

辅导

季刊

issue
18

三月 MAR / 2025

改变始于内心

从教会牧养看圣经辅导
圣经辅导与牧养实践



《辅导季刊》第18期_3月_2025年

目录

改变始于内心	04
从教会牧养看圣经辅导	07
圣经辅导与牧养实践	14
恩典21	24
圣经辅导入门课程回馈	26
学员阅读回馈	31
消息与代祷	41

简介

正道培训服务中心●圣经辅导室

清教徒将辅导的事工称为「灵魂的工作」，主要建基于圣经将人的光景、苦况指向人根本的问题-「心」的悖逆，以至于人选择偏离神以外的道路，以犯罪的模式回应问题，满足自我的内心。圣经辅导的进路在于以圣经来解释问题，并且按圣经的真理来回应问题。我们相信圣经具有权威性、切身性及充分性，告诉我们辅导的目标，定义人的问题，透过圣经辅导，使人经历福音改变的大能，将人心导向真理，使人依靠上帝的话与圣灵的工作，生命持续不断地改变更新。

我们的使命：

- 推广「圣经辅导」，使辅导的工作回归圣经的原则
- 委身圣经无误无谬，完全且足够的真理

我们的目标：

- 建立以神为本、合乎圣经的辅导
- 服侍委身圣经辅导使命的教会
- 「改变成为基督的样式」是圣经辅导最终的目标
- 推广并促进基督徒委身圣经辅导

服务范围：

- 提供教会以圣经辅导为原则的研讨会、培训、专题讲座、读书会、成长团体等活动
- 出版与圣经辅导相关的刊物、影音光碟书籍、教材等
- 提供个人、夫妇、家庭或小组合乎圣经原则的辅导
- 培训拥有辅导恩赐的基督徒
- 小组辅导专题讨论

我们的成员：

- 主任委员：林约瑟
- 执行秘书：王福娟
- 委员：钱慕恒、杨丽真

联络方式：bc.rightpath@gmail.com

马来西亚圣经辅导事工：<https://www.facebook.com/groups/276111329194188/>





“因为，没有好树结坏果子。也没有坏树结好果子。凡树木看果子，就可以认出它来。人不是从荆棘上摘无花果，也不是从蒺藜里摘葡萄。善人从他心里所存的善就发出善来；恶人从他心里所存的恶就发出恶来，因为心里所充满的，口里就说出来。”（路加福音6:43-45）

耶稣的这段比喻是采用常见的物质界的现象，透过栽种下的果子种类，必结出该种子的果子，来说明我们内心的光景，带出我们外在的行为。让我们来思想其中的教导。

种子会长出根芽，加上适合的土壤，施肥、阳光雨水的浇灌，就长成树木，结出果子。耶稣用普通物质界的现象来解释心与行为之间存在着无可否认的种子与果实的联结关系。即便在我们的周围，少不了人与人之间的互动，以及处境的变幻，这些



因素虽有其影响力，但只是提供机会，真正影响我们的行为的，终究是我们内心的光景。

在这个比喻中，种子就是我们心。心是我们的中枢神经，会思想，是情感的酝酿，并产生意志的回应，带出我们的行为来。因此，这段经文的重点是在说：一棵树结出那种果子，是因为种下的种子；一个人之所以有某种行为，是因为我们内心的光景。

旧约的约瑟在主人波提乏的家中管理家务，经文告诉我们“耶和华与他同在，他就百事顺利”，因此深受主人的信任，主人将家里一切所有的都交由他打理。波提乏除了自己所吃的饭，别的事一概不知。后来面对波提乏妻子情欲上的诱惑，约瑟是如何回应眼前的处境呢？圣经说约瑟不从，因他

心中认定这是得罪神的大恶。主人的妻子后来更因无法得逞，而诬赖陷害约瑟，使他被关在监牢里。从圣经这段记载，就看见约瑟的心中，因认定神的同在，作出合神心意的回应，因神的同在，情愿背负重担，而不顺从外在逼迫的处境，抑或是人的权势与压迫，而犯罪得罪神。

恶人行出恶行，是因为心中的邪恶；善人行出善行，则是因为心中的美善。种子结出果子，我们的心生出行为。我们从所结出的果子就可以认出树木，同样的，我们的外显行为的真伪与美善，就凸显我们心中的光景。

箴言四23说：“你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效是由心发出。”约瑟认识并经历神的同在，神使他所作的一切尽都顺利。从经文的发展，约瑟后来精彩的一生，更彰显神自己的作为，透过约瑟这个人物，在艰难以及危险的处境中，约瑟因认识



神，而保守自己在神面前，竖立降服于神恩召的属灵榜样。

惟有耶稣可以改变我们的心。耶稣的救赎足够满足我们的心，我们的生命与基督联结，一天天，一时、一刻、一瞬间，谦卑信赖跟随。神改变我们的方式，就是藉着祂的话，光照触动我们的内心。因此，不要刚硬，消灭圣灵的感动。所描述的“脱去”和“穿上”就指出来我们旧人的样式，并要穿上新人，这新人有真理的仁义与圣洁。因此，真实的改变，是从心里开始，心思更新了，恨神所恨，爱神所爱，生命就为神结果子。

改变是一生之久的旅程。在福音里，我们真正且永恒的身份是在基督里。在今生，我们与罪的争战，确实天天在上演，但这也告诉我们，在基督里，改变是真实发生在每一日的生活里。改变的过程极其辛辣，离不开眼泪，因为它不是一次过的经

历，它还在进展式的展开，常常蠢蠢欲动地挑战我败坏的心思
以及行动。但相对于为我死，背负十字架
道路的主，在基督里心思更新改
变，在软弱中被主来刚强，更
是稳妥。

王福娟
【正道】辅导室



教会牧养看 圣经辅导

(一) 前言：牧羊人的呼召

他拣选了自己的仆人大卫，把他从羊圈中召出来；

他领他出来，使他不再跟着那些母羊，

却要牧养他的子民雅各，和他的产业以色列。

于是大卫以正直的心牧养他们，灵巧地引导他们。（诗篇78:70-72）

主耶和华这样说：

以色列众牧者有祸了！他们只顾牧养自己。牧者岂不应当牧养羊群吗？

你们吃脂油、穿羊毛，宰肥壮的羊，却不牧养羊群。
瘦弱的，你们没有养壮；患病的，你们没有医治；受伤的，你们没有包扎；
被赶散的，你们没有领回；迷失的，你们没有寻找；
你们反而用强暴严严地管辖牠们。
牠们没有牧人，就分散了，作了田野一切走兽的食物。
我的羊在众山和各高冈上流离；牠们分散在全地上，没有人去寻，也没有人去找。

(以西结书34:2-6)

耶稣走遍各城各乡，在各会堂里教导人，宣扬天国的福音，
医治各种疾病、各种病症。
他看见群众，就怜悯他们，因为他们**困苦无依，像没有牧人的羊一样。**

(马太福音9:35-36)

我来了，是要使羊得生命，并且得的更丰盛。
我是好牧人，好牧人为羊舍命。 (约翰福音10:10-11)

无论是在以西结时代，或是21世纪基督的教会，正如当年主耶稣“看见群众，就怜悯他们，因为他们**困苦无依，像没有牧人的羊一样。**” (太9:36) 在描述主耶稣从人群中观察到的景况时，圣经使用“困苦无依”这样令人沮丧气馁的词语。羊群感到困苦无依，非常气馁，他们当中有许多人可能灵里非常饥饿，甚至可能开始离群，这些羊心灰意冷，从一个教会游荡到另一个教会，因为他们没能得到所需的关怀，而主耶稣却要求属他的牧人能够提供这种关怀。

圣经常用“牧羊”来形容教会事奉。主要的教会领袖常被称为是：牧师。主耶稣也自称是：“好牧人。”圣经把会众形容为羊，一方面是说有生命的；另一方面是说他们不能在属灵的方面照顾好自己，是需要“牧养”的。所以以西结书为牧养工作的内容列出一份清单：瘦弱的，需养壮；患病的，需医治；受伤的，需包扎；被赶散的，需领

回；迷失的，需寻找。（结34:4）

他们吃了早饭，耶稣问西门 彼得：“约翰的儿子西门，你爱我比这些更深吗？”他回答：“主啊，是的，你知道我爱你。”耶稣说：“**你喂养我的小羊。**”耶稣第二次又问他：“约翰的儿子西门，你爱我吗？”他回答：“主啊，是的，你知道我爱你。”耶稣说：“**你牧养我的羊。**”

耶稣第三次问他：“约翰的儿子西门，你爱我吗？”彼得因为耶稣第三次问他：“你爱我吗？”就忧愁起来，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。**（约翰福音21:15-17）

主耶稣曾三次问彼得是不是真的爱他，彼得都回应他爱主耶稣。主耶稣每次回应彼得断言自己对他的爱时，他都指出同样的画面“照顾羊群”，这是主耶稣描绘一幅牧人工作的综合性画面。这是主耶稣给予彼得作为教会领袖（牧者）非常重要的教导，证明自己真爱耶稣的方式就是“喂养我的羊”。主所召的牧者若爱耶稣，就包括关心那些属他的羊群。而关心那些属他的羊群，则意味着可能要为此而牺牲。

（二）教牧辅导目标

目标一：解决问题

自从亚当夏娃犯罪堕落后，我们就陷入许许多多的问题里。这里有问题！那里也有问题！到处都是问题！教会都是罪人充满的地方。

教牧辅导的第一个或许也是最明显的目标就是解决问题。辅导本质上是以问题为导向的。像所有其他事工一样，辅导也是以基督为中心，以神的道为驱动力，但它通常是对某些方面问题的一种回应。牧者需要帮助身处困境的会众有智慧地回应他们



的问题：失丧需要寻找；饥饿需要喂养；受伤需要包扎；体弱多病需要养壮；伤心需要安慰；惧怕需要得安息；怒气需要控制；欠债夫妻需要制订预算目标，在钱财方面有所节制；自残身体的青少年需要采取行为策略制止；吃止痛药上瘾的职业运动员则需要就医。牧者必须解决实际的问题，而会众则需要深思熟虑的建议来面对现实生活中的困难。

神所提供的解决办法，都可以在神的话语里找到。圣经不是一本充满问题的书，而是一本充满解决办法的书。神是真正的解决问题者。人类面对的最大问题，罪人的生命最大的祸根，导致我们全都受咒诅的，就是罪。伟大的神解决全人类最主要的、也是无法靠着自己解决的问题。神差派了他的独生爱子耶稣来到世上，为偿还我们的罪在十字架上受死。耶稣基督借由他从死里复活而战胜了罪和死亡。

目标二：展示福音的现实意义

我在神面前，并且在那将要审判活人死人的基督耶稣面前，

凭着他的显现和国度叮嘱你：

务要传道；无论时机是否适合，都要常作准备；

要以多方的忍耐和教训责备人、警戒人、劝勉人。（提摩太后书4:1-2）

你却要凡事谨慎，忍受磨难、作传福音者的工作，完成你的职务。

（提摩太后书4:5）

保罗劝勉提摩太“务要传道 …… 作传福音者的工作”。如果我们辅导的对象不认识耶稣，那么，要毫无顾忌地对他们宣讲福音的好消息以及让他们知道——他们需要救主。主在他的旨意中已然给了我们各样的契机，让我们能将福音分享给那些迫切需要的人，要叫他们悔改认罪。向非信徒被辅导者传福音，实际上是在解决他们“与圣洁的神分离”这一属灵的现实问题，以及是在满足他们对基督饶恕的需求。

人只有靠着基督称义，才能活出公义的生活。当人们内心最深处的价值观、隐藏的欲望以及世界观与神的不一致时，就会导致持续的挫败感和功能失调。因他们对于问题的看法完全是属世的。

然而，福音具有现实意义，因为它以永恒的视角重新看待世上一切的苦难。神的道以任何事物都无法做到的方式暴露人内心的邪恶和败坏，像外科手术一样揭示不健康的事。信心是一个人接受基督之义的途径，因此这人的内心和生命的品格、性情都发生改变。即使很难相信基督的话，但人们总会发现，基督比他（或她）自己的生命更值得信赖。

我们一生都必须这样倚靠福音。福音总是具有现实意义，教牧辅导的目标之一就是，尽可能清楚地陈明这一事实。为此，我们需要揭穿所有人都会对自己说的谎言：“我能靠自己解决”、“也许福音这东西在教会里对人有帮助，但在我生活中最需要它的地方，它不会带来真正的改变”、“如果基督真的爱我，他就会让这个问题消失。”“这简直太难了！我放弃了，不管了！”牧者应当立即制止这样的想法。他必须坚持，生活中的问题是那些有难处的人听到基督呼召的机会，既不应该坚持靠自己解决问题，也不应在绝望中放弃。这些事情都无法叫人更深地倚靠福音，而更深地倚靠福音正是神对他所爱之人的心意。

不以福音为耻；这福音是神的大能，要救所有相信的，

先是犹太人，后是希腊人。

神的义就是借着这福音显明出来，本于信而归于信，

正如经上所记：“义人必因信得生。”（罗马书1:16-17）

福音是神的大能，神在福音里呼召我们这些原本死在过犯中、拜偶像、完全愚拙的人变成神的儿女、门徒、敬拜者以及神国的使者。我们要让人们看到福音的现实意义。

目标三：帮助人成长得更像基督

最重要的目标是，我们要帮助人成长得更像基督。人类受造是为反映神的形象。我们越是像他，就越能反映出神对人类生活的理想。当一个人经历了成圣，他就会脱去那些让灵魂枯干的追求，并穿上那些以基督为目标的追求。唯有耶稣能完全彰显神的性情，因他自己就是神。但他也是像我们一样的人，所以他适合做我们的代表、榜样和救主。因此，在辅导过程中，我们必须牢记：基督既是辅导的途径，也是辅导的目标。

- 耶稣基督是改变的途径。相信福音会改变我们内心的回应。关于辅导的一切理论性智慧和实用建议，都应当集中于使人凭信心与耶稣基督建立更亲密的关系。
- 耶稣基督是改变的目标。彰显他的性情是我们追求的成熟生命的样式。辅导过后，环境可能不会改变，问题也可能不会消失，但神应许赐下能力，使人的回应能反映出对他儿子的信靠顺服。

身为牧者，我们的挑战就是用令人信服的方式说明，为什么效法基督这一目标要比他们对快乐的渴望或从痛苦中解脱的直接愿望好得多。我们当然会努力使沮丧的人振作起来，让悲伤的人得到解脱，但我们不会就此止步。我们盼望他们看到，寻求正面和变得更像基督是何等的荣耀。无论是信徒还是非信徒，牧者的辅导都一样简单：像基督一样才能使人拥有最丰盛的生命（约10:10）。

老实说，这会让辅导的果效变得更难衡量。如何精确衡量出人与基督相符的程度呢？牧者主要的信心在于，一个人若属基督，神就必定亲自完成更新这人的工作。这

就是使徒保罗继续努力服侍的理由：“我深信那在你们中间开始了美好工作的，到了基督耶稣的日子，必成全这工作。”（腓立比书1:6）这同样也是我们努力服侍的理由。

总结：辅导精神的教会



基督的教会要成为一间有辅导精神的教会，而不仅仅是拥有一个有辅导精神的事工。基督的教会，不是一个拥有辅导事工的教会，似乎每个有问题的人都可以去那里，只为了问题得以被解决。不是这样的，也不应该只是这样的。我们都被呼召成为“门徒的制造者”，而这正是圣经辅导的意义所在。

我们都被呼召彼此相爱、彼此鼓励、彼此坚固和彼此安慰。要成为这样的一间教会，每个会众都能以符合圣经的方式思考自己的生命。这将在你的教会中产生合一，并使每个人都得到坚固，更加合乎主用。

杨丽真

2013年毕业于台北改革宗神学院圣经辅导硕士
古晋恩典浸信会辅导传道
正道辅导室委员

圣经辅导与牧养实践 1.0

/ 1 /

Question

“辅导是圣灵的工作”，我如何看待这个教义，以及作为辅导员的角色？（约十四15-16, 26, 十五26, 十六8-11, 13-14, 罗八15-16, 弗一13-14, 林后四7）

Answer

耶稣基督是以色列的安慰者，他应许差派另一位保惠师圣灵，在他复活升天后，到来住在信徒的心中，永不离开他们，引导、光照、督促、责备，使人认识真道，并信靠到底，圣灵印证这个人属于神。辅导员是器皿，是上帝使用的工具，受神话语的装备，为上帝的国度来耕耘，用圣经，作辅导。辅导员的实践就是去“栽种、浇灌”无论风吹、日晒、雨淋，我得流汗、得殷勤、得勤奋，得忠心、得良善，按神的方式，去播种、去除害虫，去看守修理，去作主的工人，作自己责任范围当作的，引人悔改、回转，生命与基督联结，然后神说唯有神叫他成长。

/ 2 /

Question

“圣经是上帝的默示”，这句话如何帮助我在案例辅导里得出路？（提后三16-17, 诗十九7-13）

Answer

圣经是永生上帝的话语，教训、督责、使人回转归正、行出神喜悦的义行，神话语的全备、清楚、无误、足够、权威，苏醒沉睡的心灵，使人得真智慧，安慰快活人心，洁净使人分别属神，确实可靠，因祂出于神。圣经有两大主题，人为什么需要救恩，得救以后，从圣经的话语，看待生命的议题，在恩典与信心里，为神而活。

/3/

Question

“神按着自己的形象造人？”我如何看待这个教义，案例以及自己？（创一27，二7，弗四20-24）

Answer

每个人的受造都有神的形象，是上帝尊贵的设计，整个创造界，惟有人的受造有上帝的形象，像神的性情，有理性情感意志，代表神治理万有，但人不是神。人犯罪堕落后，亏缺了神的荣耀，全然堕落败坏。惟有基督的救赎，凡真心悔改相信，就蒙主饶恕接纳，成为神的儿女。重生以后，因基督救赎施恩，在基督里努力活出上帝的形象，攻克己身，越来越像主耶稣。直到主再来，救恩成全，所有属主的人，就能完全活出神的形象样式。唯独人是神按祂的形象所造，因此，辅导进程，就是位格级的对话，倾诉与凝听，诉苦与回应，辅导员以及受辅导者都要因福音，经历生命改变的大能。

/4/

Question

我如何定义成功或失败，对或错，令人满意或不满意的服侍？（约十四15、十3，10，14-15，腓一6，二13-16）

Answer

顺服神，以神为神，以神为乐，凝听主话，抓紧主的应许，主的羊听主的声音。能够辅导一个人不是累计战绩，而是作主的工人，我是上帝手中的工，让神的心意，成就在人的身上，荣神益人。帮助受辅导者，指出罪，引导对方悔改，脱去罪，穿上圣洁，为罪忧伤，从里到外，靠着基督，渐进进步过圣洁生活。因此，我是主工人，被呼召差遣去浇灌耕种，理所当然，我得面对严酷的骄阳，有时泛滥成灾的处境。神的话抓住我，从神的话来学习，按主的话来引导，是为稳妥。

/5/

Question

“没有义人，连一个都没有。”我真的有能力去辅导人吗？（腓三12-14，西一28-29，箴九10，诗一一一10）

Answer

一个罪人不能自救，一个罪人也无法救人。我既已在基督里蒙拯救，生命与主联合，就是在基督的恩典里，信靠福音的大能，使人重生，并在圣经教导里，心意更新变化，活出上帝美善的旨意。靠着自己我绝对没有能力辅导人。因此，当追求的是在真理中的智慧，应用神所提供的支援与资源，尽心竭力，指出罪，福音的盼望，劝诫挽回人心。

/6/

Question

我会不会出错，出错了岂不是害死人？出错了怎么办？（林后十一29-30，十二10-11）

Answer

圣灵不会出错，辅导是圣灵的工作。将自己的软弱带到主面前，因基督的庇护，信心得以刚强起来。这些软弱可以包括，觉得自己不能、不足，小信，而放大眼前的挑战。

/7/

Question

面对案例辅导，我在凝听对方的叙述时，一般会有什么反应？我有没有觉得需要体恤对方的难处与处境？（彼前三8，来四15，太十一29-30）

Answer

倾听案例完整的生命故事，理解并认识这人的处境与灵魂，他如何回应他所面对处境，内心相信什么，以至于生命荆棘丛生。神对他的处境说了什么，他当如何脱去荆棘丛生，被罪捆绑的状况，来到神的面前，生命悔改，更新，为神活，荣耀神，结出

生命果子。在福音里为对方代求，建立盼望，辅导的规划，课业的进展与调整。从耶稣的身上学习关顾与辅导。

/8/

Question

除了传福音，一般上我还可以如何向对方表示我的关顾？我有界限吗？（太十一29-30，徒二44-47）

Answer

帮助对方在当尽的责任里，按能力所及的来治理。我会监督对方的日常作息，让对方主动回应，参加敬拜、聚会、查经、团契、供应基本需要，生活节制等。直到对方显出有信心，智慧管理生活，并按神的方式处理问题。起初我制定进度，观察，直到对方能自己规划，并执行实践，信靠神的心，生命结出看得见果子。

/9/

Question

个案的问题可以错综复杂，到底要处理到什么时候，才可以结束辅导？这会不会令我太为难？（太七24-25，罗八31-39，帖前五16-17）

Answer

我不能，但基督能。因祂已为我背负罪的重担，并应许我们，在祂的救赎，没有任何处境或难处，能拦阻我们来到祂面前。另外认识大祭司在天上的代求，没有一个属主的人，会成为孤儿。引导对方为罪死，为神活，在教会的牧养中长大成熟。

/10/

Question

在辅导牧养基督徒，对方会以我为榜样，我当如何回应？（太五16，路廿二26，林前九27，提前四12，林前十一1，腓三17，来十三17）

Answer

辅导与牧养，是生命影响生命的见证，更是使人跟随主脚踪，见证基督在这人身上所

成就的奇妙大事，一生效法基督，或生或死都属于永恒的救赎主。从过去至今，神也带来为我守望，等候，忍耐，督促我的属灵牧者，他们灵性的成熟，也成为我学习的榜样，在知识、信心和圣洁方面，引导我帮助我定睛基督。

/ 11 /

Question

一般上我喜欢怎样的辅导？我个人独白，给予指示？对话式的辅导，一起分辨应用真理？（西三16-17，林前十三4-8）

Answer

引导对方从圣经的话，看见自己在罪中的光景，快快地听，慢慢地说，牧养人心，建立在基督里真实的盼望，设计课业，帮助对方渐进的成长，以基督为标杆。有一位神说话，神启示祂救赎的旨意。因此，让我的言语，也不断地归正，敬畏神，温和劝诫，等候仰望，共得属灵的好处。

/ 12 /

Question

我如何看待罪与犯罪的人？（罗一18-32，罗三23-26，）

Answer

罪是亏缺了神的荣耀，以其他的人事物，有形或无形的方式取代神在人心中的地位，犯罪的人，需要救恩，悔改认罪，罪得赦免，与神和好。耶稣已经在十字架为罪而死，因此，我们当悔改，回转，接纳祂，信靠祂，何必死在罪中，面对神终极地狱火湖对罪人的审判。

/ 13 /

Question

对我来说，因罪受苦意味着什么？（诗篇三一9-12，三二1-11，五一1-19）

Answer

罪就是不听神地话，神吩咐的，我不去行；神没说的，我却全做了。犯罪对上得罪

神，对下把自己陷在愁苦当中，更是身心都受劳累，难以作息；犯罪也祸及他人，对方也因我的罪遭殃。求神帮助我，不要消灭圣灵的叹息，因圣经说，当把我的罪带到神面前，悔改认罪，得赦免洁净，并心灵真实释放，与神和好，去与我得罪的人和好，修复关系，继续事奉神。抓紧神的应许，何必在罪中作孽，身心受苦呢？

/ 14 /

Question

对方在叙述自己的情况时显得情绪波动，我如何看待情绪？（加五19-21，22-23，24-25）

Answer

情绪是指对外来的处境所引发的状况，导致个人对这个处境，所产生的回应，例如喜欢或不喜欢，赞成或反对，喜怒哀乐等反应。对处境，我们会有正面或负面的情绪反应，“情绪”在提供我们讯号，告诉我们内心里面的对这个处境的想法，包括我们的信念、价值观、动机、欲望等。情绪可以反映一个人生命的成熟度，因为情绪的表达与处理，对生活的管理以及人际关系的建立，具有建设性，或破坏性的力量，因此，是十分值得重视的。关键在于面对变幻多端的处境，我是选择顺服神，以至于结果子，还是我顺服情欲，而荆棘丛生，这两者，是彼此相敌的，没有灰色地带。

/ 15 /

Question

在面质罪时，我要如何指出对方的罪以及基督的恩典？（路七36-50，林后十二9，提前一12-17）

Answer

从保罗的生命，保罗说他看见自己就是个罪魁，罪人之中的大罪人，是基督救赎的恩典，把祂救回来。圣灵使我知罪，知道自己也是个罪魁，主的赦罪之恩是格外的丰盛，拯救我不再罪中沉沦，也赐下信心，确定生命属主，我的生命，基督徒的生命如今有个上头来的满有恩典的信息。福音书里耶稣对那位用玉瓶香膏膏主的脚的女人，

指出来她的许多罪都赦免了，因为她“领受”的爱多；但那赦免少的，他“领受”的爱就少。只面质罪，没有基督的恩典，罪人必然无地自容，这是残忍的。只谈恩典，不面质罪，罪人就会放纵，以为犯罪而已，恩典就在耶稣里，何必大惊小怪。

/ 16 /

Question

当一个人悔改，浪子回头，我如何定义“改变”？（路十五11-24，诗篇五一13-15）

Answer

浪子犯罪，亏负自己的父亲，任意妄为，挥霍无度，生命穷途末路，意志消沉。这个时候他“醒悟”过来，看见自己所作所为是得罪天（神），更是得罪自己的父亲（人）。因此，他不惜一切代价，就是回到父亲的面前，向父亲认罪。我认为改变是从“醒悟”开始，看见自己在罪中必死无疑的光景，灵性的破产，生命处于阴暗，愁苦劳烦终极的痛苦。“改变”是需要努力的，需要信心起步，付代价的，脱去旧人，穿上神的圣洁，为神而活。

/ 17 /

Question

我如何看待辅导的转介？这是否代表我的能力的不足和有限？（出十八13-26，弗四11-13）

Answer

在圣经辅导的服侍，我并非孤军作战，认识并承认自己的不足与有限，更使我看见惟有基督的无限以及全能，祂供应资源，辅导需要能够转介，这是恩典，也让有需要的人，得到对的帮助与监督。在教会里执行辅导应当表现出教会的权柄和正统信仰，并服在教会的权柄和正统信仰之下。因此，转介一个案例，这个案例还是属于他所属的教会，教会当关心这人改变的进程，与所转介的机构或辅导员，保持密切的联系。这人生命改变后，他属于自己的教会，在教会的牧养继续成长。因此，教会的辅导是有系统机制的组织。

/ 18 /

Question

作为辅导员，我如何看待自己的成长？（腓二5-11，提前四12-16，弗五6-21）

Answer

基督徒的生命，是从信主，生命与主联结，当向主负责的今生，直到进入主应许我们回到祂那儿的美好的永生。我是33岁信主，然后受洗，就在教会，听道、上圣经课程、装备，灵修，工作，服侍，学习用圣经的话来面对生命的议题，被主来打败，也同时被主来建立，成为在主手中的人。因此，在今生我当向主负责的，特别关乎我的成长有以下四方面：越来越像主基督（有基督的品格），学习圣经，在辅导的服侍被雕塑、提升与建造，在教会的群体里得牧养并成长。

/ 19 /

Question

我如何看待教会惩戒的功能与目标？（太十八15-17，12-14，雅五20，提前二21，来十二6、11）

Answer

圣经是永生上帝智慧的言语，规范出来教会惩戒的功能与目标，教会里有犯罪的问题，若没有处理，罪就有如面酵，发酵扩大，不但教会抬不起头来，神的家在世人面前失去见证。圣经充满神以祂的话劝诫祂的子民的例子，挽回犯罪的人，使他不必在罪中沉沦，而是悔改更新，为神而活。因此，9 Mark 对教会纪律，用了一个很幽默的说法，它说教会纪律是上帝规范的手段。神是圣洁的，不会容忍罪来败坏教会的名声。

/20/

Question

我是否相信教会的劝诫可以医治并恢复破裂的关系，保全教会健全发展？（赛五三4-5，太十八15-17，12-14，林后二1-11）

Answer

教会惩戒（教会纪律）的积极面就是劝勉以及教导带领信徒在基督里成熟，在圣经话语的教导长进，对真理认信，在罪的问题回转，悔改，更新，继续在教会的教导与牧养成长。

林前二1-11，保罗对惩戒、悔改与接纳的解释：

1. 保罗过去对软弱犯罪的弟兄和教会深感忧愁，因为出于疼爱他们的心。（vs.4）
2. 那犯罪的弟兄给众教会和保罗自己带来忧愁。（vs.5）
3. 能叫保罗和众教会带来快乐的，只有那位已经让他们忧愁软弱弟兄。（vs.2）
4. 犯罪的弟兄受了责罚而产生了忧愁（悔改），就当赦免他，安慰他，向他显出坚定不移的爱心。（vs.6-8）
5. 赦免和接纳是教会全体的同心，在基督面前所行的。（vs.10）
6. 犯罪、不悔改、不饶恕，使教会纷争是撒旦的诡计。（vs.11）

/21/

Question

我如何看待辅导技巧？从耶稣自己，到历代辅导前辈（清教徒）遗留下来的属灵遗产，我又如何看待？（徒四12，来十三7）

Answer

清教徒将辅导的服侍称为“灵魂的工作”，主要是建基于圣经将人的光景、苦况指向人根本的问题——“心的悖逆”，以至于人选择偏离神以外的道路，以犯罪的模式回应问题，满足自我的内心。圣经辅导的进路，就是要将人心意夺回，使人经历福音的大能，悔改、认罪，将人心导向真理，使人信靠圣经和圣灵的工作，生命持续改变更能

新。这是上帝的心意。高举的不是学会或掌握辅导技巧，而是人的生命与基督联结，顺服信靠，甘心乐意为主而活。

总结：为什么圣经辅导

1. 唯独神的恩典，一个罪人去辅导另一位罪人
2. 唯独耶稣基督的拯救：人的生命蒙拯救怜悯
3. 唯独圣经：满有恩典的辅导，教导、督责、使人归正、教导人学义，为神而活

辅导员是平凡的人，因耶稣基督的救赎大工，因祂成就不平凡的呼召，荣耀惟独归于祂。



■ 王福娟

过去为中学教师，
信主蒙召从学校到教会，
参与事奉，得雕塑装备。
2012 年毕业于台北改革宗神学院，
目前为槟城恩信生命堂全时间同工。

参考：

1. 林慈信牧师【胜任辅导】教学视频，2022年，可以从youtube 搜寻，目前制作了18堂。林慈信牧师继续在更新修正进步核心的内容。 (Jay Adam 亚当斯,The Christian Counselor's Manual 《胜任辅导：圣灵的劝诫》实践本)
2. 邹淑卿，台北FCC珍爱家庭中心课程【圣经辅导与灵性关顾】5堂，每堂1.5小时。



恩典 21.....

看着一家四口在上海旅游时所拍摄的结婚二十一周年照，由心而发的颂赞上帝的怜悯与慈爱。哈利路亚！感谢上帝在这二十一年的保守及带领我们的婚姻生活。回顾过去，一切都在祂的救赎计划里，每一步都是恩典的脚步。

耶和华 神说：“那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他”（创世纪2:18）。大学毕业后的第一份工作，我认识了我的另一半，他也是我的第一位基督徒朋友。奇妙的上帝透过他把我带进了教会并认识了耶稣基督。几年后我决定归入基督教大家庭，并在上帝的见证及亲友的祝福下步入了婚姻的殿堂。

结婚是人生的新阶段，无论是环境、身份、角色都须要重新适应及学习。结婚初期，从单身到“二人合为一体”的夫妻关系，至后来成为父母，每个阶段都充满惊喜与挑战。年少的我们虽然信主却根基不深，许多事情还是按自己的方式处理而伤痕累累。日复一日的繁忙生活及琐碎事务消耗了不少信心、爱心及耐心。我们的软弱，洞



悉人心的上帝都晓得。 “耶和华啊，你已经鉴察我，认识我。我坐下，我起来，你都晓得，你从远处知道我的意念。”（诗篇139:1-2）。感谢上帝保守我们的心，圣灵不断提醒我们，忙碌的生活不可成为教会生活的绊脚石，我们依然风雨无阻的参与教会崇拜；透过祂的话语，教会及小组团契生活不断的建立及更新我们，让我们重新得力回到生活岗位面对生活。“你的日子如何，你的力量也必如何”（申33:25）。在婚姻的高山低谷上帝伸出援手为我们开路，祂的话语成为我们迷失中的亮光，让我们一次又一次降服于祂的主权并学习顺服依靠，以基督的爱经营我们的婚姻生活。

为着上帝赐福于我的婚姻家庭，我感谢祂。“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”（腓4:19）。二十一年的恩典之路有主同在，祂的恩典及祝福满满的临到我的婚姻家庭，无论是工作，教会侍奉，孩子学业，身、心、灵在主爱中成长并经历祂的丰盛慈爱与供应。神是陶匠，我是泥土，感谢上帝的公义怜悯，从过去到现在一直把我们一家放在掌心中覆庇及塑造我们。在未来的日子里，求圣灵继续充满及保守我们的心，让我们忠心并谦卑服侍上帝，成为祂合用的器皿，为主发光作盐。我们活着的一生乃是要敬拜赞美上帝，我们的生命要彰显祂的荣耀。“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”（林后1:3）。阿门！



 **Serene**

BMMC

圣经辅导入门

课程回馈……

2023-2024年，感谢神，能够透过编辑【圣经辅导入门】课程内容，带来生命与服侍的反思与坚固。这个内容的编辑，主要是要对教会与会众，透过教会的主日学，介绍圣经辅导的内容与实践，帮助教会对圣经辅导有基础的认识，建立对神话语活泼有功效本质的委身，从耶稣的服侍学习辅导，并在生活中来应用。

神带来愿意拨出时间，来学习并回应简单课业的人。在基督里，神成就一切的美好。

“上帝话语的活泼且大有能力”

参加这个课程让我看见神话语的充足和丰富，帮助我不把神话语滞留在脑海里，引领我看到神的话语与我的生命是有关系的，能够改变我对事情的看法，且在神丰富的话语上经历神大能的改变。课程让我看到自己信心不足，缺乏去应对自己心里头的罪，也看到神实在的恩典，神要挽回我们，使我面对生命的炎热时，操练立即从我们所生出的荆棘回转向神自己的话语。刚开始面对自己的罪，当自己逃避面对问题，心里是不舒服的，因为要跳出自己原有解决问题的方式，内心是痛苦煎熬的。但是，在这些过程中，深信是神的恩手托住，神在保守我。这个课程的结束是一个新的开始，不断地帮助我操练神的话实际且真实的应用于发生在我每一天的生活的炎热。感谢主！

为你

大专团契

“不是越过，而是面对……”

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（诗四十六1）。

信主前，追求的是内心的宁静，学习看破红尘，与世无争，如莲花出污泥而不染。信主后，很喜欢选一些大有能力和祝福的经文，把它背起来，给自己，给身边有需要的人做随时的帮助。信主前和信主后的分别在于，我多了一位赐福的神，赐平安，赐喜乐，赐力量的神。

一场的疫情打乱了我习以为常的生活秩序，隔离成了我们的新常态，由于过去的信仰没有扎实的基础，我自己也失序了。

在这期间，只能透过电视的报导，知道疫情有多严重，确诊和死亡人数，自杀，家暴，失业，亲友的离世，家庭问题，人际关系问题等，还有谣言说疫情背后有人在操控，万不可注射预防针，因为会把“晶片”注入血液里，成了恶者的俘虏，我为这些事感到恐慌惧怕，我的那一位祝福的神在哪里？

我不知所措，极度沮丧。圣灵引导，让我记起两年前有上过圣经辅导课程，于是藉着朋友的介绍，联络到福娟传道，这一连线，有如曙光照亮了黑暗处。她有耐心和秩序的以问题方式帮助我理清自己的思绪，认知自己的处境，以神的话语引导我走出困境，帮助我认识这位神及为自己在信仰上重新的定位。

神将天国的钥匙赐给了教会（太十六19），当教会看重信徒的人数而不是教义时，为了增加人数，就会迎合世界的胃口来吸引人，主日崇拜，敬拜赞美时间比证道的还长，敬拜方式，在灯光闪烁下，享受着音响和歌舞的韵律，有如赴一场演唱会，不看重证道信息的要义，只强调人人都爱听的神的祝福和成功神学，高举圣灵的医治，甭谈悔改信息。许多青少年人陷入了忧郁，不懂如何面对考试的压力，男女朋友的关系，随从俗世的价值观建立自我意识，成年人倾向于以心理辅导方式来处理个人

和家庭问题，年老的则陶醉在老歌新唱。教会啊，妳把天国的钥匙交给了谁？我用宝血买赎的子民，你们在哪里？

圣经辅导是唯一能帮助我们回转向神的蒙恩管道，有系统和秩序的以圣经的要义教导为基础，认识神是谁，祂作了什么？人当负的责任，不是逃避或越过，而是用神的话语，圣灵的帮助，去面对和处理问题，做个讨神喜悦，有敬虔实意的基督徒。我们都需要彼此扶持走这成圣的道路。

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（林前六15）。神的儿女互相联络为肢体，连于基督，在教会里我们需要成熟的属灵伙伴，藉着神的话语，以基督的心为心，顺服圣灵的光照和引导，彼此扶持，代祷，聆听，劝诫，有规划的一起面对生命的议题，以圣经的教导处理当中的挣扎和情绪。

主耶稣说，我是葡萄树，你们是枝子，常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子，因为离了我，你们就不能作什么（约十五5）。离了神，我们有如羊走迷，各人偏行己路。

过去以色列人在迦南地面对许多偶像崇拜的诱惑，但如今，迈入E时代，我们已被看不见的偶像牵着走而不自知，如新思维的文化冲击，许多国家已合法化同性恋，许可18岁以下的孩子，决定自己的性别，个人主义和自由被高举，我们都处在这虚幻的世界里，若不归正，认真学习和持守神话语的教导，恐怕我们连同下一代，都被同化，失去了分辨的能力，入了巴力的派对，还自以为义。

耶和华是我的牧者，我必不至缺乏。他使我的灵魂苏醒，为自己的名引导我走义路（诗二三1,3）。

在这末世里，大人和小孩，少年人和老年人，你和我都需要圣经辅导。

只因神说，你们要圣洁，因为我是圣洁的。

凤涓

PJCMC

“信仰的回顾与反思”

上课前，常听到“圣经辅导”这个专业名词，觉得这似乎是一个深奥的课程。上课后，透过老师对“心树图”的重复解说，并透过圣经里的个案和真实的辅导个案，让我对“圣经辅导”有多一点的认识，发现“圣经辅导”其实并没有想像中的困难，反是每个基督徒都应该学习与操练的。

上了这个课程后，虽然还不熟练，但至少有了一个概念。当在日常生活中遇到不顺己意的事时，心里会冒出老师常常提及的“心树图”的画面。提醒自己现在的回应是“长荆棘”的回应，并学习如何把问题带到上帝面前，尝试以结果子的方式回应。老实说，多数时候我依然处在“荆棘”与“果子”的挣扎中。但在这自我对话的过程中，我学习把焦点转向神，而不是一味的困在自己的情绪中。我发现这样的挣扎过程，让信仰活得更加的真实。

而在老师要求的课堂功课中，让我重新对自己的信仰有一些的回顾和反省。一些的成年旧事，一些的生命经历，看见自己是如此的微不足道，而上帝却一步一步的带领，心里再次为此向神献上感恩。主啊，我今日成了何等人，是蒙神的恩才成的！

■ 碧璇

大山脚圣安德烈长老教会

“基督为中心”，

感谢天父给我机会学习如何使用圣经的话语来帮助人定义问题、处理问题，和引导人来到神的面前，以基督为中心。

感谢圣灵引导与赐我力量来攻克己身，来回应神在我生命中的呼召，让基督的属性和作为在我的生命中不断地展开，激励我活出荣神益人的生命。

我领悟到唯有神救赎的恩典能改变人的心，而改变要从心开始。我诚心相信圣经的真理，且让神的话语成为我的世界观。

辅导的方式不是只停留在方法，我需常正视看待自己生命的议题，省察自己与上帝的关系，有否真正与主同行？心中是否有其他偶？生命有否结出圣灵的果子？我必须明白神的属性，掌握和熟悉圣经，才能引用神的话语，以诚实的心来劝诫和引导自己或是被辅导者的心，来对焦十字架，生命从心改变，且愿意更新悔改，转向基督。

感谢神与圣灵的引导，也谢谢老师的教导与分享，让我有机会应用这半年所领受的心得和神的话语来引导，帮助嫂嫂对焦十字架，使她的生命渐转变，不再孤独自艾自怜，反以基督的心为心，渐渐地从忧伤、害怕、孤立和失望变成喜乐，不再担心别人知道自己的病痛（Parkinson），有机会就主动把自己的经历与其他同病者分享，生命充满活力和盼望。

■ Adelene

PJCMC

基督的永不凋落……

最近听到花农的友人说“勿忘我”（右边花束）另有一名称叫着“不凋花”，主要是这花剪下作为鲜花使用以后，可以倒吊成为干花束，颜色还是长久一样，不会褪色。这让我想起基督死而复活的生命，基督不但为属祂的人而来，祂来是为了受死，完成救赎的大工，且死后三天复活，战胜了罪恶与死亡，给历代基督真实的确信，使我们可以靠着耶稣基督，在我们真实的难处里，为主而活。这是我们的盼望，主若不复活，我们所信的便是虚空枉然。

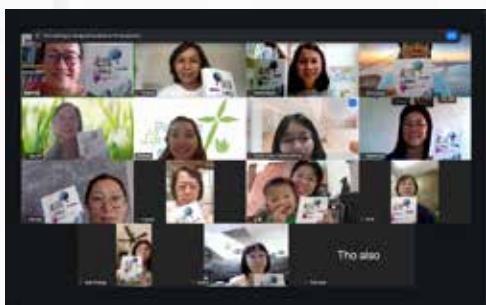


读书会进入第15个年头，我们期盼的就是透过，属灵书籍的阅读，对经文的理解与应用，以及基督徒生活课题的实践，能有更初浅的认识与学习，与主的关系被更新与委身。好的阅读，其中的内容常常仿如主所使用云彩般的见证人，继续为主作出口，提供出路，并引导信徒的生命回转来到主的面前。有时候我们生命的难处似乎把人陷入于死水当中，但当我们透过阅读，被书中的内容来提醒，使我们更认真地看待圣经的教导，心灵被激起涟漪，就会带来对等的生命效应，就是认识神，进而认识自己，看见自己的生命离开主，什么都不能做。我们都在经历基督永不凋落的生命。

2024年我们阅读了《基督徒的家庭生活》、《我们和好吧》以及《走出心灵幽谷》，妇人读书会安排在每周六早上10am-11.30am，这是黄金忙碌的时段。目前因还在线上，带领的同工，观念与实践也被主来更新，脱去从“线上阅读不可能”的

观念，穿上“线上阅读的团契”更新的眼界，跨越距离，却是核心的阅读团契。这的确是基督永不凋落生命的托住。

2025 Stay tuned，农历新年后的，我们继续阅读。欢迎自己来参加，也介绍给其他也愿意阅读的妇人朋友一起来参加。



王福娟

PLC



《我们和好吧》阅读心得

作者对冲突做出的定义是：双方意见或目的不同，使得另一方的欲望或目标无法达成。造成冲突的四个主要原因是：（一）没有良好的沟通而造成误解；（二）在价值观、目的、恩赐、呼召、事情的优先次序、期望与意见上的不同；（三）对有限资源的竞争；

（四）罪恶的态度与习惯而产生了罪的话语与行动。笔者在阅读本书的时候，有关过去很多所听、所闻、所经历的冲突事情都浮现在脑海中，有很多大大小小的冲突因着沉默、冷战或吵架而最终不了了之。其实大部分人，除了岁数增长，处理冲突的能力依然停留在小孩子状态。很讽刺的是，华人的传统文化中非常强调“和为贵”、“家和万事兴”，注重表面的你好我好大家好，而忽略“和睦”的真义。所以人们都习惯性地筑起高高的心墙，把自己保护得严实，不愿轻易敞开自己去与别人建立深入亲密的关系，以此来避免冲突。实际上这是自建孤岛，越来越孤单。这也是本书谈到的关于冲突的“滑溜险坡”中的逃避式反应：很多人相信所有的冲突都是错的，

也是危险的，从而否认问题的存在并快速逃离现实，甚至自杀。感谢主，藉着作者的手写下这本书来帮助我们勇敢面对冲突。在4G原则的教导下：荣耀神、除去眼中梁木、温柔挽回、前去谈和，帮助我们用不一样的眼光去看种种冲突。虽然每个冲突事件都不容易处理，但靠着福音带给我们的特别能力，就能找到公义，用双方同意的方式来解决人际冲突。

神一再要求祂的百姓追求和睦，耶稣的整个事工都在教导和睦，赐人平安，甚至舍了自己的生命来使我们可以永远与神、与人并与自己和好。以下是4G原则的重点提炼：

一、关于荣耀神。在冲突之中荣耀神的最好的方式就是——依赖并注目在祂的恩典上，那恩典使我们本不配的爱、怜悯、饶恕、力量与智慧，但藉由基督耶稣，都赐给我们了。神喜悦见到祂的儿女在冲突发生时成为和平使者，圣经对冲突的看法是对人有益处的，我们应该对神创造的多样性感到喜悦、学习接受，在关系上应该寻求合一，而非



统一；利用冲突的机会，让别人体会到神的恩典，让别人知道饶恕的力量不是来自于有限的自己，而是来自于神，这就是冲突提供给我们荣耀神的机会。虽然我们不喜欢冲突，有些冲突对我们来说更像一种苦难，但掌管万有的神允许苦难放在我们生命中也是有祂的美意，让我们在苦难中更多地信靠神、顺服神和效法耶稣，从而我们的生命被塑造得更像耶稣（罗8:28）。

二、关于除去眼中梁木。发生冲突的主要原因在于我们的心（雅4:1），我们心中未被满足的欲望，成为不断演变的偶像。偶像崇拜一定会使我们论断别人、惩罚别人。只有敬拜真神才能够替代拜偶像：（1）在上帝面前悔改（诗51:17），悔改不仅是感觉，必须知道我们是得罪了神，思想上悔改的180°转变而带出行 为上的悔改；（2）敬畏真神（太10:28）；（3）爱上帝，祂是供应我们一切所需 并渴望赦免我们的神（诗73:25-26）；（4）信靠上帝（诗118:8）；（5）以上帝为乐，默想祂的作为并赞美祂，感谢祂（帖前5:16-18）。我们需要在神的话语亮光中不断检视自己的罪，并使用7A步骤来认罪：（1）向每个你得罪的人认错；（2）避免如果、

但是、或许等字眼；（3）具体详细地认错；（4）承认所造成的伤害；（5）接受行为的后果；（6）改变你的行为；（7）请求饶恕并给对方时间。我们真实地认罪悔改的时候，神就使用我们的认罪——除去眼中的梁木，来帮助别人看到他们眼中的梁木。

三、关于温柔挽回。当对方看不见自己在冲突中的责任时，需要和善地让对方看见自己的过错。耶稣呼召我们对人要更加慈爱、更愿意饶恕，效法祂对我们那份牧者的爱——去寻找并帮助他们从罪中回转向神，并恢复和好关系。学习耶稣在与罪人说话时所做的，不是总告诉他们他们应该怎么做，而是把焦点放在神做了什么。论断人只会使人丧气，而靠着神的帮助，我们可以传递好消息，带给他们盼望。若要温柔挽回他人，我们需要做很多准备，如寻找合适的时间地点，以温柔的态度、平等的姿态去耐心聆听对方并与对方有充分的沟通；寻求神的恩典，求神帮助我们对别人持有从神而来的判断，帮助对方检视自己内心的欲望；以及在见面前也要做好计划要说什么。若对方拒绝接受劝导，我们要邀请长辈与我们同去鼓励对方悔改、重建和睦的关系。若对方继续





拒绝，就必须寻求教会的帮助，甚至有可能将对方视作非信徒。

四、关于前去谈和。这是决心委身于重建破损的关系，并进一步磋商以达到公正的协议。饶恕是一个决定，饶恕的能力是从神而来的，只有深刻了解自己罪的债务何等大，在神的怜悯下，祂赐下独生子来为我们的罪债而被钉死在十架上，我们才能有力量去饶恕他人。有三个层次与人进行和解：思想上以对方的优点或对神的感恩来替代不愉快的记忆；在言语上要对冒犯自己的人说赞美、感谢与鼓励的言词；在行为上做出爱的行动。在这一切的事情的基础是以对方的利益为出发点。

这些原则都是反传统文化的，甚至是反人性的，我们没有一个人天生愿意照主耶稣的教训去爱敌人、承认自己的过错、温柔地纠正对方、顺服教会，并且饶恕伤害我们的人。即使我成为了基督徒，我依然天然地只为了自己的利益着想而不情愿跨出和好的一步。阅读本书的过程中就出现两个人际冲突事件，其中一件就是关于我和我先生的冲突。已经很久没有和他发生冲突了，一边读着书上教导如何包容如何饶恕，另一边是我对我先生没有一点点耐心，只想臭脸

对着他，一说话就批评他没有主动做家务。感谢主在阅读中被提醒冲突不是一件坏事，即使我心里很难受，而是这个冲突是帮助我们夫妻关系中的杂质更好地清理。这就必须面对我内心的私欲，我期待我先生能做所有符合我标准的事情，做家务的频率和主动性，更加体贴我的需要等等。但在这个过程中我并不乐意放下我自己的期待，更不愿意牺牲我自己的舒服来服侍对方。当我意识到自己眼中的梁木的时候，我心里就感到非常羞愧，自己也是一个蒙赦免的罪人，竟然还去论断别人。重新调整焦点在神为我们所做的事情的时候，我心里就决定我要和我先生道歉，最后和他道歉并说明我在这冲突中的感受和期待。历经三天的煎熬，经过我第二次的道歉，我们就和好了（第一次道歉是急于想完成任务，但并不是真正的饶恕）。感谢主，祂为我们的冲突提供了一条路——福音，让我们战胜天生的弱点，靠着祂能学会如何与他人和睦相处，如何积极面对并处理人际冲突。

■ Yolanda





“冲突”是荣耀神的转机

“冲突”对于很多人来说应该是很负面的词汇，对于我也不例外。

没有人希望面对冲突，但是却偏偏人与人之间免不了冲突。夫妻之间、父母和孩子之间、兄弟姐妹之间等的关系都常常因为个性不一样、成长背景不一样造就不一样的我们，因而冲突的情况常常发生。

过去的我在面对冲突时总是选择逃避，最好是可以避而不谈冲突的话题，但是这样的情况久而久之变成苦毒、憎恨。虽然我清楚这样的方式不能化解冲突，可是却不知道该如何做。在读了《我们和好吧！》之后，我对于“冲突”的观念有所改变。书中提出当冲突发生可以是个荣耀神的转机。不但如此，基督徒因着被耶稣基督的宝血所赎回使我们与神和好，因此耶稣也教导我们的一生是要学习与人和睦并且使人和睦。作者从圣经中提供面对冲突该有的反思是否此事值得相争吗？有时我会因着自己的态度太过敏感，以致即使面对小小的错事我也会按照罪人的本性无限的放大，甚至忘记对方的好，只不断放大对方的错。因此，作者也在此给予提醒，当面对冲突时，双方都需要附上责任并且认罪悔改。冲突的发生可以是霎那之间然而化解冲突确是需要耗时的去策划所说的话并需要反复的练习，之后才去找对方谈和。因此，这让我学习正面的去面对冲突并按照圣经的原则去化解冲突，好让我的生命可以犹如马太福音5:9所说的：“使人和睦的人有福了，因为他们必称为神的儿子。”

诗慧

JGH





使人和睦的人有福了

阅读了这本书《我们和好吧！》让我晓得上帝是解决冲突的神，它提供了合乎圣经属灵的教导与指引，帮助我们在教会、社会、工作、家庭与基督徒或人际关系之间和睦的桥梁。耶稣说：使人和睦的人有福了。

这本书提醒我们要学习如何以慈爱又温柔且诚实的面对人与人之间的冲突，而并非躲避。我们要将神的爱、恩典、赦免、力量及智慧来解决生活中所遭遇的冲突。

冲突处理的四个基本原则：

- i) 荣耀神 Glorify God
- ii) 除去眼中的梁木 Get the log out of your own eye
- iii) 温柔挽回 Gently restore
- iv) 前去谈和 Go and be reconcile

这四G原则能提供我们寻求和睦的可靠方法。圣经的话坚固我们，若是能行，总是尽力与众人和睦。（罗马12:18）

当我们面对冲突时，必须决定是信靠神，相信神会藉着对我们最有益处的方式来成就。不要让我们与人的意见不合而产生争吵、争论或愚昧的争议，修复关系远比当面质问过失重要得多。

求神帮助我们成长与改变，我们可以靠着祷告、读经，在主里成为新造的人。我们也要实践出来，学习从欲望中排除，学习爱神，全心、全意、全力敬拜神，让神来管理。我们也要以温柔、敬畏的心回答各人，存无愧的良心，让在基督里有好品行使人自觉羞愧。我们也必须控制自己的舌头，有智慧且建设性去思考与处理冲突。

不要为恶所胜，要以善胜恶。我们也不可轻看耶和华的管教，也不可厌烦他的责备，因为耶和华所爱的，他必责备，正如父亲责备所爱的儿子。

但愿这本书帮助并引导我们，信靠并实践圣经的教导。

萍萍

PLC



单身？婚姻？从上帝出发

在《基督徒的家庭生活》这本书中，从孩子，单身，进入婚姻，及成为父母，给予我引导，安慰，鼓励，且有喜乐的盼望。每一个人生阶段里的，我们的呼召是学习行主旨意，在呼召的使命里学习，且在操练中必得蒙天恩，此学习让我知道什么当该做，什么不当该做，执行中有难处，但会靠主学习为主而做，以主为乐来

在读此书之前我对单身这课题只知道只要找个信主，相配，相爱的。但单身这一课让我明白了要进入婚前，彼此除了要在基督里，拍拖的内容乃是彼此学习如何在相处里学习一起荣耀主。我错过了，会将这宝贵的学习分享与孩子与单身的姐妹们。在凡事里，眼光与目标需要从上帝里出发。

感谢主透过阅读，老师的引导，姐妹们的分享，生命再次的被提醒，鼓励，建立。

愿主帮助我在处理婚姻与家庭的难处里，让我在顺服主里得蒙天恩。

 **Vyonne**
CGC





“ JUST ONE MORE ”

-reflection from the book “Addiction” by Edward Welch

As a sinner saved by grace through Christ, I still frequently fall into voluntary slavery (2 Pet 2:19) to my wants, my cravings, my indulgence, my desires -ADDICTIONS. Addictions hide in the dark and try to blend into what seems like a natural part of my life. Mindlessly in the morning, I “do it”, looked into my phone and social media without thinking. The more I feed my desire, the bigger it becomes. My body and mind get used to this temporary pleasure. It becomes a lie to myself that I will be happy and contented when my addiction is fed.

The next lie then comes, “no one will know I have this uncontrolled desired”. The author reminded me that addictions thrive on privacy, they live in the shadows and don’t want to be seen.

The third lie, I am under control and I am not addicted. Can I really control my cravings and desires? I lie to myself that I am still in control but time just passes quickly and soon it turns into an hour and then two. The attractions on the screen has taken over my life. Then comes the lingering guilt, yet I repeat this whole cycle again.

Vicious evil cycle:

**I envisioned it → I desire it → I get it → I am satisfied by it → I hide it from people →
→ guilt feeling**

This book reminded me of this rule of thumb : “If you are resistant to telling someone else, then you need to tell someone else!” Make it my goal to LIVE PUBLICLY, out in the open, live with no more lies, live with no more fear of being caught, live with no more feeling of condemnation. God sees everything and every moment of what I do,

God Himself knows the hidden places of my heart. Ezekiel 11:5 said, “For I know the



things that come into your mind” and another verse is from Hebrews 4:13, “Nothing in all creation is hidden from God’s sight. Everything is uncovered and laid bare before the eyes of him to whom we must give account.”

God is patient and speaks gently to me, He woes us like a groom to return to Him as His bride. At the core, Addictions are spiritual problems and physical also. God can help to

overcome my addictions. Though I cannot trust myself to overcome but I truly can trust Jesus to lead me back onto the right path. Holy Spirit can give me a repentful heart and help me turn back to God.

Step 1: Respond to God’s invitation to repentance

Step 2: Set new motives, activities to replace my addictions

Step 3: Change in behavior

Rule of thumb: guilt makes real change impossible. Take God’s forgiveness seriously.

Do not stop at feeling guilty, confess my sin and run to the Lord Jesus Christ who is faithful and just and will forgive me my sins. (1John1:9) Praise be to God for his mercies and grace upon me a sinner saved by grace through Jesus Christ.

ACT now to change!! It is never too late.

Desire to change → put up a fight → burn the bridge → develop a concrete plan.

Praise be to God for he has given me all the means of grace - His word, His sacrament, Prayer, my church and His full armor of God fr me to live a truly happy life in Him. Happiness comes from disciplining myself unto Christ.

 **Jasmine**
PLC





《走出心理幽谷：忧郁症》

“忧郁中的人看不见阳光普照，只有单调、阴郁、枯燥、没有色彩的世界。”这是书中的一句旁白，我觉得这是对陷在忧郁而挣扎的人的具体写照。作者Edward Welch语重心长地指出说：“忧郁地表现可能是身体的症候（例如体重改变、睡眠不佳、疲倦和忧郁），但是主要问题却在于灵性。它的根源可能与内疚、悲伤、受伤害和压力有关。”意思就是说，我们会排除神以外，按着我们心中的感受，去定义可能我们自己造成，或涉及其他人事物带来的错综复杂的难处，感觉无法挽回，束手无策，而心境急转直下，对生活、生命，眼前的一切，心里疲倦，充满恐惧，无法自救，好比活死人。

因此，我们需要圣经的话，来帮助我们，看见有一位神，神对我们的生命有话说。请先不要觉得，你在忧郁万丈深渊里，跟你说福音没有用。因为圣经启示的这一位神，告诉你，你的处境可能让你觉得被遗弃，耶稣却永不离弃你（诗27:10）。虽然你的失去受伤是如此的真实，你只剩下活着的那么一口气，但耶稣却邀请你仰望祂，祂总不撇下你，也不丢弃你（来13:5），祂向你如此发誓：祂来，是要叫你得生命，并且得的更丰盛。（约10:10）

这一篇专文，顾及两群人。第一群就是身陷忧郁情绪困扰的人，你需要被帮助。第二群人就是去帮助人的基督徒，你需要依据圣经的话，在福音里去关顾陷入忧郁情绪的基督徒或未信的邻舍。忧郁的人需要聆听，福音是神的大能，帮助你认识你的内心真实的需要，认识耶稣会带来生命的活水泉源。帮助人的基督徒，要以圣经的话为根基，分享福音，在整个陪伴关顾的过程，需要福音的坚固，基督大爱的激励，以至于我们可以陪伴人，共同经历福音的大能和好处。

书中也提供实际且符合真理的实践与课业，让真理与信仰活化在与忧郁抗战的旅程。在这趟旅程，你并非孤单作战，耶稣的应许以及救赎的作为伴你同行。

神没有停止工作，祂永不打盹，祂在你生命中工作。

消息与代祷

1. 【辅导季刊18】电子版顺利出版，感谢神，神加添恩典能力，文字服侍如飞行的翅膀
2. 为圣经辅导落实于教会仰望，辅导同工在个别教会的服侍与参与，带来积极主动的效应，帮助教会正视圣经辅导，使劝诫归属教会的权柄与处境，带来长期牧养的改变与成长。
3. 为线上案例辅导，教牧咨询交托，基督为生命改变的标杆。
4. 为线上读书代祷，在阅读之中，建立在基督里的阅读团契，与基督相交，进而彼此相交。
5. 为2024完成与教会彼此搭配的服侍，教导【圣经辅导入门】、营会辅导专题主讲，不同的讲座感恩。神赐予智慧并引导2025年的服侍。
6. 为台北FCC珍爱家庭【改变你的的人际关系】、【耶稣陪你走】成长团体代祷，鼓励有需要的妇人，参与课程，在痛苦难处中得建立，正道辅导室也参与其中，在团体中彼此扶持支援。
7. 您的奉献与参与是我们最大的鼓励，谢谢您一起关怀与推动圣经辅导的工作，神赐恩福。

备注：

辅导季刊从第13期开始，以电子版的格式出版，我们的网站
https://www.penanglifechapel.org/?page_id=666



「正道辅导室」欢迎教会、机构、团体等邀约，
举办各类合乎圣经教导的讲座。

辅导室的使命是「推广」圣经辅导，期盼神预备愿意委身圣经辅导的教会，与我们联络，合作开办「圣经辅导」或配合教会需要等短期与辅导相关的分享、教导与工作坊。

圣经辅导培训

- ① 圣经辅导三阶段培训
- ② 人如何改变

圣经辅导专题

- ① 圣经辅导入门
- ② 基督徒婚前教育
- ③ 从腓立比书学习辅导与关怀
- ④ 辅导员的装备

家庭与亲子专题

- ① 管教儿女管教心
- ② 青少年如何与父母相处
- ③ 两性关系
- ④ 教导儿童遵守主道
- ⑤ 基督徒教养伦理
- ⑥ 儿女教养中的律法与恩典

其他

- ① 得胜忧郁与沮丧的情绪
- ② 单身的牧养
- ③ 冲突处理
- ④ 单亲辅导与关怀
- ⑤ 认识我的情绪百宝箱
- ⑥ 《真理与生命》查经
- ⑦ 饶恕与接纳
- ⑧ 家庭候诊室
- ⑨ 言语的战役
- ⑩ 同性情欲的辅导

婚前辅导与婚姻辅导专题

- ① 婚姻的蓝图
- ② 步上红毯之前
- ③ 基督徒性伦理
- ④ 幸福家庭的根基
- ⑤ 按上帝的设计结婚
- ⑥ 真爱要等待



“辣椒”妇女线上读书会， 邀请你赴一场属灵的宴席…

一般槟城人的食物，离不开辣椒。

如果你人在咖啡店，路边摊，或菜市，或小贩中心，我建议你抬头看一看。几乎每一道美食，都用辣椒来调味。

如果你到菜市场去，若我们比较辣椒的价钱，我想你会发现，辣椒的价格相对于过去，的确是提高了。一条辣椒的价格，不再是几毛钱的零钱。过去菜农或许会在你买菜后，将一两条的辣椒，放在你的菜篮，送给你作礼物，吸引你下一回再来光顾。但今天，辣椒的价格已提高，菜农不再以辣椒相赠送，而且，有时候因天气的缘故，走遍菜市场，却不见新鲜饱满的辣椒。还得先交代菜农，为你预留辣椒，免得烹饪后的菜肴，因缺少了那么一点点鲜辣，而黯然失色，提不起食欲。

即便辣椒的价格已提高，但在槟城这个地方，人们还是愿意为了辣椒，多付一点钱，加添与丰富你烹调的食材，刺激与满足你的味蕾，让你能享受更够味的美食。

我想说的是辣椒的价值，在于牺牲溶化自己，使蕴藏在里面的辣味可以释放出来，取悦我们饱尝美食的口感与食欲。有时候辣椒的辛辣，过于刺激味蕾而让你流泪，但总会在你品尝美食以后，使你对辣椒有真正的体会和认识，并对一道菜肴留下难以忘怀的回忆，总想旧地重游，再来香辣一回。

从辣椒思想阅读，读一本好书也是这样，藉着阅读与分享，心灵或许被浇灌、被督促、被归正、被指责，并被挽回。期盼我们能在真理中探索与整合，成长与蜕变，认识生命价值的所在，在辛辣的人生里熬炼出醇香。

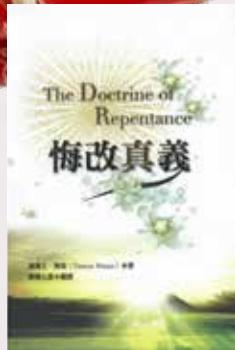
让我们以辣椒的精神，一起来阅读与分享吧！欢迎你！

询问或报名，请联络王福娟传道（016-414 3242）



为什么取名「辣椒」？

辣椒的价值，在于牺牲溶化自己，使蕴藏在里面的辣味可以释放出来，取悦别人的口感。读一本好书也是这样，藉着阅读与分享，心灵或许被浇灌、被督促、被归正、被指责，在真理中探索与整合、成长与蜕变，在「辛辣」的人生里熬炼出醇香。



《悔改真义》 *The Doctrine of Repentance — Thomas Watson*

Feb 15, 22 • Mar 1, 8, 15, 22, 29 • Apr 5, 12, 19

每周六早上 10am-11.30am

「信心和悔改是圣徒在今生不可或缺的两大恩典，他们会凭这双翅膀飞向天堂。」耶稣基督亲自告诉我们，人若不悔改，就要灭亡了。作者精辟的研读经文，提供读者圣经对悔改的指引。文字清新有力，朴实、坦率地透析人们内心。如果你想更认识悔改与我们的关系，建立稳固的基督信仰，欢迎来阅读与学习。

《真理与人生系列：圣经辅导小册子》 — *J.E. Adam*

May 3, 10, 17, 24, 31 • June 7

每周六早上 10am-11.30am

- 如何戒瘾？
- 如何从忧虑沮丧中走出来？
- 婚姻触礁怎么办？
- 如何克服恐惧？
- 忧虑终日怎么办？
- 当怒不可歇的时候怎么办？



这6本小书小书，帮助我们应用圣经的教导，在我们生命面对瘾欲、沮丧、忧虑、恐惧、发怒以及婚姻难处时，圣经吩咐我们脱去旧人，穿上新人，应用圣经的教导，实践于真实的生命里，训练我们的属灵肌肉，踏出信心的旅程来回应神，为神而改变，生命得真实的喜乐、盼望与平安。



《父母之道》：14个彻底改变家庭的福音原则

Parenting: 14 Gospel Principles that can Radically Change Your Family

July – Oct 每周六早上 10am-11.30am

养育子女养育心，书中提及14个原则，引导父母重新认识自己的身份，调整养育的目标。惟有福音给予生命的能力，以及上帝永恒的恩典，引领父母经历养育的最高目标，就是引领我们的孩子认识神，父母并不是孩子生命中的主宰，上帝才是孩子们的救赎主，生命的主。书中也提及一个重要的主题，教育孩子的目标，不是改变行为，而是改变他们的内心。



《回来吧，巴芭拉！》

Come Back, Barbara! C. John Miller & Barbara Miller Juliani

Oct - Dec 每周六早上 10am-11.30am

《回来吧，巴芭拉》把爱的实意指向基督舍己的大爱，让心被伤透的父母亲，如何在基督的大爱里头检视自己的生命，并在基督的饶恕里，重新得力，确实坚定地爱步入迷途的儿女。同时，我们也看到父母亲如何藉着从基督而来的爱，触动悖逆儿女的良心，使她回归基督的怀抱，得享从十字架而来的自由与赦罪的喜乐。