不知不义的人不能承受神的国吗？不要自欺！无论是淫乱的、拜偶像的、奸淫的、作娈童的、亲男色的、10 偷窃的、贪婪的、醉酒的、辱骂的、勒索的，都不能承受神的国。

彼得后书 2:4–10 参阅全段

犹大书 6–7

6 又有不守本位、离开自己住处的天使，主用锁链把他们永远拘留在黑暗里，等候大日的审判。7 又如所多玛、蛾摩拉和周围城邑的人，也照他们一味地行淫，随从逆性的情欲，就受永火的刑罚，作为鉴戒。

箴言 6:32

32 与妇人行淫的，便是无知；行这事的，必丧掉生命。

箴言 7 参阅全章

五 在基督里得洗净与自由

哥林多前书 6:11

11 你们中间也有人从前是这样；但如今你们奉主耶稣基督的名，并藉着我们神的灵，已经洗净，成圣，称义了。

加拉太书 5:16–18

16 我说，你们当顺着圣灵而行，就不放纵肉体的情欲了。17 因为情欲和圣灵相争，圣灵和情欲相争，这两个是彼此相敌，使你们不能做所愿意做的。18 但你们若被圣灵引导，就不在律法以下。

约翰福音 8:31–36 参阅全段

罗马书 6:15–23 参阅全段

约翰福音 8:1–11 参阅全段

约翰福音 8:10–11

10 耶稣就直起腰来，对她说：「妇人，那些人在哪里呢？没有人定你的罪吗？」11 她说：「主啊，没有。」耶稣说：「我也不定你的罪。去吧，从此不要再犯罪了！」

诗篇 51 参阅全篇

色情、网络沉迷

把眼目与心思都归给主

关于色情、网络沉迷，圣经的教导包括：眼目与心思的圣洁；逃避淫行，身子是圣灵的殿；不受任何事的辖制；认罪、求助，靠恩典得胜。本页按主题整理了 39 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 眼目与心思的圣洁

马太福音 5:27–29

27 「你们听见有话说：『不可奸淫。』28 只是我告诉你们，凡看见妇女就动淫念的，这人心里已经与她犯奸淫了。29 若是你的右眼叫你跌倒，就剜出来丢掉，宁可失去百体中的一体，不叫全身丢在地狱里。

约伯记 31:1

1 我与眼睛立约，怎能恋恋瞻望处女呢?

诗篇 101:3

3 邪僻的事，我都不摆在我眼前；悖逆人所做的事，我甚恨恶，不容沾在我身上。

诗篇 119:37

37 求你叫我转眼不看虚假，又叫我在你的道中生活。

腓立比书 4:8

8 弟兄们，我还有未尽的话：凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有甚么德行，若有甚么称赞，这些事你们都要思念。

二 逃避淫行，身子是圣灵的殿

哥林多前书 6:18–20

18 你们要逃避淫行。人所犯的，无论甚么罪，都在身子以外，惟有行淫的，是得罪自己的身子。19 岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？这圣灵是从神而来，住在你们里头的；并且你们不是自己的人，20 因为你们是重价买来的。所以，要在你们的身子上荣耀神。

帖撒罗尼迦前书 4:3–5

3 神的旨意就是要你们成为圣洁，远避淫行；4 要你们各人晓得怎样用圣洁、尊贵守着自己的身体，5 不放纵私欲的邪情，像那不认识神的外邦人。

提摩太后书 2:22

22 你要逃避少年的私欲，同那清心祷告主的人追求公义、信德、仁爱、和平。

箴言 6:25–28

25 你心中不要恋慕她的美色，也不要被她眼皮勾引。26 因为，妓女能使人只剩一块饼；淫妇猎取人宝贵的生命。27 人若怀里撄火，衣服岂能不烧呢？28 人若在火炭上走，脚岂能不烫呢?

罗马书 13:13–14

13 行事为人要端正，好像行在白昼。不可荒宴醉酒；不可好色邪荡；不可争竞嫉妒。14 总要披戴主耶稣基督，不要为肉体安排，去放纵私欲。

三 不受任何事的辖制

哥林多前书 6:12

12 凡事我都可行，但不都有益处。凡事我都可行，但无论哪一件，我总不受它的辖制。

约翰福音 8:34–36

34 耶稣回答说：「我实实在在地告诉你们，所有犯罪的就是罪的奴仆。35 奴仆不能永远住在家里；儿子是永远住在家里。36 所以天父的儿子若叫你们自由，你们就真自由了。

罗马书 6:12–14

12 所以，不要容罪在你们必死的身上作王，使你们顺从身子的私欲。13 也不要将你们的肢体献给罪作不义的器具；倒要像从死里复活的人，将自己献给神，并将肢体作义的器具献给神。14 罪必不能作你们的主；因你们不在律法之下，乃在恩典之下。

彼得后书 2:19

19 他们应许人得以自由，自己却作败坏的奴仆，因为人被谁制伏就是谁的奴仆。

以弗所书 5:15–16

15 你们要谨慎行事，不要像愚昧人，当像智慧人。16 要爱惜光阴，因为现今的世代邪恶。

四 认罪、求助，靠恩典得胜

箴言 28:13

13 遮掩自己罪过的，必不亨通；承认离弃罪过的，必蒙怜恤。

约翰一书 1:9

9 我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。

雅各书 5:16

16 所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。

哥林多前书 10:13

13 你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

加拉太书 5:16

16 我说，你们当顺着圣灵而行，就不放纵肉体的情欲了。

提多书 2:11–12

11 因为神救众人的恩典已经显明出来，12 教训我们除去不敬虔的心和世俗的情欲，在今世自守、公义、敬虔度日，

希伯来书 4:15–16

15 因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。16 所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

> 若你在这事上屡战屡败，不必独自挣扎。欢迎与牧者或一位成熟的弟兄姊妹谈谈，彼此守望、一同祷告。

同性恋

神的话、神的审判与神的洗净

关于同性恋，圣经的教导包括：神起初的设计；神对所多玛的审判；顺性变为逆性；在基督里可以得洗净；主体恤我们的软弱。本页按主题整理了 27 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神起初的设计

创世记 1:27

27 神就照着自己的形像造人，乃是照着他的形像造男造女。

创世记 2:24

24 因此，人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。

二 神对所多玛的审判

创世记 18:20–21

20 耶和华说：「所多玛和蛾摩拉的罪恶甚重，声闻于我。21 我现在要下去，察看他们所行的，果然尽像那达到我耳中的声音一样吗？若是不然，我也必知道。」

创世记 19 参阅全章

创世记 19:4–5

4 他们还没有躺下，所多玛城里各处的人，连老带少，都来围住那房子，5 呼叫罗得说：「今日晚上到你这里来的人在哪里呢？把他们带出来，任我们所为。」

创世记 19:24–25

24 当时，耶和华将硫磺与火从天上耶和华那里降与所多玛和蛾摩拉，25 把那些城和全平原，并城里所有的居民，连地上生长的，都毁灭了。

彼得後书 2:4–10 参阅全段

彼得后书 2:6–10

6 又判定所多玛、蛾摩拉，将二城倾覆，焚烧成灰，作为后世不敬虔人的鉴戒；7 只搭救了那常为恶人淫行忧伤的义人罗得。8 （因为那义人住在他们中间，看见听见他们不法的事，他的义心就天天伤痛。）9 主知道搭救敬虔的人脱离试探，把不义的人留在刑罚之下，等候审判的日子。10 那些随肉身、纵污秽的情欲、轻慢主治之人的，更是如此。他们胆大任性，毁谤在尊位的，也不知惧怕。

犹大书 6–7

6 又有不守本位、离开自己住处的天使，主用锁链把他们永远拘留在黑暗里，等候大日的审判。7 又如所多玛、蛾摩拉和周围城邑的人，也照他们一味地行淫，随从逆性的情欲，就受永火的刑罚，作为鉴戒。

三 顺性变为逆性

罗马书 1:18–32 参阅全段

罗马书 1:26–27

26 因此，神任凭他们放纵可羞耻的情欲。他们的女人把顺性的用处变为逆性的用处；27 男人也是如此，弃了女人顺性的用处，欲火攻心，彼此贪恋，男和男行可羞耻的事，就在自己身上受这妄为当得的报应。

利未记 18:22

22 不可与男人苟合，像与女人一样；这本是可憎恶的。

提摩太前书 1:9–11

9 因为律法不是为义人设立的，乃是为不法和不服的，不虔诚和犯罪的，不圣洁和恋世俗的，弒父母和杀人的，10 行淫和亲男色的，抢人口和说谎话的，并起假誓的，或是为别样敌正道的事设立的。11 这是照着可称颂之神交托我荣耀福音说的。

四 在基督里可以得洗净

哥林多前书 6:9–10

9 你们岂不知不义的人不能承受神的国吗？不要自欺！无论是淫乱的、拜偶像的、奸淫的、作娈童的、亲男色的、10 偷窃的、贪婪的、醉酒的、辱骂的、勒索的，都不能承受神的国。

哥林多前书 6:11

11 你们中间也有人从前是这样；但如今你们奉主耶稣基督的名，并藉着我们神的灵，已经洗净，成圣，称义了。

五 主体恤我们的软弱

希伯来书 4:15–16

15 因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。16 所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

哥林多前书 10:13

13 你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

酗酒与滥用药物

不被酒控制，乃被圣灵充满

关于酗酒与滥用药物，圣经的教导包括：身体是圣灵的殿；醉酒带来的祸患；慎选同伴；在基督里有洗净和盼望。本页按主题整理了 39 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 身体是圣灵的殿

哥林多前书 6:15

15 岂不知你们的身子是基督的肢体吗？我可以将基督的肢体作为娼妓的肢体吗？断乎不可！

哥林多前书 6:19–20

19 岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？这圣灵是从神而来，住在你们里头的；并且你们不是自己的人，
20 因为你们是重价买来的。所以，要在你们的身子上荣耀神。

以弗所书 5:15–18

15 你们要谨慎行事，不要像愚昧人，当像智慧人。16 要爱惜光阴，因为现今的世代邪恶。17 不要作糊涂人，要明白主的旨意如何。18 不要醉酒，酒能使人放荡；乃要被圣灵充满。

罗马书 13:13–14

13 行事为人要端正，好像行在白昼。不可荒宴醉酒；不可好色邪荡；不可争竞嫉妒。14 总要披戴主耶稣基督，不要为肉体安排，去放纵私欲。

二 醉酒带来的祸患

箴言 20:1

1 酒能使人亵慢，浓酒使人喧嚷；凡因酒错误的，就无智慧。

箴言 21:17

17 爱宴乐的，必致穷乏；好酒，爱膏油的，必不富足。

箴言 23:29–35 参阅全段

箴言 23:32–35

31–32 酒发红，在杯中闪烁，你不可观看，虽然下咽舒畅，终久是咬你如蛇，刺你如毒蛇。33 你眼必看见异怪的事（或译：淫妇）；你心必发出乖谬的话。34 你必像躺在海中，或像卧在桅杆上。35 你必说：人打我，我却未受伤；人鞭打我，我竟不觉得。我几时清醒，我仍去寻酒。

以赛亚书 28:1–4

1 祸哉！以法莲的酒徒，住在肥美谷的山上，他们心里高傲，以所夸的为冠冕，犹如将残之花。2 看哪，主有一大能大力者，像一阵冰雹，像毁灭的暴风，像涨溢的大水，他必用手将冠冕摔落于地。3 以法莲高傲的酒徒，他的冠冕必被踏在脚下。4 那荣美将残之花，就是在肥美谷山上的，必像夏令以前初熟的无花果；看见这果的就注意，一到手中就吞吃了。

以赛亚书 28:7–8

7 就是这地的人也因酒摇摇晃晃，因浓酒东倒西歪。祭司和先知因浓酒摇摇晃晃，被酒所困，因浓酒东倒西歪。他们错解默示，谬行审判。8 因为各席上满了呕吐的污秽，无一处干净。

创世记 9:20–23

20 挪亚作起农夫来，栽了一个葡萄园。21 他喝了园中的酒便醉了，在帐棚里赤着身子。22 迦南的父亲含看见他父亲赤身，就到外边告诉他两个弟兄。23 于是闪和雅弗拿件衣服搭在肩上，倒退着进去，给他父亲盖上；他们背着脸就看不见父亲的赤身。

创世记 19:30–38 参阅全段

路加福音 21:34

34 「你们要谨慎，恐怕因贪食、醉酒，并今生的思虑累住你们的心，那日子就如同网罗忽然临到你们；

加拉太书 5:19–21

19 情欲的事都是显而易见的，就如奸淫、污秽、邪荡、20 拜偶像、邪术、仇恨、争竞、忌恨、恼怒、结党、纷争、异端、21 嫉妒（有古卷加：凶杀二字）、醉酒、荒宴等类。我从前告诉你们，现在又告诉你们，行这样事的人必不能承受神的国。

彼得前书 4:3

3 因为往日随从外邦人的心意行邪淫、恶欲、醉酒、荒宴、群饮，并可恶拜偶像的事，时候已经够了。

提多书 2:3

3 又劝老年妇人，举止行动要恭敬，不说谗言，不给酒作奴仆，用善道教训人，

三 慎选同伴

哥林多前书 5:11

11 但如今我写信给你们说，若有称为弟兄是行淫乱的，或贪婪的，或拜偶像的，或辱骂的，或醉酒的，或勒索的，这样的人不可与他相交，就是与他吃饭都不可。

箴言 23:19–20

19 我儿，你当听，当存智慧，好在正道上引导你的心。20 好饮酒的，好吃肉的，不要与他们来往；

四 在基督里有洗净和盼望

哥林多前书 6:9–10

9 你们岂不知不义的人不能承受神的国吗？不要自欺！无论是淫乱的、拜偶像的、奸淫的、作娈童的、亲男色的、10 偷窃的、贪婪的、醉酒的、辱骂的、勒索的，都不能承受神的国。

哥林多前书 6:11

11 你们中间也有人从前是这样；但如今你们奉主耶稣基督的名，并藉着我们神的灵，已经洗净，成圣，称义了。

希伯来书 4:15–16

15 因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。16 所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

拜偶像、祭祖、算命

只敬拜独一的真神

关于拜偶像、祭祖、算命，圣经的教导包括：只可敬拜独一的真神；偶像是虚无的；不可算命、占卜、交鬼；祭祖：孝敬在生前，敬拜只归神；离弃偶像，归向神。本页按主题整理了 39 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 只可敬拜独一的真神

出埃及记 20:3–5

3 「除了我以外，你不可有别的神。4 「不可为自己雕刻偶像，也不可做甚么形像彷佛上天、下地，和地底下、水中的百物。5 不可跪拜那些像，也不可事奉它，因为我耶和华—你的神是忌邪的神。恨我的，我必追讨他的罪，自父及子，直到三四代；

以赛亚书 42:8

8 我是耶和华，这是我的名；我必不将我的荣耀归给假神，也不将我的称赞归给雕刻的偶像。

马太福音 4:10

10 耶稣说：「撒但（就是抵挡的意思，乃魔鬼的别名），退去吧！因为经上记着说：当拜主—你的神，单要事奉他。」

哥林多前书 8:4–6

4 论到吃祭偶像之物，我们知道偶像在世上算不得甚么，也知道神只有一位，再没有别的神。5 虽有称为神的，或在天，或在地，就如那许多的神，许多的主；6 然而我们只有一位神，就是父—万物都本于他；我们也归于他—并有一位主，就是耶稣基督—万物都是藉着他有的；我们也是藉着他有的。

二 偶像是虚无的

诗篇 115:4–8

4 他们的偶像是金的，银的，是人手所造的，5 有口却不能言，有眼却不能看，6 有耳却不能听，有鼻却不能闻，7 有手却不能摸，有脚却不能走，有喉咙也不能出声。8 造他的要和他一样；凡靠他的也要如此。

以赛亚书 46:6–7

6 那从囊中抓金子，用天平平银子的人，雇银匠制造神像，他们又俯伏，又叩拜。7 他们将神像抬起，扛在肩上，安置在定处，它就站立，不离本位；人呼求它，它不能答应，也不能救人脱离患难。

耶利米书 10:5

5 它好像棕树，是镟成的，不能说话，不能行走，必须有人抬着。你们不要怕它；它不能降祸，也无力降福。

三 不可算命、占卜、交鬼

申命记 18:10–12

10 你们中间不可有人使儿女经火，也不可有占卜的、观兆的、用法术的、行邪术的、11 用迷术的、交鬼的、行巫术的、过阴的。12 凡行这些事的都为耶和华所憎恶；因那些国民行这可憎恶的事，所以耶和华—你的神将他们从你面前赶出。

利未记 19:31

31 「不可偏向那些交鬼的和行巫术的；不可求问他们，以致被他们玷污了。我是耶和华—你们的神。

以赛亚书 8:19–20

19 有人对你们说：「当求问那些交鬼的和行巫术的，就是声音绵蛮，言语微细的。」你们便回答说：「百姓不当求问自己的神吗？岂可为活人求问死人呢？」20 人当以训诲和法度为标准；他们所说的，若不与此相符，必不得见晨光。

使徒行传 19:18–19

18 那已经信的，多有人来承认诉说自己所行的事。19 平素行邪术的，也有许多人把书拿来，堆积在众人面前焚烧。他们算计书价，便知道共合五万块钱。

四 祭祖：孝敬在生前，敬拜只归神

出埃及记 20:12

12 「当孝敬父母，使你的日子在耶和华—你神所赐你的地上得以长久。

传道书 9:5–6

5 活着的人知道必死；死了的人毫无所知，也不再得赏赐；他们的名无人记念。6 他们的爱，他们的恨，他们的嫉妒，早都消灭了。在日光之下所行的一切事上，他们永不再有分了。

希伯来书 9:27

27 按着定命，人人都有一死，死后且有审判。

哥林多前书 10:19–21

19 我是怎么说呢？岂是说祭偶像之物算得甚么呢？或说偶像算得甚么呢？20 我乃是说，外邦人所献的祭是祭鬼，不是祭神。我不愿意你们与鬼相交。21 你们不能喝主的杯又喝鬼的杯，不能吃主的筵席又吃鬼的筵席。

五 离弃偶像，归向神

帖撒罗尼迦前书 1:9

9 因为他们自己已经报明我们是怎样进到你们那里，你们是怎样离弃偶像，归向神，要服事那又真又活的神，

使徒行传 17:29–30

29 我们既是神所生的，就不当以为神的神性像人用手艺、心思所雕刻的金、银、石。30 世人蒙昧无知的时候，神并不监察，如今却吩咐各处的人都要悔改。

哥林多后书 6:16–18

16 神的殿和偶像有甚么相同呢？因为我们是永生神的殿，就如神曾说：我要在他们中间居住，在他们中间来往；我要作他们的神；他们要作我的子民。17 又说：你们务要从他们中间出来，与他们分别；不要沾不洁净的物，我就收纳你们。18 我要作你们的父；你们要作我的儿女。这是全能的主说的。

约书亚记 24:15

15 若是你们以事奉耶和华为不好，今日就可以选择所要事奉的：是你们列祖在大河那边所事奉的神呢？是你们所住这地的亚摩利人的神呢？至于我和我家，我们必定事奉耶和华。」

约翰一书 5:21

21 小子们哪，你们要自守，远避偶像！

言语、传舌、说谎

说造就人的好话

关于言语、传舌、说谎，圣经的教导包括：讨神喜悦的言语；快快地听，慢慢地说；不可说谎；谨守口舌，不传闲话。本页按主题整理了 29 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 讨神喜悦的言语

诗篇 19:14

14 耶和华—我的磐石，我的救赎主啊，愿我口中的言语、心里的意念在你面前蒙悦纳。

箴言 8:6–8

6 你们当听，因我要说极美的话；我张嘴要论正直的事。7 我的口要发出真理；我的嘴憎恶邪恶。8 我口中的言语都是公义，并无弯曲乖僻。

以弗所书 4:29

29 污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。

箴言 15:1

1 回答柔和，使怒消退；言语暴戾，触动怒气。

歌罗西书 4:6

6 你们的言语要常常带着和气，好像用盐调和，就可知道该怎样回答各人。

以弗所书 4:15

15 惟用爱心说诚实话，凡事长进，连于元首基督，

箴言 25:11

11 一句话说得合宜，就如金苹果在银网子里。

二 快快地听，慢慢地说

雅各书 1:19

19 我亲爱的弟兄们，这是你们所知道的。但你们各人要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒，

箴言 18:13

13 未曾听完先回答的，便是他的愚昧和羞辱。

箴言 13:3

3 谨守口的，得保生命；大张嘴的，必致败亡。

三 不可说谎

出埃及记 20:16

16 「不可作假见证陷害人。

以弗所书 4:25

25 所以，你们要弃绝谎言，各人与邻舍说实话，因为我们是互相为肢体。

箴言 12:22

22 说谎言的嘴为耶和华所憎恶；行事诚实的，为他所喜悦。

约翰福音 8:44

44 你们是出于你们的父魔鬼，你们父的私欲你们偏要行。他从起初是杀人的，不守真理，因他心里没有真理。他说谎是出于自己；因他本来是说谎的，也是说谎之人的父。

箴言 19:9

9 作假见证的，不免受罚；吐出谎言的，也必灭亡。

四 谨守口舌，不传闲话

箴言 11:11–13

11 城因正直人祝福便高举，却因邪恶人的口就倾覆。12 藐视邻舍的，毫无智慧；明哲人却静默不言。13 往来传舌的，泄漏密事；心中诚实的，遮隐事情。

箴言 12:18

18 说话浮躁的，如刀刺人；智慧人的舌头却为医人的良药。

箴言 17:27–28

27 寡少言语的，有知识；性情温良的，有聪明。28 愚昧人若静默不言也可算为智慧；闭口不说也可算为聪明。

箴言 29:19

19 只用言语，仆人不肯受管教；他虽然明白，也不留意。

箴言 21:23

23 谨守口与舌的，就保守自己免受灾难。

雅各书 3:1–12 参阅全段

箴言 26:20

20 火缺了柴就必熄灭；无人传舌，争竞便止息。

箴言 10:19

19 多言多语难免有过；禁止嘴唇是有智慧。

马太福音 12:36–37

36 我又告诉你们，凡人所说的闲话，当审判的日子，必要句句供出来；37 因为要凭你的话定你为义，也要凭你的话定你有罪。」

自我中心

爱是不求自己的益处

关于自我中心，圣经的教导包括：自私的根源与苦果；耶稣的呼召：舍己与服事；顾念别人。本页按主题整理了 20 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 自私的根源与苦果

雅各书 3:14–16

14 你们心里若怀着苦毒的嫉妒和纷争，就不可自夸，也不可说谎话抵挡真道。15 这样的智慧不是从上头来的，乃是属地的，属情欲的，属鬼魔的。16 在何处有嫉妒、纷争，就在何处有扰乱和各样的坏事。

哥林多前书 13:5

5 不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，

箴言 16:18

18 骄傲在败坏以先；狂心在跌倒之前。

雅各书 4:6

6 但他赐更多的恩典，所以经上说：神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。

提摩太后书 3:2

2 因为那时，人要专顾自己，贪爱钱财，自夸，狂傲，谤讟，违背父母，忘恩负义，心不圣洁，

二 耶稣的呼召：舍己与服事

马太福音 20:20–28 参阅全段

马太福音 20:26–28

26 只是在你们中间，不可这样；你们中间谁愿为大，就必作你们的用人；27 谁愿为首，就必作你们的仆人。28 正如人子来，不是要受人的服事，乃是要服事人，并且要舍命，作多人的赎价。」

路加福音 9:23–25

23 耶稣又对众人说：「若有人要跟从我，就当舍己，天天背起他的十字架来跟从我。24 因为，凡要救自己生命（生命：或译灵魂；下同）的，必丧掉生命；凡为我丧掉生命的，必救了生命。25 人若赚得全世界，却丧了自己，赔上自己，有甚么益处呢?

三 顾念别人

哥林多前书 10:24

24 无论何人，不要求自己的益处，乃要求别人的益处。

罗马书 15:2–3

2 我们各人务要叫邻舍喜悦，使他得益处，建立德行。3 因为基督也不求自己的喜悦，如经上所记：「辱骂你人的辱骂都落在我身上。」

腓立比书 2:3–4

3 凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀；只要存心谦卑，各人看别人比自己强。4 各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。

加拉太书 5:13–14

13 弟兄们，你们蒙召是要得自由，只是不可将你们的自由当作放纵情欲的机会，总要用爱心互相服事。
14 因为全律法都包在「爱人如己」这一句话之内了。

推卸责任

诚实面对自己的罪

关于推卸责任，圣经的教导包括：从起初就有的推诿；先看自己眼中的梁木；承认自己的罪。本页按主题整理了 19 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 从起初就有的推诿

创世记 3:12–13

12 那人说：「你所赐给我、与我同居的女人，她把那树上的果子给我，我就吃了。」13 耶和华神对女人说：「你做的是甚么事呢？」女人说：「那蛇引诱我，我就吃了。」

箴言 19:3

3 人的愚昧倾败他的道；他的心也抱怨耶和华。

出埃及记 32:21–24

21 摩西对亚伦说：「这百姓向你做了甚么？你竟使他们陷在大罪里！」22 亚伦说：「求我主不要发烈怒。这百姓专于作恶，是你知道的。23 他们对我说：『你为我们做神像，可以在我们前面引路；因为领我们出埃及地的那个摩西，我们不知道他遭了甚么事。』24 我对他们说：『凡有金环的可以摘下来』，他们就给了我。我把金环扔在火中，这牛犊便出来了。」

撒母耳记上 15:20–24 参阅全段

撒母耳记上 15:20–21，24

20 扫罗对撒母耳说：「我实在听从了耶和华的命令，行了耶和华所差遣我行的路，擒了亚玛力王亚甲来，灭尽了亚玛力人。21 百姓却在所当灭的物中，取了最好的牛羊，要在吉甲献与耶和华—你的神。」24 扫罗对撒母耳说：「我有罪了，我因惧怕百姓，听从他们的话，就违背了耶和华的命令和你的言语。

二 先看自己眼中的梁木

马太福音 7:1–5

1 「你们不要论断人，免得你们被论断。2 因为你们怎样论断人，也必怎样被论断；你们用甚么量器量给人，也必用甚么量器量给你们。3 为甚么看见你弟兄眼中有刺，却不想自己眼中有梁木呢？4 你自己眼中有梁木，怎能对你弟兄说：『容我去掉你眼中的刺』呢？5 你这假冒为善的人！先去掉自己眼中的梁木，然后才能看得清楚，去掉你弟兄眼中的刺。

三 承认自己的罪

撒母耳记下 12:13

13 大卫对拿单说：「我得罪耶和华了！」拿单说：「耶和华已经除掉你的罪，你必不至于死。

箴言 28:13

13 遮掩自己罪过的，必不亨通；承认离弃罪过的，必蒙怜恤。

约翰一书 1:8–9

8 我们若说自己无罪，便是自欺，真理不在我们心里了。9 我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。

良心

对神对人常存无亏的良心

关于良心，圣经的教导包括：存无亏的良心；良心被烙的危险；基督的血洁净良心；软弱与过度自责的良心。本页按主题整理了 22 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 存无亏的良心

彼得前书 3:15–16

15 只要心里尊主基督为圣。有人问你们心中盼望的缘由，就要常作准备，以温柔、敬畏的心回答各人；
16 存着无亏的良心，叫你们在何事上被毁谤，就在何事上可以叫那诬赖你们在基督里有好品行的人自觉羞愧。

使徒行传 24:16

16 我因此自己勉励，对神对人，常存无亏的良心。

提摩太前书 3:9

9 要存清洁的良心，固守真道的奥秘。

箴言 3:21–26

21 我儿，要谨守真智慧和谋略，不可使她离开你的眼目。22 这样，她必作你的生命，颈项的美饰。23 你就坦然行路，不致碰脚。24 你躺下，必不惧怕；你躺卧，睡得香甜。25 忽然来的惊恐，不要害怕；恶人遭毁灭，也不要恐惧。26 因为耶和华是你所倚靠的；他必保守你的脚不陷入网罗。

罗马书 2:14–15

14 没有律法的外邦人若顺着本性行律法上的事，他们虽然没有律法，自己就是自己的律法。15 这是显出律法的功用刻在他们心里，他们是非之心同作见证，并且他们的思念互相较量，或以为是，或以为非。）

提摩太前书 1:5

5 但命令的总归就是爱；这爱是从清洁的心和无亏的良心，无伪的信心生出来的。

提摩太前书 1:19

19 常存信心和无亏的良心。有人丢弃良心，就在真道上如同船破坏了一般。

罗马书 14:23

23 若有疑心而吃的，就必有罪，因为他吃不是出于信心。凡不出于信心的都是罪。

二 良心被烙的危险

提摩太前书 4:2

2 这是因为说谎之人的假冒；这等人的良心如同被热铁烙惯了一般。

三 基督的血洁净良心

希伯来书 9:14

14 何况基督藉着永远的灵，将自己无瑕无疵献给神，他的血岂不更能洗净你们的心（原文是良心），除去你们的死行，使你们事奉那永生神吗？

希伯来书 10:22

22 并我们心中天良的亏欠已经洒去，身体用清水洗净了，就当存着诚心和充足的信心来到神面前；

四 软弱与过度自责的良心

哥林多前书 8:7–12 参阅全段

哥林多前书 8:7

7 但人不都有这等知识。有人到如今因拜惯了偶像，就以为所吃的是祭偶像之物。他们的良心既然软弱，也就污秽了。

约翰一书 3:19–21

19 从此就知道我们是属真理的，并且我们的心在神面前可以安稳。20 我们的心若责备我们，神比我们的心大，一切事没有不知道的。21 亲爱的弟兄啊，我们的心若不责备我们，就可以向神坦然无惧了。

认罪祷文

我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的

关于认罪祷文，圣经的教导包括：我向你承认我的罪；我得罪了你；我们一同认罪；求你洗净我，为我造清洁的心；求你因你的名赦免；在你有赦免之恩。本页按主题整理了 45 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 我向你承认我的罪

诗篇 32:5

5 我向你陈明我的罪，不隐瞒我的恶。我说：我要向耶和华承认我的过犯，你就赦免我的罪恶。（细拉）

箴言 28:13

13 遮掩自己罪过的，必不亨通；承认离弃罪过的，必蒙怜恤。

约翰一书 1:8–9

8 我们若说自己无罪，便是自欺，真理不在我们心里了。9 我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。

雅各书 5:16

16 所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。

撒母耳记下 24:10

10 大卫数点百姓以后，就心中自责，祷告耶和华说：「我行这事大有罪了。耶和华啊，求你除掉仆人的罪孽，因我所行的甚是愚昧。」

二 我得罪了你

诗篇 51:1–4

1 （大卫与拔示巴同室以后，先知拿单来见他；他作这诗，交与伶长。）神啊，求你按你的慈爱怜恤我！按你丰盛的慈悲涂抹我的过犯！2 求你将我的罪孽洗除净尽，并洁除我的罪！3 因为，我知道我的过犯；我的罪常在我面前。4 我向你犯罪，惟独得罪了你；在你眼前行了这恶，以致你责备我的时候显为公义，判断我的时候显为清正。

诗篇 41:4

4 我曾说：耶和华啊，求你怜恤我，医治我！因为我得罪了你。

诗篇 38:18

18 我要承认我的罪孽；我要因我的罪忧愁。

以赛亚书 6:5

5 那时我说：「祸哉！我灭亡了！因为我是嘴唇不洁的人，又住在嘴唇不洁的民中，又因我眼见大君王—万军之耶和华。」

路加福音 15:18–19

18 我要起来，到我父亲那里去，向他说：父亲！我得罪了天，又得罪了你；19 从今以后，我不配称为你的儿子，把我当作一个雇工吧！』

三 我们一同认罪

以斯拉记 9:6

6 说：「我的神啊，我抱愧蒙羞，不敢向我神仰面；因为我们的罪孽灭顶，我们的罪恶滔天。

尼希米记 9:33

33 在一切临到我们的事上，你却是公义的；因你所行的是诚实，我们所做的是邪恶。

但以理书 9:4–5

4 我向耶和华—我的神祈祷、认罪，说：「主啊，大而可畏的神，向爱主、守主诫命的人守约施慈爱。5 我们犯罪作孽，行恶叛逆，偏离你的诫命典章，

以赛亚书 64:6

6 我们都像不洁净的人；所有的义都像污秽的衣服。我们都像叶子渐渐枯干；我们的罪孽好像风把我们吹去。

耶利米书 14:7

7 耶和华啊，我们的罪孽虽然作见证告我们，还求你为你名的缘故行事。我们本是多次背道，得罪了你。

耶利米书 14:20

20 耶和华啊，我们承认自己的罪恶，和我们列祖的罪孽，因我们得罪了你。

四 求你洗净我，为我造清洁的心

诗篇 51:7–10

7 求你用牛膝草洁净我，我就干净；求你洗涤我，我就比雪更白。8 求你使我得听欢喜快乐的声音，使你所压伤的骨头可以踊跃。9 求你掩面不看我的罪，涂抹我一切的罪孽。10 神啊，求你为我造清洁的心，使我里面重新有正直（或译：坚定）的灵。

诗篇 19:12–14

12 谁能知道自己的错失呢？愿你赦免我隐而未现的过错。13 求你拦阻仆人不犯任意妄为的罪，不容这罪辖制我，我便完全，免犯大罪。14 耶和华—我的磐石，我的救赎主啊，愿我口中的言语、心里的意念在你面前蒙悦纳。

诗篇 139:23–24

23 神啊，求你鉴察我，知道我的心思，试炼我，知道我的意念，24 看在我里面有甚么恶行没有，引导我走永生的道路。

诗篇 51:17

17 神所要的祭就是忧伤的灵；神啊，忧伤痛悔的心，你必不轻看。

五 求你因你的名赦免

诗篇 25:7

7 求你不要记念我幼年的罪愆和我的过犯；耶和华啊，求你因你的恩惠，按你的慈爱记念我。

诗篇 25:11

11 耶和华啊，求你因你的名赦免我的罪，因为我的罪重大。

诗篇 79:9

9 拯救我们的神啊，求你因你名的荣耀帮助我们！为你名的缘故搭救我们，赦免我们的罪。

但以理书 9:18–19

18 我的神啊，求你侧耳而听，睁眼而看，眷顾我们荒凉之地和称为你名下的城。我们在你面前恳求，原不是因自己的义，乃因你的大怜悯。19 求主垂听，求主赦免，求主应允而行，为你自己不要迟延。我的神啊，因这城和这民都是称为你名下的。」

路加福音 18:13

13 那税吏远远地站着，连举目望天也不敢，只捶着胸说：『神啊，开恩可怜我这个罪人！』

马太福音 6:12

12 免我们的债，如同我们免了人的债。

六 在你有赦免之恩

诗篇 130:3–4

3 主—耶和华啊，你若究察罪孽，谁能站得住呢？4 但在你有赦免之恩，要叫人敬畏你。

诗篇 143:2

2 求你不要审问仆人；因为在你面前，凡活着的人没有一个是义的。

何西阿书 14:2

2 当归向耶和华，用言语祷告他说：求你除净罪孽，悦纳善行；这样，我们就把嘴唇的祭代替牛犊献上。

弥迦书 7:18–19

18 神啊，有何神像你，赦免罪孽，饶恕你产业之余民的罪过，不永远怀怒，喜爱施恩？19 必再怜悯我们，将我们的罪孽踏在脚下，又将我们的一切罪投于深海。

改变

在基督里成为新造的人

关于改变，圣经的教导包括：改变从神开始；常在基督里；脱去旧人，穿上新人；靠圣灵治死恶行；在敬虔上操练，向前奔跑。本页按主题整理了 35 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 改变从神开始

哥林多后书 5:17

17 若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。

以西结书 36:25–27

25 我必用清水洒在你们身上，你们就洁净了。我要洁净你们，使你们脱离一切的污秽，弃掉一切的偶像。26 我也要赐给你们一个新心，将新灵放在你们里面，又从你们的肉体中除掉石心，赐给你们肉心。27 我必将我的灵放在你们里面，使你们顺从我的律例，谨守遵行我的典章。

约翰福音 1:13

13 这等人不是从血气生的，不是从情欲生的，也不是从人意生的，乃是从神生的。

提多书 3:4–6

4 但到了神—我们救主的恩慈和他向人所施的慈爱显明的时候，5 他便救了我们；并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。6 圣灵就是神藉着耶稣基督—我们救主厚厚浇灌在我们身上的，

腓立比书 2:12–13

12 这样看来，我亲爱的弟兄，你们既是常顺服的，不但我在你们那里，就是我如今不在你们那里，更是顺服的，就当恐惧战兢做成你们得救的工夫。13 因为你们立志行事都是神在你们心里运行，为要成就他的美意。

哥林多后书 3:18

18 我们众人既然敞着脸得以看见主的荣光，好像从镜子里返照，就变成主的形状，荣上加荣，如同从主的灵变成的。

腓立比书 1:6

6 我深信那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子。

二 常在基督里

约翰福音 15:1–5

1 「我是真葡萄树，我父是栽培的人。2 凡属我不结果子的枝子，他就剪去；凡结果子的，他就修理干净，使枝子结果子更多。3 现在你们因我讲给你们的道，已经干净了。4 你们要常在我里面，我也常在你们里面。枝子若不常在葡萄树上，自己就不能结果子；你们若不常在我里面，也是这样。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，你们就不能做甚么。

加拉太书 2:20

20 我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着；并且我如今在肉身活着，是因信神的儿子而活；他是爱我，为我舍己。

三 脱去旧人，穿上新人

以弗所书 4:17–32 参阅全段

以弗所书 4:22–24

22 就要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的；23 又要将你们的心志改换一新，
24 并且穿上新人；这新人是照着神的形像造的，有真理的仁义和圣洁。

以弗所书 5:1–21 参阅全段

歌罗西书 3:1–17 参阅全段

歌罗西书 3:5

5 所以，要治死你们在地上的肢体，就如淫乱、污秽、邪情、恶欲，和贪婪（贪婪就与拜偶像一样）。

罗马书 6:10–23 参阅全段

罗马书 12:2

2 不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

四 靠圣灵治死恶行

罗马书 8:1–14 参阅全段

罗马书 8:13–14

13 你们若顺从肉体活着，必要死；若靠着圣灵治死身体的恶行，必要活着。14 因为凡被神的灵引导的，都是神的儿子。

雅各书 4:7

7 故此，你们要顺服神。务要抵挡魔鬼，魔鬼就必离开你们逃跑了。

以弗所书 6:10–17 参阅全段

五 在敬虔上操练，向前奔跑

提摩太前书 4:7

7 只是要弃绝那世俗的言语和老妇荒渺的话，在敬虔上操练自己。

腓立比书 3:12–14

12 这不是说我已经得着了，已经完全了；我乃是竭力追求，或者可以得着基督耶稣所以得着我的（所以得着我的：或译所要我得的）。13 弟兄们，我不是以为自己已经得着了；我只有一件事，就是忘记背后，努力面前的，14 向着标竿直跑，要得神在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏。

彼得后书 3:14

14 亲爱的弟兄啊，你们既盼望这些事，就当殷勤，使自己没有玷污，无可指摘，安然见主；

希伯来书 12:1

1 我们既有这许多的见证人，如同云彩围着我们，就当放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪，存心忍耐，奔那摆在我们前头的路程，

彼得后书 1:3–8 参阅全段

彼得后书 1:5–7

5 正因这缘故，你们要分外地殷勤；有了信心，又要加上德行；有了德行，又要加上知识；6 有了知识，又要加上节制；有了节制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬；7 有了虔敬，又要加上爱弟兄的心；有了爱弟兄的心，又要加上爱众人的心。

胜过罪

在基督里得着真自由

关于胜过罪，圣经的教导包括：在基督里得自由；神赐足够的恩典；脱去旧人，竭力向前；住在神的话和神的爱中；跌倒之后。本页按主题整理了 40 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 在基督里得自由

约翰福音 8:32

32 你们必晓得真理，真理必叫你们得以自由。」

约翰福音 8:34–36

34 耶稣回答说：「我实实在在地告诉你们，所有犯罪的就是罪的奴仆。35 奴仆不能永远住在家里；儿子是永远住在家里。36 所以天父的儿子若叫你们自由，你们就真自由了。

哥林多后书 5:17

17 若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。

加拉太书 2:20

20 我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着；并且我如今在肉身活着，是因信神的儿子而活；他是爱我，为我舍己。

哥林多前书 6:11

11 你们中间也有人从前是这样；但如今你们奉主耶稣基督的名，并藉着我们神的灵，已经洗净，成圣，称义了。

提多书 3:3–7 参阅全段

提多书 3:5–6

5 他便救了我们；并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。6 圣灵就是神藉着耶稣基督—我们救主厚厚浇灌在我们身上的，

罗马书 6:11–22 参阅全段

罗马书 6:6

6 因为知道我们的旧人和他同钉十字架，使罪身灭绝，叫我们不再作罪的奴仆；

二 神赐足够的恩典

彼得后书 1:3

3 神的神能已将一切关乎生命和虔敬的事赐给我们，皆因我们认识那用自己荣耀和美德召我们的主。

腓立比书 2:12

12 这样看来，我亲爱的弟兄，你们既是常顺服的，不但我在你们那里，就是我如今不在你们那里，更是顺服的，就当恐惧战兢做成你们得救的工夫。

腓立比书 2:13

13 因为你们立志行事都是神在你们心里运行，为要成就他的美意。

哥林多后书 9:8

8 神能将各样的恩惠多多地加给你们，使你们凡事常常充足，能多行各样善事。

哥林多前书 10:13

13 你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

希伯来书 4:15–16

15 因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。16 所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

三 脱去旧人，竭力向前

哥林多后书 3:18

18 我们众人既然敞着脸得以看见主的荣光，好像从镜子里返照，就变成主的形状，荣上加荣，如同从主的灵变成的。

以弗所书 4:22–24

22 就要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的；23 又要将你们的心志改换一新，24 并且穿上新人；这新人是照着神的形像造的，有真理的仁义和圣洁。

歌罗西书 3:9–10

9 不要彼此说谎；因你们已经脱去旧人和旧人的行为，10 穿上了新人。这新人在知识上渐渐更新，正如造他主的形像。

腓立比书 3:12–14

12 这不是说我已经得着了，已经完全了；我乃是竭力追求，或者可以得着基督耶稣所以得着我的（所以得着我的：或译所要我得的）。13 弟兄们，我不是以为自己已经得着了；我只有一件事，就是忘记背后，努力面前的，14 向着标竿直跑，要得神在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏。

腓立比书 3:13–14

13 弟兄们，我不是以为自己已经得着了；我只有一件事，就是忘记背后，努力面前的，14 向着标竿直跑，要得神在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏。

希伯来书 12:1

1 我们既有这许多的见证人，如同云彩围着我们，就当放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪，存心忍耐，奔那摆在我们前头的路程，

哥林多前书 6:12

12 凡事我都可行，但不都有益处。凡事我都可行，但无论哪一件，我总不受它的辖制。

加拉太书 5:16

16 我说，你们当顺着圣灵而行，就不放纵肉体的情欲了。

四 住在神的话和神的爱中

提摩太后书 3:16–17

16 圣经都是神所默示的（或译：凡神所默示的圣经），于教训、督责、使人归正、教导人学义都是有益的，17 叫属神的人得以完全，预备行各样的善事。

约翰一书 3:6

6 凡住在他里面的，就不犯罪；凡犯罪的，是未曾看见他，也未曾认识他。

约翰一书 3:9

9 凡从神生的，就不犯罪，因神的道（原文是种）存在他心里；他也不能犯罪，因为他是由神生的。

犹大书 20–21

20 亲爱的弟兄啊，你们却要在至圣的真道上造就自己，在圣灵里祷告，21 保守自己常在神的爱中，仰望我们主耶稣基督的怜悯，直到永生。

五 跌倒之后

约翰一书 1:9

9 我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。

约翰一书 2:1–2

1 我小子们哪，我将这些话写给你们，是要叫你们不犯罪。若有人犯罪，在父那里我们有一位中保，就是那义者耶稣基督。2 他为我们的罪作了挽回祭，不是单为我们的罪，也是为普天下人的罪。

胜过恶

不要为恶所胜，反要以善胜恶

关于胜过恶，圣经的教导包括：有人得罪你时；不要自己伸冤；以善胜恶；效法基督的榜样；大卫与约瑟的榜样。本页按主题整理了 23 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 有人得罪你时

马太福音 18:15

15 「倘若你的弟兄得罪你，你就去，趁着只有他和你在一处的时候，指出他的错来。他若听你，你便得了你的弟兄；

马太福音 18:16

16 他若不听，你就另外带一两个人同去，要凭两三个人的口作见证，句句都可定准。

马太福音 18:17

17 若是不听他们，就告诉教会；若是不听教会，就看他像外邦人和税吏一样。

二 不要自己伸冤

罗马书 12:17–21 参阅全段

罗马书 12:17

17 不要以恶报恶；众人以为美的事要留心去做。

罗马书 12:19

19 亲爱的弟兄，不要自己伸冤，宁可让步，听凭主怒（或译：让人发怒）；因为经上记着：「主说：『伸冤在我，我必报应。』」

箴言 20:22

22 你不要说，我要以恶报恶；要等候耶和华，他必拯救你。

箴言 24:28–29

28 不可无故作见证陷害邻舍，也不可用嘴欺骗人。29 不可说：人怎样待我，我也怎样待他；我必照他所行的报复他。

三 以善胜恶

罗马书 12:14

14 逼迫你们的，要给他们祝福；只要祝福，不可咒诅。

罗马书 12:18

18 若是能行，总要尽力与众人和睦。

罗马书 12:21

21 你不可为恶所胜，反要以善胜恶。

马太福音 5:43–47 参阅全段

罗马书 12:20

20 所以，「你的仇敌若饿了，就给他吃，若渴了，就给他喝；因为你这样行就是把炭火堆在他的头上。」

马太福音 5:38–42 参阅全段

帖撒罗尼迦前书 5:15

15 你们要谨慎，无论是谁都不可以恶报恶；或是彼此相待，或是待众人，常要追求良善。

出埃及记 23:4–5

4 「若遇见你仇敌的牛或驴失迷了路，总要牵回来交给他。5 若看见恨你人的驴压卧在重驮之下，不可走开，务要和驴主一同抬开重驮。

箴言 25:21–22

21 你的仇敌若饿了，就给他饭吃；若渴了，就给他水喝；22 因为，你这样行就是把炭火堆在他的头上；耶和华也必赏赐你。

路加福音 6:27–28

27 「只是我告诉你们这听道的人，你们的仇敌，要爱他！恨你们的，要待他好！28 咒诅你们的，要为他祝福！凌辱你们的，要为他祷告！

四 效法基督的榜样

彼得前书 2:18–23 参阅全段

彼得前书 2:21

21 你们蒙召原是为此；因基督也为你们受过苦，给你们留下榜样，叫你们跟随他的脚踪行。

彼得前书 3:8–9

8 总而言之，你们都要同心，彼此体恤，相爱如弟兄，存慈怜谦卑的心。9 不以恶报恶，以辱骂还辱骂，倒要祝福；因你们是为此蒙召，好叫你们承受福气。

五 大卫与约瑟的榜样

撒母耳记上 24 参阅全章

创世记 50:20

20 从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。

属灵争战

靠着主，倚赖他的大能大力，作刚强的人

关于属灵争战，圣经的教导包括：我们的仇敌是真实的；基督已经得胜；穿戴神所赐的全副军装；抵挡魔鬼，警醒祷告。本页按主题整理了 27 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 我们的仇敌是真实的

以弗所书 6:12

12 因我们并不是与属血气的争战（原文是摔跤；下同），乃是与那些执政的、掌权的、管辖这幽暗世界的，以及天空属灵气的恶魔争战。

彼得前书 5:8

8 务要谨守，警醒。因为你们的仇敌魔鬼，如同吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人。

约翰福音 8:44

44 你们是出于你们的父魔鬼，你们父的私欲你们偏要行。他从起初是杀人的，不守真理，因他心里没有真理。他说谎是出于自己；因他本来是说谎的，也是说谎之人的父。

哥林多后书 11:14

14 这也不足为怪，因为连撒但也装作光明的天使。

二 基督已经得胜

歌罗西书 2:15

15 既将一切执政的、掌权的掳来，明显给众人看，就仗着十字架夸胜。

希伯来书 2:14–15

14 儿女既同有血肉之体，他也照样亲自成了血肉之体，特要藉着死败坏那掌死权的，就是魔鬼，15 并要释放那些一生因怕死而为奴仆的人。

约翰一书 3:8

8 犯罪的是属魔鬼，因为魔鬼从起初就犯罪。神的儿子显现出来，为要除灭魔鬼的作为。

约翰一书 4:4

4 小子们哪，你们是属神的，并且胜了他们；因为那在你们里面的，比那在世界上的更大。

罗马书 16:20

20 赐平安的神快要将撒但践踏在你们脚下。愿我主耶稣基督的恩常和你们同在！

三 穿戴神所赐的全副军装

以弗所书 6:10–11，13–18

10 我还有末了的话：你们要靠着主，倚赖他的大能大力作刚强的人。11 要穿戴神所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。13 所以，要拿起神所赐的全副军装，好在磨难的日子抵挡仇敌，并且成就了一切，还能站立得住。14 所以要站稳了，用真理当作带子束腰，用公义当作护心镜遮胸，15 又用平安的福音当作预备走路的鞋穿在脚上。16 此外，又拿着信德当作盾牌，可以灭尽那恶者一切的火箭；17 并戴上救恩的头盔，拿着圣灵的宝剑，就是神的道；18 靠着圣灵，随时多方祷告祈求；并要在此警醒不倦，为众圣徒祈求，

哥林多后书 10:3–5

3 因为我们虽然在血气中行事，却不凭着血气争战。4 我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒，5 将各样的计谋，各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了，又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。

四 抵挡魔鬼，警醒祷告

雅各书 4:7

7 故此，你们要顺服神。务要抵挡魔鬼，魔鬼就必离开你们逃跑了。

彼得前书 5:9

9 你们要用坚固的信心抵挡他，因为知道你们在世上的众弟兄也是经历这样的苦难。

马太福音 26:41

41 总要警醒祷告，免得入了迷惑。你们心灵固然愿意，肉体却软弱了。」

马太福音 4:3–4

3 那试探人的进前来，对他说：「你若是神的儿子，可以吩咐这些石头变成食物。」4 耶稣却回答说：「经上记着说：人活着，不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。」

启示录 12:11

11 弟兄胜过它，是因羔羊的血和自己所见证的道。他们虽至于死，也不爱惜性命。

自制、自律

节制是圣灵所结的果子

关于自制、自律，圣经的教导包括：失去自制的后果；圣灵所赐的节制；谨慎自守的生活；恩典教导我们自守。本页按主题整理了 33 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 失去自制的后果

箴言 25:28

28 人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑没有墙垣。

箴言 29:11

11 愚妄人怒气全发；智慧人忍气含怒。

箴言 20:19

19 往来传舌的，泄漏密事；大张嘴的，不可与他结交。

箴言 16:32

32 不轻易发怒的，胜过勇士；治服己心的，强如取城。

二 圣灵所赐的节制

加拉太书 5:22–23

22 圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、23 温柔、节制。这样的事没有律法禁止。

提摩太后书 1:7

7 因为神赐给我们，不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。

哥林多后书 10:5

5 将各样的计谋，各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了，又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。

加拉太书 5:24

24 凡属基督耶稣的人，是已经把肉体连肉体的邪情私欲同钉在十字架上了。

三 谨慎自守的生活

彼得前书 1:13

13 所以要约束你们的心（原文是束上你们心中的腰），谨慎自守，专心盼望耶稣基督显现的时候所带来给你们的恩。

彼得后书 1:5–6

5 正因这缘故，你们要分外地殷勤；有了信心，又要加上德行；有了德行，又要加上知识；6 有了知识，又要加上节制；有了节制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬；

提多书 2:2–6

2 劝老年人要有节制、端庄、自守，在信心、爱心、忍耐上都要纯全无疵。3 又劝老年妇人，举止行动要恭敬，不说谗言，不给酒作奴仆，用善道教训人，4 好指教少年妇人，爱丈夫，爱儿女，5 谨守，贞洁，料理

家务，待人有恩，顺服自己的丈夫，免得神的道理被毁谤。[6] 又劝少年人要谨守。

传道书 3:1–8 参阅全段

帖撒罗尼迦前书 5:4–8

[4] 弟兄们，你们却不在黑暗里，叫那日子临到你们像贼一样。[5] 你们都是光明之子，都是白昼之子。我们不是属黑夜的，也不是属幽暗的。[6] 所以，我们不要睡觉像别人一样，总要警醒谨守。[7] 因为睡了的人是在夜间睡，醉了的人是在夜间醉。[8] 但我们既然属乎白昼，就应当谨守，把信和爱当作护心镜遮胸，把得救的盼望当作头盔戴上。

哥林多前书 9:24–27

[24] 岂不知在场上赛跑的都跑，但得奖赏的只有一人？你们也当这样跑，好叫你们得着奖赏。[25] 凡较力争胜的，诸事都有节制，他们不过是要得能坏的冠冕；我们却是要得不能坏的冠冕。[26] 所以，我奔跑不像无定向的；我斗拳不像打空气的。[27] 我是攻克己身，叫身服我，恐怕我传福音给别人，自己反被弃绝了。

提摩太前书 4:7–8

[7] 只是要弃绝那世俗的言语和老妇荒渺的话，在敬虔上操练自己。[8] 「操练身体，益处还少；惟独敬虔，凡事都有益处，因有今生和来生的应许。」

四 恩典教导我们自守

提多书 2:11–12

[11] 因为神救众人的恩典已经显明出来，[12] 教训我们除去不敬虔的心和世俗的情欲，在今世自守、公义、敬虔度日，

提多书 2:13–14

[13] 等候所盼望的福，并等候至大的神和我们（或译：神—我们）救主耶稣基督的荣耀显现。[14] 他为我们舍了自己，要赎我们脱离一切罪恶，又洁净我们，特作自己的子民，热心为善。

哥林多前书 15:58

[58] 所以，我亲爱的弟兄们，你们务要坚固，不可摇动，常常竭力多做主工；因为知道，你们的劳苦在主里面不是徒然的。

顺服、遵守诫命

爱主就遵守他的命令

关于顺服、遵守诫命，圣经的教导包括：爱主就守主的命令；行道，不单听道；听命胜于献祭；顺服的人蒙福。本页按主题整理了 37 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 爱主就守主的命令

约翰福音 14:15

15 「你们若爱我，就必遵守我的命令。

约翰福音 15:10–17 参阅全段

约翰一书 5:2–3

2 我们若爱神，又遵守他的诫命，从此就知道我们爱神的儿女。3 我们遵守神的诫命，这就是爱他了，并且他的诫命不是难守的。

约翰一书 2:3–6

3 我们若遵守他的诫命，就晓得是认识他。4 人若说「我认识他」，却不遵守他的诫命，便是说谎话的，真理也不在他心里了。5 凡遵守主道的，爱神的心在他里面实在是完全的。从此，我们知道我们是在主里面。6 人若说他住在主里面，就该自己照主所行的去行。

约翰一书 5:2–4

2 我们若爱神，又遵守他的诫命，从此就知道我们爱神的儿女。3 我们遵守神的诫命，这就是爱他了，并且他的诫命不是难守的。4 因为凡从神生的，就胜过世界；使我们胜了世界的，就是我们的信心。

约翰二书 6

6 我们若照他的命令行，这就是爱。你们从起初所听见当行的，就是这命令。

约翰福音 14:21

21 有了我的命令又遵守的，这人就是爱我的；爱我的必蒙我父爱他，我也要爱他，并且要向他显现。」

申命记 10:12–13

12 「以色列啊，现在耶和华—你神向你所要的是甚么呢？只要你敬畏耶和华—你的神，遵行他的道，爱他，尽心尽性事奉他，13 遵守他的诫命律例，就是我今日所吩咐你的，为要叫你得福。

希伯来书 5:8–9

8 他虽然为儿子，还是因所受的苦难学了顺从。9 他既得以完全，就为凡顺从他的人成了永远得救的根源，

二 行道，不单听道

马太福音 7:13–14

13 「你们要进窄门。因为引到灭亡，那门是宽的，路是大的，进去的人也多；14 引到永生，那门是窄的，路是小的，找着的人也少。」

马太福音 7:21

21 「凡称呼我『主啊，主啊』的人不能都进天国；惟独遵行我天父旨意的人才能进去。

马太福音 7:24–27

24 「所以，凡听见我这话就去行的，好比一个聪明人，把房子盖在磐石上；25 雨淋，水冲，风吹，撞着那房子，房子总不倒塌，因为根基立在磐石上。26 凡听见我这话不去行的，好比一个无知的人，把房子盖在沙土上；27 雨淋，水冲，风吹，撞着那房子，房子就倒塌了，并且倒塌得很大。」

路加福音 11:28

28 耶稣说：「是，却还不如听神之道而遵守的人有福。」

雅各书 1:22–25

22 只是你们要行道，不要单单听道，自己欺哄自己。23 因为听道而不行道的，就像人对着镜子看自己本来的面目，24 看见，走后，随即忘了他的相貌如何。25 惟有详细察看那全备、使人自由之律法的，并且时常如此，这人既不是听了就忘，乃是实在行出来，就在他所行的事上必然得福。

罗马书 6:16–17

16 岂不晓得你们献上自己作奴仆，顺从谁，就作谁的奴仆吗？或作罪的奴仆，以至于死；或作顺命的奴仆，以致成义。17 感谢神！因为你们从前虽然作罪的奴仆，现今却从心里顺服了所传给你们道理的模范。

三 听命胜于献祭

撒母耳记上 15:22–23

22 撒母耳说：耶和华喜悦燔祭和平安祭，岂如喜悦人听从他的话呢？听命胜于献祭；顺从胜于公羊的脂油。23 悖逆的罪与行邪术的罪相等；顽梗的罪与拜虚神和偶像的罪相同。你既厌弃耶和华的命令，耶和华也厌弃你作王。

箴言 13:13

13 藐视训言的，自取灭亡；敬畏诫命的，必得善报。

四 顺服的人蒙福

诗篇 1 参阅全篇

诗篇 19:7–14 参阅全段

诗篇 119:1–8 参阅全段

以赛亚书 48:17–19

17 耶和华—你的救赎主，以色列的圣者如此说：我是耶和华—你的神，教训你，使你得益处，引导你所当行的路。18 甚愿你素来听从我的命令！你的平安就如河水；你的公义就如海浪。19 你的后裔也必多如海沙；你腹中所生的也必多如沙粒。他的名在我面前必不剪除，也不灭绝。

哥林多后书 7:1

1 亲爱的弟兄啊，我们既有这等应许，就当洁净自己，除去身体、灵魂一切的污秽，敬畏神，得以成圣。

福音

这福音本是神的大能，要救一切相信的

关于福音，圣经的教导包括：旧约早已预告的好信息；福音的核心：基督为罪人死而复活；神爱世人，凡信的必得救；当悔改，信福音；把福音传开。本页按主题整理了 32 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 旧约早已预告的好信息

创世记 3:15

15 我又要叫你和女人彼此为仇；你的后裔和女人的后裔也彼此为仇。女人的后裔要伤你的头；你要伤他的脚跟。

创世记 12:3

3 为你祝福的，我必赐福与他；那咒诅你的，我必咒诅他。地上的万族都要因你得福。」

加拉太书 3:8

8 并且圣经既然预先看明，神要叫外邦人因信称义，就早已传福音给亚伯拉罕，说：「万国都必因你得福。」

以赛亚书 52:7

7 那报佳音，传平安，报好信，传救恩的，对锡安说：你的神作王了！这人的脚登山何等佳美！

以赛亚书 53:5–6

5 哪知他为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。6 我们都如羊走迷；各人偏行己路；耶和华使我们众人的罪孽都归在他身上。

二 福音的核心：基督为罪人死而复活

哥林多前书 15:1–4

1 弟兄们，我如今把先前所传给你们的福音告诉你们知道；这福音你们也领受了，又靠着站立得住，2 并且你们若不是徒然相信，能以持守我所传给你们的，就必因这福音得救。3 我当日所领受又传给你们的：第一，就是基督照圣经所说，为我们的罪死了，4 而且埋葬了；又照圣经所说，第三天复活了，

罗马书 5:8

8 惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。

彼得前书 3:18

18 因基督也曾一次为罪受苦（有古卷：受死），就是义的代替不义的，为要引我们到神面前。按着肉体说，他被治死；按着灵性说，他复活了。

提摩太前书 1:15

15 「基督耶稣降世，为要拯救罪人。」这话是可信的，是十分可佩服的。在罪人中我是个罪魁。

路加福音 2:10–11

10 那天使对他们说：「不要惧怕！我报给你们大喜的信息，是关乎万民的；11 因今天在大卫的城里，为你们生了救主，就是主基督。

三 神爱世人，凡信的必得救

约翰福音 3:16

16 「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不致灭亡，反得永生。

罗马书 1:16

16 我不以福音为耻；这福音本是神的大能，要救一切相信的，先是犹太人，后是希腊人。

罗马书 10:9–10

9 你若口里认耶稣为主，心里信神叫他从死里复活，就必得救。10 因为，人心里相信就可以称义，口里承认就可以得救。

使徒行传 4:12

12 除他以外，别无拯救；因为在天下人间，没有赐下别的名，我们可以靠着得救。」

四 当悔改，信福音

马可福音 1:14–15

14 约翰下监以后，耶稣来到加利利，宣传神的福音，15 说：「日期满了，神的国近了。你们当悔改，信福音！」

以赛亚书 55:6–7

6 当趁耶和华可寻找的时候寻找他，相近的时候求告他。7 恶人当离弃自己的道路；不义的人当除掉自己的意念。归向耶和华，耶和华就必怜恤他；当归向我们的神，因为神必广行赦免。

以西结书 33:11

11 你对他们说，主耶和华说：我指着我的永生起誓，我断不喜悦恶人死亡，惟喜悦恶人转离所行的道而活。以色列家啊，你们转回，转回吧！离开恶道，何必死亡呢？

哥林多后书 5:20–21

20 所以，我们作基督的使者，就好像神藉我们劝你们一般。我们替基督求你们与神和好。21 神使那无罪（无罪：原文是不知罪）的，替我们成为罪，好叫我们在他里面成为神的义。

五 把福音传开

罗马书 10:13–15

13 因为「凡求告主名的就必得救」。14 然而，人未曾信他，怎能求他呢？未曾听见他，怎能信他呢？没有传道的，怎能听见呢？15 若没有奉差遣，怎能传道呢？如经上所记：「报福音、传喜信的人，他们的脚踪何等佳美！」

马太福音 28:19–20

19 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（或译：给他们施洗，归于父、子、圣灵的名）。20 凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守，我就常与你们同在，直到世界的末了。」

救恩

因信耶稣，白白得救

关于救恩，圣经的教导包括：人人都犯了罪；罪使人被捆绑、与神隔绝；律法显明罪，罪招致审判；人无法自救，唯靠恩典；基督为罪人舍命；因信称义；蒙恩得救的人；主今天呼召你；得救是为了喜乐地事奉主。本页按主题整理了 131 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 人人都犯了罪

诗篇 51:5

5 我是在罪孽里生的，在我母亲怀胎的时候就有了罪。

以赛亚书 53:6

6 我们都如羊走迷；各人偏行己路；耶和华使我们众人的罪孽都归在他身上。

罗马书 5:12

12 这就如罪是从一人入了世界，死又是从罪来的；于是死就临到众人，因为众人都犯了罪。

罗马书 5:19

19 因一人的悖逆，众人成为罪人；照样，因一人的顺从，众人也成为义了。

罗马书 3:9–12

9 这却怎么样呢？我们比他们强吗？决不是的！因我们已经证明：犹太人和希腊人都在罪恶之下。10 就如经上所记：没有义人，连一个也没有。11 没有明白的；没有寻求神的；12 都是偏离正路，一同变为无用。没有行善的，连一个也没有。

罗马书 3:22–24

22 就是神的义，因信耶稣基督加给一切相信的人，并没有分别。23 因为世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀；24 如今却蒙神的恩典，因基督耶稣的救赎，就白白地称义。

以赛亚书 64:6

6 我们都像不洁净的人；所有的义都像污秽的衣服。我们都像叶子渐渐枯干；我们的罪孽好像风把我们吹去。

路加福音 15:3–7 参阅全段

路加福音 15:11–24 参阅全段

二 罪使人被捆绑、与神隔绝

约翰福音 8:31–36 参阅全段

约翰福音 8:34–36

34 耶稣回答说：「我实实在在地告诉你们，所有犯罪的就是罪的奴仆。35 奴仆不能永远住在家里；儿子是永远住在家里。36 所以天父的儿子若叫你们自由，你们就真自由了。

彼得后书 2:19

19 他们应许人得以自由，自己却作败坏的奴仆，因为人被谁制伏就是谁的奴仆。

罗马书 6:16–18

16 岂不晓得你们献上自己作奴仆，顺从谁，就作谁的奴仆吗？或作罪的奴仆，以至于死；或作顺命的奴仆，以致成义。17 感谢神！因为你们从前虽然作罪的奴仆，现今却从心里顺服了所传给你们道理的模范。

18 你们既从罪里得了释放，就作了义的奴仆。

歌罗西书 1:21–22

21 你们从前与神隔绝，因着恶行，心里与他为敌。22 但如今他藉着基督的肉身受死，叫你们与自己和好，都成了圣洁，没有瑕疵，无可责备，把你们引到自己面前。

以弗所书 2:12–13

12 那时，你们与基督无关，在以色列国民以外，在所应许的诸约上是局外人，并且活在世上没有指望，没有神。13 你们从前远离神的人，如今却在基督耶稣里，靠着他的血，已经得亲近了。

三 律法显明罪，罪招致审判

罗马书 3:20

20 所以凡有血气的，没有一个因行律法能在神面前称义，因为律法本是叫人知罪。

罗马书 7:7

7 这样，我们可说甚么呢？律法是罪吗？断乎不是！只是非因律法，我就不知何为罪。非律法说「不可起贪心」，我就不知何为贪心。

马太福音 22:37–40

37 耶稣对他说：「你要尽心、尽性、尽意爱主—你的神。38 这是诫命中的第一，且是最大的。39 其次也相仿，就是要爱人如己。40 这两条诫命是律法和先知一切道理的总纲。」

出埃及记 20:1–17 参阅全段

创世记 2:16–17

16 耶和华神吩咐他说：「园中各样树上的果子，你可以随意吃，17 只是分别善恶树上的果子，你不可吃，因为你吃的日子必定死！」

罗马书 5:12

12 这就如罪是从一人入了世界，死又是从罪来的；于是死就临到众人，因为众人都犯了罪。

罗马书 6:23

23 因为罪的工价乃是死；惟有神的恩赐，在我们的主基督耶稣里，乃是永生。

加拉太书 3:10

10 凡以行律法为本的，都是被咒诅的；因为经上记着：「凡不常照律法书上所记一切之事去行的，就被咒诅。」

四 人无法自救，唯靠恩典

罗马书 8:7–8

7 原来体贴肉体的，就是与神为仇；因为不服神的律法，也是不能服，8 而且属肉体的人不能得神的喜欢。

以弗所书 2:1–5

1 你们死在过犯罪恶之中，他叫你们活过来。2 那时，你们在其中行事为人，随从今世的风俗，顺服空中掌权者的首领，就是现今在悖逆之子心中运行的邪灵。3 我们从前也都在他们中间，放纵肉体的私欲，随着肉体和心中所喜好的去行，本为可怒之子，和别人一样。4 然而，神既有丰富的怜悯，因他爱我们的大爱，5 当我们死在过犯中的时候，便叫我们与基督一同活过来。你们得救是本乎恩。

以弗所书 2:8–9

8 你们得救是本乎恩，也因着信；这并不是出于自己，乃是神所赐的；9 也不是出于行为，免得有人自夸。

提多书 3:4–7

4 但到了神—我们救主的恩慈和他向人所施的慈爱显明的时候，5 他便救了我们；并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。6 圣灵就是神藉着耶稣基督—我们救主厚厚浇灌在我们身上的，7 好叫我们因他的恩得称为义，可以凭着永生的盼望成为后嗣（或译：可以凭着盼望承受永生）。

约翰福音 3:3–7 参阅全段

约翰福音 3:3，5

3 耶稣回答说：「我实实在在地告诉你，人若不重生，就不能见神的国。」5 耶稣说：「我实实在在地告诉你，人若不是从水和圣灵生的，就不能进神的国。

五 基督为罪人舍命

以赛亚书 53:1–11 参阅全段

以赛亚书 53:4–6

4 他诚然担当我们的忧患，背负我们的痛苦；我们却以为他受责罚，被神击打苦待了。5 哪知他为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。6 我们都如羊走迷；各人偏行己路；耶和华使我们众人的罪孽都归在他身上。

约翰福音 1:12

12 凡接待他的，就是信他名的人，他就赐他们权柄作神的儿女。

约翰福音 3:14–16

14 摩西在旷野怎样举蛇，人子也必照样被举起来，15 叫一切信他的都得永生（或译：叫一切信的人在他里面得永生）。16 「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不致灭亡，反得永生。

约翰福音 10:11，14–15

11 我是好牧人；好牧人为羊舍命。14 我是好牧人；我认识我的羊，我的羊也认识我，15 正如父认识我，我也认识父一样；并且我为羊舍命。

约翰福音 10:27–28

27 我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟着我。28 我又赐给他们永生；他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。

彼得前书 1:18–19

18 知道你们得赎，脱去你们祖宗所传流虚妄的行为，不是凭着能坏的金银等物，19 乃是凭着基督的宝血，如同无瑕疵、无玷污的羔羊之血。

以弗所书 5:25–27

25 你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。26 要用水藉着道把教会洗净，成为圣洁，27 可以献给自己，作个荣耀的教会，毫无玷污、皱纹等类的病，乃是圣洁没有瑕疵的。

提摩太前书 2:5–6

5 因为只有一位神，在神和人中间，只有一位中保，乃是降世为人的基督耶稣；6 他舍自己作万人的赎价，到了时候，这事必证明出来。

罗马书 5:8

8 惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。

腓立比书 2:8

8 既有人的样子，就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。

哥林多后书 5:21

21 神使那无罪（无罪：原文是不知罪）的，替我们成为罪，好叫我们在他里面成为神的义。

约翰福音 1:29

29 次日，约翰看见耶稣来到他那里，就说：「看哪，神的羔羊，除去（或译：背负）世人罪孽的！

约翰一书 4:9–10

9 神差他独生子到世间来，使我们藉着他得生，神爱我们的心在此就显明了。10 不是我们爱神，乃是神爱我们，差他的儿子为我们的罪作了挽回祭，这就是爱了。

加拉太书 3:13

13 基督既为我们受（原文是成）了咒诅，就赎出我们脱离律法的咒诅；因为经上记着：「凡挂在木头上都是被咒诅的。」

彼得前书 2:24

24 他被挂在木头上，亲身担当了我们的罪，使我们既然在罪上死，就得以在义上活。因他受的鞭伤，你们便得了医治。

彼得前书 3:18

18 因基督也曾一次为罪受苦（有古卷：受死），就是义的代替不义的，为要引我们到神面前。按着肉体说，他被治死；按着灵性说，他复活了。

以弗所书 5:25–27

25 你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。26 要用水藉着道把教会洗净，成为圣洁，27 可以献给自己，作个荣耀的教会，毫无玷污、皱纹等类的病，乃是圣洁没有瑕疵的。

希伯来书 9:14

14 何况基督藉着永远的灵，将自己无瑕无疵献给神，他的血岂不更能洗净你们的心（原文是良心），除去你们的死行，使你们事奉那永生神吗？

约翰福音 14:6

6 耶稣说：「我就是道路、真理、生命；若不藉着我，没有人能到父那里去。

使徒行传 4:12

12 除他以外，别无拯救；因为在天下人间，没有赐下别的名，我们可以靠着得救。」

六 因信称义

罗马书 3:21–24

21 但如今，神的义在律法以外已经显明出来，有律法和先知为证：22 就是神的义，因信耶稣基督加给一切相信的人，并没有分别。23 因为世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀；24 如今却蒙神的恩典，因基督耶稣的救赎，就白白地称义。

罗马书 5:1

1 我们既因信称义，就藉着我们的主耶稣基督得与神相和。

罗马书 8:1

[1]如今，那些在基督耶稣里的就不定罪了。

罗马书 10:9–13

[9]你若口里认耶稣为主，心里信神叫他从死里复活，就必得救。[10]因为，人心里相信就可以称义，口里承认就可以得救。[11]经上说：「凡信他的人必不至于羞愧。」[12]犹太人和希腊人并没有分别，因为众人同有一位主；他也厚待一切求告他的人。[13]因为「凡求告主名的就必得救」。

七 蒙恩得救的人

路加福音 5:27–32 参阅全段

路加福音 19:9–10

[9]耶稣说：「今天救恩到了这家，因为他也是亚伯拉罕的子孙。[10]人子来，为要寻找、拯救失丧的人。」

路加福音 7:48，50

[48]于是对那女人说：「你的罪赦免了。」[50]耶稣对那女人说：「你的信救了你；平平安安回去吧！」

路加福音 15:3–7 参阅全段

路加福音 15:8–10

[8]「或是一个妇人有十块钱，若失落一块，岂不点上灯，打扫屋子，细细地找，直到找着吗？[9]找着了，就请朋友邻舍来，对他们说：『我失落的那块钱已经找着了，你们和我一同欢喜吧！』[10]我告诉你们，一个罪人悔改，在神的使者面前也是这样为他欢喜。」

路加福音 15:11–31 参阅全段

约翰福音 4:1–26 参阅全段

路加福音 23:39–43 参阅全段

路加福音 23:43

[43]耶稣对他说：「我实在告诉你，今日你要同我在乐园里了。」

使徒行传 9:1–19 参阅全段

提摩太前书 1:13–16

[13]我从前是亵渎神的，逼迫人的，侮慢人的；然而我还蒙了怜悯，因我是不信不明白的时候而做的。[14]并且我主的恩是格外丰盛，使我在基督耶稣里有信心和爱心。[15]「基督耶稣降世，为要拯救罪人。」这话是可信的，是十分可佩服的。在罪人中我是个罪魁。[16]然而，我蒙了怜悯，是因耶稣基督要在我这罪魁身上显明他一切的忍耐，给后来信他得永生的人作榜样。

使徒行传 16:25–26

[25]约在半夜，保罗和西拉祷告，唱诗赞美神，众囚犯也侧耳而听。[26]忽然，地大震动，甚至监牢的地基都摇动了，监门立刻全开，众囚犯的锁链也都松开了。

使徒行传 16:30–31

[30]又领他们出来，说：「二位先生，我当怎样行才可以得救？」[31]他们说：「当信主耶稣，你和你一家都必得救。」

八 主今天呼召你

以赛亚书 55:1–3

[1]你们一切干渴的都当就近水来；没有银钱的也可以来。你们都来，买了吃；不用银钱，不用价值，也来买酒和奶。[2]你们为何花钱（原文是平银）买那不足为食物的？用劳碌得来的买那不使人饱足的呢？你们

要留意听我的话就能吃那美物，得享肥甘，心中喜乐。[3] 你们当就近我来；侧耳而听，就必得活。我必与你们立永约，就是应许大卫那可靠的恩典。

约翰福音 6:35

[35] 耶稣说：「我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴。

约翰福音 7:37–38

[37] 节期的末日，就是最大之日，耶稣站着高声说：「人若渴了，可以到我这里来喝。[38] 信我的人就如经上所说：『从他腹中要流出活水的江河来。』」

启示录 22:17

[17] 圣灵和新妇都说：「来！」听见的人也该说：「来！」口渴的人也当来；愿意的，都可以白白取生命的水喝。

马太福音 11:28–30

[28] 凡劳苦担重担的人可以到我这里来，我就使你们得安息。[29] 我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。[30] 因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。」

马太福音 7:13–14

[13] 「你们要进窄门。因为引到灭亡，那门是宽的，路是大的，进去的人也多；[14] 引到永生，那门是窄的，路是小的，找着的人也少。」

马可福音 1:14–15

[14] 约翰下监以后，耶稣来到加利利，宣传神的福音，[15] 说：「日期满了，神的国近了。你们当悔改，信福音！」

以赛亚书 55:6–7

[6] 当趁耶和华可寻找的时候寻找他，相近的时候求告他。[7] 恶人当离弃自己的道路；不义的人当除掉自己的意念。归向耶和华，耶和华就必怜恤他；当归向我们的神，因为神必广行赦免。

希伯来书 3:7–19 参阅全段

约翰福音 6:37

[37] 凡父所赐给我的人必到我这里来；到我这里来的，我总不丢弃他。

罗马书 10:13

[13] 因为「凡求告主名的就必得救」。

九 得救是为了喜乐地事奉主

罗马书 12:1–2

[1] 所以，弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。[2] 不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

约翰福音 15:1–8 参阅全段

约翰福音 15:8

[8] 你们多结果子，我父就因此得荣耀，你们也就是我的门徒了。

罗马书 6 参阅全章

罗马书 8:1–14 参阅全段

以弗所书 5:1–21 参阅全段

加拉太书 5:13–26 参阅全段

悔改

回转归向神

关于悔改，圣经的教导包括：耶稣呼召罪人悔改；真实的悔改；神乐意人回转；不肯悔改的结局；悔改蒙赦免。本页按主题整理了 53 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 耶稣呼召罪人悔改

路加福音 5:27–32 参阅全段

路加福音 5:31–32

31 耶稣对他们说：「无病的人用不着医生；有病的人才用得着。32 我来本不是召义人悔改，乃是召罪人悔改。」

马太福音 4:17

17 从那时候，耶稣就传起道来，说：「天国近了，你们应当悔改！」

马太福音 11:20–24

20 耶稣在诸城中行了许多异能，那些城的人终不悔改，就在那时候责备他们，说：21 「哥拉汛哪，你有祸了！伯赛大啊，你有祸了！因为在你们中间所行的异能，若行在泰尔、西顿，他们早已披麻蒙灰悔改了。22 但我告诉你们，当审判的日子，泰尔、西顿所受的，比你们还容易受呢！23 迦百农啊，你已经升到天上（或译：你将要升到天上吗），将来必坠落阴间；因为在你那里所行的异能，若行在所多玛，它还可以存到今日。24 但我告诉你们，当审判的日子，所多玛所受的，比你还容易受呢！」

使徒行传 17:30

30 世人蒙昧无知的时候，神并不监察，如今却吩咐各处的人都要悔改。

二 真实的悔改

马可福音 7:20–23

20 又说：「从人里面出来的，那才能污秽人；21 因为从里面，就是从人心里，发出恶念、苟合、22 偷盗、凶杀、奸淫、贪婪、邪恶、诡诈、淫荡、嫉妒、谤讟、骄傲、狂妄。23 这一切的恶都是从里面出来，且能污秽人。」

耶利米书 4:3–4

3 耶和华对犹大和耶路撒冷人如此说：要开垦你们的荒地，不要撒种在荆棘中。4 犹大人和耶路撒冷的居民哪，你们当自行割礼，归耶和华，将心里的污秽除掉；恐怕我的忿怒因你们的恶行发作，如火着起，甚至无人能以熄灭！

约珥书 2:12–13

12 耶和华说：虽然如此，你们应当禁食、哭泣、悲哀，一心归向我。13 你们要撕裂心肠，不撕裂衣服。归向耶和华—你们的神；因为他有恩典，有怜悯，不轻易发怒，有丰盛的慈爱，并且后悔不降所说的灾。

哥林多后书 7:8–11

8 我先前写信叫你们忧愁，我后来虽然懊悔，如今却不懊悔；因我知道，那信叫你们忧愁不过是暂时的。9 如今我欢喜，不是因你们忧愁，是因你们从忧愁中生出懊悔来。你们依着神的意思忧愁，凡事就不至于因我们受亏损了。10 因为依着神的意思忧愁，就生出没有后悔的懊悔来，以致得救；但世俗的忧愁是叫人死。11 你看，你们依着神的意思忧愁，从此就生出何等的殷勤、自诉、自恨、恐惧、想念、热心、责罚

（或译：自责）。在这一切事上，你们都表明自己是洁净的。

马太福音 5:4

4 哀恸的人有福了！因为他们必得安慰。

路加福音 3:8

8 你们要结出果子来，与悔改的心相称。不要自己心里说：『有亚伯拉罕为我们的祖宗。』我告诉你们，神能从这些石头中，给亚伯拉罕兴起子孙来。

三 神乐意人回转

路加福音 15 参阅全章

路加福音 15:7

7 我告诉你们，一个罪人悔改，在天上也要这样为他欢喜，较比为九十九个不用悔改的义人欢喜更大。」

以赛亚书 55:6–7

6 当趁耶和华可寻找的时候寻找他，相近的时候求告他。7 恶人当离弃自己的道路；不义的人当除掉自己的意念。归向耶和华，耶和华就必怜恤他；当归向我们的神，因为神必广行赦免。

以西结书 18:21–22

21 「恶人若回头离开所做的一切罪恶，谨守我一切的律例，行正直与合理的事，他必定存活，不致死亡。22 他所犯的一切罪过都不被记念，因所行的义，他必存活。

以西结书 18:23

23 主耶和华说：恶人死亡，岂是我喜悦的吗？不是喜悦他回头离开所行的道存活吗？

以西结书 18:30–32

30 所以主耶和华说：「以色列家啊，我必按你们各人所行的审判你们。你们当回头离开所犯的一切罪过。这样，罪孽必不使你们败亡。31 你们要将所犯的一切罪过尽行抛弃，自做一个新心和新灵。以色列家啊，你们何必死亡呢？32 主耶和华说：我不喜悦那死人之死，所以你们当回头而存活。」

罗马书 2:4

4 还是你藐视他丰富的恩慈、宽容、忍耐，不晓得他的恩慈是领你悔改呢？

玛拉基书 3:7

7 万军之耶和华说：从你们列祖的日子以来，你们常常偏离我的典章而不遵守。现在你们要转向我，我就转向你们。你们却问说：『我们如何才是转向呢？』

历代志下 7:14

14 这称为我名下的子民，若是自卑、祷告，寻求我的面，转离他们的恶行，我必从天上垂听，赦免他们的罪，医治他们的地。

使徒行传 3:19

19 所以，你们当悔改归正，使你们的罪得以涂抹，这样，那安舒的日子就必从主面前来到；

彼得后书 3:9

9 主所应许的尚未成就，有人以为他是耽延，其实不是耽延，乃是宽容你们，不愿有一人沉沦，乃愿人人都悔改。

四 不肯悔改的结局

以西结书 14:1–11 参阅全段

以西结书 14:6

6 「所以你要告诉以色列家说：『主耶和华如此说：回头吧！离开你们的偶像，转脸莫从你们一切可憎的事。』

罗马书 2:5–11 参阅全段

罗马书 2:5–6

5 你竟任着你刚硬不悔改的心，为自己积蓄忿怒，以致神震怒，显他公义审判的日子来到。6 他必照各人的行为报应各人。

箴言 1:24–33 参阅全段

箴言 1:24–28

24 我呼唤，你们不肯听从；我伸手，无人理会；25 反轻弃我一切的劝戒，不肯受我的责备。26 你们遭灾难，我就发笑；惊恐临到你们，我必嗤笑。27 惊恐临到你们，好像狂风；灾难来到，如同暴风；急难痛苦临到你们身上。28 那时，你们必呼求我，我却不答应，恳切地寻找我，却寻不见。

以赛亚书 42:23–25

23 你们中间谁肯侧耳听此，谁肯留心而听，以防将来呢？24 谁将雅各交出当作掳物，将以色列交给抢夺的呢？岂不是耶和华吗？就是我们所得罪的那位。他们不肯遵行他的道，也不听从他的训诲。25 所以，他将猛烈的怒气和争战的勇力倾倒在以色列的身上。在他四围如火着起，他还不知道，烧着他，他也不介意。

五 悔改蒙赦免

路加福音 7:36–50 参阅全段

路加福音 7:37–38

37 那城里有一个女人，是个罪人，知道耶稣在法利赛人家里坐席，就拿着盛香膏的玉瓶，38 站在耶稣背后，挨着他的脚哭，眼泪湿了耶稣的脚，就用自己的头发擦干，又用嘴连连亲他的脚，把香膏抹上。

路加福音 7:48–50

48 于是对那女人说：「你的罪赦免了。」49 同席的人心里说：「这是甚么人，竟赦免人的罪呢？」50 耶稣对那女人说：「你的信救了你；平平安安回去吧！」

诗篇 51 参阅全篇

警告、悔改与顺服的呼召

今日要听他的话

关于警告、悔改与顺服的呼召，圣经的教导包括：两条道路；种什么，收什么；神不悦纳双重的生活；不可随流失去；审判的日子；前车之鉴；神乐意你回转。本页按主题整理了 66 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 两条道路

马太福音 7:13–14

13 「你们要进窄门。因为引到灭亡，那门是宽的，路是大的，进去的人也多；14 引到永生，那门是窄的，路是小的，找着的人也少。」

马太福音 7:21–23

21 「凡称呼我『主啊，主啊』的人不能都进天国；惟独遵行我天父旨意的人才能进去。22 当那日必有许多人对我说：『主啊，主啊，我们不是奉你的名传道，奉你的名赶鬼，奉你的名行许多异能吗？』23 我就明明地告诉他们说：『我从来不认识你们，你们这些作恶的人，离开我去吧！』」

马太福音 7:24–27

24 「所以，凡听见我这话就去行的，好比一个聪明人，把房子盖在磐石上；25 雨淋，水冲，风吹，撞着那房子，房子总不倒塌，因为根基立在磐石上。26 凡听见我这话不去行的，好比一个无知的人，把房子盖在沙土上；27 雨淋，水冲，风吹，撞着那房子，房子就倒塌了，并且倒塌得很大。」

诗篇 1 参阅全篇

箴言 3:33

33 耶和华咒诅恶人的家庭，赐福与义人的居所。

二 种什么，收什么

箴言 22:5

5 乖僻人的路上有荆棘和网罗；保守自己生命的，必要远离。

箴言 11:19–21

19 恒心为义的，必得生命；追求邪恶的，必致死亡。20 心中乖僻的，为耶和华所憎恶；行事完全的，为他所喜悦。21 恶人虽然连手，必不免受罚；义人的后裔必得拯救。

加拉太书 6:7–8

7 不要自欺，神是轻慢不得的。人种的是甚么，收的也是甚么。8 顺着情欲撒种的，必从情欲收败坏；顺着圣灵撒种的，必从圣灵收永生。

罗马书 6:23

23 因为罪的工价乃是死；惟有神的恩赐，在我们的主基督耶稣里，乃是永生。

三 神不悦纳双重的生活

马太福音 6:24

24 「一个人不能事奉两个主；不是恶这个、爱那个，就是重这个、轻那个。你们不能又事奉神，又事奉玛门（玛门：财利的意思）。」

箴言 15:8
[8] 恶人献祭，为耶和华所憎恶；正直人祈祷，为他所喜悦。

箴言 15:29
[29] 耶和华远离恶人，却听义人的祷告。

箴言 21:27
[27] 恶人的祭物是可憎的；何况他存恶意来献呢？

箴言 28:9
[9] 转耳不听律法的，他的祈祷也为可憎。

以赛亚书 59:1–2
[1] 耶和华的膀臂并非缩短，不能拯救，耳朵并非发沉，不能听见，[2] 但你们的罪孽使你们与神隔绝；你们的罪恶使他掩面不听你们。

以赛亚书 5:20–21
[20] 祸哉！那些称恶为善，称善为恶，以暗为光，以光为暗，以苦为甜，以甜为苦的人。[21] 祸哉！那些自以为有智慧，自看为通达的人。

四 不可随流失去

希伯来书 2:1–3
[1] 所以，我们当越发郑重所听见的道理，恐怕我们随流失去。[2] 那藉着天使所传的话既是确定的；凡干犯悖逆的都受了该受的报应。[3] 我们若忽略这么大的救恩，怎能逃罪呢？这救恩起先是主亲自讲的，后来是听见的人给我们证实了。

希伯来书 6:4–6
[4] 论到那些已经蒙了光照、尝过天恩的滋味、又于圣灵有分，[5] 并尝过神善道的滋味、觉悟来世权能的人，[6] 若是离弃道理，就不能叫他们重新懊悔了。因为他们把神的儿子重钉十字架，明明地羞辱他。

希伯来书 10:26–31 参阅全段
希伯来书 10:26–27
[26] 因为我们得知真道以后，若故意犯罪，赎罪的祭就再没有了；[27] 惟有战惧等候审判和那烧灭众敌人的烈火。

希伯来书 10:31
[31] 落在永生神的手里，真是可怕的！

希伯来书 3:7–15 参阅全段
希伯来书 3:7–8
[7] 圣灵有话说：你们今日若听他的话，[8] 就不可硬着心，像在旷野惹他发怒、试探他的时候一样。

彼得后书 2:20–22
[20] 倘若他们因认识主—救主耶稣基督，得以脱离世上的污秽，后来又在其中被缠住、制伏，他们末后的景况就比先前更不好了。[21] 他们晓得义路，竟背弃了传给他们的圣命，倒不如不晓得为妙。[22] 俗语说得真不错：狗所吐的，它转过来又吃；猪洗净了又回到泥里去滚；这话在他们身上正合式。

箴言 1:24–33 参阅全段
希伯来书 12:25
[25] 你们总要谨慎，不可弃绝那向你们说话的。因为，那些弃绝在地上警戒他们的尚且不能逃罪，何况我们违背那从天上警戒我们的呢？

五 审判的日子

马太福音 25:31–46 参阅全段

马太福音 25:34

34 于是王要向那右边的说：『你们这蒙我父赐福的，可来承受那创世以来为你们所预备的国；

马太福音 25:41

41 王又要向那左边的说：『你们这被咒诅的人，离开我！进入那为魔鬼和他的使者所预备的永火里去！

马太福音 25:46

46 这些人要往永刑里去；那些义人要往永生里去。」

马太福音 16:26–27

26 人若赚得全世界，赔上自己的生命，有甚么益处呢？人还能拿甚么换生命呢？ 27 人子要在他父的荣耀里，同着众使者降临；那时候，他要照各人的行为报应各人。

哥林多后书 5:10

10 因为我们众人必要在基督台前显露出来，叫各人按着本身所行的，或善或恶受报。

马可福音 13:32–37

32 「但那日子，那时辰，没有人知道，连天上的使者也不知道，子也不知道，惟有父知道。 33 你们要谨慎，警醒祈祷，因为你们不晓得那日期几时来到。 34 这事正如一个人离开本家，寄居外邦，把权柄交给仆人，分派各人当做的工，又吩咐看门的警醒。 35 所以，你们要警醒；因为你们不知道家主甚么时候来，或晚上，或半夜，或鸡叫，或早晨； 36 恐怕他忽然来到，看见你们睡着了。 37 我对你们所说的话，也是对众人说：要警醒！」

马太福音 25:1–13 参阅全段

约翰福音 3:16–18

16 「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不致灭亡，反得永生。 17 因为神差他的儿子降世，不是要定世人的罪（或译：审判世人；下同），乃是要叫世人因他得救。 18 信他的人，不被定罪；不信的人，罪已经定了，因为他不信神独生子的名。

路加福音 13:3

3 我告诉你们，不是的！你们若不悔改，都要如此灭亡！

六 前车之鉴

彼得后书 2:4–10 参阅全段

犹大书 6–7，14–15

6 又有不守本位、离开自己住处的天使，主用锁链把他们永远拘留在黑暗里，等候大日的审判。 7 又如所多玛、蛾摩拉和周围城邑的人，也照他们一味地行淫，随从逆性的情欲，就受永火的刑罚，作为鉴戒。 14 亚当的七世孙以诺，曾预言这些人说：「看哪，主带着他的千万圣者降临， 15 要在众人身上行审判，证实那一切不敬虔的人所妄行一切不敬虔的事，又证实不敬虔之罪人所说顶撞他的刚愎话。」

哥林多前书 10:11–12

11 他们遭遇这些事都要作为鉴戒，并且写在经上，正是警戒我们这末世的人。 12 所以，自己以为站得稳的，须要谨慎，免得跌倒。

那鸿书 1:1–6 参阅全段

那鸿书 1:2–3

2 耶和华是忌邪施报的神。耶和华施报大有忿怒；向他的敌人施报，向他的仇敌怀怒。3 耶和华不轻易发怒，大有能力，万不以有罪的为无罪。他乘旋风和暴风而来，云彩为他脚下的尘土。

七 神乐意你回转

以西结书 33:11

11 你对他们说，主耶和华说：我指着我的永生起誓，我断不喜悦恶人死亡，惟喜悦恶人转离所行的道而活。以色列家啊，你们转回，转回吧！离开恶道，何必死亡呢？

重生

人若不重生，就不能见神的国

关于重生，圣经的教导包括：人必须重生；神亲自使人重生；换心：除去石心，赐给肉心；出死入生；新造的人，新的生命；重生之人的记号。本页按主题整理了 42 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 人必须重生

约翰福音 3:3

3 耶稣回答说：「我实实在在地告诉你，人若不重生，就不能见神的国。」

约翰福音 3:5–8

5 耶稣说：「我实实在在地告诉你，人若不是从水和圣灵生的，就不能进神的国。6 从肉身生的就是肉身；从灵生的就是灵。7 我说：『你们必须重生』，你不要以为希奇。8 风随着意思吹，你听见风的响声，却不晓得从哪里来，往哪里去；凡从圣灵生的，也是如此。」

以弗所书 2:1

1 你们死在过犯罪恶之中，他叫你们活过来。

二 神亲自使人重生

约翰福音 1:12–13

12 凡接待他的，就是信他名的人，他就赐他们权柄作神的儿女。13 这等人不是从血气生的，不是从情欲生的，也不是从人意生的，乃是从神生的。

雅各书 1:18

18 他按自己的旨意，用真道生了我们，叫我们在他所造的万物中好像初熟的果子。

彼得前书 1:3

3 愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！他曾照自己的大怜悯，藉耶稣基督从死里复活，重生了我们，叫我们有活泼的盼望，

彼得前书 1:23

23 你们蒙了重生，不是由于能坏的种子，乃是由于不能坏的种子，是藉着神活泼常存的道。

提多书 3:5

5 他便救了我们；并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。

三 换心：除去石心，赐给肉心

> 先知以西结所应许的「新心、新灵」，就是主耶稣所说「从水和圣灵生」（约翰福音 3:5）的重生。人的本性是一颗刚硬的石心，自己无法改变；重生时，圣灵亲自除去石心，赐下顺服神、爱神的肉心，并把神的律法写在心上。所以换心不是人的自我改进，乃是神在人里面的新创造。

以西结书 36:25–27

25 我必用清水洒在你们身上，你们就洁净了。我要洁净你们，使你们脱离一切的污秽，弃掉一切的偶像。26 我也要赐给你们一个新心，将新灵放在你们里面，又从你们的肉体中除掉石心，赐给你们肉心。27 我必将我的灵放在你们里面，使你们顺从我的律例，谨守遵行我的典章。

以西结书 11:19–20

19 我要使他们有合一的心，也要将新灵放在他们里面，又从他们肉体中除掉石心，赐给他们肉心，20 使他们顺从我的律例，谨守遵行我的典章。他们要作我的子民，我要作他们的神。

耶利米书 24:7

7 我要赐他们认识我的心，知道我是耶和华。他们要作我的子民，我要作他们的神，因为他们要一心归向我。」

耶利米书 31:33

33 耶和华说：「那些日子以后，我与以色列家所立的约乃是这样：我要将我的律法放在他们里面，写在他们心上。我要作他们的神，他们要作我的子民。

耶利米书 32:39–40

39 我要使他们彼此同心同道，好叫他们永远敬畏我，使他们和他们后世的子孙得福乐，40 又要与他们立永远的约，必随着他们施恩，并不离开他们，且使他们有敬畏我的心，不离开我。

申命记 30:6

6 耶和华—你神必将你心里和你后裔心里的污秽除掉，好叫你尽心尽性爱耶和华—你的神，使你可以存活。

罗马书 2:29

29 惟有里面作的，才是真犹太人；真割礼也是心里的，在乎灵，不在乎仪文。这人的称赞不是从人来的，乃是从神来的。

诗篇 51:10

10 神啊，求你为我造清洁的心，使我里面重新有正直（或译：坚定）的灵。

四 出死入生

以弗所书 2:4–5

4 然而，神既有丰富的怜悯，因他爱我们的大爱，5 当我们死在过犯中的时候，便叫我们与基督一同活过来。你们得救是本乎恩。

歌罗西书 2:13

13 你们从前在过犯和未受割礼的肉体中死了，神赦免了你们（或译：我们）一切过犯，便叫你们与基督一同活过来；

约翰福音 5:24

24 我实实在在地告诉你们，那听我话、又信差我来者的，就有永生；不至于定罪，是已经出死入生了。

使徒行传 16:14

14 有一个卖紫色布疋的妇人，名叫吕底亚，是推雅推喇城的人，素来敬拜神。她听见了，主就开导她的心，叫她留心听保罗所讲的话。

哥林多后书 4:6

6 那吩咐光从黑暗里照出来的神，已经照在我们心里，叫我们得知神荣耀的光显在耶稣基督的面上。

五 新造的人，新的生命

> 重生的人有了新生命：旧事已过，都变成新的了。这新生命是与基督联合、一同复活的生命，要在每天的生活中脱去旧人、穿上新人，样式越来越像基督。

哥林多后书 5:17

17 若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。

加拉太书 6:15

15 受割礼不受割礼都无关紧要，要紧的就是作新造的人。

罗马书 6:4

4 所以，我们藉着洗礼归入死，和他一同埋葬，原是叫我们一举一动有新生的样式，像基督藉着父的荣耀从死里复活一样。

加拉太书 2:20

20 我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着；并且我如今在肉身活着，是因信神的儿子而活；他是爱我，为我舍己。

以弗所书 4:22–24

22 就要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的；23 又要将你们的心志改换一新，24 并且穿上新人；这新人是照着神的形像造的，有真理的仁义和圣洁。

歌罗西书 3:9–10

9 不要彼此说谎；因你们已经脱去旧人和旧人的行为，10 穿上了新人。这新人在知识上渐渐更新，正如造他主的形像。

六 重生之人的记号

约翰一书 5:1

1 凡信耶稣是基督的，都是从神而生，凡爱生他之神的，也必爱从神生的。

约翰一书 3:9

9 凡从神生的，就不犯罪，因神的道（原文是种）存在他心里；他也不能犯罪，因为他是由神生的。

约翰一书 5:4

4 因为凡从神生的，就胜过世界；使我们胜了世界的，就是我们的信心。

因信称义

不靠行为，乃是因信基督

关于因信称义，圣经的教导包括：亚伯拉罕信神，就算为他的义；旧约早已宣告：义人必因信得生；义仆担当了我们的罪；脱去污秽，穿上公义的袍子；神的义在福音上显明；称义不在乎遵行律法；本乎恩，也因着信；称义的人与神相和，不再被定罪。本页按主题整理了 45 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 亚伯拉罕信神，就算为他的义

创世记 15:6

6 亚伯兰信耶和华，耶和华就以此为他的义。

罗马书 4:3–5

3 经上说甚么呢？说：「亚伯拉罕信神，这就算为他的义。」4 做工的得工价，不算恩典，乃是该得的；5 惟有不做工的，只信称罪人为义的神，他的信就算为义。

二 旧约早已宣告：义人必因信得生

哈巴谷书 2:4

4 迦勒底人自高自大，心不正直；惟义人因信得生。

诗篇 32:1–2

1 （大卫的训诲诗。）得赦免其过、遮盖其罪的，这人是有福的！2 凡心里没有诡诈、耶和华不算为有罪的，这人是有福的！

以赛亚书 45:24–25

24 人论我说，公义、能力，惟独在乎耶和华；人都必归向他。凡向他发怒的必至蒙羞。25 以色列的后裔都必因耶和华得称为义，并要夸耀。

耶利米书 23:6

6 在他的日子，犹大必得救，以色列也安然居住。他的名必称为『耶和华—我们的义』。」

三 义仆担当了我们的罪

以赛亚书 53:5–6

5 哪知他为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。6 我们都如羊走迷；各人偏行己路；耶和华使我们众人的罪孽都归在他身上。

以赛亚书 53:11

11 他必看见自己劳苦的功效，便心满意足。有许多人因认识我的义仆得称为义；并且他要担当他们的罪孽。

哥林多后书 5:21

21 神使那无罪（无罪：原文是不知罪）的，替我们成为罪，好叫我们在他里面成为神的义。

四 脱去污秽，穿上公义的袍子

撒迦利亚书 3:3–4

3 约书亚穿着污秽的衣服站在使者面前。4 使者吩咐站在面前的说：「你们要脱去他污秽的衣服」；又对约书亚说：「我使你脱离罪孽，要给你穿上华美的衣服。」

以赛亚书 61:10

10 我因耶和华大大欢喜；我的心靠神快乐。因他以拯救为衣给我穿上，以公义为袍给我披上，好像新郎戴上华冠，又像新妇佩戴妆饰。

腓立比书 3:8–9

8 不但如此，我也将万事当作有损的，因我以认识我主基督耶稣为至宝。我为他已经丢弃万事，看作粪土，为要得着基督；9 并且得以在他里面，不是有自己因律法而得的义，乃是有信基督的义，就是因信神而来的义，

五 神的义在福音上显明

罗马书 1:16–17

16 我不以福音为耻；这福音本是神的大能，要救一切相信的，先是犹太人，后是希腊人。17 因为神的义正在这福音上显明出来；这义是本于信，以至于信。如经上所记：「义人必因信得生。」

罗马书 3:21–26

21 但如今，神的义在律法以外已经显明出来，有律法和先知为证：22 就是神的义，因信耶稣基督加给一切相信的人，并没有分别。23 因为世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀；24 如今却蒙神的恩典，因基督耶稣的救赎，就白白地称义。25 神设立耶稣作挽回祭，是凭着耶稣的血，藉着人的信，要显明神的义；因为他用忍耐的心宽容人先时所犯的罪，26 好在今时显明他的义，使人知道他自己为义，也称信耶稣的人为义。

六 称义不在乎遵行律法

罗马书 3:28

28 所以（有古卷：因为）我们看定了：人称义是因着信，不在乎遵行律法。

加拉太书 2:16

16 既知道人称义不是因行律法，乃是因信耶稣基督，连我们也信了基督耶稣，使我们因信基督称义，不因行律法称义；因为凡有血气的，没有一人因行律法称义。

加拉太书 3:11

11 没有一个人靠着律法在神面前称义，这是明显的；因为经上说：「义人必因信得生。」

罗马书 4:6–8

6 正如大卫称那在行为以外蒙神算为义的人是有福的。7 他说：得赦免其过、遮盖其罪的，这人是有福的。8 主不算为有罪的，这人是有福的。

七 本乎恩，也因着信

以弗所书 2:8–10

8 你们得救是本乎恩，也因着信；这并不是出于自己，乃是神所赐的；9 也不是出于行为，免得有人自夸。10 我们原是他的工作，在基督耶稣里造成的，为要叫我们行善，就是神所预备叫我们行的。

提多书 3:5–7

5 他便救了我们；并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。6 圣灵就是神藉着耶稣基督—我们救主厚厚浇灌在我们身上的，7 好叫我们因他的恩得称为义，可以凭着永生的盼望成为后嗣（或译：可以凭着盼望承受永生）。

八 称义的人与神相和，不再被定罪

罗马书 5:1

1 我们既因信称义，就藉着我们的主耶稣基督得与神相和。

罗马书 5:8–9

8 惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。9 现在我们既靠着他的血称义，就更要藉着他免去神的忿怒。

罗马书 8:1

1 如今，那些在基督耶稣里的就不定罪了。

罗马书 8:33–34

33 谁能控告神所拣选的人呢？有神称他们为义了（或译：是称他们为义的神吗）。34 谁能定他们的罪呢？有基督耶稣已经死了，而且从死里复活，现今在神的右边，也替我们祈求（有基督….或译：是已经死了，而且从死里复活，现今在神的右边，也替我们祈求的基督耶稣吗）。

罪得赦免

在你有赦免之恩

关于罪得赦免，圣经的教导包括：神乐意赦免；认罪就蒙赦免；因基督的血得洁净、称义；蒙赦免的人。本页按主题整理了 69 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神乐意赦免

以赛亚书 1:18

18 耶和华说：你们来，我们彼此辩论。你们的罪虽像朱红，必变成雪白；虽红如丹颜，必白如羊毛。

诗篇 103:12

12 东离西有多远，他叫我们的过犯离我们也有多远！

诗篇 86:4–7

4 主啊，求你使仆人心里欢喜，因为我的心仰望你。5 主啊，你本为良善，乐意饶恕人，有丰盛的慈爱赐给凡求告你的人。6 耶和华啊，求你留心听我的祷告，垂听我恳求的声音。7 我在患难之日要求告你，因为你必应允我。

以赛亚书 55:6–7

6 当趁耶和华可寻找的时候寻找他，相近的时候求告他。7 恶人当离弃自己的道路；不义的人当除掉自己的意念。归向耶和华，耶和华就必怜恤他；当归向我们的神，因为神必广行赦免。

马太福音 11:28–30

28 凡劳苦担重担的人可以到我这里来，我就使你们得安息。29 我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。30 因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。」

诗篇 130:3–4

3 主—耶和华啊，你若究察罪孽，谁能站得住呢？4 但在你有赦免之恩，要叫人敬畏你。

以赛亚书 44:22–23

22 我涂抹了你的过犯，像厚云消散；我涂抹了你的罪恶，如薄云灭没。你当归向我，因我救赎了你。23 诸天哪，应当歌唱，因为耶和华做成这事。地的深处啊，应当欢呼；众山应当发声歌唱；树林和其中所有的树都当如此！因为耶和华救赎了雅各，并要因以色列荣耀自己。

弥迦书 7:18–19

18 神啊，有何神像你，赦免罪孽，饶恕你产业之余民的罪过，不永远怀怒，喜爱施恩？19 必再怜悯我们，将我们的罪孽踏在脚下，又将我们的一切罪投于深海。

以赛亚书 43:25

25 惟有我为自己的缘故涂抹你的过犯；我也不记念你的罪恶。

希伯来书 8:12

12 我要宽恕他们的不义，不再记念他们的罪愆。

诗篇 103:10

10 他没有按我们的罪过待我们，也没有照我们的罪孽报应我们。

二 认罪就蒙赦免

诗篇 32:1–2

1 （大卫的训诲诗。）得赦免其过、遮盖其罪的，这人是有福的！2 凡心里没有诡诈、耶和华不算为有罪的，这人是有福的！

诗篇 32:3–4

3 我闭口不认罪的时候，因终日唉哼而骨头枯干。4 黑夜白日，你的手在我身上沉重；我的精液耗尽，如同夏天的干旱。（细拉）

诗篇 32:5

5 我向你陈明我的罪，不隐瞒我的恶。我说：我要向耶和华承认我的过犯，你就赦免我的罪恶。（细拉）

诗篇 51:1–17 参阅全段

诗篇 51:17

17 神所要的祭就是忧伤的灵；神啊，忧伤痛悔的心，你必不轻看。

约翰一书 1:9

9 我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。

箴言 28:13–14

13 遮掩自己罪过的，必不亨通；承认离弃罪过的，必蒙怜恤。14 常存敬畏的，便为有福；心存刚硬的，必陷在祸患里。

马太福音 6:12

12 免我们的债，如同我们免了人的债。

列王纪上 8:33–36，46–53 参阅全段

列王纪上 8:33–36

33 「你的民以色列若得罪你，败在仇敌面前，又归向你，承认你的名，在这殿里祈求祷告，34 求你在天上垂听，赦免你民以色列的罪，使他们归回你赐给他们列祖之地。35 「你的民因得罪你，你惩罚他们，使天闭塞不下雨；他们若向此处祷告，承认你的名，离开他们的罪，36 求你在天上垂听，赦免你仆人以色列民的罪，将当行的善道指教他们，且降雨在你的地，就是你赐给你民为业之地。

尼希米记 1:6–7

6 愿你睁眼看，侧耳听，你仆人昼夜在你面前为你众仆人以色列民的祈祷，承认我们以色列人向你所犯的罪；我与我父家都有罪了。7 我们向你所行的甚是邪恶，没有遵守你藉着仆人摩西所吩咐的诫命、律例、典章。

三 因基督的血得洁净、称义

罗马书 3:21–25

21 但如今，神的义在律法以外已经显明出来，有律法和先知为证：22 就是神的义，因信耶稣基督加给一切相信的人，并没有分别。23 因为世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀；24 如今却蒙神的恩典，因基督耶稣的救赎，就白白地称义。25 神设立耶稣作挽回祭，是凭着耶稣的血，藉着人的信，要显明神的义；因为他用忍耐的心宽容人先时所犯的罪，

罗马书 5:1

1 我们既因信称义，就藉着我们的主耶稣基督得与神相和。

罗马书 8:1，4

[1]如今，那些在基督耶稣里的就不定罪了。[4]使律法的义成就在我们这不随从肉体、只随从圣灵的人身上。

以弗所书 5:25–27

[25]你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。[26]要用水藉着道把教会洗净，成为圣洁，[27]可以献给自己，作个荣耀的教会，毫无玷污、皱纹等类的病，乃是圣洁没有瑕疵的。

希伯来书 10:10

[10]我们凭这旨意，靠耶稣基督，只一次献上他的身体，就得以成圣。

希伯来书 10:14

[14]因为他一次献祭，便叫那得以成圣的人永远完全。

约翰一书 1:7

[7]我们若在光明中行，如同神在光明中，就彼此相交，他儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。

哥林多前书 6:9–11

[9]你们岂不知不义的人不能承受神的国吗？不要自欺！无论是淫乱的、拜偶像的、奸淫的、作娈童的、亲男色的、[10]偷窃的、贪婪的、醉酒的、辱骂的、勒索的，都不能承受神的国。[11]你们中间也有人从前是这样；但如今你们奉主耶稣基督的名，并藉着我们神的灵，已经洗净，成圣，称义了。

歌罗西书 1:13–14

[13]他救了我们脱离黑暗的权势，把我们迁到他爱子的国里；[14]我们在爱子里得蒙救赎，罪过得以赦免。

以弗所书 1:3–10 参阅全段

以弗所书 1:7–8

[7]我们藉这爱子的血得蒙救赎，过犯得以赦免，乃是照他丰富的恩典。[8]这恩典是神用诸般智慧聪明，充充足足赏给我们的；

四 蒙赦免的人

路加福音 7:36–50 参阅全段

路加福音 7:47–50

[47]所以我告诉你，她许多的罪都赦免了，因为她的爱多；但那赦免少的，他的爱就少。」[48]于是对那女人说：「你的罪赦免了。」[49]同席的人心里说：「这是甚么人，竟赦免人的罪呢？」[50]耶稣对那女人说：「你的信救了你；平平安安回去吧！」

路加福音 23:43

[43]耶稣对他说：「我实在告诉你，今日你要同我在乐园里了。」

路加福音 15:11–32 参阅全段

撒迦利亚书 3:1–5 参阅全段

约翰福音 4:4–26 参阅全段

约翰福音 21:15–19

[15]他们吃完了早饭，耶稣对西门·彼得说：「约翰（在马太十六章十七节称约拿）的儿子西门，你爱我比这些更深吗？」彼得说：「主啊，是的，你知道我爱你。」耶稣对他说：「你喂养我的小羊。」[16]耶稣第二次又对他说：「约翰的儿子西门，你爱我吗？」彼得说：「主啊，是的，你知道我爱你。」耶稣说：「你牧养我的羊。」[17]第三次对他说：「约翰的儿子西门，你爱我吗？」彼得因为耶稣第三次对他说「你爱我吗」，就忧愁，对耶稣说：「主啊，你是无所不知的；你知道我爱你。」耶稣说：「你喂养我的羊。[18]我实实在在地告诉你，你年少的时候，自己束上带子，随意往来；但年老的时候，你要伸出手来，别人

要把你束上，带你到不愿意去的地方。」[19]（耶稣说这话是指着彼得要怎样死，荣耀神。）说了这话，就对他说：「你跟从我吧！」

路加福音 18:9–14 参阅全段

路加福音 18:13–14

[13]那税吏远远地站着，连举目望天也不敢，只捶着胸说：『神啊，开恩可怜我这个罪人！』[14]我告诉你们，这人回家去比那人倒算为义了；因为，凡自高的，必降为卑；自卑的，必升为高。」

得救的确据

我知道我所信的是谁

关于得救的确据，圣经的教导包括：神的应许叫我们确知；圣灵在心里作见证；圣徒的确信；省察自己，使所蒙的恩更加坚定。本页按主题整理了 28 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神的应许叫我们确知

约翰一书 5:13

13 我将这些话写给你们信奉神儿子之名的人，要叫你们知道自己有永生。

彼得前书 1:3–5

3 愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！他曾照自己的大怜悯，藉耶稣基督从死里复活，重生了我们，叫我们有活泼的盼望，4 可以得着不能朽坏、不能玷污、不能衰残、为你们存留在天上的基业。5 你们这因信蒙神能力保守的人，必能得着所预备、到末世要显现的救恩。

约翰一书 3:1–3

1 你看父赐给我们是何等的慈爱，使我们得称为神的儿女；我们也真是他的儿女。世人所以不认识我们，是因未曾认识他。2 亲爱的弟兄啊，我们现在是神的儿女，将来如何，还未显明；但我们知道，主若显现，我们必要像他，因为必得见他的真体。3 凡向他有这指望的，就洁净自己，像他洁净一样。

约翰福音 5:24

24 我实实在在地告诉你们，那听我话、又信差我来者的，就有永生；不至于定罪，是已经出死入生了。

约翰福音 10:27–29

27 我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟着我。28 我又赐给他们永生；他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。29 我父把羊赐给我，他比万有都大，谁也不能从我父手里把他们夺去。

罗马书 8:38–39

38 因为我深信无论是死，是生，是天使，是掌权的，是有能的，是现在的事，是将来的事，39 是高处的，是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的。

腓立比书 1:6

6 我深信那在你们心里动了善工的，必成全这工，直到耶稣基督的日子。

二 圣灵在心里作见证

罗马书 8:16–17

16 圣灵与我们的心同证我们是神的儿女；17 既是儿女，便是后嗣，就是神的后嗣，和基督同作后嗣。如果我们和他一同受苦，也必和他一同得荣耀。

约翰一书 4:13–16

13 神将他的灵赐给我们，从此就知道我们是住在他里面，他也住在我们里面。14 父差子作世人的救主；这是我们所看见且作见证的。15 凡认耶稣为神儿子的，神就住在他里面，他也住在神里面。16 神爱我们的心，我们也知道也信。神就是爱；住在爱里面的，就是住在神里面，神也住在他里面。

以弗所书 1:13–14

13 你们既听见真理的道，就是那叫你们得救的福音，也信了基督，既然信他，就受了所应许的圣灵为印记。14 这圣灵是我们得基业的凭据（原文是质），直等到神之民（民：原文是产业）被赎，使他的荣耀得着称赞。

三 圣徒的确信

约伯记 19:25–27

25 我知道我的救赎主活着，末了必站立在地上。26 我这皮肉灭绝之后，我必在肉体之外得见神。27 我自己要见他，亲眼要看他，并不像外人。我的心肠在我里面消灭了！

提摩太后书 1:12

12 为这缘故，我也受这些苦难。然而我不以为耻；因为知道我所信的是谁，也深信他能保全我所交付他的（或译：他所交托我的），直到那日。

四 省察自己，使所蒙的恩更加坚定

哥林多后书 13:5

5 你们总要自己省察有信心没有，也要自己试验。岂不知你们若不是可弃绝的，就有耶稣基督在你们心里吗？

彼得后书 1:10

10 所以弟兄们，应当更加殷勤，使你们所蒙的恩召和拣选坚定不移。你们若行这几样，就永不失脚；

预定拣选

创世以前，神在基督里拣选了我们

关于预定拣选，圣经的教导包括：神按自己的旨意行做万事；创世以前，在基督里蒙拣选；拣选出于恩典，不在乎人的行为；神以永远的爱爱他的子民；父所赐的人必到基督这里来；蒙拣选的人必相信、成圣、结果子；拣选是信徒最大的安慰。本页按主题整理了 50 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神按自己的旨意行做万事

出埃及记 33:19

19 耶和华说：「我要显我一切的恩慈，在你面前经过，宣告我的名。我要恩待谁就恩待谁；要怜悯谁就怜悯谁」；

罗马书 9:15–16

15 因他对摩西说：我要怜悯谁就怜悯谁，要恩待谁就恩待谁。16 据此看来，这不在乎那定意的，也不在乎那奔跑的，只在乎发怜悯的神。

以赛亚书 46:9–10

9 你们要追念上古的事。因为我是神，并无别神；我是神，再没有能比我的。10 我从起初指明末后的事，从古时言明未成的事，说：我的筹算必立定；凡我所喜悦的，我必成就。

箴言 16:4

4 耶和华所造的，各适其用；就是恶人也为祸患的日子所造。

以弗所书 1:11

11 我们也在他里面得（得：或译成）了基业；这原是那位随己意行、做万事的，照着他旨意所预定的，

二 创世以前，在基督里蒙拣选

以弗所书 1:4–6

4 就如神从创立世界以前，在基督里拣选了我们，使我们在他面前成为圣洁，无有瑕疵；5 又因爱我们，就按着自己的意旨所喜悦的，预定我们藉着耶稣基督得儿子的名分，6 使他荣耀的恩典得着称赞；这恩典是他在爱子里所赐给我们的。

提摩太后书 1:9

9 神救了我们，以圣召召我们，不是按我们的行为，乃是按他的旨意和恩典；这恩典是万古之先，在基督耶稣里赐给我们的，

启示录 13:8

8 凡住在地上、名字从创世以来没有记在被杀之羔羊生命册上的人，都要拜它。

诗篇 139:16

16 我未成形的体质，你的眼早已看见了；你所定的日子，我尚未度一日（或译：我被造的肢体尚未有其一），你都写在你的册上了。

耶利米书 1:5

5 我未将你造在腹中，我已晓得你；你未出母胎，我已分别你为圣；我已派你作列国的先知。

三 拣选出于恩典，不在乎人的行为

申命记 7:6–8

6 因为你归耶和华—你神为圣洁的民；耶和华—你神从地上的万民中拣选你，特作自己的子民。7 「耶和华专爱你们，拣选你们，并非因你们的人数多于别民，原来你们的人数在万民中是最少的。8 只因耶和华爱你们，又因要守他向你们列祖所起的誓，就用大能的手领你们出来，从为奴之家救赎你们脱离埃及王法老的手。

罗马书 9:11–13

11 （双子还没有生下来，善恶还没有做出来，只因要显明神拣选人的旨意，不在乎人的行为，乃在乎召人的主。）12 神就对利百加说：「将来，大的要服事小的。」13 正如经上所记：雅各是我所爱的；以扫是我所恶的。

玛拉基书 1:2–3

2 耶和华说：「我曾爱你们。」你们却说：「你在何事上爱我们呢？」耶和华说：「以扫不是雅各的哥哥吗？我却爱雅各，3 恶以扫，使他的山岭荒凉，把他的地业交给旷野的野狗。」

罗马书 11:5–6

5 如今也是这样，照着拣选的恩典，还有所留的余数。6 既是出于恩典，就不在乎行为；不然，恩典就不是恩典了。

四 神以永远的爱爱他的子民

耶利米书 31:3

3 古时（或译：从远方）耶和华向以色列（原文是我）显现，说：我以永远的爱爱你，因此我以慈爱吸引你。

申命记 10:14–15

14 看哪，天和天上的天，地和地上所有的，都属耶和华—你的神。15 耶和华但喜悦你的列祖，爱他们，从万民中拣选他们的后裔，就是你们，像今日一样。

诗篇 33:12

12 以耶和华为神的，那国是有福的！他所拣选为自己产业的，那民是有福的！

诗篇 65:4

4 你所拣选、使他亲近你、住在你院中的，这人便为有福！我们必因你居所、你圣殿的美福知足了。

五 父所赐的人必到基督这里来

马太福音 11:25–27

25 那时，耶稣说：「父啊，天地的主，我感谢你！因为你将这些事向聪明通达人就藏起来，向婴孩就显出来。26 父啊，是的，因为你的美意本是如此。27 一切所有的，都是我父交付我的；除了父，没有人知道子；除了子和子所愿意指示的，没有人知道父。

约翰福音 6:37

37 凡父所赐给我的人必到我这里来；到我这里来的，我总不丢弃他。

约翰福音 6:44

44 若不是差我来的父吸引人，就没有能到我这里来的；到我这里来的，在末日我要叫他复活。

约翰福音 10:26–29

26 只是你们不信，因为你们不是我的羊。27 我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟着我。28 我又赐给他们永生；他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。29 我父把羊赐给我，他比万有都大，谁也不能从我父手里把他们夺去。

约翰福音 17:6

6 「你从世上赐给我的人，我已将你的名显明与他们。他们本是你的，你将他们赐给我，他们也遵守了你的道。

六 蒙拣选的人必相信、成圣、结果子

使徒行传 13:48

48 外邦人听见这话，就欢喜了，赞美神的道；凡预定得永生的人都信了。

约翰福音 15:16

16 不是你们拣选了我，是我拣选了你们，并且分派你们去结果子，叫你们的果子常存，使你们奉我的名，无论向父求甚么，他就赐给你们。

帖撒罗尼迦前书 1:4–5

4 被神所爱的弟兄啊，我知道你们是蒙拣选的；5 因为我们的福音传到你们那里，不独在乎言语，也在乎权能和圣灵，并充足的信心。正如你们知道，我们在你们那里，为你们的缘故是怎样为人。

帖撒罗尼迦后书 2:13

13 主所爱的弟兄们哪，我们本该常为你们感谢神；因为他从起初拣选了你们，叫你们因信真道，又被圣灵感动，成为圣洁，能以得救。

彼得前书 1:1–2

1 耶稣基督的使徒彼得写信给那分散在本都、加拉太、加帕多家、亚细亚、庇推尼寄居的，2 就是照父神的先见被拣选，藉着圣灵得成圣洁，以致顺服耶稣基督，又蒙他血所洒的人。愿恩惠、平安多多地加给你们。

七 拣选是信徒最大的安慰

罗马书 8:28–30

28 我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。29 因为他预先所知道的人，就预先定下效法他儿子的模样，使他儿子在许多弟兄中作长子。30 预先所定下的人又召他们来；所召来的人又称他们为义；所称为义的人又叫他们得荣耀。

罗马书 8:33

33 谁能控告神所拣选的人呢？有神称他们为义了（或译：是称他们为义的神吗）。

> 若你为「我是否蒙拣选」而不安，不要试图窥探神隐秘的旨意，乃要仰望基督：「到我这里来的，我总不丢弃他」（约翰福音 6:37）。欢迎与牧者谈谈。

永生

信子的人有永生

关于永生，圣经的教导包括：永生是神白白的恩赐；信子的人有永生；永生就是认识神；持定永生；永永远远与主同在。本页按主题整理了 26 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 永生是神白白的恩赐

罗马书 6:22–23

22 但现今，你们既从罪里得了释放，作了神的奴仆，就有成圣的果子，那结局就是永生。23 因为罪的工价乃是死；惟有神的恩赐，在我们的主基督耶稣里，乃是永生。

约翰福音 3:16

16 「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不致灭亡，反得永生。

约翰一书 2:25

25 主所应许我们的就是永生。

提多书 1:2

2 盼望那无谎言的神在万古之先所应许的永生，

约翰一书 5:11–13

11 这见证就是神赐给我们永生；这永生也是在他儿子里面。12 人有了神的儿子就有生命，没有神的儿子就没有生命。13 我将这些话写给你们信奉神儿子之名的人，要叫你们知道自己有永生。

二 信子的人有永生

约翰福音 3:36

36 信子的人有永生；不信子的人得不着永生（原文是不得见永生），神的震怒常在他身上。」

约翰福音 5:24

24 我实实在在地告诉你们，那听我话、又信差我来者的，就有永生；不至于定罪，是已经出死入生了。

约翰福音 6:40

40 因为我父的意思是叫一切见子而信的人得永生，并且在末日我要叫他复活。」

约翰福音 10:27–28

27 我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟着我。28 我又赐给他们永生；他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。

约翰福音 6:68

68 西门·彼得回答说：「主啊，你有永生之道，我们还归从谁呢？

三 永生就是认识神

约翰福音 17:3

3 认识你—独一的真神，并且认识你所差来的耶稣基督，这就是永生。

诗篇 16:11

11 你必将生命的道路指示我。在你面前有满足的喜乐；在你右手中有永远的福乐。

诗篇 73:24–26

24 你要以你的训言引导我，以后必接我到荣耀里。25 除你以外，在天上我有谁呢？除你以外，在地上我也没有所爱慕的。26 我的肉体和我的心肠衰残；但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。

四 持定永生

提摩太前书 6:12

12 你要为真道打那美好的仗，持定永生。你为此被召，也在许多见证人面前，已经作了那美好的见证。

加拉太书 6:8

8 顺着情欲撒种的，必从情欲收败坏；顺着圣灵撒种的，必从圣灵收永生。

犹大书 1:21

21 保守自己常在神的爱中，仰望我们主耶稣基督的怜悯，直到永生。

五 永永远远与主同在

诗篇 23:6

6 我一生一世必有恩惠慈爱随着我；我且要住在耶和华的殿中，直到永远。

以赛亚书 25:8

8 他已经吞灭死亡直到永远。主耶和华必擦去各人脸上的眼泪，又除掉普天下他百姓的羞辱，因为这是耶和华说的。

但以理书 12:2

2 睡在尘埃中的，必有多人复醒。其中有得永生的，有受羞辱永远被憎恶的。

马太福音 25:46

46 这些人要往永刑里去；那些义人要往永生里去。」

天堂乐园

今日你要同我在乐园里了

关于天堂乐园，圣经的教导包括：从伊甸园到生命树；今日你要同我在乐园里；父家里有许多住处；在你面前有满足的喜乐；要思念天上的事。本页按主题整理了 37 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 从伊甸园到生命树

创世记 2:8–9

8 耶和华神在东方的伊甸立了一个园子，把所造的人安置在那里。9 耶和华神使各样的树从地里长出来，可以悦人的眼目，其上的果子好作食物。园子当中又有生命树和分别善恶的树。

启示录 2:7

7 圣灵向众教会所说的话，凡有耳的，就应当听！得胜的，我必将神乐园中生命树的果子赐给他吃。』」

二 今日你要同我在乐园里

路加福音 23:43

43 耶稣对他说：「我实在告诉你，今日你要同我在乐园里了。」

哥林多后书 12:2–4

2 我认得一个在基督里的人，他前十四年被提到第三层天上去；（或在身内，我不知道；或在身外，我也不知道；只有神知道。）3 我认得这人；（或在身内，或在身外，我都不知道，只有神知道。）4 他被提到乐园里，听见隐秘的言语，是人不可说的。

腓立比书 1:21–23

21 因我活着就是基督，我死了就有益处。22 但我在肉身活着，若成就我工夫的果子，我就不知道该挑选甚么。23 我正在两难之间，情愿离世与基督同在，因为这是好得无比的。

哥林多后书 5:6–8

6 所以，我们时常坦然无惧，并且晓得我们住在身内，便与主相离。7 因我们行事为人是凭着信心，不是凭着眼见。8 我们坦然无惧，是更愿意离开身体与主同住。

三 父家里有许多住处

约翰福音 14:2–3

2 在我父的家里有许多住处；若是没有，我就早已告诉你们了。我去原是为你们预备地方去。3 我若去为你们预备了地方，就必再来接你们到我那里去，我在哪里，叫你们也在那里。

彼得前书 1:3–4

3 愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！他曾照自己的大怜悯，藉耶稣基督从死里复活，重生了我们，叫我们有活泼的盼望，4 可以得着不能朽坏、不能玷污、不能衰残、为你们存留在天上的基业。

希伯来书 12:22–24

22 你们乃是来到锡安山，永生神的城邑，就是天上的耶路撒冷。那里有千万的天使，23 有名录在天上诸长子之会所共聚的总会，有审判众人的神和被成全之义人的灵魂，24 并新约的中保耶稣，以及所洒的血；这血所说的比亚伯的血所说的更美。

四 在你面前有满足的喜乐

诗篇 16:11

11 你必将生命的道路指示我。在你面前有满足的喜乐；在你右手中有永远的福乐。

诗篇 17:15

15 至于我，我必在义中见你的面；我醒了的时候，得见（或译：着）你的形像就心满意足了。

哥林多前书 2:9

9 如经上所记：神为爱他的人所预备的是眼睛未曾看见，耳朵未曾听见，人心也未曾想到的。

启示录 7:15–17

15 所以，他们在神宝座前，昼夜在他殿中事奉他。坐宝座的要用帐幕覆庇他们。16 他们不再饥，不再渴；日头和炎热也必不伤害他们。17 因为宝座中的羔羊必牧养他们，领他们到生命水的泉源；神也必擦去他们一切的眼泪。」

启示录 22:1–5

1 天使又指示我在城内街道当中一道生命水的河，明亮如水晶，从神和羔羊的宝座流出来。2 在河这边与那边有生命树，结十二样（或译：回）果子，每月都结果子；树上的叶子乃为医治万民。3 以后再没有咒诅；在城里有神和羔羊的宝座；他的仆人都要事奉他，4 也要见他的面。他的名字必写在他们的额上。5 不再有黑夜；他们也不用灯光、日光，因为主神要光照他们。他们要作王，直到永永远远。

五 要思念天上的事

马太福音 6:19–21

19 「不要为自己积攒财宝在地上；地上有虫子咬，能锈坏，也有贼挖窟窿来偷。20 只要积攒财宝在天上；天上没有虫子咬，不能锈坏，也没有贼挖窟窿来偷。21 因为你的财宝在哪里，你的心也在那里。」

歌罗西书 3:1–2

1 所以，你们若真与基督一同复活，就当求在上面的事；那里有基督坐在神的右边。2 你们要思念上面的事，不要思念地上的事。

腓立比书 3:20

20 我们却是天上的国民，并且等候救主，就是主耶稣基督从天上降临。

信靠神

专心仰赖耶和华

关于信靠神，圣经的教导包括：专心仰赖耶和华；耶和华是我们的牧者和避难所；神的信实永不改变；安静等候，仰望神；不要小信；神赐力量给疲乏的人。本页按主题整理了 74 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 专心仰赖耶和华

箴言 3:5–6

5 你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，6 在你一切所行的事上都要认定他，他必指引你的路。

箴言 19:21

21 人心多有计谋；惟有耶和华的筹算才能立定。

箴言 20:24

24 人的脚步为耶和华所定；人岂能明白自己的路呢？

箴言 16:4，7，9，33

4 耶和华所造的，各适其用；就是恶人也为祸患的日子所造。7 人所行的，若蒙耶和华喜悦，耶和华也使他的仇敌与他和好。9 人心筹算自己的道路；惟耶和华指引他的脚步。33 签放在怀里，定事由耶和华。

耶利米书 32:17，26–27

17 「主耶和华啊，你曾用大能和伸出来的膀臂创造天地，在你没有难成的事。26 耶和华的话临到耶利米说：27 「我是耶和华，是凡有血气者的神，岂有我难成的事吗？

历代志上 29:10–13

10 所以，大卫在会众面前称颂耶和华说：「耶和华—我们的父，以色列的神是应当称颂，直到永永远远的！11 耶和华啊，尊大、能力、荣耀、强胜、威严都是你的；凡天上地下的都是你的；国度也是你的，并且你为至高，为万有之首。12 丰富尊荣都从你而来，你也治理万物。在你手里有大能大力，使人尊大强盛都出于你。13 我们的神啊，现在我们称谢你，赞美你荣耀之名！

历代志上 29:11–12

11 耶和华啊，尊大、能力、荣耀、强胜、威严都是你的；凡天上地下的都是你的；国度也是你的，并且你为至高，为万有之首。12 丰富尊荣都从你而来，你也治理万物。在你手里有大能大力，使人尊大强盛都出于你。

二 耶和华是我们的牧者和避难所

诗篇 23 参阅全篇

诗篇 27 参阅全篇

诗篇 27:8

8 你说：你们当寻求我的面。那时我心向你说：耶和华啊，你的面我正要寻求。

诗篇 27:13–14

13 我若不信在活人之地得见耶和华的恩惠，就早已丧胆了。14 要等候耶和华！当壮胆，坚固你的心！我再说，要等候耶和华！

诗篇 91:1–2

[1] 住在至高者隐密处的，必住在全能者的荫下。[2] 我要论到耶和华说：他是我的避难所，是我的山寨，是我的神，是我所倚靠的。

诗篇 46 参阅全篇

诗篇 50:15

[15] 并要在患难之日求告我；我必搭救你，你也要荣耀我。

诗篇 57:1

[1] （大卫逃避扫罗，藏在洞里。那时，他作这金诗，交与伶长。调用休要毁坏。）神啊，求你怜悯我，怜悯我！因为我的心投靠你。我要投靠在你翅膀的荫下，等到灾害过去。

那鸿书 1:7

[7] 耶和华本为善，在患难的日子为人的保障，并且认得那些投靠他的人。

诗篇 9:9

[9] 耶和华又要给受欺压的人作高台，在患难的时候作高台。

诗篇 28:7–8

[7] 耶和华是我的力量，是我的盾牌；我心里倚靠他就得帮助。所以我心中欢乐，我必用诗歌颂赞他。[8] 耶和华是他百姓的力量，又是他受膏者得救的保障。

诗篇 33:18–22

[18] 耶和华的眼目看顾敬畏他的人和仰望他慈爱的人，[19] 要救他们的命脱离死亡，并使他们在饥荒中存活。[20] 我们的心向来等候耶和华；他是我们的帮助，我们的盾牌。[21] 我们的心必靠他欢喜，因为我们向来倚靠他的圣名。[22] 耶和华啊，求你照着我们所仰望你的，向我们施行慈爱！

诗篇 36:5–9

[5] 耶和华啊，你的慈爱上及诸天；你的信实达到穹苍。[6] 你的公义好像高山；你的判断如同深渊。耶和华啊，人民、牲畜，你都救护。[7] 神啊，你的慈爱何其宝贵！世人投靠在你翅膀的荫下。[8] 他们必因你殿里的肥甘得以饱足；你也必叫他们喝你乐河的水。[9] 因为，在你那里有生命的源头；在你的光中，我们必得见光。

三 神的信实永不改变

耶利米哀歌 3:22–24

[22] 我们不致消灭，是出于耶和华诸般的慈爱；是因他的怜悯不致断绝。[23] 每早晨，这都是新的；你的诚实极其广大！[24] 我心里说：耶和华是我的分，因此，我要仰望他。

耶利米哀歌 3:32

[32] 主虽使人忧愁，还要照他诸般的慈爱发怜悯。

以赛亚书 49:14–16

[14] 锡安说：耶和华离弃了我；主忘记了我。[15] 妇人焉能忘记她吃奶的婴孩，不怜恤她所生的儿子？即或有忘记的，我却不忘记你。[16] 看哪，我将你铭刻在我掌上；你的墙垣常在我眼前。

以赛亚书 43:1–3

[1] 雅各啊，创造你的耶和华，以色列啊，造成你的那位，现在如此说：你不要害怕！因为我救赎了你。我曾提你的名召你，你是属我的。[2] 你从水中经过，我必与你同在；你蹚过江河，水必不漫过你；你从火中行过，必不被烧，火焰也不着在你身上。[3] 因为我是耶和华—你的神，是以色列的圣者—你的救主；我已经使埃及作你的赎价，使古实和西巴代替你。

以赛亚书 41:10

10 你不要害怕，因为我与你同在；不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你；我必用我公义的右手扶持你。

以赛亚书 26:3–4

3 坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。4 你们当倚靠耶和华直到永远，因为耶和华是永久的磐石。

四 安静等候，仰望神

诗篇 37:1–7 参阅全段

诗篇 37:3

3 你当倚靠耶和华而行善，住在地上，以他的信实为粮；

诗篇 37:4

4 又要以耶和华为乐，他就将你心里所求的赐给你。

诗篇 37:5–6

5 当将你的事交托耶和华，并倚靠他，他就必成全。6 他要使你的公义如光发出，使你的公平明如正午。

诗篇 37:7

7 你当默然倚靠耶和华，耐性等候他；不要因那道路通达的和那恶谋成就的心怀不平。

诗篇 42 参阅全篇

诗篇 42:5

5 我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因他笑脸帮助我；我还要称赞他。

诗篇 73:23–24

23 然而，我常与你同在；你搀着我的右手。24 你要以你的训言引导我，以后必接我到荣耀里。

诗篇 73:28

28 但我亲近神是与我有益；我以主耶和华为我的避难所，好叫我述说你一切的作为。

诗篇 139:1–11 参阅全段

诗篇 139:1–3

1 （大卫的诗，交与伶长。）耶和华啊，你已经鉴察我，认识我。2 我坐下，我起来，你都晓得；你从远处知道我的意念。3 我行路，我躺卧，你都细察；你也深知我一切所行的。

五 不要小信

马太福音 8:23–27 参阅全段

马太福音 14:22–31 参阅全段

马太福音 14:31

31 耶稣赶紧伸手拉住他，说：「你这小信的人哪，为甚么疑惑呢？」

马太福音 6:25–34 参阅全段

诗篇 121 参阅全篇

以赛亚书 31:1

1 祸哉！那些下埃及求帮助的，是因仗赖马匹，倚靠甚多的车辆，并倚靠强壮的马兵，却不仰望以色列的圣者，也不求问耶和华。

希伯来书 11:6

6 人非有信，就不能得神的喜悦；因为到神面前来的人必须信有神，且信他赏赐那寻求他的人。

罗马书 4:20–21

20 并且仰望神的应许，总没有因不信心里起疑惑，反倒因信心里得坚固，将荣耀归给神，21 且满心相信神所应许的必能做成。

六 神赐力量给疲乏的人

以赛亚书 40 参阅全章

以赛亚书 40:11

11 他必像牧人牧养自己的羊群，用膀臂聚集羊羔抱在怀中，慢慢引导那乳养小羊的。

以赛亚书 40:28–31

28 你岂不曾知道吗？你岂不曾听见吗？永在的神耶和华，创造地极的主，并不疲乏，也不困倦；他的智慧无法测度。29 疲乏的，他赐能力；软弱的，他加力量。30 就是少年人也要疲乏困倦；强壮的也必全然跌倒。31 但那等候耶和华的必重新得力。他们必如鹰展翅上腾；他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。

约书亚记 1:1–9 参阅全段

约书亚记 1:9

9 我岂没有吩咐你吗？你当刚强壮胆！不要惧怕，也不要惊惶；因为你无论往哪里去，耶和华—你的神必与你同在。」

神的护理

万事都在天父手中

关于神的护理，圣经的教导包括：神掌管万有；神看顾供养；神是窑匠，我们是泥；神信实地成就应许；神使万事互相效力。本页按主题整理了 65 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神掌管万有

以弗所书 1:11

11 我们也在他里面得（得：或译成）了基业；这原是那位随己意行、做万事的，照着他旨意所预定的，

诗篇 103:19

19 耶和华在天上立定宝座；他的权柄（原文是国）统管万有。

使徒行传 17:28

28 我们生活、动作、存留，都在乎他。就如你们作诗的，有人说：『我们也是他所生的。』

罗马书 11:36

36 因为万有都是本于他，倚靠他，归于他。愿荣耀归给他，直到永远。阿们！

箴言 21:1

1 王的心在耶和华手中，好像陇沟的水随意流转。

以赛亚书 46:10–13

10 我从起初指明末后的事，从古时言明未成的事，说：我的筹算必立定；凡我所喜悦的，我必成就。11 我召鸷鸟从东方来，召那成就我筹算的人从远方来。我已说出，也必成就；我已谋定，也必做成。12 你们这些心中顽梗、远离公义的，当听我言。13 我使我的公义临近，必不远离。我的救恩必不迟延；我要为以色列—我的荣耀，在锡安施行救恩。

耶利米哀歌 3:37–42

37 除非主命定，谁能说成就成呢？38 祸福不都出于至高者的口吗？39 活人因自己的罪受罚，为何发怨言呢？40 我们当深深考察自己的行为，再归向耶和华。41 我们当诚心向天上的神举手祷告。42 我们犯罪背逆，你并不赦免。

耶利米哀歌 3:31–33

31 因为主必不永远丢弃人。32 主虽使人忧愁，还要照他诸般的慈爱发怜悯。33 因他并不甘心使人受苦，使人忧愁。

耶利米书 1:4–5

4 耶利米说，耶和华的话临到我说：5 我未将你造在腹中，我已晓得你；你未出母胎，我已分别你为圣；我已派你作列国的先知。

但以理书 4:34–35

34 日子满足，我—尼布甲尼撒举目望天，我的聪明复归于我，我便称颂至高者，赞美尊敬活到永远的神。他的权柄是永有的；他的国存到万代。35 世上所有的居民都算为虚无；在天上的万军和世上的居民中，他都凭自己的意旨行事。无人能拦住他手，或问他说，你做甚么呢？

诗篇 115:3

3 然而，我们的神在天上，都随自己的意旨行事。

二 神看顾供养

马太福音 6:25–34 参阅全段

马太福音 6:26

26 你们看那天上的飞鸟，也不种，也不收，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重得多吗？

马太福音 6:30

30 你们这小信的人哪！野地里的草今天还在，明天就丢在炉里，神还给它这样的妆饰，何况你们呢！

诗篇 104；诗篇 145；诗篇 147 参阅全篇

列王纪上 17:1–6 参阅全段

列王纪上 17:4–5

4 你要喝那溪里的水，我已吩咐乌鸦在那里供养你。」5 于是以利亚照着耶和华的话，去住在约旦河东的基立溪旁。

出埃及记 16 参阅全章

撒迦利亚书 10:1

1 当春雨的时候，你们要向发闪电的耶和华求雨。他必为众人降下甘霖，使田园生长菜蔬。

马太福音 10:29–31

29 两个麻雀不是卖一分银子吗？若是你们的父不许，一个也不能掉在地上；30 就是你们的头发也都被数过了。31 所以，不要惧怕，你们比许多麻雀还贵重！」

三 神是窑匠，我们是泥

耶利米书 18:1–10 参阅全段

耶利米书 18:5–6

5 耶和华的话就临到我说：6 耶和华说：「以色列家啊，我待你们，岂不能照这窑匠弄泥吗？以色列家啊，泥在窑匠的手中怎样，你们在我的手中也怎样。

以赛亚书 45:9–13 参阅全段

以赛亚书 45:9–11

9 祸哉，那与造他的主争论的！他不过是地上瓦片中的一块瓦片。泥土岂可对持弄它的说：你做甚么呢？所做的物岂可说：你没有手呢？10 祸哉，那对父亲说：你生的是甚么呢？或对母亲（原文是妇人）说：你产的是甚么呢？11 耶和华—以色列的圣者，就是造就以色列的如此说：将来的事，你们可以问我；至于我的众子，并我手的工作，你们可以求我命定（原文是吩咐我）。

以赛亚书 45:12–13

12 我造地，又造人在地上。我亲手铺张诸天；天上万象也是我所命定的。13 我凭公义兴起古列（原文是他），又要修直他一切道路。他必建造我的城，释放我被掳的民；不是为工价，也不是为赏赐。这是万军之耶和华说的。

以斯拉记 7:1–10 参阅全段

以斯拉记 7:6

6 这以斯拉从巴比伦上来，他是敏捷的文士，通达耶和华—以色列神所赐摩西的律法书。王允准他一切所

求的，是因耶和华—他神的手帮助他。

以斯拉记 7:10

10 以斯拉定志考究遵行耶和华的律法，又将律例典章教训以色列人。

四 神信实地成就应许

路得记 参阅全书

路得记 2:12

12 愿耶和华照你所行的赏赐你。你来投靠耶和华—以色列神的翅膀下，愿你满得他的赏赐。」

路得记 2:20

20 拿俄米对儿妇说：「愿那人蒙耶和华赐福，因为他不断地恩待活人死人。」拿俄米又说：「那是我们本族的人，是一个至近的亲属。」

约书亚记 23:14

14 「我现在要走世人必走的路。你们是一心一意地知道，耶和华—你们神所应许赐福与你们的话没有一句落空，都应验在你们身上了。

约书亚记 23:15–16

15 耶和华—你们神所应许的一切福气怎样临到你们身上，耶和华也必照样使各样祸患临到你们身上，直到把你们从耶和华—你们神所赐的这美地上除灭。16 你们若违背耶和华—你们神吩咐你们所守的约，去事奉别神，叩拜他，耶和华的怒气必向你们发作，使你们在他所赐的美地上速速灭亡。」

申命记 31:7–8

7 摩西召了约书亚来，在以色列众人眼前对他说：「你当刚强壮胆！因为，你要和这百姓一同进入耶和华向他们列祖起誓应许所赐之地；你也要使他们承受那地为业。8 耶和华必在你前面行；他必与你同在，必不撇下你，也不丢弃你。不要惧怕，也不要惊惶。」

诗篇 23 参阅全篇

箴言 16:7

7 人所行的，若蒙耶和华喜悦，耶和华也使他的仇敌与他和好。

士师记 7:1–25 参阅全段

士师记 7:2–3

2 耶和华对基甸说：「跟随你的人过多，我不能将米甸人交在他们手中，免得以色列人向我夸大，说：『是我们自己的手救了我们。』3 现在你要向这些人宣告说：『凡惧怕胆怯的，可以离开基列山回去。』」于是有二万二千人回去，只剩下一万。

五 神使万事互相效力

创世记 45:1–14 参阅全段

创世记 45:4–8

4 约瑟又对他弟兄们说：「请你们近前来。」他们就近前来。他说：「我是你们的兄弟约瑟，就是你们所卖到埃及的。5 现在，不要因为把我卖到这里自忧自恨。这是神差我在你们以先来，为要保全生命。6 现在这地的饥荒已经二年了，还有五年不能耕种，不能收成。7 神差我在你们以先来，为要给你们存留余种在世上，又要大施拯救，保全你们的生命。8 这样看来，差我到这里来的不是你们，乃是神。他又使我如法老的父，作他全家的主，并埃及全地的宰相。

创世记 50:15–21 参阅全段

创世记 50:19–21

19 约瑟对他们说：「不要害怕，我岂能代替神呢？ 20 从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。 21 现在你们不要害怕，我必养活你们和你们的妇人孩子。」于是约瑟用亲爱的话安慰他们。

约拿书 1:4

4 然而耶和华使海中起大风，海就狂风大作，甚至船几乎破坏。

约拿书 1:17

17 耶和华安排一条大鱼吞了约拿，他在鱼腹中三日三夜。

约拿书 2:10

10 耶和华吩咐鱼，鱼就把约拿吐在旱地上。

约拿书 4:6–8

6 耶和华神安排一棵蓖麻，使其发生高过约拿，影儿遮盖他的头，救他脱离苦楚；约拿因这棵蓖麻大大喜乐。 7 次日黎明，神却安排一条虫子咬这蓖麻，以致枯槁。 8 日头出来的时候，神安排炎热的东风，日头曝晒约拿的头，使他发昏，他就为自己求死，说：「我死了比活着还好！」

约伯记 1:21

21 说：「我赤身出于母胎，也必赤身归回；赏赐的是耶和华，收取的也是耶和华。耶和华的名是应当称颂的。」

祷告、等候主

坦然无惧地来到施恩的宝座前

关于祷告、等候主，圣经的教导包括：主教我们祷告；坦然来到施恩座前；把忧虑交托给神；凭信心恳切祷告；求赦免的祷告；神垂听祷告；安静等候主。本页按主题整理了 62 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 主教我们祷告

马太福音 6:9–13 参阅全段

马太福音 6:9

9 所以，你们祷告要这样说：我们在天上的父：愿人都尊你的名为圣。

马太福音 6:11

11 我们日用的饮食，今日赐给我们。

马太福音 6:12

12 免我们的债，如同我们免了人的债。

二 坦然来到施恩座前

希伯来书 4:14–16

14 我们既然有一位已经升入高天尊荣的大祭司，就是神的儿子耶稣，便当持定所承认的道。15 因我们的大祭司并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样，只是他没有犯罪。16 所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。

希伯来书 2:18

18 他自己既然被试探而受苦，就能搭救被试探的人。

希伯来书 3:1

1 同蒙天召的圣洁弟兄啊，你们应当思想我们所认为使者、为大祭司的耶稣。

诗篇 34:15–18

15 耶和华的眼目看顾义人；他的耳朵听他们的呼求。16 耶和华向行恶的人变脸，要从世上除灭他们的名号。17 义人呼求，耶和华听见了，便救他们脱离一切患难。18 耶和华靠近伤心的人，拯救灵性痛悔的人。

以赛亚书 55:6

6 当趁耶和华可寻找的时候寻找他，相近的时候求告他。

诗篇 105:1–4

1 你们要称谢耶和华，求告他的名，在万民中传扬他的作为！2 要向他唱诗歌颂，谈论他一切奇妙的作为！3 要以他的圣名夸耀！寻求耶和华的人，心中应当欢喜！4 要寻求耶和华与他的能力，时常寻求他的面。

罗马书 8:26–27

26 况且，我们的软弱有圣灵帮助；我们本不晓得当怎样祷告，只是圣灵亲自用说不出来的叹息替我们祷告。27 鉴察人心的，晓得圣灵的意思，因为圣灵照着神的旨意替圣徒祈求。

三 把忧虑交托给神

彼得前书 5:6–7

6 所以，你们要自卑，服在神大能的手下，到了时候，他必叫你们升高。7 你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。

腓立比书 4:6–7

6 应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求，和感谢，将你们所要的告诉神。7 神所赐、出人意外的平安必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。

帖撒罗尼迦前书 5:17–18

17 不住地祷告，18 凡事谢恩；因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。

箴言 3:5–6

5 你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，6 在你一切所行的事上都要认定他，他必指引你的路。

诗篇 50:15

15 并要在患难之日求告我；我必搭救你，你也要荣耀我。

诗篇 62:8

8 你们众民当时时倚靠他，在他面前倾心吐意；神是我们的避难所。（细拉）

四 凭信心恳切祷告

雅各书 1:6

6 只要凭着信心求，一点不疑惑；因为那疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾。

雅各书 5:14–16

14 你们中间有病了的呢，他就该请教会的长老来；他们可以奉主的名用油抹他，为他祷告。15 出于信心的祈祷要救那病人，主必叫他起来；他若犯了罪，也必蒙赦免。16 所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。

雅各书 5:16

16 所以你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。

雅各书 5:17–18

17 以利亚与我们是一样性情的人，他恳切祷告，求不要下雨，雨就三年零六个月不下在地上。18 他又祷告，天就降下雨来，地也生出土产。

尼希米记 4:9

9 然而，我们祷告我们的神，又因他们的缘故，就派人看守，昼夜防备。

马太福音 7:7–11 参阅全段

马太福音 7:7–8，11

7 「你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。8 因为凡祈求的，就得着；寻找的，就寻见；叩门的，就给他开门。11 你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况你们在天上的父，岂不更把好东西给求他的人吗？

约翰一书 5:14–15

14 我们若照他的旨意求甚么，他就听我们，这是我们向他所存坦然无惧的心。15 既然知道他听我们一切所求的，就知道我们所求于他的，无不得着。

路加福音 18:1–8 参阅全段

路加福音 18:1

[1]耶稣设一个比喻，是要人常常祷告，不可灰心。

五 求赦免的祷告

诗篇 32；诗篇 51 参阅全篇

耶利米书 29:12–13

[12]你们要呼求我，祷告我，我就应允你们。[13]你们寻求我，若专心寻求我，就必寻见。

马太福音 11:28–30

[28]凡劳苦担重担的人可以到我这里来，我就使你们得安息。[29]我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。[30]因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。」

罗马书 10:13

[13]因为「凡求告主名的就必得救」。

约翰一书 1:7–9

[7]我们若在光明中行，如同神在光明中，就彼此相交，他儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。[8]我们若说自己无罪，便是自欺，真理不在我们心里了。[9]我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。

六 神垂听祷告

诗篇 66:13–20 参阅全段

诗篇 66:17–20

[17]我曾用口求告他；我的舌头也称他为高。[18]我若心里注重罪孽，主必不听。[19]但神实在听见了；他侧耳听了我祷告的声音。[20]神是应当称颂的！他并没有推却我的祷告，也没有叫他的慈爱离开我。

使徒行传 12:1–17 参阅全段

使徒行传 12:5

[5]于是彼得被囚在监里；教会却为他切切地祷告神。

使徒行传 12:12

[12]想了一想，就往那称呼马可的约翰、他母亲马利亚家去，在那里有好些人聚集祷告。

七 安静等候主

诗篇 27:14

[14]要等候耶和华！当壮胆，坚固你的心！我再说，要等候耶和华！

诗篇 130:5–6

[5]我等候耶和华，我的心等候；我也仰望他的话。[6]我的心等候主，胜于守夜的，等候天亮，胜于守夜的，等候天亮。

以赛亚书 40:31

[31]但那等候耶和华的必重新得力。他们必如鹰展翅上腾；他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。

平安、安息

我将我的平安赐给你们

关于平安、安息，圣经的教导包括：与神相和的平安；主所赐的平安；圣灵所结的果子；义人与恶人的结局。本页按主题整理了 30 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 与神相和的平安

罗马书 5:1

1 我们既因信称义，就藉着我们的主耶稣基督得与神相和。

以赛亚书 53:5

5 哪知他为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。

路加福音 7:36–50 参阅全段

路加福音 7:48

48 于是对那女人说：「你的罪赦免了。」

路加福音 7:50

50 耶稣对那女人说：「你的信救了你；平平安安回去吧！」

马太福音 11:28–30

28 凡劳苦担重担的人可以到我这里来，我就使你们得安息。29 我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。30 因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。」

二 主所赐的平安

约翰福音 14:27

27 我留下平安给你们；我将我的平安赐给你们。我所赐的，不像世人所赐的。你们心里不要忧愁，也不要胆怯。

腓立比书 4:6–7

6 应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求，和感谢，将你们所要的告诉神。7 神所赐、出人意外的平安必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。

以赛亚书 26:3–4

3 坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。4 你们当倚靠耶和华直到永远，因为耶和华是永久的磐石。

以赛亚书 9:6

6 因有一婴孩为我们而生；有一子赐给我们。政权必担在他的肩头上；他名称为「奇妙策士、全能的神、永在的父、和平的君」。

诗篇 4:8

8 我必安然躺下睡觉，因为独有你—耶和华使我安然居住。

约翰福音 16:33

33 我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上，你们有苦难；但你们可以放心，我已经胜了世界。」

歌罗西书 3:15

15 又要叫基督的平安在你们心里作主；你们也为此蒙召，归为一体；且要存感谢的心。

诗篇 29:11

11 耶和华必赐力量给他的百姓；耶和华必赐平安的福给他的百姓。

民数记 6:24–26

24 『愿耶和华赐福给你，保护你。25 愿耶和华使他的脸光照你，赐恩给你。26 愿耶和华向你仰脸，赐你平安。』

三 圣灵所结的果子

罗马书 8:6

6 体贴肉体的，就是死；体贴圣灵的，乃是生命、平安。

加拉太书 5:22–23

22 圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、23 温柔、节制。这样的事没有律法禁止。

四 义人与恶人的结局

诗篇 85:8

8 我要听神—耶和华所说的话；因为他必应许将平安赐给他的百姓—他的圣民；他们却不可再转去妄行。

以赛亚书 57:2

2 他们得享（原文是进入）平安。素行正直的，各人在坟里（原文是床上）安歇。

以赛亚书 57:14–21 参阅全段

以赛亚书 57:19–20

19 我造就嘴唇的果子；愿平安康泰归与远处的人，也归与近处的人；并且我要医治他。这是耶和华说的。20 惟独恶人，好像翻腾的海，不得平静；其中的水常涌出污秽和淤泥来。

以赛亚书 57:21

21 我的神说：恶人必不得平安！

耶利米书 8:11–12

11 他们轻轻忽忽地医治我百姓的损伤，说：平安了！平安了！其实没有平安。12 他们行可憎的事知道惭愧吗？不然，他们毫不惭愧，也不知羞耻。因此他们必在仆倒的人中仆倒；我向他们讨罪的时候，他们必致跌倒。这是耶和华说的。

盼望

盼望是灵魂的锚

关于盼望，圣经的教导包括：神的信实与恩典；又坚固又牢靠的盼望；应当仰望神。本页按主题整理了 25 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神的信实与恩典

哥林多前书 10:13

13 你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

哥林多后书 9:8

8 神能将各样的恩惠多多地加给你们，使你们凡事常常充足，能多行各样善事。

以弗所书 3:20

20 神能照着运行在我们心里的大力充充足足地成就一切，超过我们所求所想的。

耶利米哀歌 3:32

32 主虽使人忧愁，还要照他诸般的慈爱发怜悯。

耶利米哀歌 3:21–24

21 我想起这事，心里就有指望。22 我们不致消灭，是出于耶和华诸般的慈爱；是因他的怜悯不致断绝。23 每早晨，这都是新的；你的诚实极其广大！24 我心里说：耶和华是我的分，因此，我要仰望他。

二 又坚固又牢靠的盼望

希伯来书 6:19–20

19 我们有这指望，如同灵魂的锚，又坚固又牢靠，且通入幔内。20 作先锋的耶稣，既照着麦基洗德的等次成了永远的大祭司，就为我们进入幔内。

彼得前书 1:3

3 愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！他曾照自己的大怜悯，藉耶稣基督从死里复活，重生了我们，叫我们有活泼的盼望，

帖撒罗尼迦前书 1:3

3 在神—我们的父面前，不住地记念你们因信心所做的工夫，因爱心所受的劳苦，因盼望我们主耶稣基督所存的忍耐。

罗马书 5:3–5

3 不但如此，就是在患难中也是欢欢喜喜的；因为知道患难生忍耐，4 忍耐生老练，老练生盼望；5 盼望不至于羞耻，因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。

罗马书 8:24–25

24 我们得救是在乎盼望；只是所见的盼望不是盼望，谁还盼望他所见的呢（有古卷：人所看见的何必再盼望呢）？25 但我们若盼望那所不见的，就必忍耐等候。

罗马书 15:13

13 但愿使人有盼望的神，因信将诸般的喜乐、平安充满你们的心，使你们藉着圣灵的能力大有盼望！

提多书 2:13

13 等候所盼望的福，并等候至大的神和我们（或译：神—我们）救主耶稣基督的荣耀显现。

三 应当仰望神

诗篇 42 参阅全篇

诗篇 42:5

5 我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因他笑脸帮助我；我还要称赞他。

诗篇 146:3–10 参阅全段

诗篇 146:5–6

5 以雅各的神为帮助、仰望耶和华—他神的，这人便为有福！6 耶和华造天、地、海，和其中的万物；他守诚实，直到永远。

诗篇 130:5–7

5 我等候耶和华，我的心等候；我也仰望他的话。6 我的心等候主，胜于守夜的，等候天亮，胜于守夜的，等候天亮。7 以色列啊，你当仰望耶和华！因他有慈爱，有丰盛的救恩。

三位一体

独一的神：圣父、圣子、圣灵

关于三位一体，圣经的教导包括：神是独一的；父是神，子是神，圣灵是神；父、子、圣灵一同显明；三位同工，成就救恩；旧约中的启示；旧约同时显现两位耶和华。本页按主题整理了 47 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神是独一的

申命记 6:4

4 「以色列啊，你要听！耶和华—我们神是独一的主。

以赛亚书 45:5–6

5 我是耶和华，在我以外并没有别神；除了我以外再没有神。你虽不认识我，我必给你束腰。6 从日出之地到日落之处使人都知道除了我以外，没有别神。我是耶和华；在我以外并没有别神。

哥林多前书 8:4，6

4 论到吃祭偶像之物，我们知道偶像在世上算不得甚么，也知道神只有一位，再没有别的神。6 然而我们只有一位神，就是父—万物都本于他；我们也归于他—并有一位主，就是耶稣基督—万物都是藉着他有的；我们也是藉着他有的。

提摩太前书 2:5

5 因为只有一位神，在神和人中间，只有一位中保，乃是降世为人的基督耶稣；

二 父是神，子是神，圣灵是神

约翰福音 6:27

27 不要为那必坏的食物劳力，要为那存到永生的食物劳力，就是人子要赐给你们的，因为人子是父神所印证的。」

约翰福音 1:1，14

1 太初有道，道与神同在，道就是神。14 道成了肉身，住在我们中间，充充满满地有恩典有真理。我们也见过他的荣光，正是父独生子的荣光。

希伯来书 1:8

8 论到子却说：神啊，你的宝座是永永远远的；你的国权是正直的。

使徒行传 5:3–4

3 彼得说：「亚拿尼亚！为甚么撒但充满了你的心，叫你欺哄圣灵，把田地的价银私自留下几分呢？4 田地还没有卖，不是你自己的吗？既卖了，价银不是你作主吗？你怎么心里起这意念呢？你不是欺哄人，是欺哄神了。」

三 父、子、圣灵一同显明

马太福音 3:16–17

16 耶稣受了洗，随即从水里上来。天忽然为他开了，他就看见神的灵彷佛鸽子降下，落在他身上。17 从天上有声音说：「这是我的爱子，我所喜悦的。」

马太福音 28:19

19 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（或译：给他们施洗，归于父、子、圣灵的名）。

哥林多后书 13:14

14 愿主耶稣基督的恩惠、神的慈爱、圣灵的感动常与你们众人同在！

彼得前书 1:2

2 就是照父神的先见被拣选，藉着圣灵得成圣洁，以致顺服耶稣基督，又蒙他血所洒的人。愿恩惠、平安多多地加给你们。

四 三位同工，成就救恩

加拉太书 4:4–6

4 及至时候满足，神就差遣他的儿子，为女子所生，且生在律法以下，5 要把律法以下的人赎出来，叫我们得着儿子的名分。6 你们既为儿子，神就差他儿子的灵进入你们（原文是我们）的心，呼叫：「阿爸！父！」

以弗所书 1:3–4，7，13

3 愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！他在基督里曾赐给我们天上各样属灵的福气：4 就如神从创立世界以前，在基督里拣选了我们，使我们在他面前成为圣洁，无有瑕疵；7 我们藉这爱子的血得蒙救赎，过犯得以赦免，乃是照他丰富的恩典。13 你们既听见真理的道，就是那叫你们得救的福音，也信了基督，既然信他，就受了所应许的圣灵为印记。

提多书 3:4–6

4 但到了神—我们救主的恩慈和他向人所施的慈爱显明的时候，5 他便救了我们；并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。6 圣灵就是神藉着耶稣基督—我们救主厚厚浇灌在我们身上的，

约翰福音 14:16–17

16 我要求父，父就另外赐给你们一位保惠师（或译：训慰师；下同），叫他永远与你们同在，17 就是真理的圣灵，乃世人不能接受的；因为不见他，也不认识他。你们却认识他，因他常与你们同在，也要在你们里面。

五 旧约中的启示

创世记 1:1–2，26

1 起初，神创造天地。2 地是空虚混沌，渊面黑暗；神的灵运行在水面上。26 神说：「我们要照着我们的形像、按着我们的样式造人，使他们管理海里的鱼、空中的鸟、地上的牲畜，和全地，并地上所爬的一切昆虫。」

以赛亚书 48:16

16 你们要就近我来听这话：我从起头并未曾在隐密处说话；自从有这事，我就在那里。现在，主耶和华差遣我和他的灵来（或译：耶和华和他的灵差遣我来）。

六 旧约同时显现两位耶和华

> 一位是耶和华圣父，另外一位是耶和华圣子。

创世记 19:24

24 当时，**耶和华**将硫磺与火从天上**耶和华**那里降与所多玛和蛾摩拉，

何西阿书 1:7

7 **我**却要怜悯犹大家，使他们靠**耶和华**—他们的神得救，不使他们靠弓、刀、争战、马匹，与马兵得救。」

撒迦利亚书 2:10–11

10 锡安城啊，应当欢乐歌唱，因为**我**来要住在你中间。这是**耶和华**说的。11 那时，必有许多国归附耶和华，作他（原文是我）的子民。他（原文是我）要住在你中间，你就知道**万军之耶和华**差遣**我**到你那里去了。

诗篇 45:6–7

6 **神**啊，你的宝座是永永远远的；你的国权是正直的。7 你喜爱公义，恨恶罪恶；所以**神**—就是**你的神**—用喜乐油膏你，胜过膏你的同伴。

希伯来书 1:8–9

8 论到**子**却说：**神**啊，你的宝座是永永远远的；你的国权是正直的。9 你喜爱公义，恨恶罪恶；所以**神**，就是**你的神**，用喜乐油膏你，胜过膏你的同伴；

诗篇 110:1

1 （大卫的诗。）**耶和华**对**我主**说：你坐在我的右边，等我使你仇敌作你的脚凳。

马太福音 22:41–45

41 法利赛人聚集的时候，耶稣问他们说：42 「论到基督，你们的意见如何？他是谁的子孙呢？」他们回答说：「是大卫的子孙。」43 耶稣说：「这样，大卫被圣灵感动，怎么还称他为主，说：44 **主**对**我主**说：你坐在我的右边，等我把你仇敌放在你的脚下。45 大卫既称他为主，他怎么又是大卫的子孙呢？」

耶稣是上帝

道就是神，道成了肉身

关于耶稣是上帝，圣经的教导包括：圣经直接称他为神；主耶稣自己的宣告；他有神的本性与作为；他配受敬拜；先知早已预言。本页按主题整理了 39 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 圣经直接称他为神

约翰福音 1:1–3，14

1 太初有道，道与神同在，道就是神。2 这道太初与神同在。3 万物是藉着他造的；凡被造的，没有一样不是藉着他造的。14 道成了肉身，住在我们中间，充充满满地有恩典有真理。我们也见过他的荣光，正是父独生子的荣光。

约翰福音 20:28

28 多马说：「我的主！我的神！」

罗马书 9:5

5 列祖就是他们的祖宗；按肉体说，基督也是从他们出来的。他是在万有之上，永远可称颂的神。阿们！

提多书 2:13

13 等候所盼望的福，并等候至大的神和我们（或译：神—我们）救主耶稣基督的荣耀显现。

希伯来书 1:8

8 论到子却说：神啊，你的宝座是永永远远的；你的国权是正直的。

约翰一书 5:20

20 我们也知道，神的儿子已经来到，且将智慧赐给我们，使我们认识那位真实的，我们也在那位真实的里面，就是在他儿子耶稣基督里面。这是真神，也是永生。

二 主耶稣自己的宣告

约翰福音 8:58

58 耶稣说：「我实实在在地告诉你们，还没有亚伯拉罕就有了我。」

约翰福音 10:30–33

30 我与父原为一。」31 犹太人又拿起石头来要打他。32 耶稣对他们说：「我从父显出许多善事给你们看，你们是为哪一件拿石头打我呢？」33 犹太人回答说：「我们不是为善事拿石头打你，是为你说僭妄的话；又为你是个人，反将自己当作神。」

约翰福音 14:9

9 耶稣对他说：「腓力，我与你们同在这样长久，你还不认识我吗？人看见了我，就是看见了父；你怎么说『将父显给我们看』呢？

马可福音 14:61–62

61 耶稣却不言语，一句也不回答。大祭司又问他说：「你是那当称颂者的儿子基督不是？」62 耶稣说：「我是。你们必看见人子坐在那权能者的右边，驾着天上的云降临。」

三 他有神的本性与作为

歌罗西书 1:15–17

15 爱子是那不能看见之神的像，是首生的，在一切被造的以先。16 因为万有都是靠他造的，无论是天上的，地上的；能看见的，不能看见的；或是有位的，主治的，执政的，掌权的；一概都是藉着他造的，又是为他造的。17 他在万有之先；万有也靠他而立。

歌罗西书 2:9

9 因为神本性一切的丰盛都有形有体地居住在基督里面，

希伯来书 1:2–3

2 就在这末世藉着他儿子晓谕我们；又早已立他为承受万有的，也曾藉着他创造诸世界。3 他是神荣耀所发的光辉，是神本体的真像，常用他权能的命令托住万有。他洗净了人的罪，就坐在高天至大者的右边。

马可福音 2:5–7，10

5 耶稣见他们的信心，就对瘫子说：「小子，你的罪赦了。」6 有几个文士坐在那里，心里议论，说：7 「这个人为甚么这样说呢？他说僭妄的话了。除了神以外，谁能赦罪呢？」10 但要叫你们知道，人子在地上有赦罪的权柄。」就对瘫子说：

四 他配受敬拜

马太福音 14:33

33 在船上的人都拜他，说：「你真是神的儿子了。」

希伯来书 1:6

6 再者，神使长子到世上来的时候（或译：神再使长子到世上来的时候），就说：神的使者都要拜他。

腓立比书 2:9–11

9 所以，神将他升为至高，又赐给他那超乎万名之上的名，10 叫一切在天上的、地上的，和地底下的，因耶稣的名无不屈膝，11 无不口称「耶稣基督为主」，使荣耀归与父神。

启示录 5:12–14

12 大声说：曾被杀的羔羊是配得权柄、丰富、智慧、能力、尊贵、荣耀、颂赞的。13 我又听见在天上、地上、地底下、沧海里，和天地间一切所有被造之物，都说：但愿颂赞、尊贵、荣耀、权势都归给坐宝座的和羔羊，直到永永远远！14 四活物就说：「阿们！」众长老也俯伏敬拜。

五 先知早已预言

以赛亚书 9:6

6 因有一婴孩为我们而生；有一子赐给我们。政权必担在他的肩头上；他名称为「奇妙策士、全能的神、永在的父、和平的君」。

马太福音 1:22–23

22 这一切的事成就是要应验主藉先知所说的话，23 说：必有童女怀孕生子；人要称他的名为以马内利。（以马内利翻出来就是「神与我们同在」。）

弥迦书 5:2

2 伯利恒的以法他啊，你在犹大诸城中为小，将来必有一位从你那里出来，在以色列中为我作掌权的；他的根源从亘古，从太初就有。

圣灵的工作

他要引导你们明白一切的真理

关于圣灵的工作，圣经的教导包括：圣灵是神，是保惠师；圣灵使人知罪、重生；圣灵内住，作得救的印记；圣灵帮助我们成圣；圣灵赐恩赐与能力，建立教会。本页按主题整理了 41 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 圣灵是神，是保惠师

约翰福音 14:16–17，26

16 我要求父，父就另外赐给你们一位保惠师（或译：训慰师；下同），叫他永远与你们同在，17 就是真理的圣灵，乃世人不能接受的；因为不见他，也不认识他。你们却认识他，因他常与你们同在，也要在你们里面。26 但保惠师，就是父因我的名所要差来的圣灵，他要将一切的事指教你们，并且要叫你们想起我对你们所说的一切话。

使徒行传 5:3–4

3 彼得说：「亚拿尼亚！为甚么撒但充满了你的心，叫你欺哄圣灵，把田地的价银私自留下几分呢？4 田地还没有卖，不是你自己的吗？既卖了，价银不是你作主吗？你怎么心里起这意念呢？你不是欺哄人，是欺哄神了。」

哥林多前书 2:10–11

10 只有神藉着圣灵向我们显明了，因为圣灵参透万事，就是神深奥的事也参透了。11 除了在人里头的灵，谁知道人的事？像这样，除了神的灵，也没有人知道神的事。

二 圣灵使人知罪、重生

约翰福音 16:7–8，13–14

7 然而，我将真情告诉你们，我去是与你们有益的；我若不去，保惠师就不到你们这里来；我若去，就差他来。8 他既来了，就要叫世人为罪、为义、为审判，自己责备自己。13 只等真理的圣灵来了，他要引导你们明白（原文是进入）一切的真理；因为他不是凭自己说的，乃是把他所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。14 他要荣耀我，因为他要将受于我的告诉你们。

约翰福音 3:5–6

5 耶稣说：「我实实在在地告诉你，人若不是从水和圣灵生的，就不能进神的国。6 从肉身生的就是肉身；从灵生的就是灵。

提多书 3:5–6

5 他便救了我们；并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，藉着重生的洗和圣灵的更新。6 圣灵就是神藉着耶稣基督—我们救主厚厚浇灌在我们身上的，

哥林多前书 12:3

3 所以我告诉你们，被神的灵感动的，没有说「耶稣是可咒诅」的；若不是被圣灵感动的，也没有能说「耶稣是主」的。

三 圣灵内住，作得救的印记

罗马书 8:9

9 如果神的灵住在你们心里，你们就不属肉体，乃属圣灵了。人若没有基督的灵，就不是属基督的。

哥林多前书 6:19

19 岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？这圣灵是从神而来，住在你们里头的；并且你们不是自己的人，

以弗所书 1:13–14

13 你们既听见真理的道，就是那叫你们得救的福音，也信了基督，既然信他，就受了所应许的圣灵为印记。14 这圣灵是我们得基业的凭据（原文是质），直等到神之民（民：原文是产业）被赎，使他的荣耀得着称赞。

罗马书 8:15–16

15 你们所受的，不是奴仆的心，仍旧害怕；所受的，乃是儿子的心，因此我们呼叫：「阿爸！父！」16 圣灵与我们的心同证我们是神的儿女；

四 圣灵帮助我们成圣

加拉太书 5:16–18，22–23

16 我说，你们当顺着圣灵而行，就不放纵肉体的情欲了。17 因为情欲和圣灵相争，圣灵和情欲相争，这两个是彼此相敌，使你们不能做所愿意做的。18 但你们若被圣灵引导，就不在律法以下。22 圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、23 温柔、节制。这样的事没有律法禁止。

罗马书 8:13–14

13 你们若顺从肉体活着，必要死；若靠着圣灵治死身体的恶行，必要活着。14 因为凡被神的灵引导的，都是神的儿子。

罗马书 8:26–27

26 况且，我们的软弱有圣灵帮助；我们本不晓得当怎样祷告，只是圣灵亲自用说不出来的叹息替我们祷告。27 鉴察人心的，晓得圣灵的意思，因为圣灵照着神的旨意替圣徒祈求。

哥林多后书 3:18

18 我们众人既然敞着脸得以看见主的荣光，好像从镜子里返照，就变成主的形状，荣上加荣，如同从主的灵变成的。

五 圣灵赐恩赐与能力，建立教会

使徒行传 1:8

8 但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力，并要在耶路撒冷、犹太全地，和撒马利亚，直到地极，作我的见证。」

撒迦利亚书 4:6

6 他对我说：「这是耶和华指示所罗巴伯的。万军之耶和华说：不是倚靠势力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的灵方能成事。

哥林多前书 12:4–7，11

4 恩赐原有分别，圣灵却是一位。5 职事也有分别，主却是一位。6 功用也有分别，神却是一位，在众人里面运行一切的事。7 圣灵显在各人身上，是叫人得益处。11 这一切都是这位圣灵所运行、随己意分给各人的。

以弗所书 4:30

30 不要叫神的圣灵担忧；你们原是受了他的印记，等候得赎的日子来到。

以弗所书 5:18

18 不要醉酒，酒能使人放荡；乃要被圣灵充满。

爱神

尽心、尽性、尽意爱主你的神

关于爱神，圣经的教导包括：最大的诫命；基督的爱激励我们；爱神就遵守他的道；爱神就追求圣洁。本页按主题整理了 25 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 最大的诫命

申命记 6:4–7

4 「以色列啊，你要听！耶和华—我们神是独一的主。5 你要尽心、尽性、尽力爱耶和华—你的神。6 我今日所吩咐你的话都要记在心上，7 也要殷勤教训你的儿女。无论你坐在家里，行在路上，躺下，起来，都要谈论。

马太福音 22:37–39

37 耶稣对他说：「你要尽心、尽性、尽意爱主—你的神。38 这是诫命中的第一，且是最大的。39 其次也相仿，就是要爱人如己。

诗篇 18:1

1 （耶和华的仆人大卫的诗，交与伶长。当耶和华救他脱离一切仇敌和扫罗之手的日子，他向耶和华念这诗的话。说：）耶和华，我的力量啊，我爱你！

诗篇 73:25–26

25 除你以外，在天上我有谁呢？除你以外，在地上我也没有所爱慕的。26 我的肉体和我的心肠衰残；但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。

二 基督的爱激励我们

哥林多后书 5:14–15

14 原来基督的爱激励我们；因我们想，一人既替众人死，众人就都死了；15 并且他替众人死，是叫那些活着的人不再为自己活，乃为替他们死而复活的主活。

约翰一书 4:19

19 我们爱，因为神先爱我们。

罗马书 5:5

5 盼望不至于羞耻，因为所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。

三 爱神就遵守他的道

约翰福音 14:23–24

23 耶稣回答说：「人若爱我，就必遵守我的道；我父也必爱他，并且我们要到他那里去，与他同住。24 不爱我的人就不遵守我的道。你们所听见的道不是我的，乃是差我来之父的道。

约书亚记 22:5

5 只要切切地谨慎遵行耶和华仆人摩西所吩咐你们的诫命律法，爱耶和华—你们的神，行他一切的道，守他的诫命，专靠他，尽心尽性事奉他。」

列王纪上 8:56–61 参阅全段

列王纪上 8:61

61 所以你们当向耶和华—我们的神存诚实的心，遵行他的律例，谨守他的诫命，至终如今日一样。」

历代志上 28:9

9 「我儿所罗门哪，你当认识耶和华—你父的神，诚心乐意地事奉他；因为他鉴察众人的心，知道一切心思意念。你若寻求他，他必使你寻见；你若离弃他，他必永远丢弃你。

约翰福音 21:15–17

15 他们吃完了早饭，耶稣对西门·彼得说：「约翰（在马太十六章十七节称约拿）的儿子西门，你爱我比这些更深吗？」彼得说：「主啊，是的，你知道我爱你。」耶稣对他说：「你喂养我的小羊。」16 耶稣第二次又对他说：「约翰的儿子西门，你爱我吗？」彼得说：「主啊，是的，你知道我爱你。」耶稣说：「你牧养我的羊。」17 第三次对他说：「约翰的儿子西门，你爱我吗？」彼得因为耶稣第三次对他说「你爱我吗」，就忧愁，对耶稣说：「主啊，你是无所不知的；你知道我爱你。」耶稣说：「你喂养我的羊。

四 爱神就追求圣洁

罗马书 13:13–14

13 行事为人要端正，好像行在白昼。不可荒宴醉酒；不可好色邪荡；不可争竞嫉妒。14 总要披戴主耶稣基督，不要为肉体安排，去放纵私欲。

哥林多后书 7:1

1 亲爱的弟兄啊，我们既有这等应许，就当洁净自己，除去身体、灵魂一切的污秽，敬畏神，得以成圣。

效法耶稣

渐渐变成主的形像

关于效法耶稣，圣经的教导包括：神的心意：效法他儿子；照主所行的去行；像主一样相爱服事；跟随主受苦的脚踪；向罪死，向神活。本页按主题整理了 48 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神的心意：效法他儿子

罗马书 8:29–30

29 因为他预先所知道的人，就预先定下效法他儿子的模样，使他儿子在许多弟兄中作长子。30 预先所定下的人又召他们来；所召来的人又称他们为义；所称为义的人又叫他们得荣耀。

哥林多后书 3:18

18 我们众人既然敞着脸得以看见主的荣光，好像从镜子里返照，就变成主的形状，荣上加荣，如同从主的灵变成的。

歌罗西书 3:9–10

9 不要彼此说谎；因你们已经脱去旧人和旧人的行为，10 穿上了新人。这新人在知识上渐渐更新，正如造他主的形像。

以弗所书 4:22–24

22 就要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的；23 又要将你们的心志改换一新，24 并且穿上新人；这新人是照着神的形像造的，有真理的仁义和圣洁。

约翰一书 3:2–3

2 亲爱的弟兄啊，我们现在是神的儿女，将来如何，还未显明；但我们知道，主若显现，我们必要像他，因为必得见他的真体。3 凡向他有这指望的，就洁净自己，像他洁净一样。

二 照主所行的去行

约翰一书 2:6

6 人若说他住在主里面，就该自己照主所行的去行。

哥林多前书 11:1

1 你们该效法我，像我效法基督一样。

帖撒罗尼迦前书 1:6–7

6 并且你们在大难之中，蒙了圣灵所赐的喜乐，领受真道就效法我们，也效法了主；7 甚至你们作了马其顿和亚该亚所有信主之人的榜样。

约翰福音 15:9–11

9 我爱你们，正如父爱我一样；你们要常在我的爱里。10 你们若遵守我的命令，就常在我的爱里，正如我遵守了我父的命令，常在他的爱里。11 「这些事我已经对你们说了，是要叫我的喜乐存在你们心里，并叫你们的喜乐可以满足。

三 像主一样相爱服事

约翰福音 13:2–11 参阅全段

约翰福音 13:12–15

12 耶稣洗完了他们的脚，就穿上衣服，又坐下，对他们说：「我向你们所做的，你们明白吗？ 13 你们称呼我夫子，称呼我主，你们说的不错，我本来是。 14 我是你们的主，你们的夫子，尚且洗你们的脚，你们也当彼此洗脚。 15 我给你们作了榜样，叫你们照着我向你们所做的去做。

约翰福音 13:34–35

34 我赐给你们一条新命令，乃是叫你们彼此相爱；我怎样爱你们，你们也要怎样相爱。 35 你们若有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。」

约翰福音 15:12

12 你们要彼此相爱，像我爱你们一样；这就是我的命令。

马太福音 16:24

24 于是耶稣对门徒说：「若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架来跟从我。

罗马书 15:1–3

1 我们坚固的人应该担代不坚固人的软弱，不求自己的喜悦。 2 我们各人务要叫邻舍喜悦，使他得益处，建立德行。 3 因为基督也不求自己的喜悦，如经上所记：「辱骂你人的辱骂都落在我身上。」

以弗所书 5:1–2

1 所以，你们该效法神，好像蒙慈爱的儿女一样。 2 也要凭爱心行事，正如基督爱我们，为我们舍了自己，当作馨香的供物和祭物，献与神。

腓立比书 2:3–8

3 凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀；只要存心谦卑，各人看别人比自己强。 4 各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。 5 你们当以基督耶稣的心为心： 6 他本有神的形像，不以自己与神同等为强夺的； 7 反倒虚己，取了奴仆的形像，成为人的样式； 8 既有人的样子，就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。

约翰一书 3:16–18

16 主为我们舍命，我们从此就知道何为爱；我们也当为弟兄舍命。 17 凡有世上财物的，看见弟兄穷乏，却塞住怜恤的心，爱神的心怎能存在他里面呢？ 18 小子们哪，我们相爱，不要只在言语和舌头上，总要在行为和诚实上。

马太福音 11:29

29 我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。

以弗所书 4:32

32 并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。

四 跟随主受苦的脚踪

彼得前书 2:18–23 参阅全段

彼得前书 2:20–21

20 你们若因犯罪受责打，能忍耐，有甚么可夸的呢？但你们若因行善受苦，能忍耐，这在神看是可喜爱的。 21 你们蒙召原是为此；因基督也为你们受过苦，给你们留下榜样，叫你们跟随他的脚踪行。

希伯来书 12:2–3

2 仰望为我们信心创始成终的耶稣（或译：仰望那将真道创始成终的耶稣）。他因那摆在前面的喜乐，就
轻看羞辱，忍受了十字架的苦难，便坐在神宝座的右边。3 那忍受罪人这样顶撞的，你们要思想，免得疲
倦灰心。

五 向罪死，向神活

罗马书 6:10–14 参阅全段

罗马书 6:10–12

10 他死是向罪死了，只有一次；他活是向神活着。11 这样，你们向罪也当看自己是死的；向神在基督耶稣
里，却当看自己是活的。12 所以，不要容罪在你们必死的身上作王，使你们顺从身子的私欲。

爱人与服事人

我们爱，因为神先爱我们

关于爱人与服事人，圣经的教导包括：神先爱我们；爱的样子；像主一样服事人；向有需要的人行善；连仇敌也要爱；用恩赐彼此服事。本页按主题整理了 70 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神先爱我们

约翰一书 4:9–21 参阅全段

约翰一书 4:9–11

9 神差他独生子到世间来，使我们藉着他得生，神爱我们的心在此就显明了。10 不是我们爱神，乃是神爱我们，差他的儿子为我们的罪作了挽回祭，这就是爱了。11 亲爱的弟兄啊，神既是这样爱我们，我们也当彼此相爱。

约翰一书 4:21

21 爱神的，也当爱弟兄，这是我们从神所受的命令。

约翰福音 13:34

34 我赐给你们一条新命令，乃是叫你们彼此相爱；我怎样爱你们，你们也要怎样相爱。

腓立比书 2:6–8

6 他本有神的形像，不以自己与神同等为强夺的；7 反倒虚己，取了奴仆的形像，成为人的样式；8 既有人的样子，就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。

约翰一书 4:20

20 人若说「我爱神」，却恨他的弟兄，就是说谎话的；不爱他所看见的弟兄，就不能爱没有看见的神（有古卷：怎能爱没有看见的神呢）。

二 爱的样子

哥林多前书 13:1–3

1 我若能说万人的方言，并天使的话语，却没有爱，我就成了鸣的锣，响的钹一般。2 我若有先知讲道之能，也明白各样的奥秘，各样的知识，而且有全备的信，叫我能够移山，却没有爱，我就算不得甚么。3 我若将所有的周济穷人，又舍己身叫人焚烧，却没有爱，仍然与我无益。

哥林多前书 13:4–7

4 爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒；爱是不自夸，不张狂，5 不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，6 不喜欢不义，只喜欢真理；7 凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。

罗马书 12:9–10

9 爱人不可虚假。恶，要厌恶；善，要亲近。10 爱弟兄，要彼此亲热；恭敬人，要彼此推让。

彼得前书 1:22

22 你们既因顺从真理，洁净了自己的心，以致爱弟兄没有虚假，就当从心里（从心里：有古卷是从清洁的心）彼此切实相爱。

彼得前书 4:8

8 最要紧的是彼此切实相爱，因为爱能遮掩许多的罪。

罗马书 13:8–10

8 凡事都不可亏欠人，惟有彼此相爱要常以为亏欠，因为爱人的就完全了律法。9 像那不可奸淫，不可杀人，不可偷盗，不可贪婪，或有别的诫命，都包在爱人如己这一句话之内了。10 爱是不加害与人的，所以爱就完全了律法。

三 像主一样服事人

约翰福音 13:2–17 参阅全段

约翰福音 13:14–15

14 我是你们的主，你们的夫子，尚且洗你们的脚，你们也当彼此洗脚。15 我给你们作了榜样，叫你们照着我向你们所做的去做。

腓立比书 2:3–5

3 凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀；只要存心谦卑，各人看别人比自己强。4 各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。5 你们当以基督耶稣的心为心：

马太福音 20:20–28 参阅全段

马太福音 20:26–28

26 只是在你们中间，不可这样；你们中间谁愿为大，就必作你们的用人；27 谁愿为首，就必作你们的仆人。28 正如人子来，不是要受人的服事，乃是要服事人，并且要舍命，作多人的赎价。」

罗马书 15:3

3 因为基督也不求自己的喜悦，如经上所记：「辱骂你人的辱骂都落在我身上。」

马太福音 10:39

39 得着生命的，将要失丧生命；为我失丧生命的，将要得着生命。」

四 向有需要的人行善

马太福音 25:34–40 参阅全段

马太福音 25:35–36

35 因为我饿了，你们给我吃，渴了，你们给我喝；我作客旅，你们留我住；36 我赤身露体，你们给我穿；我病了，你们看顾我；我在监里，你们来看我。』

马太福音 25:40

40 王要回答说：『我实在告诉你们，这些事你们既做在我这弟兄中一个最小的身上，就是做在我身上了。』

加拉太书 6:9

9 我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。

加拉太书 6:10

10 所以，有了机会就当向众人行善，向信徒一家的人更当这样。

马太福音 7:12

12 所以，无论何事，你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人，因为这就是律法和先知的道理。」

罗马书 15:1–2

[1] 我们坚固的人应该担代不坚固人的软弱，不求自己的喜悦。[2] 我们各人务要叫邻舍喜悦，使他得益处，建立德行。

提多书 3:14

[14] 并且我们的人要学习正经事业（或译：要学习行善），预备所需用的，免得不结果子。

路加福音 10:25–37 参阅全段

路加福音 10:36–37

[36] 你想，这三个人哪一个是落在强盗手中的邻舍呢？」[37] 他说：「是怜悯他的。」耶稣说：「你去照样行吧。」

加拉太书 6:2

[2] 你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督的律法。

雅各书 2:15–17

[15] 若是弟兄或是姊妹，赤身露体，又缺了日用的饮食；[16] 你们中间有人对他们说：「平平安安地去吧！愿你们穿得暖，吃得饱」，却不给他们身体所需用的，这有甚么益处呢？[17] 这样，信心若没有行为就是死的。

五 连仇敌也要爱

马太福音 5:43–48

[43] 「你们听见有话说：『当爱你的邻舍，恨你的仇敌。』[44] 只是我告诉你们，要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告。[45] 这样就可以作你们天父的儿子；因为他叫日头照好人，也照歹人；降雨给义人，也给不义的人。[46] 你们若单爱那爱你们的人，有甚么赏赐呢？就是税吏不也是这样行吗？[47] 你们若单请你弟兄的安，比人有甚么长处呢？就是外邦人不也是这样行吗？[48] 所以，你们要完全，像你们的天父完全一样。」

罗马书 12:20–21

[20] 所以，「你的仇敌若饿了，就给他吃，若渴了，就给他喝；因为你这样行就是把炭火堆在他的头上。」[21] 你不可为恶所胜，反要以善胜恶。

六 用恩赐彼此服事

彼得前书 4:9–10

[9] 你们要互相款待，不发怨言。[10] 各人要照所得的恩赐彼此服事，作神百般恩赐的好管家。

哥林多前书 12:1–31 参阅全段

哥林多前书 12:4–7

[4] 恩赐原有分别，圣灵却是一位。[5] 职事也有分别，主却是一位。[6] 功用也有分别，神却是一位，在众人里面运行一切的事。[7] 圣灵显在各人身上，是叫人得益处。

彼得前书 4:10–11

[10] 各人要照所得的恩赐彼此服事，作神百般恩赐的好管家。[11] 若有讲道的，要按着神的圣言讲；若有服事人的，要按着神所赐的力量服事，叫神在凡事上因耶稣基督得荣耀。原来荣耀、权能都是他的，直到永永远远。阿们！

加拉太书 5:13–15

[13] 弟兄们，你们蒙召是要得自由，只是不可将你们的自由当作放纵情欲的机会，总要用爱心互相服事。[14] 因为全律法都包在「爱人如己」这一句话之内了。[15] 你们要谨慎，若相咬相吞，只怕要彼此消灭了。

帖撒罗尼迦前书 4:9–11

9 论到弟兄们相爱，不用人写信给你们；因为你们自己蒙了神的教训，叫你们彼此相爱。10 你们向马其顿全地的众弟兄固然是这样行，但我劝弟兄们要更加勉励。11 又要立志作安静人，办自己的事，亲手做工，正如我们从前所吩咐你们的，

饶恕别人

神在基督里怎样饶恕了你们

关于饶恕别人，圣经的教导包括：蒙了饶恕，就要饶恕人；饶恕没有次数的限制；爱不计算人的恶；赦免并挽回；约瑟饶恕哥哥们。本页按主题整理了 37 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 蒙了饶恕，就要饶恕人

马太福音 6:12

12 免我们的债，如同我们免了人的债。

马太福音 6:14–15

14 「你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯；15 你们不饶恕人的过犯，你们的天父也必不饶恕你们的过犯。」

以弗所书 4:31–32

31 一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒（或译：阴毒），都当从你们中间除掉；32 并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。

以弗所书 5:1–2

1 所以，你们该效法神，好像蒙慈爱的儿女一样。2 也要凭爱心行事，正如基督爱我们，为我们舍了自己，当作馨香的供物和祭物，献与神。

马可福音 11:25

25 你们站着祷告的时候，若想起有人得罪你们，就当饶恕他，好叫你们在天上的父也饶恕你们的过犯。

歌罗西书 3:13

13 倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。

路加福音 23:34

34 当下耶稣说：「父啊！赦免他们；因为他们所做的，他们不晓得。」兵丁就拈阄分他的衣服。

使徒行传 7:60

60 又跪下大声喊着说：「主啊，不要将这罪归于他们！」说了这话，就睡了。扫罗也喜悦他被害。

二 饶恕没有次数的限制

马太福音 18:21–22

21 那时，彼得进前来，对耶稣说：「主啊，我弟兄得罪我，我当饶恕他几次呢？到七次可以吗？」22 耶稣说：「我对你说，不是到七次，乃是到七十个七次。

路加福音 17:3–4

3 你们要谨慎！若是你的弟兄得罪你，就劝戒他；他若懊悔，就饶恕他。4 倘若他一天七次得罪你，又七次回转，说：『我懊悔了』，你总要饶恕他。」

马太福音 18:23–25

23 天国好像一个王要和他仆人算帐。24 才算的时候，有人带了一个欠一千万银子的来。25 因为他没有甚么偿还之物，主人吩咐把他和他妻子儿女，并一切所有的都卖了偿还。

马太福音 18:26–35 参阅全段

马太福音 18:32–35

32 于是主人叫了他来，对他说：『你这恶奴才！你央求我，我就把你所欠的都免了，33 你不应当怜恤你的同伴，像我怜恤你吗？』34 主人就大怒，把他交给掌刑的，等他还清了所欠的债。35 你们各人若不从心里饶恕你的弟兄，我天父也要这样待你们了。」

三 爱不计算人的恶

哥林多前书 13:5

5 不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，

彼得前书 4:8

8 最要紧的是彼此切实相爱，因为爱能遮掩许多的罪。

加拉太书 6:1

1 弟兄们，若有人偶然被过犯所胜，你们属灵的人就当用温柔的心把他挽回过来；又当自己小心，恐怕也被引诱。

四 赦免并挽回

哥林多后书 2:5–11 参阅全段

哥林多后书 2:7–8

7 倒不如赦免他，安慰他，免得他忧愁太过，甚至沉沦了。8 所以我劝你们，要向他显出坚定不移的爱心来。

哥林多后书 2:10–11

10 你们赦免谁，我也赦免谁。我若有所赦免的，是在基督面前为你们赦免的，11 免得撒但趁着机会胜过我们，因我们并非不晓得他的诡计。

路加福音 15:20–24 参阅全段

五 约瑟饶恕哥哥们

创世记 45 参阅全章

创世记 45:4–5

4 约瑟又对他弟兄们说：「请你们近前来。」他们就近前来。他说：「我是你们的兄弟约瑟，就是你们所卖到埃及的。5 现在，不要因为把我卖到这里自忧自恨。这是神差我在你们以先来，为要保全生命。

创世记 45:9–11

9 你们要赶紧上到我父亲那里，对他说：『你儿子约瑟这样说：神使我作全埃及的主，请你下到我这里来，不要耽延。10 你和你的儿子孙子，连牛群羊群，并一切所有的，都可以住在歌珊地，与我相近。11 我要在那里奉养你；因为还有五年的饥荒，免得你和你的眷属，并一切所有的，都败落了。』

创世记 50:15–21 参阅全段

创世记 50:19–21

19 约瑟对他们说：「不要害怕，我岂能代替神呢？20 从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。21 现在你们不要害怕，我必养活你们和你们的妇人孩子。」于是约瑟用亲爱的话安慰他们。

交友

与智慧人同行

关于交友，圣经的教导包括：同伴影响我们；真朋友的忠言；约拿单与大卫的友谊；不与世俗为友；耶稣称我们为朋友。本页按主题整理了 23 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 同伴影响我们

哥林多前书 15:33

33 你们不要自欺；滥交是败坏善行。

箴言 13:20

20 与智慧人同行的，必得智慧；和愚昧人作伴的，必受亏损。

箴言 14:7

7 到愚昧人面前，不见他嘴中有知识。

箴言 22:24

24 好生气的人，不可与他结交；暴怒的人，不可与他来往；

二 真朋友的忠言

箴言 28:23

23 责备人的，后来蒙人喜悦，多于那用舌头谄媚人的。

箴言 27:6

6 朋友加的伤痕出于忠诚；仇敌连连亲嘴却是多余。

箴言 27:9

9 膏油与香料使人心喜悦；朋友诚实的劝教也是如此甘美。

箴言 17:17

17 朋友乃时常亲爱，弟兄为患难而生。

箴言 18:24

24 滥交朋友的，自取败坏；但有一朋友比弟兄更亲密。

箴言 27:17

17 铁磨铁，磨出刃来；朋友相感（原文是磨朋友的脸）也是如此。

传道书 4:9–12

9 两个人总比一个人好，因为二人劳碌同得美好的果效。10 若是跌倒，这人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，没有别人扶起他来，这人就有祸了。11 再者，二人同睡就都暖和，一人独睡怎能暖和呢？12 有人攻胜孤身一人，若有二人便能敌挡他；三股合成的绳子不容易折断。

三 约拿单与大卫的友谊

撒母耳记上 20 参阅全章

撒母耳记上 20:17

17 约拿单因爱大卫如同爱自己的性命，就使他再起誓。

撒母耳记上 23:16

16 扫罗的儿子约拿单起身，往那树林里去见大卫，使他倚靠神得以坚固，

四 不与世俗为友

雅各书 4:4

4 你们这些淫乱的人（原文是淫妇）哪，岂不知与世俗为友就是与神为敌吗？所以凡想要与世俗为友的，就是与神为敌了。

约翰一书 2:15–17

15 不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。16 因为，凡世界上的事，就像肉体的情欲、眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从世界来的。17 这世界和其上的情欲都要过去，惟独遵行神旨意的，是永远常存。

五 耶稣称我们为朋友

约翰福音 15:13–15

13 人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的。14 你们若遵行我所吩咐的，就是我的朋友了。15 以后我不再称你们为仆人，因仆人不知道主人所做的事。我乃称你们为朋友；因我从我父所听见的，已经都告诉你们了。

教会、圣徒相通

我们同属基督的一个身体

关于教会、圣徒相通，圣经的教导包括：基督是教会的头；一个身体，同心合一；神的家：彼此相交；牧者的职责。本页按主题整理了 46 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 基督是教会的头

以弗所书 1:20–23

20 就是照他在基督身上所运行的大能大力，使他从死里复活，叫他在天上坐在自己的右边，21 远超过一切执政的、掌权的、有能的、主治的，和一切有名的；不但是今世的，连来世的也都超过了。22 又将万有服在他的脚下，使他为教会作万有之首。23 教会是他的身体，是那充满万有者所充满的。

以弗所书 1:22–23

22 又将万有服在他的脚下，使他为教会作万有之首。23 教会是他的身体，是那充满万有者所充满的。

以弗所书 5:23

23 因为丈夫是妻子的头，如同基督是教会的头；他又是教会全体的救主。

以弗所书 5:25

25 你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。

约翰福音 17:6–26 参阅全段

彼得前书 2:9–10

9 惟有你们是被拣选的族类，是有君尊的祭司，是圣洁的国度，是属神的子民，要叫你们宣扬那召你们出黑暗入奇妙光明者的美德。10 你们从前算不得子民，现在却作了神的子民；从前未曾蒙怜恤，现在却蒙了怜恤。

二 一个身体，同心合一

以弗所书 4:3–6

3 用和平彼此联络，竭力保守圣灵所赐合而为一的心。4 身体只有一个，圣灵只有一个，正如你们蒙召同有一个指望。5 一主，一信，一洗，6 一神，就是众人的父，超乎众人之上，贯乎众人之中，也住在众人之内。

罗马书 12:4–8

4 正如我们一个身子上有好些肢体，肢体也不都是一样的用处。5 我们这许多人，在基督里成为一身，互相联络作肢体，也是如此。6 按我们所得的恩赐，各有不同。或说预言，就当照着信心的程度说预言；7 或作执事，就当专一执事；或作教导的，就当专一教导；8 或作劝化的，就当专一劝化；施舍的，就当诚实；治理的，就当殷勤；怜悯人的，就当甘心。

哥林多前书 1:10–17 参阅全段

哥林多前书 1:11–13

11 因为革来氏家里的人曾对我提起弟兄们来，说你们中间有纷争。12 我的意思就是你们各人说：「我是属保罗的」；「我是属亚波罗的」；「我是属矶法的」；「我是属基督的」。13 基督是分开的吗？保罗为你们钉了十字架吗？你们是奉保罗的名受了洗吗？

以弗所书 4:11–13

11 他所赐的，有使徒，有先知，有传福音的，有牧师和教师，12 为要成全圣徒，各尽其职，建立基督的身体，13 直等到我们众人在真道上同归于一，认识神的儿子，得以长大成人，满有基督长成的身量，

哥林多前书 12:1–11 参阅全段

哥林多前书 12:12–31 参阅全段

三 神的家：彼此相交

以弗所书 2:19–22

19 这样，你们不再作外人和客旅，是与圣徒同国，是神家里的人了；20 并且被建造在使徒和先知的根基上，有基督耶稣自己为房角石，21 各（或译：全）房靠他联络得合式，渐渐成为主的圣殿。22 你们也靠他同被建造，成为神藉着圣灵居住的所在。

希伯来书 10:25

25 你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉，既知道（原文是看见）那日子临近，就更当如此。

诗篇 84 参阅全篇

腓利门书 参阅全书

腓利门书 10–12

10 就是为我在捆锁中所生的儿子阿尼西母（就是有益处的意思）求你。11 他从前与你没有益处，但如今与你我都有益处。12 我现在打发他亲自回你那里去；他是我心上的人。

腓利门书 15–16

15 他暂时离开你，或者是叫你永远得着他，16 不再是奴仆，乃是高过奴仆，是亲爱的兄弟。在我实在是如此，何况在你呢！这也不拘是按肉体说，是按主说。

启示录 7:9

9 此后，我观看，见有许多的人，没有人能数过来，是从各国、各族、各民、各方来的，站在宝座和羔羊面前，身穿白衣，手拿棕树枝，

使徒行传 2:42–47 参阅全段

使徒行传 2:42，46–47

42 都恒心遵守使徒的教训，彼此交接，擘饼，祈祷。46 他们天天同心合意恒切地在殿里，且在家中擘饼，存着欢喜、诚实的心用饭，47 赞美神，得众民的喜爱。主将得救的人天天加给他们。

希伯来书 10:24

24 又要彼此相顾，激发爱心，勉励行善。

加拉太书 6:2

2 你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督的律法。

罗马书 15:7

7 所以，你们要彼此接纳，如同基督接纳你们一样，使荣耀归与神。

四 牧者的职责

使徒行传 20:28

28 圣灵立你们作全群的监督，你们就当为自己谨慎，也为全群谨慎，牧养神的教会，就是他用自己血所买来的（或译：救赎的）。

以西结书 33:7–9

7 「人子啊，我照样立你作以色列家守望的人。所以你要听我口中的话，替我警戒他们。8 我对恶人说：
『恶人哪，你必要死！』你一以西结若不开口警戒恶人，使他离开所行的道，这恶人必死在罪孽之中，我
却要向你讨他丧命的罪（原文是血）。9 倘若你警戒恶人转离所行的道，他仍不转离，他必死在罪孽之
中，你却救自己脱离了罪。」

以西结书 34:1–16 参阅全段

奉献

因为神先厚厚地赐给了我们

关于奉献，圣经的教导包括：奉献从一颗甘心的心开始；爱慕神的家；有计划、按本分、在暗中；向有需要的人伸出手；财富、优先次序与真正的福气。本页按主题整理了 54 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 奉献从一颗甘心的心开始

哥林多后书 8:1–9 参阅全段

哥林多后书 8:1–5

1 弟兄们，我把神赐给马其顿众教会的恩告诉你们，2 就是他们在患难中受大试炼的时候，仍有满足的快乐，在极穷之间还格外显出他们乐捐的厚恩。3 我可以证明，他们是按着力量，而且也过了力量，自己甘心乐意地捐助，4 再三地求我们，准他们在这供给圣徒的恩情上有分；5 并且他们所做的，不但照我们所想望的，更照神的旨意先把自己献给主，又归附了我们。

哥林多后书 8:11–12

11 如今就当办成这事。既有愿做的心，也当照你们所有的去办成。12 因为人若有愿做的心，必蒙悦纳，乃是照他所有的，并不是照他所无的。

哥林多后书 9:6–7

6 「少种的少收，多种的多收」，这话是真的。7 各人要随本心所酌定的，不要作难，不要勉强，因为捐得乐意的人是神所喜爱的。

路加福音 21:1–4

1 耶稣抬头观看，见财主把捐项投在库里，2 又见一个穷寡妇投了两个小钱，3 就说：「我实在告诉你们，这穷寡妇所投的比众人还多；4 因为众人都是自己有余，拿出来投在捐项里，但这寡妇是自己不足，把她一切养生的都投上了。」

哥林多后书 8:9

9 你们知道我们主耶稣基督的恩典：他本来富足，却为你们成了贫穷，叫你们因他的贫穷，可以成为富足。

哥林多后书 9:15

15 感谢神，因他有说不尽的恩赐！

二 爱慕神的家

历代志上 29:1–9 参阅全段

历代志上 29:3，6，9

3 且因我心中爱慕我神的殿，就在预备建造圣殿的材料之外，又将我自己积蓄的金银献上，建造我神的殿，6 于是，众族长和以色列各支派的首领、千夫长、百夫长，并监管王工的官长，都乐意献上。9 因这些人诚心乐意献给耶和华，百姓就欢喜，大卫王也大大欢喜。

哈该书 1 参阅全章

哈该书 1:2–4

2 万军之耶和华如此说：「这百姓说，建造耶和华殿的时候尚未来到。」3 那时耶和华的话临到先知哈该说：4 「这殿仍然荒凉，你们自己还住天花板的房屋吗？

三 有计划、按本分、在暗中

哥林多前书 16:1–2

1 论到为圣徒捐钱，我从前怎样吩咐加拉太的众教会，你们也当怎样行。2 每逢七日的第一日，各人要照自己的进项抽出来留着，免得我来的时候现凑。

玛拉基书 3:7–10

7 万军之耶和华说：从你们列祖的日子以来，你们常常偏离我的典章而不遵守。现在你们要转向我，我就转向你们。你们却问说：『我们如何才是转向呢？』8 人岂可夺取神之物呢？你们竟夺取我的供物。你们却说：『我们在何事上夺取你的供物呢？』就是你们在当纳的十分之一和当献的供物上。9 因你们通国的人都夺取我的供物，咒诅就临到你们身上。10 万军之耶和华说：你们要将当纳的十分之一全然送入仓库，使我家有粮，以此试试我，是否为你们敞开天上的窗户，倾福与你们，甚至无处可容。

马太福音 6:1–4

1 「你们要小心，不可将善事行在人的面前，故意叫他们看见，若是这样，就不能得你们天父的赏赐了。2 所以，你施舍的时候，不可在你前面吹号，像那假冒为善的人在会堂里和街道上所行的，故意要得人的荣耀。我实在告诉你们，他们已经得了他们的赏赐。3 你施舍的时候，不要叫左手知道右手所做的，4 要叫你施舍的事行在暗中。你父在暗中察看，必然报答你（有古卷：必在明处报答你）。」

箴言 3:9–10

9 你要以财物和一切初熟的土产尊荣耶和华。10 这样，你的仓房必充满有余；你的酒榨有新酒盈溢。

申命记 16:17

17 各人要按自己的力量，照耶和华—你神所赐的福分，奉献礼物。」

四 向有需要的人伸出手

箴言 14:21

21 藐视邻舍的，这人有罪；怜悯贫穷的，这人有福。

箴言 19:17

17 怜悯贫穷的，就是借给耶和华；他的善行，耶和华必偿还。

箴言 22:9

9 眼目慈善的，就必蒙福，因他将食物分给穷人。

马太福音 5:7

7 怜恤人的人有福了！因为他们必蒙怜恤。

马太福音 25:34–46 参阅全段

马太福音 25:35，40

35 因为我饿了，你们给我吃，渴了，你们给我喝；我作客旅，你们留我住；40 王要回答说：『我实在告诉你们，这些事你们既做在我这弟兄中一个最小的身上，就是做在我身上了。』

加拉太书 6:9–10

9 我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。10 所以，有了机会就当向众人行善，向信徒一家的人更当这样。

约翰一书 3:16–18

16 主为我们舍命，我们从此就知道何为爱；我们也当为弟兄舍命。17 凡有世上财物的，看见弟兄穷乏，却塞住怜恤的心，爱神的心怎能存在他里面呢？18 小子们哪，我们相爱，不要只在言语和舌头上，总要在行

为和诚实上。

路加福音 6:27–36 参阅全段

路加福音 6:27–28

27 「只是我告诉你们这听道的人，你们的仇敌，要爱他！恨你们的，要待他好！ 28 咒诅你们的，要为他祝福！凌辱你们的，要为他祷告！

五 财富、优先次序与真正的福气

马太福音 6:33

33 你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。

提摩太前书 6:17–19

17 你要嘱咐那些今世富足的人，不要自高，也不要倚靠无定的钱财；只要倚靠那厚赐百物给我们享受的神。 18 又要嘱咐他们行善，在好事上富足，甘心施舍，乐意供给（或译：体贴）人， 19 为自己积成美好的根基，预备将来，叫他们持定那真正的生命。

箴言 11:24–25

24 有施散的，却更增添；有吝惜过度的，反致穷乏。 25 好施舍的，必得丰裕；滋润人的，必得滋润。

使徒行传 20:35

35 我凡事给你们作榜样，叫你们知道应当这样劳苦，扶助软弱的人，又当记念主耶稣的话，说：『施比受更为有福。』」

榜样

在言语行为上作信徒的榜样

关于榜样，圣经的教导包括：在生活中作榜样；效法属灵的前辈；不可绊倒人；不好的榜样是鉴戒。本页按主题整理了 33 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 在生活中作榜样

提摩太前书 4:12

12 不可叫人小看你年轻，总要在言语、行为、爱心、信心、清洁上，都作信徒的榜样。

彼得前书 5:2–4

2 务要牧养在你们中间神的群羊，按着神旨意照管他们；不是出于勉强，乃是出于甘心；也不是因为贪财，乃是出于乐意；3 也不是辖制所托付你们的，乃是作群羊的榜样。4 到了牧长显现的时候，你们必得那永不衰残的荣耀冠冕。

帖撒罗尼迦前书 1:5–7

5 因为我们的福音传到你们那里，不独在乎言语，也在乎权能和圣灵，并充足的信心。正如你们知道，我们在你们那里，为你们的缘故是怎样为人。6 并且你们在大难之中，蒙了圣灵所赐的喜乐，领受真道就效法我们，也效法了主；7 甚至你们作了马其顿和亚该亚所有信主之人的榜样。

提多书 2:7–8

7 你自己凡事要显出善行的榜样；在教训上要正直、端庄，8 言语纯全，无可指责，叫那反对的人，既无处可说我们的不是，便自觉羞愧。

二 效法属灵的前辈

哥林多前书 4:15–16

15 你们学基督的，师傅虽有一万，为父的却是不多，因我在基督耶稣里用福音生了你们。16 所以，我求你们效法我。

哥林多前书 11:1

1 你们该效法我，像我效法基督一样。

帖撒罗尼迦后书 3:7–8

7 你们自己原知道应当怎样效法我们。因为我们在你们中间，未尝不按规矩而行，8 也未尝白吃人的饭，倒是辛苦劳碌，昼夜做工，免得叫你们一人受累。

希伯来书 13:7

7 从前引导你们、传神之道给你们的人，你们要想念他们，效法他们的信心，留心看他们为人的结局。

腓立比书 3:17

17 弟兄们，你们要一同效法我，也当留意看那些照我们榜样行的人。

希伯来书 6:12

12 并且不懈怠，总要效法那些凭信心和忍耐承受应许的人。

三 不可绊倒人

马太福音 5:19

19 所以，无论何人废掉这诫命中最小的一条，又教训人这样做，他在天国要称为最小的。但无论何人遵行这诫命，又教训人遵行，他在天国要称为大的。

马太福音 18:6

6 「凡使这信我的一个小子跌倒的，倒不如把大磨石拴在这人的颈项上，沉在深海里。

路加福音 17:1–3

1 耶稣又对门徒说：「绊倒人的事是免不了的；但那绊倒人的有祸了。2 就是把磨石拴在这人的颈项上，丢在海里，还强如他把这小子里的一个绊倒了。3 你们要谨慎！若是你的弟兄得罪你，就劝戒他；他若懊悔，就饶恕他。

罗马书 14:13

13 所以，我们不可再彼此论断，宁可定意谁也不给弟兄放下绊脚跌人之物。

罗马书 14:1–21 参阅全段

罗马书 14:19–21

19 所以，我们务要追求和睦的事与彼此建立德行的事。20 不可因食物毁坏神的工程。凡物固然洁净，但有人因食物叫人跌倒，就是他的罪了。21 无论是吃肉是喝酒，是甚么别的事，叫弟兄跌倒，一概不做才好。

哥林多前书 8:1–13 参阅全段

哥林多前书 8:9–13

9 只是你们要谨慎，恐怕你们这自由竟成了那软弱人的绊脚石。10 若有人见你这有知识的，在偶像的庙里坐席，这人的良心若是软弱，岂不放胆去吃那祭偶像之物吗？11 因此，基督为他死的那软弱弟兄，也就因你的知识沉沦了。12 你们这样得罪弟兄们，伤了他们软弱的良心，就是得罪基督。13 所以，食物若叫我弟兄跌倒，我就永远不吃肉，免得叫我弟兄跌倒了。

四 不好的榜样是鉴戒

哥林多前书 10:6

6 这些事都是我们的鉴戒，叫我们不要贪恋恶事，像他们那样贪恋的；

哥林多前书 10:11

11 他们遭遇这些事都要作为鉴戒，并且写在经上，正是警戒我们这末世的人。

传福音、向家人作见证

不以福音为耻

关于传福音、向家人作见证，圣经的教导包括：主的大使命；不以福音为耻；向家人与亲友作见证；温柔敬畏，言行相称；救恩出于神，只管忠心撒种。本页按主题整理了 41 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 主的大使命

马太福音 28:18–20

18 耶稣进前来，对他们说：「天上地下所有的权柄都赐给我了。19 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（或译：给他们施洗，归于父、子、圣灵的名）。20 凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守，我就常与你们同在，直到世界的末了。」

使徒行传 1:8

8 但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力，并要在耶路撒冷、犹太全地，和撒马利亚，直到地极，作我的见证。」

马可福音 16:15

15 他又对他们说：「你们往普天下去，传福音给万民（万民：原文是凡受造的）听。

罗马书 10:13–15

13 因为「凡求告主名的就必得救」。14 然而，人未曾信他，怎能求他呢？未曾听见他，怎能信他呢？没有传道的，怎能听见呢？15 若没有奉差遣，怎能传道呢？如经上所记：「报福音、传喜信的人，他们的脚踪何等佳美！」

二 不以福音为耻

罗马书 1:16

16 我不以福音为耻；这福音本是神的大能，要救一切相信的，先是犹太人，后是希腊人。

提摩太后书 1:7–8

7 因为神赐给我们，不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。8 你不要以给我们的主作见证为耻，也不要以我这为主被囚的为耻；总要按神的能力，与我为福音同受苦难。

马太福音 10:32–33

32 「凡在人面前认我的，我在我天上的父面前也必认他；33 凡在人面前不认我的，我在我天上的父面前也必不认他。」

哥林多后书 5:20

20 所以，我们作基督的使者，就好像神藉我们劝你们一般。我们替基督求你们与神和好。

三 向家人与亲友作见证

马可福音 5:19

19 耶稣不许，却对他说：「你回家去，到你的亲属那里，将主为你所做的是何等大的事，是怎样怜悯你，都告诉他们。」

约翰福音 1:40–42

40 听见约翰的话跟从耶稣的那两个人，一个是西门·彼得的兄弟安得烈。41 他先找着自己的哥哥西门，对他说：「我们遇见弥赛亚了。」（弥赛亚翻出来就是基督。）42 于是领他去见耶稣。耶稣看见他，说：「你是约翰的儿子西门（约翰在马太十六章十七节称约拿），你要称为矶法。」（矶法翻出来就是彼得。）

使徒行传 16:31–34

31 他们说：「当信主耶稣，你和你一家都必得救。」32 他们就把主的道讲给他和他全家的人听。33 当夜，就在那时候，禁卒把他们带去，洗他们的伤；他和属乎他的人立时都受了洗。34 于是禁卒领他们上自己家里去，给他们摆上饭。他和全家，因为信了神，都很喜乐。

彼得前书 3:1–2

1 你们作妻子的要顺服自己的丈夫；这样，若有不信从道理的丈夫，他们虽然不听道，也可以因妻子的品行被感化过来；2 这正是因看见你们有贞洁的品行和敬畏的心。

四 温柔敬畏，言行相称

马太福音 5:16

16 你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。」

彼得前书 3:15–16

15 只要心里尊主基督为圣。有人问你们心中盼望的缘由，就要常作准备，以温柔、敬畏的心回答各人；16 存着无亏的良心，叫你们在何事上被毁谤，就在何事上可以叫那诬赖你们在基督里有好品行的人自觉羞愧。

歌罗西书 4:5–6

5 你们要爱惜光阴，用智慧与外人交往。6 你们的言语要常常带着和气，好像用盐调和，就可知道该怎样回答各人。

提摩太后书 2:24–26

24 然而主的仆人不可争竞，只要温温和和地待众人，善于教导，存心忍耐，25 用温柔劝戒那抵挡的人；或者神给他们悔改的心，可以明白真道，26 叫他们这已经被魔鬼任意掳去的，可以醒悟，脱离他的网罗。

五 救恩出于神，只管忠心撒种

哥林多前书 3:6–7

6 我栽种了，亚波罗浇灌了，惟有神叫他生长。7 可见栽种的，算不得甚么，浇灌的，也算不得甚么；只在那叫他生长的神。

约翰福音 6:44

44 若不是差我来的父吸引人，就没有能到我这里来的；到我这里来的，在末日我要叫他复活。

使徒行传 13:48

48 外邦人听见这话，就欢喜了，赞美神的道；凡预定得永生的人都信了。

以赛亚书 55:10–11

10 雨雪从天而降，并不返回，却滋润地土，使地上发芽结实，使撒种的有种，使要吃的有粮。11 我口所出的话也必如此，决不徒然返回，却要成就我所喜悦的，在我发他去成就（发他去成就：或译所命定）的事上必然亨通。

使徒行传 18:9–10

9 夜间，主在异象中对保罗说：「不要怕，只管讲，不要闭口，10 有我与你同在，必没有人下手害你，因为在这城里我有许多的百姓。」

加拉太书 6:9

9 我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。

假先知、假师傅

分辨真理，不被迷惑

关于假先知、假师傅，圣经的教导包括：古今都有假先知；披着羊皮的狼；凭神的话试验诸灵。本页按主题整理了 43 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 古今都有假先知

耶利米书 14:11–16 参阅全段

耶利米书 14:13–14

13 我就说：「唉！主耶和华啊，那些先知常对他们说：『你们必不看见刀剑，也不遭遇饥荒；耶和华要在这地方赐你们长久的平安。』」14 耶和华对我说：「那些先知托我的名说假预言，我并没有打发他们，没有吩咐他们，也没有对他们说话；他们向你们预言的，乃是虚假的异象和占卜，并虚无的事，以及本心的诡诈。

耶利米书 23:1–40 参阅全章

耶利米书 23:1–4

1 耶和华说：「那些残害、赶散我草场之羊的牧人有祸了！」2 耶和华—以色列的神斥责那些牧养他百姓的牧人，如此说：「你们赶散我的羊群，并没有看顾他们；我必讨你们这行恶的罪。这是耶和华说的。3 我要将我羊群中所余剩的，从我赶他们到的各国内招聚出来，领他们归回本圈；他们也必生养众多。4 我必设立照管他们的牧人，牧养他们。他们不再惧怕，不再惊惶，也不缺少一个；这是耶和华说的。」

耶利米书 23:16–24 参阅全段

耶利米书 23:16–20

16 万军之耶和华如此说：「这些先知向你们说预言，你们不要听他们的话。他们以虚空教训你们，所说的异象是出于自己的心，不是出于耶和华的口。17 他们常对藐视我的人说：『耶和华说：你们必享平安』；又对一切按自己顽梗之心而行的人说：『必没有灾祸临到你们。』」18 有谁站在耶和华的会中得以听见并会悟他的话呢？有谁留心听他的话呢？19 看哪！耶和华的忿怒好像暴风，已经发出；是暴烈的旋风，必转到恶人的头上。20 耶和华的怒气必不转消，直到他心中所拟定的成就了。末后的日子你们要全然明白。

以西结书 13:1–16 参阅全段

以西结书 13:10–12

10 因为他们诱惑我的百姓，说：『平安！』其实没有平安，就像有人立起墙壁，他们倒用未泡透的灰抹上。11 所以你要对那些抹上未泡透灰的人说：『墙要倒塌，必有暴雨漫过。大冰雹啊，你们要降下，狂风也要吹裂这墙。』12 这墙倒塌之后，人岂不问你们说：『你们抹上未泡透的灰在哪里呢？』」

马太福音 24:24

24 因为假基督、假先知将要起来，显大神迹、大奇事，倘若能行，连选民也就迷惑了。

二 披着羊皮的狼

马太福音 7:15

15 「你们要防备假先知。他们到你们这里来，外面披着羊皮，里面却是残暴的狼。

使徒行传 20:29–31

29 我知道，我去之后必有凶暴的豺狼进入你们中间，不爱惜羊群。30 就是你们中间，也必有人起来说悖谬的话，要引诱门徒跟从他们。31 所以你们应当警醒，记念我三年之久昼夜不住地流泪、劝戒你们各人。

彼得后书 2:1–3

1 从前在百姓中有假先知起来，将来在你们中间也必有假师傅，私自引进陷害人的异端，连买他们的主他们也不承认，自取速速地灭亡。2 将有许多人随从他们邪淫的行为，便叫真道因他们的缘故被毁谤。3 他们因有贪心，要用捏造的言语在你们身上取利。他们的刑罚，自古以来并不迟延；他们的灭亡也必速速来到（原文是也不打盹）。

哥林多后书 11:1–15 参阅全段

哥林多后书 11:13–15

13 那等人是假使徒，行事诡诈，装作基督使徒的模样。14 这也不足为怪，因为连撒但也装作光明的天使。15 所以他的差役，若装作仁义的差役，也不算希奇。他们的结局必然照着他们的行为。

加拉太书 1:6–9

6 我希奇你们这么快离开那藉着基督之恩召你们的，去从别的福音。7 那并不是福音，不过有些人搅扰你们，要把基督的福音更改了。8 但无论是我们，是天上来的使者，若传福音给你们，与我们所传给你们的不同，他就应当被咒诅。9 我们已经说了，现在又说，若有人传福音给你们，与你们所领受的不同，他就应当被咒诅。

提摩太后书 4:3–4

3 因为时候要到，人必厌烦纯正的道理，耳朵发痒，就随从自己的情欲增添好些师傅，4 并且掩耳不听真道，偏向荒渺的言语。

三 凭神的话试验诸灵

约翰一书 4:1–3

1 亲爱的弟兄啊，一切的灵，你们不可都信，总要试验那些灵是出于神的不是，因为世上有许多假先知已经出来了。2 凡灵认耶稣基督是成了肉身来的，就是出于神的；从此你们可以认出神的灵来。3 凡灵不认耶稣，就不是出于神，这是那敌基督者的灵。你们从前听见他要来，现在已经在世上了。

约翰一书 4:1

1 亲爱的弟兄啊，一切的灵，你们不可都信，总要试验那些灵是出于神的不是，因为世上有许多假先知已经出来了。

使徒行传 17:11

11 这地方的人贤于帖撒罗尼迦的人，甘心领受这道，天天考查圣经，要晓得这道是与不是。

启示录 2:2–3

2 我知道你的行为、劳碌、忍耐，也知道你不能容忍恶人。你也曾试验那自称为使徒却不是使徒的，看出他们是假的来。3 你也能忍耐，曾为我的名劳苦，并不乏倦。

加拉太书 3:1–9 参阅全段

加拉太书 3:1

1 无知的加拉太人哪，耶稣基督钉十字架，已经活画在你们眼前，谁又迷惑了你们呢？

马太福音 7:16–20 参阅全段

马太福音 7:16，20

16 凭着他们的果子，就可以认出他们来。荆棘上岂能摘葡萄呢？蒺藜里岂能摘无花果呢？ 20 所以，凭着他们的果子就可以认出他们来。」

约翰二书 10–11

10 若有人到你们那里，不是传这教训，不要接他到家里，也不要问他的安； 11 因为问他安的，就在他的恶行上有分。

教会纪律

用爱心挽回，按真理管教

关于教会纪律，圣经的教导包括：彼此劝戒，温柔挽回；主所定的步骤；面对不肯悔改的人；悔改后要赦免安慰；主看重教会的圣洁。本页按主题整理了 25 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 彼此劝戒，温柔挽回

罗马书 15:14

14 弟兄们，我自己也深信你们是满有良善，充足了诸般的知识，也能彼此劝戒。

歌罗西书 3:16

16 当用各样的智慧，把基督的道理丰丰富富地存在心里（或译：当把基督的道理丰丰富富地存在心里，以各样的智慧），用诗章、颂词、灵歌，彼此教导，互相劝戒，心被恩感，歌颂神。

加拉太书 6:1

1 弟兄们，若有人偶然被过犯所胜，你们属灵的人就当用温柔的心把他挽回过来；又当自己小心，恐怕也被引诱。

雅各书 5:19–20

19 我的弟兄们，你们中间若有失迷真道的，有人使他回转，20 这人该知道：叫一个罪人从迷路上转回便是救一个灵魂不死，并且遮盖许多的罪。

帖撒罗尼迦前书 5:14

14 我们又劝弟兄们，要警戒不守规矩的人，勉励灰心的人，扶助软弱的人，也要向众人忍耐。

二 主所定的步骤

马太福音 18:15–18

15 「倘若你的弟兄得罪你，你就去，趁着只有他和你在一处的时候，指出他的错来。他若听你，你便得了你的弟兄；16 他若不听，你就另外带一两个人同去，要凭两三个人的口作见证，句句都可定准。17 若是不听他们，就告诉教会；若是不听教会，就看他像外邦人和税吏一样。18 「我实在告诉你们，凡你们在地上所捆绑的，在天上也要捆绑；凡你们在地上所释放的，在天上也要释放。

马太福音 16:19

19 我要把天国的钥匙给你，凡你在地上所捆绑的，在天上也要捆绑；凡你在地上所释放的，在天上也要释放。」

提摩太前书 5:19–20

19 控告长老的呈子，非有两三个见证就不要收。20 犯罪的人，当在众人面前责备他，叫其余的人也可以惧怕。

三 面对不肯悔改的人

哥林多前书 5:1–13 参阅全段

哥林多前书 5:11

11 但如今我写信给你们说，若有称为弟兄是行淫乱的，或贪婪的，或拜偶像的，或辱骂的，或醉酒的，或勒索的，这样的人不可与他相交，就是与他吃饭都不可。

帖撒罗尼迦后书 3:14

14 若有人不听从我们这信上的话，要记下他，不和他交往，叫他自觉羞愧。

哥林多前书 5:5

5 要把这样的人交给撒但，败坏他的肉体，使他的灵魂在主耶稣的日子可以得救。

提多书 3:10–11

10 分门结党的人，警戒过一两次，就要弃绝他。11 因为知道这等人已经背道，犯了罪，自己明知不是，还是去做。

四 悔改后要赦免安慰

哥林多后书 2:7–8

7 倒不如赦免他，安慰他，免得他忧愁太过，甚至沉沦了。8 所以我劝你们，要向他显出坚定不移的爱心来。

五 主看重教会的圣洁

启示录 2:2

2 我知道你的行为、劳碌、忍耐，也知道你不能容忍恶人。你也曾试验那自称为使徒却不是使徒的，看出他们是假的来。

启示录 2:14–16

14 然而，有几件事我要责备你：因为在你那里有人服从了巴兰的教训；这巴兰曾教导巴勒将绊脚石放在以色列人面前，叫他们吃祭偶像之物，行奸淫的事。15 你那里也有人照样服从了尼哥拉一党人的教训。16 所以，你当悔改；若不悔改，我就快临到你那里，用我口中的剑攻击他们。

希伯来书 13:17

17 你们要依从那些引导你们的，且要顺服；因他们为你们的灵魂时刻警醒，好像那将来交帐的人。你们要使他们交的时候有快乐，不致忧愁；若忧愁就与你们无益了。

警醒等候

你们也要预备，因为你们想不到的时候，人子就来了

关于警醒等候，圣经的教导包括：主必再来；那日子、那时辰没有人知道；警醒谨守，不要沉睡；忠心作工，等候主来；爱慕他显现，圣洁自守。本页按主题整理了 47 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 主必再来

约翰福音 14:2–3

2 在我父的家里有许多住处；若是没有，我就早已告诉你们了。我去原是为你们预备地方去。3 我若去为你们预备了地方，就必再来接你们到我那里去，我在哪里，叫你们也在那里。

使徒行传 1:11

11 「加利利人哪，你们为甚么站着望天呢？这离开你们被接升天的耶稣，你们见他怎样往天上去，他还要怎样来。」

希伯来书 9:28

28 像这样，基督既然一次被献，担当了多人的罪，将来要向那等候他的人第二次显现，并与罪无关，乃是为拯救他们。

启示录 22:12，20

12 「看哪，我必快来！赏罚在我，要照各人所行的报应他。20 证明这事的说：「是了，我必快来！」阿们！主耶稣啊，我愿你来！

二 那日子、那时辰没有人知道

马太福音 24:36，42–44

36 「但那日子，那时辰，没有人知道，连天上的使者也不知道，子也不知道，惟独父知道。42 所以，你们要警醒，因为不知道你们的主是哪一天来到。43 家主若知道几更天有贼来，就必警醒，不容人挖透房屋；这是你们所知道的。44 所以，你们也要预备，因为你们想不到的时候，人子就来了。」

帖撒罗尼迦前书 5:1–3

1 弟兄们，论到时候、日期，不用写信给你们，2 因为你们自己明明晓得，主的日子来到，好像夜间的贼一样。3 人正说「平安稳妥」的时候，灾祸忽然临到他们，如同产难临到怀胎的妇人一样，他们绝不能逃脱。

彼得后书 3:8–10

8 亲爱的弟兄啊，有一件事你们不可忘记，就是主看一日如千年，千年如一日。9 主所应许的尚未成就，有人以为他是耽延，其实不是耽延，乃是宽容你们，不愿有一人沉沦，乃愿人人都悔改。10 但主的日子要像贼来到一样。那日，天必大有响声废去，有形质的都要被烈火销化，地和其上的物都要烧尽了。

三 警醒谨守，不要沉睡

帖撒罗尼迦前书 5:4–8

4 弟兄们，你们却不在黑暗里，叫那日子临到你们像贼一样。5 你们都是光明之子，都是白昼之子。我们不是属黑夜的，也不是属幽暗的。6 所以，我们不要睡觉像别人一样，总要警醒谨守。7 因为睡了的人是在夜间睡，醉了的人是在夜间醉。8 但我们既然属乎白昼，就应当谨守，把信和爱当作护心镜遮胸，把得救的

盼望当作头盔戴上。

路加福音 21:34–36

34 「你们要谨慎，恐怕因贪食、醉酒，并今生的思虑累住你们的心，那日子就如同网罗忽然临到你们；
35 因为那日子要这样临到全地上一切居住的人。36 你们要时时警醒，常常祈求，使你们能逃避这一切要来的事，得以站立在人子面前。」

马可福音 13:33–37

33 你们要谨慎，警醒祈祷，因为你们不晓得那日期几时来到。34 这事正如一个人离开本家，寄居外邦，把权柄交给仆人，分派各人当做的工，又吩咐看门的警醒。35 所以，你们要警醒；因为你们不知道家主甚么时候来，或晚上，或半夜，或鸡叫，或早晨；36 恐怕他忽然来到，看见你们睡着了。37 我对你们所说的话，也是对众人说：要警醒！」

罗马书 13:11–12

11 再者，你们晓得，现今就是该趁早睡醒的时候；因为我们得救，现今比初信的时候更近了。12 黑夜已深，白昼将近。我们就当脱去暗昧的行为，带上光明的兵器。

彼得前书 4:7

7 万物的结局近了。所以，你们要谨慎自守，警醒祷告。

四 忠心作工，等候主来

马太福音 24:45–46

45 「谁是忠心有见识的仆人，为主人所派，管理家里的人，按时分粮给他们呢？46 主人来到，看见他这样行，那仆人就有福了。

路加福音 12:35–37

35 「你们腰里要束上带，灯也要点着，36 自己好像仆人等候主人从婚姻的筵席上回来。他来到，叩门，就立刻给他开门。37 主人来了，看见仆人警醒，那仆人就有福了。我实在告诉你们，主人必叫他们坐席，自己束上带，进前伺候他们。

马太福音 25:21

21 主人说：『好，你这又良善又忠心的仆人，你在不多的事上有忠心，我要把许多事派你管理；可以进来享受你主人的快乐。』

哥林多前书 15:58

58 所以，我亲爱的弟兄们，你们务要坚固，不可摇动，常常竭力多做主工；因为知道，你们的劳苦在主里面不是徒然的。

五 爱慕他显现，圣洁自守

提多书 2:11–13

11 因为神救众人的恩典已经显明出来，12 教训我们除去不敬虔的心和世俗的情欲，在今世自守、公义、敬虔度日，13 等候所盼望的福，并等候至大的神和我们（或译：神—我们）救主耶稣基督的荣耀显现。

约翰一书 3:2–3

2 亲爱的弟兄啊，我们现在是神的儿女，将来如何，还未显明；但我们知道，主若显现，我们必要像他，因为必得见他的真体。3 凡向他有这指望的，就洁净自己，像他洁净一样。

腓立比书 3:20

20 我们却是天上的国民，并且等候救主，就是主耶稣基督从天上降临。

彼得后书 3:13–14

13 但我们照他的应许，盼望新天新地，有义居在其中。14 亲爱的弟兄啊，你们既盼望这些事，就当殷勤，使自己没有玷污，无可指摘，安然见主；

身体复活

这必朽坏的，总要变成不朽坏的

关于身体复活，圣经的教导包括：旧约的复活盼望；基督是复活，也是生命；改变成荣耀的身体。本页按主题整理了 21 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 旧约的复活盼望

以赛亚书 26:19

19 死人（原文是你的死人）要复活，尸首（原文是我的尸首）要兴起。睡在尘埃的啊，要醒起歌唱！因你的甘露好像菜蔬上的甘露，地也要交出死人来。

但以理书 12:2

2 睡在尘埃中的，必有多人复醒。其中有得永生的，有受羞辱永远被憎恶的。

何西阿书 13:14

14 我必救赎他们脱离阴间，救赎他们脱离死亡。死亡啊，你的灾害在哪里呢？阴间哪，你的毁灭在哪里呢？在我眼前绝无后悔之事。

二 基督是复活，也是生命

约翰福音 11:25–26

25 耶稣对她说：「复活在我，生命也在我。信我的人虽然死了，也必复活；26 凡活着信我的人必永远不死。你信这话吗？」

约翰福音 5:28–29

28 你们不要把这事看作希奇。时候要到，凡在坟墓里的，都要听见他的声音，就出来：29 行善的，复活得生；作恶的，复活定罪。

哥林多前书 15:20–22

20 但基督已经从死里复活，成为睡了之人初熟的果子。21 死既是因一人而来，死人复活也是因一人而来。22 在亚当里众人都死了；照样，在基督里众人也都要复活。

罗马书 8:11

11 然而，叫耶稣从死里复活者的灵若住在你们心里，那叫基督耶稣从死里复活的，也必藉着住在你们心里的圣灵，使你们必死的身体又活过来。

三 改变成荣耀的身体

哥林多前书 15:42–44

42 死人复活也是这样：所种的是必朽坏的，复活的是不朽坏的；43 所种的是羞辱的，复活的是荣耀的；所种的是软弱的，复活的是强壮的；44 所种的是血气的身体，复活的是灵性的身体。若有血气的身体，也必有灵性的身体。

哥林多前书 15:51–55

51 我如今把一件奥秘的事告诉你们：我们不是都要睡觉，乃是都要改变，52 就在一霎时，眨眼之间，号筒末次吹响的时候。因号筒要响，死人要复活成为不朽坏的，我们也要改变。53 这必朽坏的总要变成（变

成：原文是穿；下同）不朽坏的，这必死的总要变成不死的。[54] 这必朽坏的既变成不朽坏的，这必死的既变成不死的，那时经上所记「死被得胜吞灭」的话就应验了。[55] 死啊！你得胜的权势在哪里？死啊！你的毒钩在哪里？

腓立比书 3:20–21

[20] 我们却是天上的国民，并且等候救主，就是主耶稣基督从天上降临。[21] 他要按着那能叫万有归服自己的大能，将我们这卑贱的身体改变形状，和他自己荣耀的身体相似。

最后的审判

我们众人必要在基督台前显露出来

关于最后的审判，圣经的教导包括：神已经定了审判的日子；基督是审判的主；各人要按所行的受审判；信的人不至于定罪；所以当圣洁敬虔度日。本页按主题整理了 39 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神已经定了审判的日子

使徒行传 17:30–31

30 世人蒙昧无知的时候，神并不监察，如今却吩咐各处的人都要悔改。31 因为他已经定了日子，要藉着他所设立的人按公义审判天下，并且叫他从死里复活，给万人作可信的凭据。」

希伯来书 9:27

27 按着定命，人人都有一死，死后且有审判。

传道书 12:13–14

13 这些事都已听见了，总意就是：敬畏神，谨守他的诫命，这是人所当尽的本分（或译：这是众人的本分）。14 因为人所做的事，连一切隐藏的事，无论是善是恶，神都必审问。

罗马书 14:10–12

10 你这个人，为甚么论断弟兄呢？又为甚么轻看弟兄呢？因我们都要站在神的台前。11 经上写着：主说：我凭着我的永生起誓：万膝必向我跪拜；万口必向我承认。12 这样看来，我们各人必要将自己的事在神面前说明。

二 基督是审判的主

约翰福音 5:22，27–29

22 父不审判甚么人，乃将审判的事全交与子，27 并且因为他是人子，就赐给他行审判的权柄。28 你们不要把这事看作希奇。时候要到，凡在坟墓里的，都要听见他的声音，就出来：29 行善的，复活得生；作恶的，复活定罪。

马太福音 25:31–33

31 「当人子在他荣耀里、同着众天使降临的时候，要坐在他荣耀的宝座上。32 万民都要聚集在他面前。他要把他们分别出来，好像牧羊的分别绵羊山羊一般，33 把绵羊安置在右边，山羊在左边。

使徒行传 10:42

42 他吩咐我们传道给众人，证明他是神所立定的，要作审判活人、死人的主。

提摩太后书 4:1

1 我在神面前，并在将来审判活人死人的基督耶稣面前，凭着他的显现和他的国度嘱咐你：

三 各人要按所行的受审判

哥林多后书 5:10

10 因为我们众人必要在基督台前显露出来，叫各人按着本身所行的，或善或恶受报。

启示录 20:11–15

11 我又看见一个白色的大宝座与坐在上面的；从他面前天地都逃避，再无可见之处了。12 我又看见死了的人，无论大小，都站在宝座前。案卷展开了，并且另有一卷展开，就是生命册。死了的人都凭着这些案卷所记载的，照他们所行的受审判。13 于是海交出其中的死人；死亡和阴间也交出其中的死人；他们都照各人所行的受审判。14 死亡和阴间也被扔在火湖里；这火湖就是第二次的死。15 若有人名字没记在生命册上，他就被扔在火湖里。

马太福音 12:36–37

36 我又告诉你们，凡人所说的闲话，当审判的日子，必要句句供出来；37 因为要凭你的话定你为义，也要凭你的话定你有罪。」

哥林多前书 4:5

5 所以，时候未到，甚么都不要论断，只等主来，他要照出暗中的隐情，显明人心的意念。那时，各人要从神那里得着称赞。

四 信的人不至于定罪

约翰福音 5:24

24 我实实在在地告诉你们，那听我话、又信差我来者的，就有永生；不至于定罪，是已经出死入生了。

罗马书 8:1，33–34

1 如今，那些在基督耶稣里的就不定罪了。33 谁能控告神所拣选的人呢？有神称他们为义了（或译：是称他们为义的神吗）。34 谁能定他们的罪呢？有基督耶稣已经死了，而且从死里复活，现今在神的右边，也替我们祈求（有基督….或译：是已经死了，而且从死里复活，现今在神的右边，也替我们祈求的基督耶稣吗）。

约翰一书 4:17

17 这样，爱在我们里面得以完全，我们就可以在审判的日子坦然无惧。因为他如何，我们在这世上也如何。

提摩太后书 4:8

8 从此以后，有公义的冠冕为我存留，就是按着公义审判的主到了那日要赐给我的；不但赐给我，也赐给凡爱慕他显现的人。

五 所以当圣洁敬虔度日

彼得后书 3:10–12

10 但主的日子要像贼来到一样。那日，天必大有响声废去，有形质的都要被烈火销化，地和其上的物都要烧尽了。11 这一切既然都要如此销化，你们为人该当怎样圣洁，怎样敬虔，12 切切仰望神的日子来到。在那日，天被火烧就销化了，有形质的都要被烈火熔化。

哥林多前书 3:12–15

12 若有人用金、银、宝石、草木、禾秸在这根基上建造，13 各人的工程必然显露，因为那日子要将它表明出来，有火发现；这火要试验各人的工程怎样。14 人在那根基上所建造的工程若存得住，他就要得赏赐。15 人的工程若被烧了，他就要受亏损，自己却要得救；虽然得救，乃像从火里经过的一样。

赏赐

神必赏赐那寻求他的人

关于赏赐，圣经的教导包括：神是赏赐人的神；暗中行善，父必报答；为主受苦，在天上的赏赐是大的；各人要照所行的受报；又良善又忠心的仆人。本页按主题整理了 26 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神是赏赐人的神

创世记 15:1

1 这事以后，耶和华在异象中有话对亚伯兰说：「亚伯兰，你不要惧怕！我是你的盾牌，必大大地赏赐你。」

希伯来书 11:6

6 人非有信，就不能得神的喜悦；因为到神面前来的人必须信有神，且信他赏赐那寻求他的人。

路得记 2:12

12 愿耶和华照你所行的赏赐你。你来投靠耶和华—以色列神的翅膀下，愿你满得他的赏赐。」

诗篇 58:11

11 因此，人必说：义人诚然有善报；在地上果有施行判断的神！

二 暗中行善，父必报答

马太福音 6:3–4

3 你施舍的时候，不要叫左手知道右手所做的，4 要叫你施舍的事行在暗中。你父在暗中察看，必然报答你（有古卷：必在明处报答你）。」

马太福音 10:42

42 无论何人，因为门徒的名，只把一杯凉水给这小子里的一个喝，我实在告诉你们，这人不能不得赏赐。」

箴言 19:17

17 怜悯贫穷的，就是借给耶和华；他的善行，耶和华必偿还。

路加福音 6:35

35 你们倒要爱仇敌，也要善待他们，并要借给人不指望偿还，你们的赏赐就必大了，你们也必作至高者的儿子；因为他恩待那忘恩的和作恶的。

希伯来书 6:10

10 因为神并非不公义，竟忘记你们所做的工和你们为他名所显的爱心，就是先前伺候圣徒，如今还是伺候。

三 为主受苦，在天上的赏赐是大的

马太福音 5:11–12

11 「人若因我辱骂你们，逼迫你们，捏造各样坏话毁谤你们，你们就有福了！12 应当欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。在你们以前的先知，人也是这样逼迫他们。」

雅各书 1:12

12 忍受试探的人是有福的，因为他经过试验以后，必得生命的冠冕；这是主应许给那些爱他之人的。

提摩太后书 4:7–8

7 那美好的仗我已经打过了，当跑的路我已经跑尽了，所信的道我已经守住了。8 从此以后，有公义的冠冕为我存留，就是按着公义审判的主到了那日要赐给我的；不但赐给我，也赐给凡爱慕他显现的人。

四 各人要照所行的受报

哥林多后书 5:10

10 因为我们众人必要在基督台前显露出来，叫各人按着本身所行的，或善或恶受报。

哥林多前书 3:12–14

12 若有人用金、银、宝石、草木、禾秸在这根基上建造，13 各人的工程必然显露，因为那日子要将它表明出来，有火发现；这火要试验各人的工程怎样。14 人在那根基上所建造的工程若存得住，他就要得赏赐。

启示录 22:12

12 「看哪，我必快来！赏罚在我，要照各人所行的报应他。

以赛亚书 40:10

10 主耶和华必像大能者临到；他的膀臂必为他掌权。他的赏赐在他那里；他的报应在他面前。

五 又良善又忠心的仆人

马太福音 25:21

21 主人说：『好，你这又良善又忠心的仆人，你在不多的事上有忠心，我要把许多事派你管理；可以进来享受你主人的快乐。』

歌罗西书 3:23–24

23 无论做甚么，都要从心里做，像是给主做的，不是给人做的，24 因你们知道从主那里必得着基业为赏赐；你们所事奉的乃是主基督。

诗篇 19:11

11 况且你的仆人因此受警戒，守着这些便有大赏。

但以理书 12:3

3 智慧人必发光，如同天上的光；那使多人归义的，必发光如星，直到永永远远。

> 圣经所说的赏赐不是我们赚来的工价——我们得救全是本乎恩。神乐意奖赏他自己在我们身上所成就的善工，这赏赐本身也是出于他的恩典。

地狱、永刑

当怕那能把身体和灵魂都灭在地狱里的

关于地狱、永刑，圣经的教导包括：主耶稣亲口的警告；永远的刑罚；神的审判是公义的，他不喜悦恶人死亡；基督救我们脱离将来的忿怒。本页按主题整理了 41 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 主耶稣亲口的警告

马太福音 10:28

28 那杀身体、不能杀灵魂的，不要怕他们；惟有能把身体和灵魂都灭在地狱里的，正要怕他。

马可福音 9:43–48

43 倘若你一只手叫你跌倒，就把它砍下来；44 你缺了肢体进入永生，强如有两只手落到地狱，入那不灭的
火里去。45 倘若你一只脚叫你跌倒，就把它砍下来；46 你瘸腿进入永生，强如有两只脚被丢在地狱里。
47 倘若你一只眼叫你跌倒，就去掉它；你只有一只眼进入神的国，强如有两只眼被丢在地狱里。48 在那
里，虫是不死的，火是不灭的。

马太福音 13:41–42，49–50

41 人子要差遣使者，把一切叫人跌倒的和作恶的，从他国里挑出来，42 丢在火炉里；在那里必要哀哭切齿
了。49 世界的末了也要这样。天使要出来，从义人中把恶人分别出来，50 丢在火炉里；在那里必要哀哭切
齿了。」

路加福音 16:22–26

22 后来那讨饭的死了，被天使带去放在亚伯拉罕的怀里。财主也死了，并且埋葬了。23 他在阴间受痛苦，
举目远远地望见亚伯拉罕，又望见拉撒路在他怀里，24 就喊着说：『我祖亚伯拉罕哪，可怜我吧！打发拉
撒路来，用指头尖蘸点水，凉凉我的舌头；因为我在这火焰里，极其痛苦。』25 亚伯拉罕说：『儿啊，你
该回想你生前享过福，拉撒路也受过苦；如今他在这里得安慰，你倒受痛苦。26 不但这样，并且在你我之
间，有深渊限定，以致人要从这边过到你们那边是不能的；要从那边过到我们这边也是不能的。』

二 永远的刑罚

马太福音 25:41，46

41 王又要向那左边的说：『你们这被咒诅的人，离开我！进入那为魔鬼和他的使者所预备的永火里去！
46 这些人要往永刑里去；那些义人要往永生里去。」

帖撒罗尼迦后书 1:8–9

8 要报应那不认识神和那不听从我主耶稣福音的人。9 他们要受刑罚，就是永远沉沦，离开主的面和他权能
的荣光。

启示录 14:10–11

10 这人也必喝神大怒的酒；此酒斟在神忿怒的杯中纯一不杂。他要在圣天使和羔羊面前，在火与硫磺之中
受痛苦。11 他受痛苦的烟往上冒，直到永永远远。那些拜兽和兽像，受它名之印记的，昼夜不得安宁。」

启示录 20:10，14–15

10 那迷惑他们的魔鬼被扔在硫磺的火湖里，就是兽和假先知所在的地方。他们必昼夜受痛苦，直到永永远
远。14 死亡和阴间也被扔在火湖里；这火湖就是第二次的死。15 若有人名字没记在生命册上，他就被扔在
火湖里。

但以理书 12:2

2 睡在尘埃中的，必有多人复醒。其中有得永生的，有受羞辱永远被憎恶的。

三 神的审判是公义的，他不喜悦恶人死亡

罗马书 2:5–6

5 你竟任着你刚硬不悔改的心，为自己积蓄忿怒，以致神震怒，显他公义审判的日子来到。6 他必照各人的行为报应各人。

希伯来书 10:26–27，31

26 因为我们得知真道以后，若故意犯罪，赎罪的祭就再没有了；27 惟有战惧等候审判和那烧灭众敌人的烈火。31 落在永生神的手里，真是可怕的！

以西结书 33:11

11 你对他们说，主耶和华说：我指着我的永生起誓，我断不喜悦恶人死亡，惟喜悦恶人转离所行的道而活。以色列家啊，你们转回，转回吧！离开恶道，何必死亡呢？

彼得后书 3:9

9 主所应许的尚未成就，有人以为他是耽延，其实不是耽延，乃是宽容你们，不愿有一人沉沦，乃愿人人都悔改。

四 基督救我们脱离将来的忿怒

约翰福音 3:16–18，36

16 「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不致灭亡，反得永生。17 因为神差他的儿子降世，不是要定世人的罪（或译：审判世人；下同），乃是要叫世人因他得救。18 信他的人，不被定罪；不信的人，罪已经定了，因为他不信神独生子的名。36 信子的人有永生；不信子的人得不着永生（原文是不得见永生），神的震怒常在他身上。」

罗马书 5:8–9

8 惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。9 现在我们既靠着他的血称义，就更要藉着他免去神的忿怒。

帖撒罗尼迦前书 1:10

10 等候他儿子从天降临，就是他从死里复活的—那位救我们脱离将来忿怒的耶稣。

帖撒罗尼迦前书 5:9

9 因为神不是预定我们受刑，乃是预定我们藉着我们主耶稣基督得救。

新天新地

看哪，我将一切都更新了

关于新天新地，圣经的教导包括：神必创造新天新地；万物都要更新；神要与人同住。本页按主题整理了 24 节和合本经文，供个人默想、彼此劝勉与牧养辅导使用。

一 神必创造新天新地

以赛亚书 65:17–19

17 看哪！我造新天新地；从前的事不再被记念，也不再追想。18 你们当因我所造的永远欢喜快乐；因我造耶路撒冷为人所喜，造其中的居民为人所乐。19 我必因耶路撒冷欢喜，因我的百姓快乐；其中必不再听见哭泣的声音和哀号的声音。

以赛亚书 66:22

22 耶和华说：我所要造的新天新地，怎样在我面前长存；你们的后裔和你们的名字也必照样长存。

诗篇 102:25–27

25 你起初立了地的根基；天也是你手所造的。26 天地都要灭没，你却要长存；天地都要如外衣渐渐旧了。你要将天地如里衣更换，天地就都改变了。27 惟有你永不改变；你的年数没有穷尽。

二 万物都要更新

以赛亚书 11:6–9

6 豺狼必与绵羊羔同居，豹子与山羊羔同卧；少壮狮子与牛犊并肥畜同群；小孩子要牵引它们。7 牛必与熊同食；牛犊必与小熊同卧；狮子必吃草，与牛一样。8 吃奶的孩子必玩耍在虺蛇的洞口；断奶的婴儿必按手在毒蛇的穴上。9 在我圣山的遍处，这一切都不伤人，不害物；因为认识耶和华的知识要充满遍地，好像水充满洋海一般。

罗马书 8:19–21

19 受造之物切望等候神的众子显出来。20 因为受造之物服在虚空之下，不是自己愿意，乃是因那叫他如此的。21 但受造之物仍然指望脱离败坏的辖制，得享（享：原文是入）神儿女自由的荣耀。

彼得后书 3:13

13 但我们照他的应许，盼望新天新地，有义居在其中。

三 神要与人同住

希伯来书 11:16

16 他们却羡慕一个更美的家乡，就是在天上的。所以神被称为他们的神，并不以为耻，因为他已经给他们预备了一座城。

启示录 21:1–4

1 我又看见一个新天新地；因为先前的天地已经过去了，海也不再有了。2 我又看见圣城新耶路撒冷由神那里从天而降，预备好了，就如新妇妆饰整齐，等候丈夫。3 我听见有大声音从宝座出来说：「看哪，神的帐幕在人间。他要与人同住，他们要作他的子民。神要亲自与他们同在，作他们的神。4 神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛，因为以前的事都过去了。」

启示录 21:5

5 坐宝座的说：「看哪，我将一切都更新了！」又说：「你要写上；因这些话是可信的，是真实的。」

启示录 22:3–5

3 以后再没有咒诅；在城里有神和羔羊的宝座；他的仆人都要事奉他，4 也要见他的面。他的名字必写在他
们的额上。5 不再有黑夜；他们也不用灯光、日光，因为主神要光照他们。他们要作王，直到永永远远。