



基督復臨安息日會全球中文繁體版

安息日學研經指引 / 學課  
Adult Sabbath School Bible Study Guide

## 在基督裡得安息



七月 ▶ 九月

在動盪的世界中，  
明白神的掌管，  
獲得在祂裡面的，  
安息與豐盛。

2021  
Q3

# CONTENTS

## 目錄

安息日學研經指引／學課 · 2021年第3季 · 7~9月

# 在基督裡得安息

作者：吉羅德與尚塔爾·克林貝合著 譯者：吳金財

導言 .....	02
基本信仰28條.....	04
1 生活在一個連軸轉的社會 6月26日－7月2日 .....	12
2 不得安息和背叛 7月3日－7月9日 .....	19
3 不得安息的根源 7月10日－7月16日 .....	26
4 安息的代價 7月17日－7月23日 .....	33
5 「到我這裡來……」 7月24日－7月30日 .....	40
6 在家庭關係中找到安息 7月31日－8月6日 .....	47
7 安息、關係與醫治 8月7日－8月13日 .....	54
8 享受安息 8月14日－8月20日 .....	61
9 安息的節奏 8月21日－8月27日.....	68
10 安息日的安息 8月28日－9月3日 .....	75
11 意猶未盡 9月4日－9月10日 .....	82
12 不得安息的先知 9月11日－9月17日 .....	89
13 最終的安息 9月18日－9月24日 .....	96

\*未事先取得基督復臨安息日會全球總會®的書面授權之前，任何人或團體均不得對安息日學研經指引的任一部分，進行從事編輯、變更、修改、改編、翻譯、重製或出版等之行為。基督復臨安息日會全球總會授權轄下的分會，按照明確的指導方針籌劃安息日學研經指引的翻譯，而它們的翻譯權和出版權仍屬全球總會所有。基督復臨安息日會，復臨信徒和火炬圖案，均是基督復臨安息日會全球總會®的註冊商標，未事先取得全球總會的授權之前均不得使用。

\*\*安息日學研經指引是由基督復臨安息日會全球總會研經指引部所編製的。這份指引接受全球安息日學審稿委員會的指導，由該委員會的成員擔任諮詢編輯。這份指引由委員會審核，因此未必完全代表作者本人的見解。

\*\*\*本季學課所採用之「經文引自《新標點和合本》，版權屬聯合聖經公會所有，蒙允准使用。」其中的聖經人名、地名均採用此版本的翻譯。

## 導言 【不得安息之人的安息】

飛機原本平穩地飛行著，直到機長從駕駛艙宣布飛機必須穿越一個大風暴那一刻。「請您務必繫好安全帶，接下來我們將經歷一段較不平穩的行程」，駕駛艙廣播的聲音以這句話結束。

不久之後，飛機在風暴中開始劇烈晃動，置物箱被掀開，人們緊張的坐在座位上。飛機劇烈晃動時，尖叫聲此起彼落；那些機翼突然斷裂、飛機撞向地面的畫面在許多人腦海中閃過。所有的乘客看上去都很恐懼，除了一個坐在經濟艙第一排的小女孩。她專注地在她自己前面的餐桌上作畫，偶而抬頭注視著窗外那令人觸目驚心的閃電，但隨後又平靜地繼續畫畫。

感覺像是經歷半個世紀之久後，飛機終於在目的地降落。乘客歡呼鼓掌，對於能夠平安回到地面充滿感激。在小女孩收拾好行李等著要下飛機時，一位旅客問她為何不害怕。在如此大的風暴中，飛機搖晃得那麼厲害，她怎會如此平靜呢？

小女孩對那位驚訝的旅客說：「我不害怕，因我父親是這台飛機的駕駛，我知道他會平安地帶我回家！」

不得安息和恐懼經常並存。生活中的疲憊和恐懼，來自生活在一個大多數人都需要每天廿四小時不停忙碌的世界。有誰不曾因為對未來的恐懼而憂慮不安呢？過去已成過去，現在就是當下，但將來卻充滿了未知，而這個動盪的世界對未來所給的答案可能也不是我們想要聽到的。我們想知道自己是否能將工作在期限內完成？是否能支付得起下個月的房租或學費？我們艱難的婚姻是否能經得起下一場風暴？我們還想知道，即使我們一次又一次的讓祂「失望」，祂是否還願意繼續愛我們？

在本季，我們將直面上述的憂慮。「在基督裡得安息」不僅是學課的標題，或是佈道會和營會的動人口號。在「基督裡安息」是耶穌給予祂的跟從者在生活中的核心應許：「盜賊來，無非要偷竊，殺害，毀壞；我來了，是要叫羊得生命，並且得的更豐盛。」（約翰福音10：10）

當作者們在編寫這本學課時，他們突然意識到，安息的概念在「聖經神

學」的結構中無處不在。所有的神學主題像是救贖、恩典、創造、安息日、對死亡狀態的理解、耶穌的快來以及其他更多主題，都與安息是息息相關的。

當耶穌邀請我們到祂那裡得安息時（太11：28），祂不僅是向門徒們或是早期的教會發出邀請。祂也看見那些因罪捆綁，變得衰弱、憂慮、筋疲力竭、掙扎的當代世人，極需要找到獲得安息的途徑。當您每週學習本季的學課時，請記得要在祂裡面得安息。因為我們的天父掌管一切，並預備好要平安地帶我們回家。

#### 作者簡介

吉羅德·克林貝（Gerald Klingbeil）和尚塔爾（Chantal）是跨國夫妻，也是彼此的工作夥伴。尚塔爾來自南非，是懷愛倫著作託管委員會（Ellen G. White Estate）的副幹事，吉羅德則在德國出生成長，是《復臨信徒評論》（*Advantist Review Ministries*）的副主編暨安德烈大學舊約與古代近東研究教授。

# 基本信仰28條

基督復臨安息日會將聖經作為其信仰的唯一綱領，所堅守的28條基本信仰皆出自聖經的教導。該基本信仰架構出本會對於聖經教訓的理解與表述。以下是28條基本信仰的簡寫版本，僅供參考。完整版本請參見[www.Adventist.org/beliefs](http://www.Adventist.org/beliefs)

(2019年4月更新)

## ① 上帝的聖言

舊約聖經及新約聖經乃是寫出來的上帝的聖言。由上帝所默示。受默示的作者被聖靈感動說出及寫成。在這聖言中，上帝將得救所需的知識賜給人。聖經是上帝旨意之最高、有權威和無誤的啟示，是品格的標準、經驗的試金石，是各項教訓之特定的顯示，並是上帝在歷史中的作為之忠實的記錄。（詩119:105；箴30:5,6；賽8:20；約17:17；帖前2:13；提後3:16,17；來4:12；彼後1:20,21。）

## ② 上帝

有一上帝：父、子、聖靈，為一永恆存在之三位的結合。上帝是不死的，全能、全知、超乎一切，並無時無處不在。祂是無窮的，超乎人的理解，但是藉著祂的自我啟示，仍能為人所知。上帝就是愛，這位愛的上帝永遠配得全體受造之物的崇拜、敬仰及服事。（創1:26；申6:4；賽6:8；太28:19；約3:16；林後1:21,22；13:14；弗4:4-6；彼前1:2。）

## ③ 父上帝

永在的父上帝是創造主，萬物的根

源、維持者，及一切受造之物的統治者。祂公義、聖潔、恩慈、充滿憐憫、不輕易發怒、滿有信實與堅定的愛。聖子、聖靈所顯示的品德與權能，也顯明了聖父。（創1:1；申4:35；詩110:1,4；約3:16；14:9；林前15:28；提前1:17；約一4:8；啟4:11。）

## ④ 子上帝

永在的子上帝，已在耶穌基督裏成為肉身。藉著祂，萬物得以造成。上帝的聖德因而彰顯，人類的救贖大工得以完成，這世界也受了審判。耶穌基督永遠是真實的神，也成了真實的人。祂是由聖靈成孕，為處女馬利亞所生。祂作為人，度過人的生活並遭受試探，完美地表現了上帝的愛與公義。祂所行的神蹟彰顯了上帝的大能。證明祂是所應許的彌賽亞。祂在十字架上，自願擔我們的罪，代我們受苦、受死。祂已從死裏復活、升天，在天上聖所裏為我們服務。祂將在榮耀中復臨，最後一次拯救祂的百姓，並使萬物復興。（賽53:4-6；但9:25-27；路1:35；約1:1-3,14；5:22；10:30；14:1-3,9,13；羅6:23；林前

15:3,4；林後3:18；5:17-19；腓2:5-11；西1:15-19；來2:9-18;8:1,2。)

## ⑤ 聖靈上帝

永在的聖靈上帝，在創造、上帝成為肉身及救贖上，都曾積極參與。與父和子一樣，祂也是有位格的。祂曾感動聖經的作者們。祂曾以能力充滿基督的生命。祂吸引人、感動人，那回應祂感動的人，祂就更新，變化為上帝的形像。祂為父及子差遣，常與上帝的兒女同在。祂賜下屬靈的恩賜給教會，使其有能力為基督作見證，並與聖經相和地引領教會進入一切真理。（創1:1,2；撒下23:2；詩51:11；賽61:1；路1:35；4:18；約14:16-18,26；16:7-13；徒1:8；5:3；10:38；羅5:5；林前12:7-11；林後3:18；彼前1:21。)

## ⑥ 創造

上帝已在聖經中啟示祂創造過程的真實歷史。耶和華創造宇宙，並在一次近代（非遠古）的六日創造中，造了「天地海和其中的萬物」，並在第七日休息。因此，祂設立了安息日作為永恆的記念，記念祂在六個實在的日子之內進行和完成之工作，而這六日和安息日，成為我們今天稱為一週的相同時間單位。按上帝的形像被造的第一個男人和女人，是創造的頂尖傑作，他們得到管理世界的權柄，並負責照顧這個世界。這世界被創造完成時，乃是「甚好」的，為要宣稱上帝的榮耀。（創1-2；5；11；出20:8-11；詩19:1-6；33:6,9；104；賽

45:12,18；徒17:24；西1:16；來1:2；11:3；啟10:6；14:7。)

## ⑦ 人的性質

男女受造都是依上帝的形像並具有個性，有思想、行動的能力與自由。雖然受造為自由的生靈，但各人都是身、心、靈不可分之整體。生命、氣息及一切，都需依靠上帝。當我們的始祖違背上帝時，他們拒絕依靠祂，就從他們的崇高地位上墮落了。他們身上的上帝形像已被破壞，而且必須死亡。他們的後裔承受了這種墮落的性情與後果。他們出生時就有軟弱，並傾向罪惡。但是上帝在基督裏叫世人與祂和好，並藉著聖靈，在悔改的人身上恢復創造主的形像。他們受造為了榮耀上帝，蒙召愛祂和彼此相愛，並要看顧他們的環境。（創1:26-28；2:7,15；3；詩8:4-8；51:5,10；58:3；耶17:0；徒17:24-28；羅5:12-17；林後5:19,20；弗2:3；帖前5:23；約一4:7,8,11,20。)

## ⑧ 善惡之爭

整個人類如今都捲入了基督與撒但之間，為了上帝的聖德、祂的律法，以及祂對宇宙的統治而起的善惡大門爭中。這項爭戰始於天庭。那時，一個受造能作自由選擇的生靈，因高抬自我，變成了撒但，成了上帝的仇敵。他領導部分天使參與反叛，又領亞當夏娃犯罪，使背叛的靈進入了這個世界。人類的罪，導致上帝在人身上的形像遭到扭曲，受造世界的秩序被破壞，以及最終在創世



記1-11章歷史記載中全球洪水時期的毀滅。受造的全宇宙都在觀看，這個世界已經成為宇宙爭戰的舞台。從這爭戰中，上帝的愛總會清楚地彰顯。為了在這戰爭中幫助祂的子民，基督差遣聖靈及忠誠的天使，在他們得救的路上一路引導、保護及支持他們。（創3；6-8；伯1:6-12；賽14:12-14；結28:12-18；羅1:19-32；5:12-21；8:19-22；林前4:9；來1:14；彼前5:8；彼後3:6；啟12:4-9。）

### ⑨ 基督的生，死與復活

在基督完全順從上帝旨意的生活中，祂的受苦、受死與復活，是上帝為人贖罪的唯一方法。使凡因信而接受這項贖罪的人能得永生，並使全體受造之物更明白創造主無窮聖潔的愛。這項完全的贖罪，闡明了上帝律法的公義及祂品德的恩慈，因其一面定我們的罪，一面又為我們準備了赦免。基督的死是替代，也是贖罪，使人改變，也使人與神和好。基督的身體復活宣告上帝勝過了罪惡的勢力，並保證那些接受救贖的人，最後會戰勝罪惡與死亡。它宣告耶穌基督是主。一切在天上的、地上的，在祂面前無不屈膝。（創3:16；詩22:1；賽53；約3:16；羅1:4；3:25；4:25；8:3,4；林前15:3,4,20-22；林後5:14,15,19-21；腓2:6-11；西2:15；彼前2:21,22；約1:2,2；4:10。）

### ⑩ 得救的經驗

上帝因祂無限的慈愛與憐憫，使那

無罪的基督為我們成為罪，為要使我們在祂裏面成為上帝的義。我們在聖靈引導下，感覺自己的需要，承認自己的罪孽深重，悔改我們的罪愆，並相信耶穌為救主和主、代罪者和榜樣。這項拯救的信心，乃得自上帝聖言的大能，為上帝恩典所賜。藉著基督我們被稱為義，被收納為上帝的兒女，從罪的轄制中得釋放。藉聖靈我們重生，並成為聖潔。聖靈更新我們的心意，將上帝愛的律法寫在我們心上。我們蒙賜能力度聖潔的生活。我們常在祂裏面，就與祂神聖的性情有分，如今在審判、得救上都有了保證。（創3:15；賽45:22；53；耶31:31-34；結33:11；36:25-27；哈2:4；可9:23,24；約3:3-8,16；16:8；羅3:21-26；5:6-10；8:1-4,14-17；10:17；12:2；林後5:17-21；加1:4；3:13,14,26；4:4-7；弗2:4-10；西1:13,14；多3:3-7；來8:7-12；彼前1:23；2:21,22；彼後1:3,4；啟13:8。）

### ⑪ 在基督裏成長

藉著祂在十字架上的死，基督勝過了罪惡的權勢。祂在世上工作時，就征服了邪靈，粉碎了魔鬼的能力，並確定了他們最終的毀滅。當我們在基督的平安、喜樂，以及祂愛我們的保證中與祂同行時，耶穌的勝利，就使我們能勝過那些仍企圖控制我們的邪惡勢力。聖靈現在就住在我們裏面，並賜能力給我們。當我們不斷地將自己交託與耶穌，以祂為我們的救主時，我們就從自己過去所作所為的

重擔中得了釋放。我們不再生活在黑暗、懼怕邪靈、蒙昧無知以及先前行為的虛妄中。在基督裏的自由中，我們蒙召要長成基督的品格及樣式，日日在禱告裡與祂交通，在祂的話中得餵養，默想祂的話及祂的眷佑，唱詩讚美祂，聚在一起敬拜祂，並參與教會的佈道使命。我們也蒙召跟從基督的榜樣，帶著憐憫去服事人在身體、精神、社交、情緒和屬靈上的需要。當我們將自己投身於對周圍之人的愛心服事、為主的救恩作見證時，祂就藉著聖靈與我們持續同在，將每一時刻和任務改變為屬靈的經驗。（代上29:11；詩1:1,2；23:4；77:11,12；太20:25-28；25:31-46；路10:17-20；約20:21；羅8:38,39；林後3:17,18；加5:22-25；弗5:19,20；6:12-18；腓3:7-14；西1:13,14；2:6,14,15；帖前5:16-18,23；來10:25；雅1:27；彼後2:9；3:18；約一4:4。）

## 12 教會

教會是承認耶穌基督為主、為救主之信徒的團體。繼舊約時代上帝的子民之後，我們蒙召從世界出來，一同聚集，為要崇拜、交通、學習上帝的聖言，舉行聖餐、服務人群及向普世宣講福音。教會是從聖經所啟示那成為肉身的道基督獲得權柄。教會是上帝的家庭，祂所收納的兒女，其中的分子活在新約的基礎上。教會是基督的身體，是以基督為首的信仰的團體。教會是基督的新婦，為使她潔淨與成聖而捨命。當祂凱旋復臨時，祂會獻

給自己一個榮耀的教會，是祂的寶血所買來歷代忠心的信徒，沒有玷污、皺紋等類的病，是聖潔沒有瑕疵的。

（創12:3；出19:3-7；太16:13-20；18:18；28:19,20；徒2:38-42；7:38；林前1:2；弗1:22,23；2:19-22；3:8-11；5:23-27；西1:17,18；彼前2:9。）

## 13 餘民及其使命

普世的教會是由所有真正相信基督的人所組成。但在末日，背道廣泛蔓延之時，有一批餘民蒙召出來遵守上帝的誠命及耶穌的真道。這批餘民宣告審判的時候已經到了，宣講靠基督得救，並宣告祂復臨的日子已經臨近。這項宣告由啟示錄14章中的三位天使所預表。它與天上的審判工作同時進行，造成了地上的悔改與改革的工作。每一信徒都已蒙召親自參與此項普世的見證。（賽1:9；11:11；耶23:3；但7:9-14；彌2:12；林後5:10；彼前1:16-19；4:17；彼後3:10-14；猶3,14；啟12:17；14:6-12；18:1-4。）

## 14 基督身體的合一

教會是由許多肢體合成的一個身體。這些肢體是從各國、各族、各方、各民選召出來的。在基督裡我們是新造的人。種族、文化、學識、國籍的不同，以及地位、貧富、性別的差異，都不可在我們中間造成分裂。我們在基督裏都是平等的。藉著一位聖靈，基督使我們與祂並我們彼此之間都合而為一。我們要毫無保留地服事人與接受人的服事。藉著耶穌基督在聖經



中的啟示，我們有同一的信仰與指望，並向所有的人作出同一的見證。這種合一源自三一真神的合一，祂已收納我們為祂的兒女。（詩133:1；太28:19,20；約17:20-23；徒17:26,27；羅12:4,5；林前12:12-14；林後5:16,17；加3:27-29；弗2:13-16；4:3-6,11-16；西3:10-15。）

### 15 洗禮

藉著洗禮，我們公開承認對耶穌基督的死與復活有信心，並見證我們對罪已經死了，並見證我們要以新生的樣式而活。這樣，我們承認基督是主，是救主，成為祂的子民，並蒙接納成為祂教會的教友。洗禮象徵我們與基督聯合，罪得赦免，並領受聖靈。它是基於對耶穌確實的信心及悔罪的憑據而全身入水。此乃依照聖經的教導，並接受聖經教訓而舉行。（太28:19,20；徒2:38；16:30-33；22:16；羅6:1-6；加3:27；西2:12,13。）

### 16 聖餐禮

聖餐禮是領用耶穌的血與身體的象徵，表達我們對祂，我們的主與救主有信心。在聖餐禮的經驗中，基督臨格與祂的子民相會，並加力量給他們。我們領用時，喜樂地宣講主的死，直到祂再來。領聖餐的準備包括自省、悔改與認罪。主設立了洗腳禮，代表重新潔淨，表示樂意帶著基督的謙卑彼此服事，並讓我們的心在愛中聯合，聖餐禮是對所有相信的基督徒開放的。（太26:17-30；約6:48-

63；13:1-17；林前10:16,17；11:23-30；啟3:20。）

### 17 屬靈的恩賜與職事

上帝在各世代都賜給祂教會每一位教友屬靈的恩賜，讓每一教友用在愛的服務上，使教會及人類都共同獲益。這些恩賜是由聖靈按著祂自己的意思分賜給各教友，供給了教會為完成上帝指定任務所需的一切能力與職事。依據聖經，這些恩賜包括的職事有：信心、醫病、說預言、宣講福音、教導、治理、和好、同情、自我犧牲的服務，並幫助人鼓勵人的愛心。有些教友被上帝選召，聖靈賦予能力，從事教會所承認的職務，如牧師、傳福音的、教師，以滿足信徒服務時特別的需要，以建造教會至其靈性成熟之境，培植教友對上帝的知識及信仰上的合一。當教友作上帝百般恩典的忠心管家，而使用這些屬靈的恩賜時，教會就得到保護，免受假道破壞的影響，而獲致出於上帝的增長，並在信與愛中建立自己。（徒6:1-7；羅12:4-8；林前12:9-11,27,28；弗4:8,11-16；提前3:1-13；彼前4:10,11。）

### 18 預言的恩賜

聖經證明先知是聖靈的恩賜之一。這項恩賜乃是餘民教會的一項特徵，我們相信這項恩賜曾顯現在懷愛倫的事工中。她的著作以先知性權威說話，帶給教會安慰、引導、教訓及督責。這些著作也清楚表明，聖經是一切經驗與教訓必須接受試驗的標準。（民

12:6；代下20:20；摩3:7；珥2:28,29；徒2:14-21；提後3:16,17；來1:1-3；啟12:17；19:10；22:8,9。）

## 19 上帝的律法

上帝律法的諸般偉大原則表達在十誡中，也表現在基督的生活裏。它們表達上帝的愛、上帝的旨意，以及上帝對人的品行及各種關係上的要求，各世代的人都要遵行。這些命令乃是上帝與祂子民立約的基礎，也是上帝審判的標準。藉著聖靈的工作，它們指出罪惡，喚起人對救主的需要感。得救全是出於恩典，不是出於行為；但是其果子是遵行誡命。這種順從發展基督徒的品格，並帶給基督徒康寧感。它是我們對主的愛及對同胞關心的憑據。出於信心的順從顯明了基督改變人生的大能，因此基督徒的見證便得以加強。（出20:1-17；申28:1-14；詩19:7-14；40:7,8；太5:17-20；22:36-40；約14:15；15:7-10；羅8:3,4；弗2:8-10；來8:8-10；約一2:3；5:3；啟12:17；14:12。）

## 20 安息日

那賜福的創造主，在六日創造大功之後，第七日便安息了，並為所有的人設立了安息日，作為創造的紀念。上帝那永不改變之律法的第四條誡命，要求人依從安息日的主——耶穌的教訓與作法，遵守這第七日的安息日，作為休息、崇拜與服務的日子。安息日是一個與上帝及彼此交通的喜樂的日子。它是我們在基督裡蒙救贖的表徵，是我們成聖的記號，是我們忠誠

的標記，並在上帝之國中永恆未來的預嘗。安息日是上帝與祂子民之間所立永約之永恆的標記。喜樂地從晚上至晚上，從日落到日落，遵守這神聖的時刻，就是對上帝創造與救贖的慶賀。（創2:1-3；出20:8-11；31:13-17；利23:32；申5:12-15；賽56:5,6；58:13,14；結20:12,20；太12:1-12；可1:32；路4:16；來4:1-11。）

## 21 管家

我們是上帝的管家。祂託付我們時間與機會、能力與錢財、地上的福分與資源。我們有責任適當地使用它們。我們由於忠心地服事祂及服事我們的同胞，藉著將什一歸還祂，為了福音的宣講，藉著支持教會及教會增長所作的奉獻而承認上帝的主權。管家的身分，是上帝為了培育愛、勝過自私與貪心，所賜給我們的一項特權。管家因他們的忠心而使他人得福時，就歡喜快樂。（創1:26-28；2:15；代上29:14；該1:3-11；瑪3:8-12；太23:23；羅15:26,27；林前9:9-14；林後8:1-15。）

## 22 基督徒的品行

我們蒙召要成為一批敬虔的百姓，思想、感情、行動，都與聖經上關於個人和社會生活的所有層面的原則相和諧。為了讓聖靈在我們裏面重造主的品格，就讓我們只參與那些能在我們生命中產生像基督的純潔、健康、喜樂的事。也就是說，我們的興趣與娛樂，應該合乎基督徒對美的崇高品味與標準。我們的衣著，雖因文化差異

而有所不同，卻當以樸素、保守、整潔為原則。適合於人的美不在於外在的妝飾，而在於那以溫柔安靜的心為永不磨滅之妝飾。它也表示，因為我們的身體是聖靈的殿，就當聰明的照顧。除了適當的運動與休息之外，我們要儘可能採用最健康的飲食，並禁止食用聖經所指明的不潔淨的食物。由於含酒精的飲料、菸草以及毒品，有害我們的身體，我們也禁戒不用。要參與那能將我們的思想、身體都帶入基督教導下的一切活動，祂熱望我們有健康、喜樂與良善。（創7:2；出20:15；利11:1-47；詩106:3；羅12:1,2；林前6:19,20；10:31；林後6:14-7:1；10:5；弗5:1-21；2:4；4:8；提前2:9；多2:11,12；彼前3:1-4；約一2:6；約三2。）

### 23 婚姻與家庭

婚姻是上帝在伊甸園所設立，並由耶穌所確認，為一男一女在相愛中廝守終身的結合。對基督徒而言，婚約的應許不僅是對配偶立的，也是對上帝立的，並且這種婚姻關係，應該只由信仰相同的一男一女建立。彼此相愛、尊重、有責任感，乃是構成這項關係的因素。這項關係，乃是要反映基督與教會之間的愛、聖潔、親密與關係的永恆性。至於離婚，耶穌教導說，除了姦淫之外，人若離棄配偶與另一個人結婚，就是犯了淫亂罪。雖然有些人的家庭關係不理想，但那在基督裏藉著婚姻完全將自己許配予對方的一男一女，仍能因聖靈的帶領及教會的牧養而在愛中合一。上帝賜

福家庭，要家庭的成員彼此幫助，達到完全成熟之境。家庭親密度增長，乃是末世福音信息的標誌之一。作父母的要教養兒女愛主並順從主。藉著他們的言行來教導兒女明白基督是一位慈愛、溫柔、體貼的嚮導，祂希望他們成為祂的肢體，也就是那包括單身和已婚之人士在內的上帝之家。

（創2:18-25；出20:12；申6:5-9；箴22:6；瑪4:5,6；太5:31,32；19:3-9；可10:11,12；約2:1-11；林前7:7,10,11；林後6:14；弗5:21-33；6:1-4。）

### 24 基督在天上聖所的服務

天上有一個聖所，是主所支的，不是人手所支的真帳幕。基督在其中為我們服務，為了使信徒能獲得祂在十字架上，只一次獻上的贖罪祭的好處。祂升天時，即就任我們的大祭司，並開始祂代求的工作，這是地上的大祭司在聖所中的工作所預表的。在主後1844年，2300日預言時期結束之時，祂進入了祂贖罪工作的第二階段，也是最後的階段，這是地上的大祭司在至聖所中的工作所預表的。查案審判的工作，是對一切罪惡最終處置工作的一部分，由古時希伯來聖所贖罪日潔淨的儀式所預表。在那預表性的崇祀中，聖所是由所獻祭牲的血來潔淨，但是天上的物件卻是用那完全的祭，耶穌的血所潔淨。查案審判向天上的生靈顯明死去的人中，那些在基督裏睡了的人是在祂裏面的，配在第一次復活中有分；那些住在基督裏的活人，因遵守上帝誠命和耶穌真道，

並在祂裏面，因此也顯明是已預備好可以變化升天，進入祂永恆的國。這項審判顯明了上帝拯救那相信耶穌的人乃是公義的，並宣稱那些忠於上帝的人應承受國度。基督這項工作的完成，就是標明基督復臨前人類恩典時期的結束。（利16；民14:34；結4:6；但7:9-27；8:13,14；9:24-27；來1:3；2:16,17；4:14-16；8:1-5；9:11-28；10:19-22；啟8:3-5；11:19；14:6,7,12；20:12；22:11,12。）

### 25 基督復臨

基督復臨是教會有福的指望，是福音最高的境界。救主的降臨是真實的，祂要親自降臨，是肉眼能見、普世性的。祂復臨時，死去的義人將要復活，並與活著的義人一同得榮耀，被接到天上。但那不義的人則要死亡。大多數的預言幾乎都完全應驗，目前的世界情況更顯明，基督復臨已經迫近。但那時辰尚未啟示我們，因此我們要隨時準備好。（太24；可13；路21；約14:1-3；徒1:9-11；林前15:51-54；帖前4:13-18；5:1-6；帖後1:7-10；2:8；提後3:1-5；多2:13；來9:28；啟1:7；14:14-20；19:11-21。）

### 26 死亡與復活

罪的工價乃是死。但是上帝，那唯一不死的，卻要賜永生給祂的贖民。在那日以前，死對所有的人，乃是一種無知覺的狀態。當基督——我們的生命顯現之時，復活的義人與活著的義人要得榮耀，被提到天上，與他們的主

相遇。那第二次的復活，就是不義之人的復活，則要等到一千年之後。

（伯19:25-27；詩146:3,4；傳9:5,6,10；但12:2,13；賽25:8；約5:28,29；11:11-14；羅6:23；16:1；林前15:51-54；西3:4；帖前4:13-17；提前6:15,16；啟20:1-10。）

### 27 千禧年與罪的結束

千禧年乃是第一次復活與第二次復活之間，基督與聖徒在天上施行統治的時期。在此時期中，已死的惡人會受審判，地會完全荒涼，沒有活人居住，但為撒但與他的使者所佔據。一千禧年結束時，基督與祂的聖徒並聖城，一同從天降至地上。那時死去的惡人要復活。他們與撒但和他的使者一起圍攻聖城。但是從上帝那裡來的烈火會燒滅他們，並潔淨地球。這樣，宇宙就會永遠不再有罪及罪人。

（耶4:23-26；結28:18,19；瑪4:1；林前6:2,3；啟20；21:1-5。）

### 28 新地

在義人所居住的新地之中，上帝會為蒙贖之人預備永遠的家鄉，並一個享受永生、愛、喜樂，及在祂面前學習的完美的環境。因為在這裏，上帝會親自與祂的子民同住。痛苦與死亡將成為過去。善惡之間的大鬥爭要結束，不再有罪惡。宇宙萬物，有生命之物與無生命之物，都會宣揚上帝就是愛。祂將施行統治直到永遠。阿們！（賽35；65:17-25；太5:5；彼後3:13；啟11:15；21:1-7；22:1-5。）

# 第1課

安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月  
6月26日-7月2日 安息日下午

## 生活在一個連軸轉的社會

### 閱讀本週學課經文

創2：1-3；耶45：1-5；出20：11；撒下7：12；可6：30-32；創4：1-17。

### 存心節

「我羨慕渴想耶和華的院宇；我的心腸，我的肉體向永生上帝呼籲。」（詩篇84：2）

滴答，滴答，滴答。時鐘堅定無情地走著。再過兩個小時就是安息日了。瑪麗看著自己的小公寓歎了口氣。孩子們的玩具仍然散落在整個客廳廚房裡一片混亂，他們最小的女兒撒拉發燒躺在床上；她答應明天做教堂的招待人員，這意味著他們必須比平時提前30分鐘出門。「我希望明天能有一些安靜的時間」，瑪麗渴望地想著。

與此同時，在城市的另一邊，瑪麗的丈夫喬許正在排隊，為每週的日用品採買。交通狀況又成了一場噩夢，結帳的隊伍很長，每個人似乎都在這個時候出來購物。「我需要休息，我不能再這樣下去了！」他心裡嘀咕著。一定還有比這更有意義的生活。

我們的生活被高峰時段、工作時間、醫療預約、視訊對話、購物和學校活動所支配。無論是搭公共交通工具或騎摩托車，還是開小貨車穿梭往返，這些不斷與周遭世界接觸的喧嘩聲都可能淹沒了真正重要的事物。

我們要如何在此種熙熙攘攘之中得到安息呢？

■ 研究本週學課，為7月3日安息日預備。

## 【精疲力盡】

閱讀創世記2：1-3。為什麼上帝要在世人未覺得疲累前就設立休息日？

---

---

在人類尚未被自找的生活壓力壓垮之前，上帝早已設立了一個標記，一種能喚醒我們記憶的生活模式。這一天將是停下來、好好享受生活的時間，是一個需要生活而不是工作的日子，是一個特別慶祝青草、空氣、動物、水、人類，以及最重要的，尊榮那位賜給世人一切好處的創造主的時刻。

這不是隨著伊甸園的放逐而終止的一次性邀請。上帝想要確保這個邀請能經得起時間的考驗，所以從一開始就將安息日的休息編入了時間的結構裡。這個邀請從不間斷，一次又一次，每到第七天就會有一個使人安息的創世慶典。

有人可能會認為，現今世上的勞累應該比兩百年前的人們更少。但實際上，即使在現今，我們似乎仍缺乏休息，甚至還會在沒有工作時，瘋狂地在活動中度過。似乎我們總是來不及；因為無論完成了多少工作，總還有更多的事待處理。

研究也表明，我們的睡眠越來越

少，許多人高度依賴咖啡因來維持生活。儘管擁有更高效能的手機、更快的電腦網路，我們卻似乎永遠都沒有足夠的時間。

為何休息對我們而言是重要的，以下的經文對此有何啟示？（可6：31；詩4：8；出23：12；申5：14；太11：28。）

---

---

---

創造我們的上帝知道我們的身體需要休息。祂創建了時間週期——夜晚和安息日，為我們提供身體上休息的機會。承認耶穌是我們生命的主也意味著要我們重視排定休息時間的責任。因為，安息日的誠命不僅是個建議，它是一條誠命！

你自己憂慮的生活又是如何呢？你要怎麼做才能使身體與靈性體驗到上帝要賜給我們的休息呢？

---

---

---



## 【一事無成】

缺乏睡眠以及因過度勞累而導致筋疲力竭確實是一大問題，但更大的問題是「情感空虛」。當然，缺乏睡眠會加重情緒的試探，使我們感到極度低落。

在耶路撒冷動盪的最後幾年，耶利米的書記巴錄在經歷了巴比倫圍攻時的混亂、痛苦和浩劫，以及隨之而來的毀滅時，一定常有這樣的感覺。

**閱讀耶利米書45：1-5。寫一份針對巴錄的情緒健康診斷書。**

---

---

---

想像一下，如果上帝親自向你發信息會是什麼樣的感覺？巴錄直接從上帝寶座那裡接收信息（耶45：2）。我們得知這件事發生在「猶大王約西亞的兒子約雅敬第四年」，大約在公元前605年或604年。耶利米書45：3精準的總結了人們在走投無路時的感受。

《聖經》告知我們有關這一時期發生的事件，很明顯巴錄的抱怨並不是膚淺的哀號。他有充分的理由感到灰心喪志。許多不幸的事正在發生，而且還有更多將接踵而來。

**上帝如何回應巴錄的傷痛？閱讀耶利米書45：4、5。**

---

---

---

上帝對巴錄痛苦的回應提醒了我們一件事，那就是上帝的絕望和痛苦一定比巴錄更大。祂曾經建造了耶路撒冷，而今卻要將它拆毀；祂栽種了以色列作為上等的葡萄樹（賽5：1-7），現在卻要將它拔出，使他們遭擄。這原不是耶和華對祂百姓的意念，卻因他們的背叛而發生。

但對巴錄而言，隧道盡頭仍有亮光。上帝必保全巴錄的生命，甚至在毀滅、被擄、失落的時候。

**再次閱讀上帝對巴錄所說的話。我們能從其中得到什麼信息呢？也就是說，不論我們的境遇如何，上帝最終還是會站在我們這邊，這說明了什麼？**

---

---

---

## 【舊約所定義的安息】

是的，我們都需要安息，這就是為何此一主題貫穿整本《聖經》。雖然上帝創造我們是為了讓我們活動，但這活動也需要伴隨著休息。

例如舊約《聖經》使用了許多跟安息有關的詞彙。創世記2：2-3形容第一個第七日的休息時，使用了名詞「安息日」的動詞形式「shabbat」，意思為「停止工作、休息、休假」。這個相同的動詞在出埃及記5：5中以使役動詞（命令他人動作）的形式出現，意思是「使某人從工作中休息」；憤怒的法老就指責摩西「叫他們歇下擔子」。

在第四條誡命中，上帝在第七日的「安息」是以希伯來文「nuakh」這個字來表達（出20：11；申5：14）。這個動詞在約伯記3：13譯成「安睡」，在民數記10：36用在約櫃時譯為「停住」，而在列王紀下2：15用在以利亞的靈時被譯為「感動」以利沙。

另一個重要動詞是希伯來文「shaqat」，代表「安息，放鬆，安靜」。它在約書亞記11：23中被使用，用來描述他成功征服迦南地後，國中「太平」沒有爭戰。在〈約書亞記〉和〈士師記〉中，這個詞經常用來表示「太平」。

動詞「raga'」也用來表示安息。在申命記對於不順服的警告中，上帝

告訴以色列人他們在被擄之地必不得「安逸」（申28：65）。同樣的動詞在耶利米書50：34也以使役動詞出現，描述主有能力賜下安息。

**閱讀申命記31：16和撒母耳記下7：12。這裡說的是什麼樣的安息？**

---

這兩個章節都使用了動詞「shakab」表達，字面意思是「躺臥、睡覺」。在上帝與大衛立的約中，上帝應許未來的以色列王「壽數滿足、與你列祖同睡的時候，我必使你的後裔接續你的位；我也必堅定他的國」（撒下7：12）。許多（以上所提的並非全部）表示安息的希伯來文動詞幫助我們理解，安息的神學意義並不只是透過一兩個特定詞彙表達。我們需要在個人和群體中安息。安息會影響我們的身體、社交和情感，它不僅局限於安息日而已。

死亡確實是我們的一個仇敵，但它總有一天會被消滅。所以，無論我們多麼哀悼和懷念已逝者，至少現在我們知道他們已經安息了，為什麼這樣的想法會讓我們感到安慰？

---

## 【新約中的安息】

在新約，「安息」經常以希臘文「anapauō」這個動詞出現，意思是「休息、放鬆、更新」。它被用在耶穌最著名、有關安息的論述之中，馬太福音11：28說「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息」。它可以指身體上的安息（太26：45）。在最後向哥林多信徒的問安中，保羅表達了他的喜悅，因為朋友的到來使他的心裡「快活」（編註：與原文「refresh，更新」同字）（林前16：18）。

另一個表示安息的動詞是希臘文「hēsychazō」。它描述門徒們在安息日的安息與耶穌在墳墓裡的安息相同（路23：56）。但它也用來描述一種安靜的生活（帖前4：11），以及表示某人沒有異議而保持的安靜（徒11：18）。

在希伯來書4：4，論到第七日上帝就歇了祂一切的工，所使用的希臘文動詞是katapauō「使停止，帶來安息，休息」，呼應了舊約的希臘文譯本（七十士譯本）的翻譯。有趣的是，這個動詞在新約多數都出現在希伯來書第4章。

**閱讀馬可福音6：30—32。**雖然當時還有很多事工要做，但為什麼耶穌叫祂的門徒們到曠野去歇一歇呢？當你思考這個問題時，請閱讀馬可福音第

6章的上下文。

---

「你們來，同我……去歇一歇」（可6：31）並不是一種邀請。它是命令形式說出，也是一個吩咐。耶穌關心門徒們的身心健康。他們剛從一次大規模的佈道旅行回來，之前耶穌差遣他們兩個兩個出去傳道（可6：7）。馬可福音6：30描述了他們興奮歸來的心情。他們的心一定非常充實，渴望與耶穌分享他們的勝利和挫折。然而，耶穌叫他們先去歇一歇。馬可福音對此也作出解釋「這是因為來往的人多，他們連吃飯也沒有工夫」（可6：31）。在上帝的事工上過於操勞對門徒來說也是重大的挑戰。耶穌提醒我們，我們需要透過有規劃的休息來管理心靈和情感上的健康。

---

**有什麼方法可以幫助並解除你當地教會的牧師或長老、或認識的人因服事導致的疲累？你能做些什麼來表達感謝並幫助這個人得到安息呢？**

---

## 【不得安息的流離飄蕩】

閱讀創世記4：1—12。是什麼使該隱在地上「流離飄蕩」（創4：12）？

---

---

《聖經》沒有明確說明為什麼上帝看重亞伯和他的供物，卻不看重該隱的（創4：4、5），但我們知道箇中原因。「該隱來到上帝的面前，對應許的犧牲和必須奉獻的贖罪祭，心中滿懷著埋怨和不信。他的祭物並沒有悔罪的表示。他像現今的許多人一樣，覺得如果完全依著上帝所設立的計畫，把他的得救問題完全交託於所應許之救主的贖罪，就是承認自己的軟弱。他揀選了依靠自己的方法。他要仗著自己的功德。」（懷愛倫，《先祖與先知》，第72頁）

當上帝說該隱「必流離飄蕩在地上」時，這件事並不是上帝所導致；相反的，這是他犯罪和不服從的結果。當該隱無法從上帝那裡得到安息時，便發現他也無法再從其他地方找到真正的安息了。

「看中」的希伯來文（創4：4）也可以翻譯成「仔細觀察、謹慎考量」。上帝仔細觀察、謹慎考量的重點不是祭物，而是獻祭者的態

度。上帝拒絕該隱作為祭物的水果不是因祂善變和武斷。反之，它描述了上帝仔細觀察、謹慎考量獻祭者的品格、態度和動機的過程。這是一個查案審判的絕佳範例。

閱讀創世記4：13—17，請描述該隱對上帝審判的反應。

---

---

當我們試圖逃離上帝的同在時，我們就無法得到安息。我們試圖用其他事物、人際關係或忙碌的生活來填補對上帝恩典的渴望。該隱開始建立他的王朝和城市。這兩者都是偉大的成就，也體現了決心和精力，但一個不信上帝的朝代和一個叛逆的城市，最終都將一事無成。

即使我們最終像平常一樣承受了罪的後果，我們如何能學會接受十字架給我們的饒恕呢？

---

---

## 進修資料

「在拉比們看來，不停的忙碌是宗教的總歸。他們專靠外表的儀式來表現自己高度的虔誠。這樣，他們的心靈就與上帝隔離而走上驕傲自負的道路。今日同樣的危險依然存在。由於活動的範圍擴大，人們在從事任何上帝的工作上獲得成功時，就有靠人為的計畫和方法的危險。出現少作禱告、少有信心的傾向。我們也有像門徒一樣的危險，就是忘記自己必須依靠上帝，而想讓自己的活動來作『救主』。我們必須時時仰望耶穌，認明獲得成功的是他的能力。我們固然要為拯救迷失的人熱心工作，但我們也必須花時間來默想、祈禱、研讀上帝的話。惟有那經過多次祈禱而成就的工作，並賴基督的功勞而成聖的工作，才能顯明它所發生的善良的效力。」（懷愛倫，《歷代願望》，第362頁）

## 討論問題

**1** 想掌控一切、希望自己能隨傳隨到、試圖活在一個超越現實、卻不是上帝所賜予之生活模式的持續壓力當中，會讓人在身、心、靈上生病。你的教會如何成為接納疲累之人與渴望安息之人的地方？

**2** 是否我們太忙了，甚至是在為上帝做工時也過於忙碌？思考馬可福音

6：30—32耶穌和門徒們的故事，並在安息日學班上討論它的應用。

**3** 在1899年，一項速度的記錄被打破。有人曾經以每小時39.24英里（約63公里）的速度開著一輛車！當然，今天汽車的速度要比這快得多。我們手機處理器的速度比上一代最快的大型電腦更快。航空旅行也比以前更快，而且還會越來越快。關鍵是，幾乎我們今天所做的每件事都比過去更快完成，但又如何呢？我們仍然感到匆忙，缺乏足夠的休息。這告訴了我們什麼有關人類的本質？為何上帝把安息看得如此重要，以至於將它列為祂的誡命之一？

**4** 請深思在犯罪之前的伊甸園裡，安息日就已經被設立。除了這個真理的神學意涵之外，這如何啟示了我們即使在一個無罪、完美的世界也需要安息？

# 第2課 安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月

## 7月3日-7月9日 安息日下午

# 不得安息和背叛

### 閱讀本週學課經文

民 11：1-33，12：1-13，13：27-33，14：1-23；林前 10：1-11；民 14：39-45。

### 存心節

「他們遭遇這些事都要作為鑑戒，並且寫在經上，正是警戒我們這末世的人。」  
(哥林多前書 10：11)

多年來，許多研究都報導過，在大地震之前，狗和其他家畜常出現奇怪和不安的行為。

科學家們現在已經證實，動物能夠探測到第一波的地震波，就是壓力波，它比第二波地震波來得早。這解釋了為什麼動物在地面開始搖晃之前就表現出明顯的驚慌或不安。一些動物，例如大象，可以感知到人類根本無法察覺到的低頻聲波和地震前的振動。

2011年8月23日，在華盛頓特區發生5.8級地震前幾分鐘，史密森學會國家動物園的一些動物開始表現異常。例如狐猴在地面開始搖晃之前，牠們就開始大聲叫喊約15分鐘。

在本週學課中，我們將看到一些世人不得安息的例子，但不是因為即將到來的地震或自然災害所導致，而是因為墮落之人的罪性，以至於無法因信心和順從獲得在基督裡的安息。

■ 研究本週學課，為7月10日安息日作準備。



## 【在曠野中的不得安息】

當以色列人離開西奈的曠野前往迦南時，他們一定感到疲累且不快樂。他們離開埃及已經一年多了（民1：1），並預備好要進入應許之地。他們的人口已點算過，也有良好的組織。他們也見過上帝的恩典和祂同在的有力證明。然而，他們離開西奈半島後到達的第一個地方就開始抱怨。

**閱讀民數記11：1-15。以色列人在抱怨什麼？**

---

---

---

以色列人喜愛埃及的肉、黃瓜、西瓜、韭菜、洋蔥和大蒜。「誰給我們肉吃呢？我們記得，在埃及的時候不花錢就吃魚，也記得有黃瓜、西瓜、韭菜、蔥、蒜。現在我們的心血枯竭了，除這嗎哪以外，在我們眼前並沒有別的東西。」（民11：4-6）當他們想起了食物而忘記了被奴役那難以置信的苦難時，他們一定也患上了嚴重的選擇性失憶症（與出埃及記第1章做比較）。

他們已經吃了一年多上帝供應的嗎哪。然而他們對此並不滿足，還想要其他的東西，甚至摩西也受到了牽連。試圖領導一群不知足的人並

不容易，但摩西知道該向誰求助。「你為何苦待僕人？我為何不在你眼前蒙恩，竟把這管理百姓的重任加在我身上呢？」（民11：11）

**上帝如何回應這些抱怨？閱讀民數記11：16-33。**

---

---

---

當我們感到不安時，上帝並沒有對我們的需要充耳不聞。在以色列人的例子中，祂給了他們鶴鶉充饑。但鶴鶉肉並不是以色列人真正想要的。當我們不开心、焦躁不安和生氣時，我們的怒氣往往只是個引爆點，而非衝突的主因。我們爭鬧是因為更深層的問題，影響了我們的基本關係。以色列人悖逆上帝的領導，這是我們所有人都必須謹慎的事，無論我們當前的處境和背景如何，這種行為往往比我們想像的還要容易發生。

**為什麼回憶過去總是比活在當下更容易？**

---

---

---

## 【它是會傳染的】

閱讀民數記12：1—3。米利暗和亞倫為什麼生氣？

---

---

表面上，米利暗和亞倫對摩西的古實妻子不滿意。西坡拉是一個來自米甸的外邦人（參出3：1）。即使是在以色列人的「精英階層」中，也會看見人性的墮落，而且是以一種令人不快的方式。

然而《聖經》清楚表明這只是藉口。他們抱怨的主要焦點是先知的恩賜。在前一章中，上帝吩咐摩西從以色列的長老中揀選七十個人來幫助他承擔管理的責任（民11：16、17，24、25）。亞倫和米利暗一直都扮演著重要的領導角色（出4：13—15，彌6：4），但現在他們感受到新領導力正在發展的威脅，於是說：「難道耶和華單與摩西說話，不也與我們說話嗎？」（民12：2）

上帝如何回應這個毀謗？閱讀民數記12：4—13。你認為上帝的回應為何如此果斷？

---

---

---

上帝的回應是直接的，沒有解釋的餘地。先知的恩賜不是用來行使更多權力的武器。摩西適合做領袖是因他深知他需要倚賴上帝。

在第一節中，從米利暗比亞倫先被提到的順序表明，她可能是攻擊摩西的煽動者。那時亞倫已經是以色列的大祭司。他若長了大痲瘋，就不能進入會幕為百姓代求。上帝讓米利暗染上暫時性大痲瘋的懲罰，生動的表達了祂對他們兩人的不滿，並借此幫助他們看見在態度上需要的轉變。亞倫為她求情就表明他也參與了其中（民12：11），現在我們看到亞倫為米利暗求情，而不是批評和不安，我們也看到摩西為她求情（民12：11—13）。這是上帝希望祂的子民表現的態度。祂聽見了，就醫治了米利暗。

雖然批評教會的領袖是很容易的，但無論在任何層面上，即使我們不同意他們的做法，如果我們不去抱怨，而是為他們代禱求情，那我們的教會和自己的屬靈生命又將會如何呢？

---

---

---

## 【不得安息導致背叛】

故事以積極的筆調開始了敘述，以色列人終於到達了迦南邊界，十二個探子被派去窺探那地，他們的報告非比尋常。

**閱讀民數記13：27—33探子們的報告。以色列人的期望為何破滅了？**

---

---

---

儘管有迦勒的鼓勵，懷疑和不信者的聲音仍然佔了上風。以色列人沒有打算去征服上帝所應許給他們的地。他們內心煩躁不安，他們選擇哭泣和抱怨，而非歡呼高唱勝利。

當我們內心不平靜時，我們的信心就會掙扎遲疑。然而，不安不僅影響我們的情緒。科學家告訴我們，缺乏安息（包括睡眠不足）和錯誤的選擇之間有直接的關係，而且還會導致肥胖、上癮以及更多的不安和不快樂。

**閱讀民數記14：1—10。接下來發生了什麼事？**

---

---

---

「但你們不可背叛耶和華」（民14：9），卻無人理會，會眾還準備用石頭打死他們。不得安息導致背叛，而背叛最終導致死亡。

「那些不忠實的探子高聲的斥責迦勒和約書亞，於是，全會眾喊叫起來，要用石頭打死他們。瘋狂的暴徒拿了石頭要殺那兩個忠心的人，他們大聲吶喊，衝向前去，忽然石頭從他們手中落了下來，眾人寂靜無聲，戰慄不已。因為上帝親自干涉，阻止了他們殺人的計畫，祂的榮光像火焰一般照徹會幕。全會眾看到耶和華的信號。有一位比他們更大的主已經顯示了自己，再沒有人敢繼續反抗了。那些報惡信的探子被驚慌所懾服，很畏縮的屏住氣息，回到自己的帳棚去了。」（懷愛倫，《先祖與先知》，第390頁）

忽然，耶和華的榮光在會幕中向以色列眾人顯現。當我們讀到民數記第14章時，似乎整個場景都被凍結了，我們看見上帝與摩西的對話。上帝知道，雖然那些石頭是為要打死摩西、迦勒和約書亞而擲的，但最終的背叛卻是對著上帝而來。

情況越來越糟。迦勒絕望地懇求說

## 【一位中保】

面對這樣的背叛，上帝給了摩西什麼機會？閱讀民14：11、12。

---

---

上帝要擊殺以色列人，並要使摩西成為新起之國的父。

摩西如何回應這不僅針對他，更是針對上帝的公然背叛呢？（民14：13—19）

---

---

這一刻，我們看見了一個真正屬於上帝的人。摩西的回答，凍結在時間裡，遙望那位在1400多年後，為祂的門徒在軟弱中禱告的中保（約第17章）。事實上，許多神學家和《聖經》讀者從摩西在這裡所做的，亦看到了基督為我們所做的一個範例。他們的罪和我們的罪是毋庸置疑的。然而，摩西懇求說：「求祢照祢的大慈愛赦免這百姓的罪孽。」（民14：19）如同摩西的代求，上帝也因耶穌為我們的死、復活和代求赦免了我們。

因此，摩西懇求說：「求祢照祢的大慈愛赦免這百姓的罪孽，好像祢

從埃及到如今常赦免他們一樣。」（民14：19）恩典在內心深處與背叛和不安鬥爭，而饒恕則提供了新的開始。

然而，這一切都是需要付上代價的，恩典永遠不是白白得來。雖然獲得了饒恕，但百姓需要面對他們背叛的後果，那一代的人將無法進入應許之地（民14：20—23）。

是的，上帝將在之後38年的曠野生活中供應他們的需要。祂會供應食物，祂會從會幕中向他們說話，也會在曠野中與他們同在。但之後他們將會死去，新一代將接棒，並在應許之地得享安息。

這聽起來像是一個審判；然而它事實上卻是恩典。如果這一代的人還沒有學會信靠上帝，他們怎麼能征服迦南強大的城邦呢？如果他們自己會在黑暗中跌倒，那他們怎能作列國的光呢？

關於罪得赦免的後果，你學到了什麼慘痛的教訓？

---

---

---

## 【信心和自行其是的較力】

在以色列人於曠野漂流，和上帝的子民在耶穌復臨之前的生活中，你看到了什麼相似之處？（參林前10：1—11）

---

---

---

縱觀歷史，在進入應許之地之前，上帝的子民一直在曠野中漂流。曠野有許多表徵。在現今它就像是無休止的媒體彈幕、資訊不斷傳來的轟炸聲，以及娛樂節目永無休止的低沉轟鳴。它把色情包裝成愛情向我們兜售，把物質主義當成問題的解答。如果我們能夠變得更健康、更年輕、更富裕、更性感，那所有的問題就將獲得解決。我們就像以色列人一樣，時常在尋求平安的過程中不得安息，並常在錯誤的地方尋找。

在民數記14：39—45，以色列人如何回應上帝的審判？

---

---

---

以色列人對上帝審判的回應是典型的。他們說：「我們有罪了，情願上耶和華所應許的地方去。」（民14：40）

心懷二意的委身就像接種不良的疫苗一樣毫無用處。現今的醫生建議在出生後24小時內接種B型肝炎疫苗，這是一個好的開始。然而，在第一次接種之後，如果沒有在正確的時間和正確的劑量下進行二到三次的加強接種，那麼就沒有任何預防B型肝炎的功效了！

在民數記第14章的最後一節中，以色列人的背叛導致了死亡和失望，他們拒絕接受上帝的指示，在沒有約櫃或摩西的領導下，頑固地發動攻擊。

自行其是的代價是昂貴的；它導致了死亡。通常情況下，這是源自恐懼。因為我們害怕，結果做出一些讓我們感到後悔的決定。

回想一下你憑信心行事，以及自行其是的時候。它們最關鍵的區別是什麼？

---

---

---

## 進修資料

「這時他們似乎是真誠地悔改自己的罪惡行為了；但他們的憂愁乃是因自己行惡的結果，而不是因為覺悟自己的忘恩和悖逆。當他們看出耶和華無意改變祂的旨意時，他們又任性起來了，並聲稱他們決不轉回到曠野去。在上帝吩咐他們從仇敵之地撤退的事上，證明他們只是在表面上服從了祂，而實際上並不如此。他們知道自己的罪孽深重，因為在他們輕率的性情衝動時，曾想殺害那勸他們順從上帝的探子；但他們只是因看出自己所犯嚴重的錯誤，使他們遭受災禍的後果而恐懼，他們的內心並沒有改變；只要再給他們一個機會，他們就會再起一次暴動的。這在摩西奉上帝的權威吩咐他們轉回曠野的時候，就表現出來了。」（懷愛倫，《先祖與先知》，第391頁）

「但信心並不是自以為是。只有具備了真正的信心，才能確保不自作主張。因為自以為是的精神是撒但用來假冒信心的。真正的信心能握住上帝的應許，並結出順從的果子。擅作主張的人也能提出上帝的應許。但他們只是像撒但所作的一樣，要利用這些應許來原諒罪惡。本來，信心能引領我們的始祖依靠上帝的愛、服從他的命令。但他們卻擅作主張，以致違犯了祂的律法，還指望祂的大愛會救他們脫離

犯罪的後果呢。單單要求上天的恩典，而不履行蒙憐憫的條件，這絕不是信心。真正的信心是以《聖經》的應許和條件為根據的。」（懷愛倫，《歷代願望》，第126頁）

## 討論問題

- 1 請討論信心和自行其是的區別。為什麼征服迦南地首先被視為一種信心的行為，然而當以色列人發動攻擊時，它卻被視為一種自行其是的行為？動機和環境如何在信心以及自以為是的區別之間扮演重要角色？
- 2 請深思：雖然罪是可以被饒恕的，但我們卻必須承擔罪的後果。你如何才能幫助那些雖知道自己已蒙饒恕卻依然苦苦掙扎、甚至對他們的親人造成負面影響的人呢？



# 第3課

7月10日-7月16日 安息日下午

## 不得安息的根源

### 閱讀本週學課經文

太 10：34-39；路 12：13-21；腓 2：5-8；路 22：14-30；太 23：1-13。

### 存心節

「在何處有嫉妒、紛爭，就在何處有擾亂和各樣的壞事。」（雅各書 3：16）

白楊樹是美麗的樹木，可達45-90英呎（15-30公尺）高。它們在寒冷的氣候和涼爽的夏天茁壯成長。它們被用來製造家具，也用於製造火柴和紙張。鹿和其他動物經常在寒冷的冬天以小白楊樹為食，因為它們的樹皮含有許多營養。白楊樹需要大量的陽光，而且它們會不斷生長——即使是在冬天，這使得它們在冬季時成了不同動物的重要食物來源。

然而，白楊樹最惡名昭彰的是它們擁有植物界中最大的根系之一。根在地底下可展開吸附的能力並形成一個快速蔓延的系統，繼而覆蓋大片區域。一棵白楊樹可以活到150年，但是在地底下的根部系統卻能生存超過幾千年。

在本週的學課中，我們會探討一些令我們不得安息的根源。有許多事情可以阻攔我們在耶穌裡獲得真正的安息。其中一些是顯而易見的，在此就不提及，但有一些可能對我們來說不那麼明顯，就像在地底下看不見的白楊樹根系統一樣，我們可能無法清楚意識到，那能將我們與救主隔絕的態度和行為。

■ 研究本週學課，為7月17日安息日作準備。

## 【耶穌帶來分裂】

很少人會喜歡衝突。我們渴望和睦與和平。我們甚至常在教會或機構中舉辦教導人和睦以及解決衝突的研習會。

**閱讀太10：34－39。耶穌說祂來並不是叫地上太平，乃是叫地上動刀兵，是什麼意思？耶穌是「和平的君」（賽9：6）又意味著什麼？**

---

---

耶穌在馬太福音10：34－39的陳述是驚人及違反常理的。救主並不是以一個被社會精英包圍的強大君王出生，而是作為一個無助的嬰孩而來，祂不僅向鄰舍、也向祂的仇敵宣講愛，現在祂卻告訴祂的跟從者；祂來不是叫地上太平，乃是叫地上動刀兵。門徒和聽眾可能跟我們一樣疑惑：「這怎麼可能？」

馬太福音10：35－39的焦點是效忠和忠誠。引用彌迦書7：6，耶穌向祂的聽眾發出挑戰，要他們做出永恆的抉擇。兒子應該愛父母、尊敬父母。這是摩西在山上所領受的律法和要求。這是上帝要求之運作模式的一部分；然而，如果這份愛勝過對耶穌的委身，那就是一個艱難的決定。父母應該愛子女和照顧他們。然而，如果這份愛超越了對耶

穌的委身，它也將是一個困難的決定。耶穌在這段經文中提醒我們：優先順序要正確。

耶穌用三句話表達這個選擇，每句話都使用「配得」一詞。「配得」不是基於崇高的道德標準，或勝過罪惡。「配得」是基於一個人與耶穌的關係。當我們選擇上帝高於一切——包括父母或孩子時，我們就是「配得」的，因我們選擇了十字架的苦難和跟從耶穌。

「我最大的願望，就是希望我們的年輕人充滿純潔的宗教精神，以帶領他們背起十字架，跟從耶穌。基督的年輕門徒們，向前吧，穿上純潔和公義的衣袍，順服上帝的原則。你的救主將引導你去到最適合你才能的位置，以及最能夠被使用的地方。」（懷愛倫，《證言》第5卷，第87頁）

**有時我們是自願背負十字架，可是有時卻是被迫背負非自己情願的十字架。不管是哪一種，忠心背負十字架的關鍵是什麼？**

---

---

---

## 【自私自利】

就像白楊樹和它的根部結構一樣，自私是「罪」在地底下巨大結構的一部分，它使我們無法在耶穌那裡找到真正的安息。我們在生活裡的一切罪行當中，自私似乎是最容易被體現出來的，不是嗎？對大多數人而言，自私就像呼吸一樣自然。

閱讀路加福音12：13—21。請描述耶穌在這個比喻所強調的問題。為將來作打算是否是自私以及對上帝國度的輕視嗎？如果不是或不盡然，那耶穌警告我們要提防什麼呢？

這個比喻只出現在〈路加福音〉，而且是為了要回應一位不具名的民眾所發的問題。當問及有關繼承權的問題時，耶穌的回答是拒絕成為兄弟之間的仲裁者。相反的，祂選擇直指更大的潛在問題——即自私。祂深掘問題以顯示我們個人行為背後的動機。

想一想你生活中的自私行為。自私如何影響我們與上帝、配偶、家人、教會弟兄姐妹、鄰居和同事的關係？在腓立比書2：5—8可以找到哪些相關線索？

---

---

在耶穌的比喻中，這位不知名的財主只關注自己的需要和野心，卻忘了思考看不見的天國。更大、更好、更多並不是上帝國度的基本原則。保羅讓我們見到耶穌決定成為我們替代者的動機。

腓立比書2：5—8描繪了無私、謙卑和愛的藍圖。如果愛上帝和愛人無法主導我們的選擇和優先順序，我們必將繼續在地上為自己建造更多的糧倉，而不把財寶積攢在天上了（太6：20）。

為什麼我們如此容易陷入對財富和物質的渴望？雖然我們都需要一定數目的錢來維生，為什麼不管我們擁有多少，我們總還是想要更多？

---

---

---

## 【野心】

研讀耶穌受難前、在世上最後一週的傳道生涯，總能為我們帶來鼓舞和啟發。它也提供了一個簡潔的說明使人明白不得安息和野心如何驅使人們做或說出不明智的事。

閱讀路加福音22：14—30，想想當耶穌聽到祂的門徒在這個莊嚴的晚餐中還在爭論誰為大時，祂的心情如何（路22：24）？為什麼門徒們會偏離這一重要時刻的意義、轉而關注誰應該為大呢？

---

---

我們很少會與他人談論誰是教會、家庭或工作場所中最偉大的人。我們可能會思考很多，但誰會公開的談論它呢？

耶穌的信徒並非第一次談論這個問題。馬太福音18：1說，門徒們把這個問題帶到耶穌面前，以更為具象的方式提問：「天國裡誰是最大的？」耶穌以實際教訓回應這個問題。耶穌叫了一個小孩來，使他站在他們當中。所有人都睜大眼睛，豎起耳朵。針對耶穌的這個動作，他們需要一個說明。耶穌以馬太福音18：3解釋說：「我實在告訴你們，你們若不回轉，變成小孩子的樣式，斷不得進天國。」

悔改歸主是在耶穌裡找到真正安息的基礎。我們體認到我們需要外來的幫助，突然意識到無法依靠自己，而需要倚靠耶穌。我們就經歷了價值觀和野心的轉變。耶穌對門徒說：相信我，並像這孩子一樣倚靠我。真正的偉大是捨棄你的權利，並接受天國的價值觀。

不幸的是，當耶穌和門徒一起吃最後的晚餐時，門徒似乎尚未學會這門功課。他們的爭論和內鬥破壞了一段不會再有的完美團契時光。

這一切就是他們多年與耶穌同在、與祂同工、在祂腳前聽道，以及跟祂學習後的結果嗎？這一例子說明人類的心靈是多麼敗壞和可悲！然而，積極的一面是，儘管祂的信徒跌入了這個可悲的試探，只要思及主的恩典——這個始終存在的真實，就可知耶穌沒有放棄他們。

為什麼我們需要定睛十字架上的耶穌，以此對抗高抬自己的欲望——即每個淪喪之人都會有的試探呢？

---

---

## 【假冒為善】

假冒為善是指一個人善於表演和偽裝。在馬太福音第23章，這個詞被使用了7次，在此耶穌公開指責猶太人的宗教核心領袖，就是文士和法利賽人（太23：13、14、15，23，25，27，29）。福音書向我們展示了耶穌給予犯姦淫之人、稅吏、娼妓、甚至殺人犯的恩典和饒恕，卻只向假冒為善者施予極少的寬容（更多資料參閱太6：2，5，16；太7：5；太15：7-9；太22：18）。

**閱讀馬太福音23：1-13，列出耶穌所說假冒為善之人的四個主要特徵。**

---

---

---

耶穌提到了文士和法利賽人的四個特徵。在公元一世紀的猶太教中，法利賽人代表了保守的宗教權威。他們對《聖經》和口傳律法非常重視，並強調儀式的潔淨。與之相對的是撒都該人，他們大多是富有的領袖，並與精英階層的祭司有關連。他們被高度希臘化（例如，他們說希臘語、深諳希臘哲學），並且不相信有審判或永生。我們可以稱他們為自由主義者。這兩組人都被指責為假冒為善。

根據耶穌的說法，如果我們言行不

一，只知苛求別人卻不以同樣的信仰標準來對待自己，渴望得到別人對我們宗教熱心的稱讚，以及希望獲得屬於天父的榮耀和肯定，那麼我們就是假冒為善者。

不論耶穌的言辭多麼切中要害、一針見血，祂與那些假冒為善之人交往時，仍然充滿了愛和關懷。

「上帝的兒子依依不捨地望著聖殿和聽眾，臉上不禁現出無限神聖的慈愛。祂心懷重憂，眼含熱淚，聲音顫抖地說：『耶路撒冷啊，耶路撒冷啊！你常殺害先知，又用石頭打死那奉差遣到你這裡來的人，我多次願意聚集你的兒女，好像母雞把小雞聚集在翅膀底下，只是你們不願意。』」（懷愛倫，《歷代願望》，第620頁）

**為什麼你不需要成為一個宗教領袖就能犯下耶穌在此所強烈譴責的假冒為善？我們如何才能看見在自己裡面的假冒為善？又應當如何擺脫它呢？**

---

---

---

## 【將不得安息連根拔起】

閱讀約翰福音14：1-6。在自己的不得安息裡，我們能做些什麼使我們的心不會感到憂愁呢？克服分裂、自私、野心、假冒為善，繼而得到真正安息的關鍵是什麼？

---

克服不得安息總是從耶穌開始。祂是道路、真理、生命。當我們在網路充斥的世界裡漫無目的地遊蕩時，祂知道哪裡才是正確的方向。作為上帝律法的立法者，祂自己就是道成肉身的真理，祂的聖靈要引導我們進入所有的真理（約16：13）。當我們受傷、疲憊、筋疲力盡、生病、灰心喪志時，祂是生命——這生命不是一般的生命。事實上，祂已經應許了我們一個豐盛的生命（約10：10）。雖然這是指著我們永恆的家和永生，但上帝也要我們在世上享受這豐盛的生命。即使是現在，上帝也一定可以豐豐富富的給予我們這個生命。

「你們心裡不要憂愁」是一個活在等待中的邀請。當我們情緒低落時，祂能把我們帶回高處。當我們與黑暗和罪惡鬥爭時，祂不但會開啟祂的善工，也會在我們裡面成就這工（腓1：6）。

無論情況變得多麼惡劣（是的，事情

可能很難挽回），讓我們注目耶穌給我們的應許。祂正在為我們預備一個「地方」，一個永遠沒有痛苦、不安和苦難的地方。這就是我們在基督耶穌裡所給予的盼望，無論我們是誰，背景如何，以及過去的生活或現在是多麼不堪，這盼望都是給所有人的。

關鍵是我們無論處在什麼樣的狀態，是軟弱、被傷害、支離破碎或是在墮落之中，都要來到上帝面前，並要知道不論在怎樣的境遇裡，祂都願意接納我們。這就是恩典的意義，這也是為什麼我們必須相信，如果我們在信心中尋求恩典，我們就必得著。

閱讀耶利米書3：22。上帝要我們做什麼，然後，祂會如何回應？

---

思考耶穌的話：「就必再來接你們到我那裡去，我在哪裡，叫你們也在哪裡」（約14：3）。這告訴我們復臨的應許為何至關重要？特別是對我們這些復臨信徒而言（以我們對死亡的理解），為什麼這應許如此珍貴？

---



## 進修資料

「那以自我為中心的人生絕不能有什麼長進或結果。如果你已經接受基督為你個人的救主，你就必須忘卻自己，盡力幫助別人。要述說基督的仁愛，傳講祂的善良。務要克盡厥職。當將救靈的重任放在心上，並盡你所能的去設法拯救失喪的人。當你領受了基督的精神——就是那無私之愛與為人服務的精神，你就必生長結實。聖靈的美德也必在你的品格上完成。你的信心必有增進，你所確信的必更加深，你的愛心也必得以完全。這樣，在一切純潔、高尚和可愛的表現上，你就必愈來愈反映基督的形像了。」（懷愛倫，《基督比喻實訓》，第67、68頁）

在處理信徒之間的問題時，「有關的各方面進行了長時間的談話，結果他們的時間不但耗費了，同時上帝的僕人還必須聽他們談話，事實上雙方的心都未被上帝的恩典所征服。如果他們肯擺脫驕傲和自私，多半的困難就會在五分鐘之內解決了。」（懷愛倫，《早期著作》，第119頁）

## 討論問題

**1** 在班上，思考克服自私的實際方法。你們如何保持對彼此的責任感，使這些想法得以實踐？

**2** 擁有企圖心並非一定不好。然而，我們如何在期盼以及思想上帝的偉大之事時，不跌入野心的陷阱裡呢？

**3** 我們大多數的人都不會表現出野心、假冒為善、自私或嫉妒。我們都非常善於展現良好的外表。然而，就像白楊樹的巨大根系一樣，所有的這些負面特徵都潛藏在表面之下。在實際的生活中，聖靈引導的重生品格是什麼樣子的？我們如何克服不得安息的根源並在耶穌裡找到真正的安息？

**4** 請深思星期四課文中最後一個問題的答案，關於復臨的重要性。如果沒有了它，我們還有什麼盼望呢？因為死人必須長睡直到復臨那日才得以復活，因此，若沒有復臨，基督第一次的到來於我們有什麼益處呢？

# 第4課

安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月  
7月17日-7月23日 安息日下午

## 安息的代價

閱讀本週學課經文

撒下 11：1-27，12：1-23；創 3：1-8；約壹 1：9。

存心節

「上帝啊，求祢為我造清潔的心，使我裡面重新有正直的靈。」（詩篇51：10）

許多人似乎迫切想得到一些安寧和平靜的時刻，也願意為此付出代價。在許多大城市裡有免費網路室可供人按小時租用。使用規定很嚴格，不得有噪音，不得有訪客。人們為了能夠安靜地坐著思考或小睡也願意付費。在機場可以租到睡眠艙，降噪耳機也很受歡迎。你甚至可以購買帆布兜帽，或可折疊的隱私防護罩，以覆蓋你的頭部和身體，使你在工作場所也可以快速的休息一下。

真正的休息也是需要付出代價的。許多宣傳自助觀念的媒體及其推手想讓我們相信，我們可以決定自己的命運，而且休息只是一種選擇和規劃。然而，當我們誠實面對這個問題時，我們清楚意識到我們無法給自己的心帶來真正的安息。對於上帝的恩典，在第四世紀時，教父奧古斯丁在他著名的《懺悔錄》第一卷中一針見血的說：「祢為了自己而創造了我們，可是我們的心無法得到安息，直到它在祢裡面尋得安息。」

本週，我們將簡要回顧一位合神心意的人及他的人生，看他如何學會得著上帝所賜之安息需付出的真正代價。

■ 研究本週學課，為7月24日安息日作準備。

## 【心力交瘁】

在一個溫暖宜人的春日傍晚，不得安息的大衛王在宮殿房頂踱步。他應該要和他的軍隊在約旦河的另一邊，應該帶領上帝的子民去攻打亞捫人，並為國家帶來最終的和平。

**大衛不應該出現在這個試探之門敞開的地方。閱讀撒母耳記下11：1-5。發生了什麼事？大衛犯了什麼大罪？**

---

---

---

大衛從他的屋頂上看見一個「容貌甚美的婦人」在沐浴。那天傍晚，他被罪惡所勝，與一位最可靠的軍官之妻拔示巴同房。像所有古代君王一樣，大衛擁有絕對的權力。作為君王，他不必遵循所有國人都需要遵守的法律。然而，大衛家族在接下來的歷史轉折時刻所經歷的痛苦提醒我們，即使身為君王，他也不能凌駕於上帝的律法之上。

律法確實是一種保護和保障，即使是君王在逾越律法之外時，也必須面對可怕的後果。當大衛違反了上帝律法的限制時，他就嘗到律法對他生活各方面的影響。大衛以為他的罪惡不為人知；結果拔示巴懷孕了，而她的丈夫正遠在他鄉。

**閱讀撒母耳記下11：6-27。大衛如何試圖掩蓋他的罪行？**

---

---

---

大衛試圖讓烏利亞回到妻子拔示巴身邊的續密計畫失敗了。烏利亞是一個忠於職守的人，他回答大衛說：「約櫃和以色列與猶大兵都住在棚裡，我主約押和我主的僕人都在田野安營，我豈可回家吃喝、與妻子同寢呢？」（撒下11：11）。最後，沮喪的大衛利用了「遠程遙控」手段暗殺了烏利亞，以掩蓋他的罪行。

**上帝如此恩待大衛，他卻做出如此卑劣之事，實在令人難以置信。不管我們是誰，我們都應該從這個故事中得到什麼警告？**

---

---

---

## 【警鐘】

在大衛生命最黑暗的時刻，一個好消息傳來：上帝差遣了祂的先知拿單去幫助大衛，他們都很熟悉彼此。之前，拿單就大衛建造聖殿的計畫給他提供了建議（撒母耳記下第7章）。而現在先知卻要為執行另一項任務而來朝見國王。

**你認為拿單為什麼選擇先講述一個故事，而不是立即點名批評大衛？閱讀撒母耳記下12：1—14。**

---

---

---

拿單知道該說什麼，也採用大衛能理解的方式對他說話。他以大衛之前的工作——牧羊人，作為故事的內容。他知道大衛為人正直，也有強烈的正義感。因此在某種意義上，我們可以說拿單設下了一個陷阱讓大衛中計。

當大衛無意中宣判了自己的死刑時，拿單告訴他「你就是那人」（撒下12：7）。「你就是那人」的說法可以有很多種：可以大聲喊出來，也可在指責時把手指向另一個人，或是用來表達關切和關心。拿單的話肯定帶著惻隱之音。在那一刻，大衛感受到了當上帝的兒女明知故犯、背離祂旨意時，祂所受的

痛苦。大衛感到扎心。他的心被撕裂了。

**為什麼大衛回答說「我得罪耶和華了」，而不是說「我得罪拔示巴了」或說「我是個殺人犯」？（撒下12：13；另參詩篇51：4）**

---

---

---

大衛意識到那使我們的心不得安息的罪，主要源自對上帝、造物主和救贖者的公然冒犯。我們傷害了自己也傷害了他人。我們給自己的家庭或教會帶來羞辱。然而，最終我們傷害了上帝，又在十字架的耶穌身上釘了一枚釘子。

「先知的責備打動了大衛的心；他的良心發現；他的罪過顯出了極端嚴重的性質。他虛心地在上帝面前痛悔了。他嘴唇發顫著說：『我得罪耶和華了！』一切傷害別人的事，都由受害的人達到上帝面前。大衛深切感到自己是對烏利亞和拔示巴犯了一件極嚴重的罪，但他更嚴重地得罪了上帝。」（懷愛倫，《先祖與先知》，第722頁）

## 【饒恕和遺忘？】

在大衛無意中對自己作出宣判之後（撒下12：5、6），拿單指出他的罪行。大衛的心傷痛並承認自己的罪。當下，拿單對他說「耶和華已經除掉你的罪」（撒下12：13），他就蒙了饒恕。上帝的饒恕不需要等待。大衛不需要在證明自己真誠悔改之後才獲得饒恕。

雖然如此，拿單在撒母耳記下12：10—12也預言了大衛犯罪的後果，就是他所得的孩子必定要死。

**上帝除掉大衛的罪是什麼意思？祂只是把過去一筆勾銷了嗎？難道每個人只要簡單的遺忘錯誤就可以了嗎？當你思考這些問題的時候請閱讀撒母耳記下12：10—23。**

---

---

---

當大衛看到他的世界崩潰時，他一定也在思考這些問題——嬰孩死了、他的家庭崩壞（暗嫩和押沙龍的故事就是大衛家混亂的佐證），而他的未來充滿不確定性。然而，儘管他犯罪的後果連累了無辜的人，如烏利亞以及新生的嬰孩，大衛開始明白上帝的恩典超過這一切，有一天一切罪的後果終將被清除。在那

時，他不安的良心就能在上帝的恩典中得到安息。

**什麼是大衛心中真正需要的？他渴望什麼？閱讀詩篇51：1—6。**

---

---

---

在詩篇51篇，大衛公開表明他的心並承認他的罪，大衛懇求上帝的憐憫和大慈愛，他渴望被更新。

當我們思想在耶穌裡得安息的代價時，我們首先需要認明我們需要外界的幫助；我們是罪人，需要一位救主；要能意識到自己的罪，並向那唯一能夠洗滌、潔淨我們、使我們重生的主呼求。如此一來，我們就會有勇氣：因那位犯姦淫、陰謀操控者、謀殺犯——至少違反了十誡中五條誡命的人，他也向上帝呼求幫助和饒恕的應許。

**上帝饒恕了大衛的過犯給你帶來什麼盼望？**

---

---

---

## 【新事】

當大衛承認了他的罪，沒有試圖尋找藉口或掩飾之後，他接著向上帝禱告懇求。他向上帝懇求什麼？閱讀詩篇51：7-12。

---

---

---

大衛提到使用牛膝草來潔淨，這個儀式是每一個到過聖所的以色列人都知道的。當他提到摩西律法描述的潔淨儀式時（利14：4），他體認到祭物的力量，即那將要來臨、除去世上一切罪惡的祭物——上帝之羔羊。

大衛也祈求「歡喜」和「快樂」。面對他所犯的嚴重罪行，這個祈求豈不顯得有些大膽嗎？

也許這句話可以幫助我們更明白：「讓我知道我已經得蒙饒恕，以致我可以再次進入聖所，在那裡聽到那些敬拜你之人的歡喜快樂」。

當亞當和夏娃犯罪時，他們就躲避上帝的面（創3：8）。為什麼你認為大衛在他犯罪之後的祈求是如此的不同？閱讀詩篇51：11、12。

---

---

---

大衛不想失去與上帝同在的特權。他意識到如果沒有聖靈，他是軟弱無力的。他知道他會再次犯罪，就像他如此輕易陷入與拔示巴的罪惡。他的自信崩潰了！大衛知道將來的勝利不會來自他；只有在他全然依靠上帝時勝利才會來到。

基督徒得勝的生活不是因為我們，而是因為耶穌。我們渴望祂的同在、渴慕祂的聖靈；我們需要祂救恩的喜樂。我們體認到自己需要更新和恢復，需要祂的安息，這是神聖的再造之工。創造的安息離饒恕不遠。「上帝阿，求你為我造清潔的心，使我裡面重新有正直的靈」（詩51：10），這裡使用了創造的專門術語。在舊約中，只有上帝才能「創造」（bara'），一旦我們被重新創造，我們就得以安息。

如果你不曾經歷過從罪疚中得釋放的歡喜和快樂，是什麼阻礙了你呢？如果是罪疚，你能從這個故事中學得什麼來幫助你呢？

---

---

---

## 【反照上帝之光】

在經歷了令人沮喪的失敗以及得蒙饒恕之後，我們最自然的做法可能就是試圖忘記曾發生過的事。失敗的記憶是痛苦的。

大衛想用他痛苦的經歷來做什麼？閱讀詩篇51：13-19。

---

---

---

當一個碗或一個珍貴的花瓶掉下摔碎的時候，我們通常會歎氣，把沒用的碎片扔掉。日本有一門傳統技術稱為「金繼」（kintsugi），專門用來修復破碎的陶器。它使用貴重的金屬，如液狀的金或銀，把碎片粘合在一起，使破碎之物變得美麗、有價值。

每一次上帝饒恕我們的罪過並再造我們之時，有些事情就會改變。上帝寶貴的饒恕將我們的破碎粘合在一起，可見的破碎能將我們的注意力引到上帝的恩典上。我們可以成為上帝的擴音器。「我的舌頭就高聲歌唱祢的公義」（詩51：14）。我們不會嘗試自我修復或自動改進（即使是逐步改進）。我們破碎的靈、痛悔的心，都是對上帝的讚美，是世界能在我們身上看見的光芒。我們蒙饒恕的經歷也會吸引其他尋求饒恕的人。

詩篇51篇和約翰一書1：9有什麼關聯？

---

---

---

約翰一書1：9是詩篇51篇的簡短總結。大衛知道「上帝啊，憂傷痛悔的心，祢必不輕看」（詩51：17），約翰向我們保證「我們若認自己的罪，上帝是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義」（約壹1：9）。我們可以完全相信上帝的話語。

再一次，大衛無法彌補他的行為和錯誤給家庭造成的巨大傷害。他為自己的決定和行為承擔後果。然而，大衛知道他已得蒙饒恕。他知道他需要憑信心相信有一天上帝的羔羊會來代替他。

你如何學習將約翰一書1：9的應許應用到你現在的生活當中？當你知道上帝的應許也是為你而預備的時候，你有何感想？

---

---

---



## 進修資料

「大衛的悔改是真誠而深切的。他沒有企圖美化自己的罪過，沒有希望逃脫該受的刑罰，這是他的禱告所表現的精神。但是他看出，得罪上帝的過犯是何等的可憎；並看出自己心靈受了污穢；他深深厭惡自己的罪。他的禱告不單是祈求赦罪的恩典，同時也求心靈的清潔。大衛沒有在絕望之中自暴自棄。他在上帝向懺悔者所發的應許中，看出自己蒙赦免與悅納的保證。

「祢本不喜愛祭物，若喜愛，我就獻上；燔祭祢也不喜悅。上帝所要的祭，就是憂傷的靈；上帝啊，憂傷痛悔的心，祢必不輕看。」（詩51：16、17）

大衛雖然失足，耶和華卻將他拯救……大衛曾自卑地認罪，而掃羅卻藐視責備，硬著心不肯悔改。大衛的這段歷史，對於悔改的罪人是富有意義的。它向我們生動地敘述了世人經過的掙扎、試探，與向上帝真誠悔改，並篤信我們的主耶穌基督的一些經過。在各世代，這是一切墮入罪中，並在罪擔下掙扎之人的勉勵。當上帝的許多兒女陷入罪中即將絕望時，他們便想起大衛的經驗；他雖然為自己的罪受苦，但他的真誠悔改與認罪蒙了上帝的悅納，於是他們也就得了勇氣來悔改，並重新努力遵行上帝的誠命

了。……凡受上帝的責備而能像大衛一樣自卑認罪悔改的人，可以確知自己是有希望的。凡因信而接受上帝應許的人，必蒙赦免。上帝絕不丟棄一個真實悔改的人。」（懷愛倫，《先祖與先知》，第725、726頁）

## 討論問題

- 1** 我們如何在體認到自己內在的罪性和饒恕的需要之間找到平衡，並同時過著像已蒙饒恕之宇宙君王的兒女一樣的生活？
- 2** 為什麼所有的罪都是違背上帝的罪？得罪上帝是什麼意思？
- 3** 當一個非信徒為無辜之人所遭受的苦難難過時，例如烏利亞或大衛和拔示巴剛出生的兒子，我們能對他說些什麼？在這種情況下我們如何解釋上帝的慈愛和公義？善惡之爭的視角如何提供有助益的觀點？
- 4** 為什麼《聖經》要用整整兩章來講述大衛和拔示巴犯罪的故事？這個故事的目的為何？
- 5** 細想一下詩篇51：11、12有關罪把我們與上帝隔絕的觀點。你如何經歷這種情況？你會如何向他人解釋這種隔絕以及不舒服的感覺？為什麼恩典的應許是唯一的解決之道？

# 第5課

安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月  
7月24日-7月30日 安息日下午

## 「到我這裡來……」

### 閱讀本週學課經文

太 11：20-30；太 5：5；申 18：15；加 5：1；出 18：13-22；加 6：2。

### 存心節

「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息。」（馬太福音 11：28）

「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來。我就使你們得安息。」

耶穌所賜給我們的應許是多麼美好！畢竟我們中間有誰是沒有重擔的？即使工作本身沒有那麼沉重（儘管通常都是如此），但生活本身附帶的勞苦和沉重的負擔又會少到哪裡去呢？耶穌在這裡告訴我們：是的，祂知道我們正在經歷什麼，沒錯，祂可以幫助我們——如果我們允許的話。

接著，在吩咐我們要背負祂的軛之後，耶穌說：「因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。」（太11：30）換句話說，卸下你所負的軛和擔子（把它們交給我），然後背起我的擔子，因為我的擔子是輕省的。

我們如何經歷耶穌所說的安息？我們生活在一個罪惡的世界裡，就是上帝對亞當所說的——「你必汗流滿面才得糊口」（創3：19）的世界。因此，我們十分明白什麼是勞苦和背負重擔，這些擔子要獨自背負並不容易，至少對於我們而言確實如此。

■ 研究本週學課，為7月31日安息日作準備。

## 【我就使你們得安息】

閱讀馬太福音11：20—28，當耶穌說「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息」時，這句話是在什麼情況下說的？耶穌如何給我們這樣的安息？

---

像我們所有人一樣，耶穌從來不會言之無意。為了理解祂的話，我們需要明白這個章節的上下文，以避免誤解耶穌的意思。

〈馬太福音〉第11章標誌著馬太福音的一個轉折點。耶穌責備不悔改的加利利諸城的言論，是福音書中迄今為止最嚴厲的。祂從不討好人，卻醫治受傷的人，更與「做錯事的人」交往（太9：9—13）；而祂聲稱的赦罪之能在宗教領袖的眼中是一種僭越（太9：1—8）。

耶穌的確對人們有些強烈的譴責，甚至把他們與當時（和今天一樣）被視為邪惡之城的所多瑪相提並論。「但我告訴你們，當審判的日子，所多瑪所受的，比你還容易受呢！」（太11：24）緊張的局勢正在加劇，然而就在這時，耶穌改變了論調並提供給他們真正的安息。祂之所以能夠賜人安息是因為「一切所有的，都是我父交付我的；除了父，沒有人知道子」（太11：27）。耶穌能夠賜給人安息是因為祂的神

性以及與天父的合一。

在願意卸下重擔之前，我們需要明白，我們無法獨自背負它們。事實上，除非我們能夠意識到自己的真實情況，否則大多數的人是不會來到耶穌那裡的。耶穌的邀請是基於世人的需要。

祂在馬太福音11：28的邀請是以希臘文命令句開頭。「來」不是一個選項而是安息的前提。「來」意味著我們要交出掌控權。在這個我們可以透過手機操控生活大小事的時代，走向耶穌並不是一個自然的方向。事實上，對大多數人來說，降服是基督徒生活中最艱難的部分。

我們喜歡談論上帝在基督裡為我們成就的一切，以及我們無法拯救自己等等。這些都是真實的。然而最後，我們仍然需要作出「來到」耶穌面前的選擇，也就是降服於祂。這個自由意志的實踐就是基督徒生命的前提和中心。

**你的擔子是什麼？你如何學會把它們交託給耶穌，並經歷祂所提供、也為此付上極大代價的安息？**

---

---

## 【「你們當負我的軛」】

閱讀馬太福音11：29、30。為什麼耶穌在邀請我們把重擔卸給祂，並得到真正的安息之後，馬上就吩咐我們當背負祂的軛呢？

---

---

---

在馬太福音11：28的第一個命令語「來」之後，隨後第29節也使用了兩個命令語。「負」和「學」將聽眾（和讀者）的注意力集中在耶穌身上。我們當「負」祂的軛，「學」祂的樣式。

天父與聖子之間親密的關係（已在太11：25—27指明）提供了一個強而有力的例證來解釋負軛的比喻。天父與聖子齊心協力拯救人類。雖然軛是順服的象徵（參耶利米書第27章），它也是一個用來說明合一的比喻。我們順服祂的軛，接受祂給我們的使命去祝福周圍的人。我們並不是背負祂的軛；反之，我們是祂的軛，因為祂的軛是「容易的」，祂的擔子是「輕省的」（太11：30）。

第二個命令「學我的樣式」重申了這個概念。在希臘文，動詞「學」與「門徒」一詞相關。當我們向耶穌學習時，我們就是祂真正的門徒。順服和委身是門徒的特徵。

「重擔」（太11：28）和當負耶穌的軛（太11：29）之間的區別是什麼？

---

---

---

軛在猶太教中是律法的常見比喻。使徒行傳15：10提到割禮的律法。加拉太書5：1將耶穌所賜的自由與奴役的軛作了對比，指出律法和救贖的關聯。負耶穌的軛強調順服和委身，即跟從祂的腳步和實行祂所交託的使命。雖然我們無法在耶穌為我們被釘十字架的救贖上增添任何功勞，但我們可以成為祂的使者，與周圍的人分享福音。耶穌對律法的闡釋，比法利賽人教導的更徹底，正如祂在福山寶訓（馬太福音5—7章）中顯示的。這需要一場換心手術以改變我們的動機，並且祂的軛是容易的，祂的擔子是輕省的（馬太福音11：30）。

多麼美好的應許！「靈裡的安息。」你如何經歷這安息？它是怎樣的呢？透過定睛於耶穌和祂賜給我們的，我們如何才能開始認識這安息？

---

---

---

## 【「我心裡柔和謙卑」】

現今，柔和是一種被低估的特質，而謙卑則被人嘲笑。社交媒體教會了我們去關注那些喧鬧嘈雜、怪異狂野並浮誇的事物。事實上，世界上的許多標準都與上帝認為重要和有價值的標準背道而馳。

「人對於真理的認識，並不全在乎智力的高強，卻在乎宗旨的純潔，以及誠摯信賴之心的純一。上帝的使者要就近一切以謙卑的心尋求神聖引導的人。也必有聖靈賜下，向他們敞開那真理的豐富寶藏。」  
(懷愛倫，《基督比喻實訓》，第59頁)

閱讀馬太福音5：5；彼得前書3：4；以賽亞書57：15。基於這些經文，你會如何定義柔和謙卑？

---

保羅在哥林多後書10：1提到「基督的溫柔、和平」。溫柔和謙卑不是對那些容易受人影響，以及無法堅持立場之人的描述。耶穌並不尋求對立，也經常避免對立，因為祂的使命還沒有完成（約4：1-3）。可是當祂面臨對抗時，祂勇敢的做出回應。與此同時，祂總是溫言柔語。例如，祂在被釘十字架之前為耶路撒冷哀哭，不是大聲詛咒，而是飽含淚水的為將要臨到的毀滅哀痛（路19：41-44）。

在新約，耶穌經常被描繪成第二個摩西。當祂闡述天國的原則時，祂是在一座山上（太5：1）。祂以神蹟餵飽了許多的人（太14：13-21）。民數記12：3形容摩西「為人極其謙和」，這呼應了馬太福音11：29。當眾人看見耶穌餵飽五千人的神蹟後，就驚奇地歡呼說「這真是那要到世間來的先知」（約6：14），這是指著申命記18：15以及摩西作為先知的角色而言。

耶穌的謙卑和溫柔顯然超過摩西，因為祂是我們神聖的救主。摩西為了拯救百姓自願擔罪（出32：32），但他的死其實無法成就什麼，因為他自己也是罪人，也需要救主，一位能夠背負他的罪、為其付上贖價的救主。我們可以從摩西和他的經歷中學習，但無法在他身上找到救贖。

相反的，我們需要一位不但可以為我們代求、更可以為我們替死的救主。代求很重要，但只有一位被掛在十字架上、為我們付清罪的贖價和承擔罪惡的上帝，才能把我們從罪的後果中拯救出來。這就是為何耶穌樹立的偉大榜樣對我們來說雖然很重要，但如果沒有十字架和復活，一切都將毫無意義。

## 【「因為我的軛是容易的」】

我們已看到，〈馬太福音〉在這個部分使用的「軛」與猶太教的使用相符，也與新約其他書卷中對律法的錯誤理解相呼應。

在馬太福音11：30、新譯本譯為「容易」的希臘文單詞，也可譯為「好、愉快、有用和仁慈」。許多人認為上帝的律法嚴厲、難以遵守，有時甚至不相關。我們如何幫助他們發現律法的美，激發他們對立法者的愛？

---

---

---

父母總是記得孩子邁出第一步的那一刻。搖擺不定的第一步之後是試探性的第二步，然後第三步——到那時，孩子很可能就會跌倒。他們可能會大哭或有些瘀傷，然而，一旦孩子感覺到行動的自由，他就會站起來再試一次；再走出去，跌倒、站起來。在孩子能夠安全行走之前，這個順序會重複多次。然而在磕磕絆絆中，一張驕傲的小臉會得意洋洋的說：「爸爸，媽媽，我會走路了！」

與耶穌同行也許不見得總是容易的，但它絕對是好事，也是正確的事。我們可能蹣跚甚至跌倒，然而我們也能站起來，繼續與祂同行。

在加拉太書5：1，保羅寫到「基督釋放了我們，叫我們得以自由。所以要站立得穩，不要再被奴僕的軛挾制」。這是何意？基督如何叫我們得以自由？耶穌要求我們背負的軛與保羅所說「奴僕的軛」有什麼不同？

---

---

---

我們可以肯定，無論保羅所說「奴僕的軛」是什麼意思，他絕不是指順從上帝的律法——十條誡命而說的。相反的，藉著信心，透過順從，我們的救贖才有保證，不是基於律法，而是基於基督所給予我們的公義，我們才能獲得真正的安息和自由。

為什麼順從上帝律法的生活，比不順從上帝律法的生活更能得到安息？

---

---

---

## 【「我的擔子是輕省的」】

耶穌在馬太福音11：30的總結使用了負重的比喻「因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的」。

以色列人出埃及、過紅海之後，摩西的岳父葉忒羅的到來令他甚是歡喜。閱讀出埃及記18：13—22。在這個故事中，承擔他人的擔子是怎樣的？

---

---

出埃及記18：13告訴我們，百姓們從早到晚都到摩西那裡求審判。當摩西的岳父看到這個情況，他誠懇給了女婿一個建議，就是建立一個能讓他專注於大事，同時授權其他人去處理小事的行政架構。《聖經》告訴我們，摩西聽從了葉忒羅的建議並按著他所說的去行。

當耶穌告訴我們祂的擔子是輕省的，祂是要提醒我們，我們可以依靠祂這位重擔承擔者。像摩西一樣，我們必須知道我們需要別人來分擔我們的重擔。在哥林多前書12：12—26中，保羅以基督的身體為比喻巧妙地說明了分擔重擔的絕佳例子。我們需要一個能正常運轉的身體來承受一切的重壓。我們需要腿、手、肩膀、肌肉和肌腱來提拿一切東西。

閱讀加拉太書6：2。互相擔當彼此的重擔如何幫助我們實踐基督的律法？

---

---

這個章節的直接上下文可以幫助我們理解它的意思。在加拉太書6：1，保羅說，若有弟兄姐妹偶然被過犯所勝，我們就當用溫柔的心挽回他（記得耶穌在太11：29聲稱祂是柔和的）。互相擔當重擔意味著挽回一個偏離正軌的人，幫助他看見上帝的恩典。但它也意味著當我們遇到困難時要互相幫助。「擔子」的希臘文可以指很重的東西或石頭。它提醒我們，我們都有擔子，都需要那些可以幫助我們分擔重擔的人。以溫柔和憐憫來分擔重擔是上帝給教會的命令。

想一想上一次當你正在承受重擔時有人幫你分擔的情況。為什麼這對當時的你那麼重要？你現在可以幫助誰分擔重擔？

---

---

---



## 進修資料

「你們若覺得自己的工作很難，你們若埋怨那困難與試煉，你們若說自己無力抗拒試探，自己無法勝過急躁之弊，要過基督化的人生乃屬艱辛之舉，這時就可確知自己並非負著基督的軛；而是負著另一個主人的軛。」（懷愛倫，《兒童教育指南》，第267頁）

「當前的需要是不住地警醒，懇切而本乎愛的獻身；只有心靈因著信，靠著上帝能力的保守，這些便可自然而然地有了。我們絕對沒有什麼可做的，以便使自己得蒙神眷。我們不應當倚靠自己，也不可信賴自己的善行；當我們以有罪犯錯之人的身分來到基督那裡時，就可在祂的愛中得到安息。每一個完全信賴那被釘救主之功勞而來投靠祂的人，上帝都必接納。愛是由心中湧發的。雖然未必有一種狂喜之感，但卻有一種長存、安寧的信賴。每個重擔變輕了；因為基督的軛原是容易的。本分變成了一種快樂，犧牲也成了一件愉快的事。以前似乎被黑暗蔭蔽的道路，今後有公義日頭的光線普照。這就是行在光中，像基督行在光中一樣。」

（懷愛倫，《信心與行為》，第38、39頁）

## 討論問題

**1** 你還記得當你最終降服耶穌並與祂同行的那一刻嗎？在班上分享那一刻，並特別聚焦在降服的原因上。

**2** 學習耶穌在馬太福音11：25—27的禱告，並在班上討論我們如何獲得恩典的知識。為什麼上帝要將救贖的計畫（這些事）向聰明通達人藏起來，向嬰孩就顯出來？

**3** 我們如何能夠以實際的方法幫助我們周遭那些背負重擔的人，去到耶穌那裡並得著安息呢？

**4** 請深思「心裡柔和謙卑」這個概念。這對一個人的自尊心不會有衝擊嗎？難道我們不應該自我感覺良好嗎？尤其是那些正在與自我懷疑做鬥爭的人？十字架以及它所代表的意義，應該如何幫助我們理解耶穌所說的「柔和謙卑」？也就是說，在十字架面前，為什麼柔和謙卑是唯一真正適當的態度？

# 第6課

安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月  
7月31日-8月6日 安息日下午

## 在家庭關係中找到安息

### 閱讀本週學課經文

創 34；來 11：17-22；申 4：29；約壹 3：1、2；創 39；弗 6：1-13。

### 存心節

「親愛的弟兄啊，你們既然預先知道這事，就當防備，恐怕被惡人的錯謬誘惑，就從自己堅固的地步上墜落。你們卻要在我們主——救主耶穌基督的恩典和知識上有長進。願榮耀歸給祂，從今直到永遠。阿們！」（彼得後書 3：17、18）

那個年輕人仔細觀望四周。最後，他終於看到了他們。他已經尋找他的哥哥們好多天了。他前去向這群面無表情的哥哥們揮手致意，卻沒有得到任何熱烈的歡迎。其實，他的哥哥們已經同謀要害死他。如果不是呂便，也許就沒有接下來的故事了。呂便說服了其他兄弟不可流他的血，只要把他丟在這野地的坑裡。後來，猶大想出了一個既可以除掉他、又能賺錢的好主意，就是將他賣給從那裡經過的米甸商人。

這是家庭關係失常多麼典型的例子啊！

在生活中我們可以選擇很多東西，可是卻無法選擇出生的家庭。沒有人是完美的，沒有人擁有完美的家庭或家庭關係。我們當中的一些人很蒙福，擁有能夠反映上帝之愛的父母、兄弟姐妹和其他家人，但有許多人卻無法獲得這些最基本的需求。家庭關係往往是複雜和痛苦的，讓我們不得安息、受傷害，並背負著沉重的情感包袱，反過來，我們又將這些包袱轉嫁給他人。

我們如何才能在我們的家庭中找到上帝的安息呢？本週我們將看看有關約瑟和他與家庭關係的故事，看看上帝如何在家庭關係失常的情況下，為我們帶來醫治和情感上的安息。

■ 研究本週學課，為8月7日安息日作準備。

## 【家庭失能】

約瑟知道什麼是不正常的家庭。這情況從他的曾祖父母——亞伯拉罕和撒拉就已經存在。撒拉知道自己無法生育，就說服亞伯拉罕娶她的使女夏甲為妾。夏甲一懷孕，家庭鬥爭就開始了。在這氛圍長大的以實瑪利和以撒，也把這種緊張帶入各自的家庭中。以撒偏愛以掃，而雅各終其一生都在努力贏得父親的愛和看重。後來，雅各被騙娶了兩個失和的姐妹，她們藉著生育互相競爭，甚至讓自己的使女為雅各生孩子。

**回顧創世記第34章的故事。這些事件對年輕的約瑟和整個家庭造成了什麼情感和關係上的影響？**

---

---

---

母親之間的爭鬥顯然蔓延到了孩子們的身上，他們在爭鬥中長大。約瑟還年輕時，他的哥哥們在示劍屠殺了所有男人。而最年長的哥哥呂便與拉結的使女同寢，她就是父親雅各的妾、已有幾個孩子的母親辟拉，此舉顯出他對年邁父親的蔑視（創35：22）。同時，約瑟的哥哥猶大把兒媳誤認是妓女，並最終與她生下了一對雙胞胎（創第38章）。

雅各明顯偏愛約瑟，為他做了一件昂貴的彩衣，這讓原本就緊張的家庭關係火上澆油（創37：3）。這位先祖失常的家族可說是無人能及。

**當你看見亞伯拉罕、以撒和雅各混亂的家庭關係時，你對他們都被列為希伯來書11：17-22的信心英雄有什麼想法？**

---

---

---

《聖經》中的信心英雄經常達不到自己和上帝的期望。這些人被列在〈希伯來書〉第11章，不是因他們混亂的家庭關係，而是儘管陷在這些問題的掙扎中，他們仍然學會了——通常是以艱難的方式學會信心、愛和對上帝的信靠。

**你的家庭是否遺傳到了一些家庭失常的障礙？至少在將來，你可以如何靠著降服於上帝和祂的做法來打破這種家庭模式？**

---

---

---

## 【選擇新方向】

約瑟帶著痛苦、複雜的關係和焦慮去到埃及，他被賣為奴隸，他強忍淚水，因這不是一趟平靜的旅程。

「這時，約瑟與買他的人趕路往埃及去。當這個商隊南行，經過迦南地的邊界時，約瑟還能認出在遠處父親曾經支搭帳棚的山頭。他想到親愛的父親在孤寂傷痛之中，就不禁號啕大哭。多坍的景象又浮現在他眼前。他還看見他發怒的哥哥們，並感到他們向他怒視的猙獰面目。他們回答他痛苦的懇求所說諷刺侮辱的話，仍在他耳中作響。這時他膽戰心驚地望著將來。他將要從一個蒙鍾愛之子的地位，變成一個被輕視、無依無靠的奴隸，這是何等的改變！孤苦伶仃，無親無友，他在異鄉將落到怎樣的境地呢？約瑟一時就陷於無法抑制的恐懼和悲愁之中了……

於是他轉向他父親的上帝。他在幼年時曾受了敬畏上帝，愛上帝的訓誨。他在父親的帳棚中，常常聽到雅各離開父家流亡在外和看見異象的故事。他也曾聽過耶和華向雅各所發的應許，以及這些應許應驗的情形，在需要的時候，上帝的天使曾如何來教導、安慰並保護他。他也聽說過上帝愛人，已為世人設立了一位救贖主。如今這一切寶貝的教訓，都活在他眼前。約瑟相信他列祖的上帝必要作他的上帝。他立

時就在那裡把自己完全奉獻給耶和華，並祈求保守以色列的主在他流亡異地時與他同在。」（懷愛倫《先祖與先知》，第213頁）

有些文化強調團體的功能高於個人，而另一些文化則傾向強調個人的功能高於團體。當我們在《聖經》中找到這兩者之間的平衡時，很明顯我們需要個人和團體對上帝的委身。藉著立志跟從上帝，約瑟開始在他的關係中找到了安息。

關於個人的委身，以下經文教導了我們什麼？（申4：29；書24：15；林前16：11；詩14：2；箴8：10；賽55：6）。

---

為了得到安息，我們每個人都必須作出個人的決定來跟從上帝。即使我們的先祖是屬靈偉人，信心和靈性也是無法遺傳的。切記，上帝只有兒女，沒有孫輩。

為什麼每一天，甚至每一刻都要選擇將自己獻給上帝是那麼重要？如果不這樣做又會如何？

---

---

## 【發現真正的自我價值】

如果約瑟曾懷有逃跑回家的念想，他們遷居到埃及的機會就破滅了。在埃及，約瑟輾轉被賣到一個顯赫的家庭。創世記39：1告訴我們：「有一個埃及人，是法老的內臣——護衛長波提乏，從那些帶下他來的以實瑪利人手下買了他去」。突然之間，年輕的約瑟被推進了一個陌生的語言和文化之中。

家庭和親密關係對我們自尊的發展至關重要。約瑟從小到大都相信自己是一個特別的人，他是爸爸最愛妻子的長子（創29：18）。他絕對是父親最疼愛、也是唯一一個獲得彩衣的孩子（創37：3、4）。

但他現在是誰呢？一個奴隸、可以被隨意買賣的人。看看他人生的變化多快、生命多麼反覆無常！

事實上，約瑟學到了每個人都必須學習的一課。如果我們依賴別人來定義自己的價值，那麼我們就必定會經歷磨難和困惑，因為不是每個人都會了解或欣賞你。相反的，我們需要在上帝對我們的看法中找到自我價值，而不是在目前所扮演的角色中。

上帝怎樣看待我們每一個人？（賽43：1；瑪3：17；約1：12；約15：15；羅8：14；約壹3：1、2）。

---

---

上帝以一副恩典的眼鏡看待我們每一個人。祂看到我們無法想像的潛能、美和才華。最終，祂為我們而死，使我們有機會恢復起初被造的樣式。雖然十字架讓我們看見罪以及救贖的代價，它也讓我們知道自己在上帝眼中的價值。不管別人的眼光如何，甚至我們怎樣看自己，上帝愛我們，祂不僅要救贖我們脫離罪的權勢，也要救贖我們脫離罪所帶來的永死。

因此，關鍵的問題是：我們如何回應上帝的愛，如耶穌揭示的愛？

有很多團體或別人告訴我們要愛自己，不加批判地接受自己。為什麼這樣的說法是自欺欺人？為什麼明白我們的價值是從自己以外，以及那位創造並知道我們真正潛能的上帝而來，是那麼重要？

---

---

## 【用上帝的方式處理人際關係】

起初，約瑟在埃及的故事發生了正面的轉變。約瑟將自己交託給上帝，祂就賜福他，使他在波提乏家中升至他想不到的高位。

**在約瑟的生活中，上帝的賜福有哪些實質的意義？約瑟的人際關係如何？閱讀創世記39：1-6。**

---

---

---

雖然約瑟和波提乏以及波提乏家中的所有人都相處得很好，但危機正在醞釀。波提乏家中顯然有人正躁動不安。

**約瑟面臨怎樣的關係問題？他選擇如何處理？閱讀創世記39：7-10。**

---

---

---

約瑟因波提乏的妻子遇到難題。也許我們應該重新說明：是波提乏的妻子有問題。她把別人看作是可以操縱和利用的「物」。她想要「動」約瑟。約瑟被形容為「秀雅俊美」（創39：6）。《聖經》很少提到人的外貌特徵，「因為耶和華不像人看人：人是看外貌；耶和華是看內心」（撒下16：7）。在這個情

況下，約瑟俊美的外貌對他追求純潔並忠於上帝的教訓，無疑是一種阻礙，而非幫助。

不管這個壞女人有多堅持，約瑟仍然不理會她的要求。他把《聖經》的原則放在所有的關係上——在這裡是應用在波提乏的妻子身上。《聖經》對人際關係的原則並沒有過時，但凡經歷罪惡之果的人，都可以證明這一點。

從《聖經》的敘述顯示出這不是一次性的誘惑。波提乏的妻子三番四次的誘惑他（創39：10）。約瑟試圖讓她理解拒絕她的理由（創39：8、9），但這似乎並沒有奏效。

約瑟意識到他無法控制別人的選擇。然而他決定以尊榮上帝的方式去生活且愛周圍的人。約瑟已經學會如何活在上帝裡面。這個認知幫助他抵擋了誘惑。

**你有沒有試著將《聖經》的原則應用到所有的人際關係中，甚至有人在那種關係上做了「不公平」的操弄時也堅持如此？結果如何？閱讀馬太福音5：43-48。為什麼活出這樣的生活原則如此重要？**

---

---

---

## 【關乎個人的善惡之爭】

從故事中我們看見（創39：11－20），約瑟因他個人原則的決定而受苦，他被下在監裡。作為波提乏的財產，他可以被當場處死，毋需任何顧慮遲疑。波提乏顯然不相信他的妻子，但他不得不採取行動保護自己的名聲。然而儘管環境惡劣，《聖經》說「耶和華與約瑟同在」（創39：21）。

世上的生活總是如此不公平。善良不見得受到獎賞，邪惡不總是受到懲罰。但還是有好消息：約瑟即使在監裡也能得到安息，因為上帝與他同在。在監獄裡，他本可以對自己不公平的境遇產生抱怨、退縮、甚至放棄對上帝的信靠。

**約瑟在監獄裡做了什麼？他如何與周遭的人相處？閱讀創世記39：21－40：22。**

---

---

---

在監獄裡，約瑟與現實而不是與理想打交道。他關注人、幫助人，儘管監獄裡的情況遠非他的期望和理想。約瑟絕不會為了尋求幫助使自己變為軟弱。而是在他有能力為酒政解夢後，為此尋求他的協助。

**保羅在以弗所書6：1－13中對人際關**

**係的總體看法是什麼？**

---

---

---

我們的關係是上帝和撒但之間經過歷代劇烈鬥爭的縮影。這意味著世上沒有完美的關係。每一段關係都必須有成長的動力，而撒但卻善於利用所有的關係——尤其是那些與我們最親近的，來傷害和打擊上帝對我們生命的旨意。但慶幸的是，我們不是獨自作戰。上帝的話為我們的關係定下了原則。祂應許賜予的智慧（雅1：5）也擴展到我們的關係中。就像祂與約瑟同在，祂應許當我們在關係上遇到難題時，祂會和我們同在。

**想一想上帝在雅各書1：5中的應許，並花些時間為你的人際關係向上帝禱告以尋求智慧。當你在與這些人交往時，你如何對尋求聖靈的指引並保持開放的態度？**

---

---

---



## 進修資料

針對約瑟和波提乏之妻所發生的事件，懷愛倫寫道：「這是給以後各世代之人作榜樣的一個實例。人們雖然可能遭受試探，但他們總要明白就在近處有一個避難所，如果他們沒有得蒙保守，那必是由於他們自己的錯。上帝必作他們隨時的幫助，祂的靈必作盾牌。他們雖然被最劇烈的試探所包圍，但總有能力的來源足供他們取用以便抵禦。約瑟在道德品行方面所受的襲擊該是何等地猛烈！它是從一位具有勢力，而最可能誘惑人墮落的人那裡來的。然而這一襲擊是多麼及時而堅定地加以抵抗了。

約瑟不免因他的美德和正直而受苦，因那想要誘惑他墮落的女人竟向她無法敗壞的德行洩憤，誣告他犯了邪惡的罪行，仗勢將他下在監裡。約瑟因不肯放棄人格的完整而受苦了。他已將自己的名譽和利益都交在上帝的手中。他雖然一時遭受苦難，以備他日擔任要職，但上帝仍然保全了那被邪惡的誣告者譏諷的名譽，而且後來又在祂自己所定的良好時機中使之獲得光榮。

上帝竟使監牢成為他擢升的途徑。可見德行到時候終必獲得其本身的報償。約瑟護心的盾牌乃是敬畏上帝。這就使他對主人守正效忠，也忠於上帝。他藐視那會使他濫用主人信任的忘恩負義，儘管他主人可

能不會知道真相。」（懷愛倫，《預言之靈》卷一，第132頁）

## 討論問題

- 1** 作一個名義上的基督徒或是傳統的復臨信徒並不會幫助我們在關係中找到安息。一個傳統的復臨信徒和真正的信徒之間有什麼區別？
- 2** 某個姐妹剛加入教會，她的丈夫是一個非信徒。她愛她的丈夫，但他不喜歡她的改變。基於《聖經》的原則，你會給你的新教友什麼勸勉？
- 3** 俄國作家托爾斯泰寫道：「幸福的家庭都是相似的；不幸的家庭各有各的不幸。」所有的家庭或多或少都會有某種程度的功能失調，因為家庭是由罪人組成的，每個人都不免把自己的缺陷帶入家庭關係中。我們如何能在上帝的恩典中，尋求遵行《聖經》的愛、饒恕、彼此擔當等原則，來醫治我們的家庭關係？
- 4** 很多人都有過這樣的經歷：在他們和家庭一切都很順利時，悲劇出乎意料的臨到。在這時為什麼謹守信心並緊握上帝的應許如此關鍵，特別是在順境時？為什麼在靈性上為逆境做好準備亦是如此重要？

# 第7課

安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月  
8月7日-8月13日 安息日下午

## 安息、關係與醫治

### 閱讀本週學課經文

創 42：7-20；太 25：41-46；創 42：21-24，45：1-15；路 23：34；創 50：15-21。

### 存心節

「現在，不要因把我賣到這裡自憂自恨。這是上帝差我在你們以先來，為要保全生命。」（創世記 45：5）

一名男子被控性侵一名婦女，她在警局時指認了這個叫「強尼」的人，儘管罪行證據明顯不足，但這位婦女仍堅持「強尼」就是犯人。

於是強尼被關進監獄，他因未犯的罪被判入獄14年。當DNA報告證明他無罪時，這位名叫瓊的女人才意識到她犯下了一個可怕的錯誤。

她想在強尼獲釋後去拜訪他。當強尼面對這個毀了他人生這麼多年的女人時，這個飽受折磨的男人會有什麼反應呢？

她在一個房間裡等待他到來。當他走進房間時，他們看著對方，於是瓊哭了起來。

「強尼彎下腰，握住了我的手，他看著我說『我原諒妳』。我簡直不敢相信。這就是我曾經恨過並想置於死地的人。可是現在，他卻對我這個冤枉他多年的人說『他原諒我』，那時我才開始明白恩典是什麼。直到這時，我才開始得醫治並獲得真正的安息。」

本週，我們將探討饒恕，以及它對不得安息之人心靈的影響。

■ 研究本週學課，為8月14日安息日作準備。

## 【面對過去】

最終，事情朝著對約瑟有利的方向發展。他不僅從監獄裡被釋放，而且在為法老解夢之後被任命為埃及宰相（創第41章）。他結了婚，並有了兩個孩子（創41：50-52）。埃及的糧倉滿了，夢中預言的饑荒也已到來。然後有一天，約瑟的哥哥們來到了埃及。

**閱讀創世記42：7-20約瑟和他哥哥們的第一次相遇。為什麼他要精心策劃？在這次的會面中他想做些什麼？**

---

---

---

約瑟可以在不需要為自己辯解的情況下向他的哥哥們展開報復。可是約瑟關心的不是報復，而是他的家人。他擔心父親，他還活著嗎？還是這個功能失常的家庭已經失去了家長？他弟弟便雅憫呢？便雅憫應該會如同當初的約瑟受父親疼愛吧！哥哥們會把嫉妒轉移到便雅憫身上嗎？約瑟現在已經有能力照顧他家裡這些弱勢的人，而他也的確這樣做了。

將《聖經》的原則實踐在我們的關係中並不意味著我們必須或應該逆來順受。我們每個人在上帝的眼中都是寶貴的。耶穌在十字架上付出

的贖價是為每個人而付的。

**為什麼耶穌對他人所遭受的虐待和忽視如此關注？閱讀馬太福音25：41-46。**

---

---

---

我們都是藉由耶穌的寶血被贖回，在法律上我們都是屬祂的。任何施虐的人都是在攻擊耶穌的產業。

性虐待以及情感或身體的暴力永遠不是正常家庭的一部分。這不僅僅是需要處理的家務事，也需要外界的幫助和干預。如果你或你的家人正在遭受虐待，請儘快向可信賴的專業人士尋求幫助。

**若你正經歷帶來傷害的家庭關係，有哪些《聖經》原則是你可以套用的？**

---

---

---

## 【設局】

約瑟原諒了他的哥哥們，我們不知道他是什麼時候原諒他們的，但很明顯早在他們出現之前就發生了。如果約瑟沒有選擇原諒，他在埃及可能永遠不會成功，因憤怒和痛苦會侵蝕他的心靈，破壞他與上帝的關係。

許多針對悲劇倖存者所做的研究強調了一個事實，就是對於那些可怕遭遇的受害者而言，饒恕是治癒創傷並使他們得以重新生活的關鍵因素。沒有饒恕，我們仍然是受害者。饒恕給自己帶來的治癒比他人或傷害我們的人更多。

雖然約瑟已經原諒了哥哥們，但他不願意讓家庭關係停留在最初被賣的地方——即多坍的坑裡。他要看看情況是否已經有所改變。

**約瑟聽到了什麼？閱讀創世記42：21-24。對於他的哥哥們，他瞭解到了什麼？**

---

---

所有的交談都是通過傳譯進行的，所以約瑟的哥哥們不知道他能聽懂他們的話。約瑟聽見了哥哥們所說的話。他們原以為把約瑟除掉，父親就不會再聽到他們作惡的報告，以為不必再忍受他所作的夢，也不必看他獨佔父親的疼愛。然而這些

年來，他們非但沒有得著安息，反而受良心的譴責。他們的行為讓他們無法得到安息，並深陷在上帝可能報應他們的極度恐懼中。約瑟真心為他們的罪疚感到難過。他為他們哭泣。

約瑟知道饑荒還會持續好幾年，所以他堅持要他們在下次來買糧食時把便雅憫帶來（創42：20），並把西緬當作人質（創42：24）。

看見便雅憫還活著之後，他安排了一個宴會，在宴會上他明顯表現出對便雅憫的偏愛（創43：34），看看哥哥們是否還存有以前的嫉妒之心。約瑟的哥哥們雖然沒有表現出絲毫嫉妒，但約瑟知道他們的狡猾。因為他們曾經欺騙了全鎮的人（創34：13），他知道他們一定對父親隱瞞了行在自己身上的事（創37：31-34）。所以，他又設計了一個更大的考驗。（參創世記第44章）

**閱讀創世記45：1-15。這個故事告訴我們什麼有關約瑟對他哥哥們的看法，以及他對他們的饒恕？我們應該從這個故事中學到什麼教訓？**

---

---

## 【饒恕和遺忘？】

饒恕被定義為願意放棄對一個不公義的罪犯或團體的怨恨、譴責和報復的權利。家庭治療師瑪莉蓮·阿莫爾博士 (Marilyn Armour) 曾與大屠殺倖存者一起工作，想知道這些倖存者以什麼方法走出發生在他們身上的經歷，她寫道：「饒恕的概念是受害者刻意為之。這不是自然而然就能發生的事。」

饒恕並不意味著沒有後果；饒恕也不是讓施虐者繼續施虐。相反的，饒恕代表我們將怨恨和報復的欲望交給上帝。若非這樣，憤怒、苦毒、怨懟和仇恨會讓那個人對我們所做的任何事變得更糟。

**饒恕別人對我們有什麼好處？思考馬太福音18：21—35。**

---

---

---

毫無疑問，學會饒恕的關鍵之一就是明白我們在基督裡獲得怎樣的饒恕。我們都犯了罪，不但得罪了別人，也得罪了上帝。

事實上，每一種罪都是對上帝和創造主的冒犯；然而在耶穌裡，我們可以祈求這些罪過都得到完全的赦免，不是因我們配得——我們完全不配，這一切都是上帝所賜的恩

典。一旦我們明白了這個神聖的真理，就能把這種饒恕變成自己的，只要我們能親身經歷上帝真正的饒恕，就能學會放下和饒恕他人。我們饒恕人，不是因為他配得，是因為這是我們從上帝那裡得來的，也是我們所需要的。而且，這不也是我們經常的需要嗎？

正如我們所看到的，約瑟為他們的家庭關係提供了第二次的機會：沒有怨恨、也放下過去。

當我們每個人都成為傷害對方的專家時，家庭關係不可能重新開始。但這不是約瑟的回應。他願意把過去拋諸腦後，帶著愛和接納繼續前行。如果約瑟不是抱持這種的態度，這個故事就會有不同的結局，一個不那麼美滿的結局。

「得赦免其過、遮蓋其罪的，這人是有福的。主不算為有罪的，這人是有福的」（羅4：7、8）。關於耶穌給予我們的，保羅告訴了我們什麼？這美好的應許如何影響我們與那些傷害我們之人的關係？

---

---

---

## 【身體力行】

為了饒恕，我必須承認自己受到了傷害。這可能很難，因我們有時更傾向於試圖埋葬自己的感受，而不是正視它。在上帝面前承認自己的怨恨、甚至對上帝的憤怒是可以的。我們經常在〈詩篇〉中看到這一點。我們可以自由的告訴上帝對所發生事情的不滿，或是不喜歡他人對待自己的方式，因為這讓我感到又氣又難過。

在約瑟的故事中，我們看到他哭了，因為他再次見到了兄弟們，並回想起過去發生的事。

**耶穌在十字架上的宣告告訴了我們什麼有關饒恕的時機？閱讀路加福音 23：34。**

---

---

---

耶穌沒有等我們先祈求饒恕，所以我們也不必等待得罪我們的人先求饒恕。我們可以在他們不接受我們的饒恕之前就饒恕他們。

**路加福音6：28和馬太福音5：44教導我們如何與傷害我們之人相處？**

---

---

---

饒恕，就像愛一樣，始於選擇而不是感覺。我們可以選擇饒恕，即使我們的情緒可能不同意這個決定。上帝知道我們憑自己的力量無法做出這樣的選擇，但「在上帝凡事都能」（可10：27）。這就是為什麼我們被教導要為那些傷害過我們的人禱告。在某些情況下，這個人可能已經死了，但我們仍然可以禱告使自己能夠原諒他。

誠然，饒恕是困難的。給我們造成的痛苦和傷害是毀滅性的，會讓我們受傷、癱瘓、破碎。可是如果我們允許，醫治就會到來。反之，堅持抓住苦毒、憤怒和怨恨將會使醫治的難度增加。

十字架是一個最好的例子，告訴我們上帝饒恕的代價。如果主能為我們經歷這些，即使祂知道有很多人還是會拒絕祂，那麼我們當然也可以學會饒恕。

**你需要原諒誰呢——如果不是為了那個人，而是為了你自己？**

---

---

---

## 【饒恕後得安息】

約瑟的家人終於抵達埃及。家裡再也沒有什麼不可告人的秘密了。當約瑟的哥哥們向父親解釋，他以為已經遭殺害的兒子現在是埃及的宰相時，他們一定是向父親坦承當初把約瑟給賣了。

雖然恢復關係有時不太可能，甚至不盡然是明智的，這並不意味我們不能饒恕。我們也許做不到擁抱得罪我們的人，也做不到和他們一起哭泣，但是我們可以透過口頭或信件來表達饒恕。接下來便是盡我們所能、放下痛苦的時候。也許有些痛苦將永遠存在，但至少我們已經走在得醫治的道路上。

**讀創世記50：15—21。約瑟的哥哥們在擔心什麼？他們為什麼擔心呢？這種恐懼說明了什麼？**

---

---

---

約瑟的哥哥們在埃及已經住了十七年（創47：28），但是當雅各死時，他們害怕約瑟會展開報復。他們再次意識到自己對約瑟的傷害有多大。在父親去世後，約瑟再次向他們保證他的饒恕。這種恢復對約瑟和他的哥哥們都有益處。

如果傷口很深，我們可能需要饒恕很多次。當被傷害的記憶再次浮現腦海時，我們需要馬上來到上帝面前禱告並再次做出原諒的選擇。

**閱讀創世記50：20。這節經文如何解釋——至少一部分，有關約瑟為何願意饒恕他哥哥們對他的傷害？**

---

---

---

約瑟堅信他的生命是上帝宏大計畫的一部分，用來拯救當時已知的世界免於饑荒，然後幫助他的家人實現上帝的應許，成為一個偉大的國家。約瑟知道上帝掌控全局，能使哥哥們的計謀轉為善果，這令他得以饒恕。

**約瑟的故事有一個美滿的結局。但是當故事的結局不太令人滿意時，我們該如何應對？是否可以說（從長遠來看），隨著罪惡的終結以及善惡之爭的結束，當所有問題都解決之後，這將是一個美滿的結局？這個盼望如何幫助我們面對不太理想的結果？**

---

---

---



## 進修資料

「約瑟怎樣被自己的弟兄賣給異邦人，照樣，基督也被他的一個門徒賣給他那最狠毒的仇敵。約瑟因自己的德行而被誣告下在監裡；照樣，基督也因自己公義克己的生活對罪惡成了一種譴責，而受人藐視，被人拒絕，祂雖然沒有犯過什麼罪，但他們卻憑假見證定了祂的死刑。約瑟在虐待和壓迫之下展現的忍耐和溫柔，以及他對無親情之弟兄的樂意饒恕和慷慨仁慈，代表救主在惡人的毒害和侮辱之下毫無怨言的忍耐與饒恕，祂不但樂意饒恕殺害祂的人，也樂意饒恕一切來到祂面前承認自己的罪並祈求赦免的人。」（懷愛倫，《先祖與先知》，第239、240頁）

「沒有什麼能使不饒恕人的精神辯明為正當的。不憐恤人的人，就顯明自己與上帝赦罪之恩無分。在上帝的寬恕之下，犯罪之人的心要被吸引去就近那無限慈愛的寬大心懷。上帝慈悲的恩典要流入罪人的心中，並要從祂那裡再轉流給別人。凡與基督之恩典有份的人，必能表現基督曾在他自己生活上所顯示的柔和與憐憫。」（懷愛倫，《基督比喻實訓》，第251頁）

## 討論問題

**1** 有人曾說「不肯饒恕就像喝下了毒

藥，卻希望死的是另一個人」，這句話是什麼意思？

**2** 約瑟在揭露自己的身分之前所做的一切安排其目的是什麼？這些事對他和他的哥哥們有什麼作用？

**3** 約瑟的家僕一定知悉約瑟對待哥哥們的計謀（例如，創44：1-12）。饒恕的經歷如何影響那些旁觀者？

**4** 「上帝向來只引領凡願意接受祂指引的兒女。他們若能從起初看到末後，並看出他們與上帝同工所從事使命的無上光榮，他們自己也必做出這最明智的選擇了。」（懷愛倫《歷代願望》，第224、225頁）當你思考這句話時，想一想自己的生活。理解這一點如何能夠幫助我們度過許多我們所面臨的考驗和掙扎？

# 第8課

安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月

8月14日-8月20日 安息日下午

## 享受安息

### 閱讀本週學課經文

可 2：1-12；王上 18；19：1-8；太 5：1-3；賽 53：4-6；王上 2：11。

### 存心節

「耶和華是我的亮光，是我的拯救，我還怕誰呢？耶和華是我性命的保障，我還懼誰呢？」（詩篇 27：1）

耶穌傳道時所接觸的人當中，有許多是病人，甚至有時也有病死的。他們來到祂面前尋求醫治，為要脫離病痛、得著安息，而他們也總是得著醫治。

有時耶穌只要說一句話，他們就完全康復。有時祂只是摸了病人，病人就奇蹟般地痊癒。有時祂吩咐他們去某個地方，在去的路上病就好了。耶穌醫治人，不分男女老少、猶太人或非猶太人、富人或窮人，或是否謙遜；就連最嚴重的麻瘋病和瞎眼的也都是祂醫治的對象。事實上，祂甚至醫治了最嚴重的「疾病」——死亡。

本週，我們會探討兩個截然不同的醫治病例。在第一個故事中，病人病得很重，甚至不能靠自己來到耶穌面前。他的症狀所有人都一目了然。而另一個病例卻沒有看得見的明顯症狀。在這兩個病例中，上帝都按著祂的時間和方式給予醫治。

當我們探討從痛苦和苦難中獲得安息的課題時，我們也會思考自己在基督徒的道路上或多或少都經歷過的問題：當我們祈求醫治的禱告沒有得到回應時，我們該如何呢？我們該怎麼在這個情況下得到安息呢？

■ 研究本週學課，為8月21日安息日做準備。

## 【得醫治的安息】

如果我們有非常需要休息的時候，那肯定是生病時！我們的身體需要休息才能使免疫系統得到恢復。

我們也經常需要精神上的休息。有時只是一種不危及生命的疾病，比如感冒或偏頭痛。我們躺著休息，試著不去想應該做什麼，但就是做不到。

有時，當這疾病可能危及生命時，我們躺在床上休息卻睡不著，一邊擔心檢查報告的結果，一邊開始思考病因。是因為不健康的生活方式造成的嗎？是因為廿年前所吃的藥？還是我們的體重增加了？或是上帝因為我們犯了別人所不知道的罪而懲罰我們嗎？

閱讀馬可福音2：1—4。這裡發生了什麼事？

---

---

---

故事中的癱子是一個症狀明顯的病例。在《歷代願望》（第267—271頁）中，我們得知這個故事的背景。這個癱子做了一些無法攤在陽光之下的事，他的罪惡生活導致了疾病。當時的宗教領袖是將疾病和因果關係畫上等號的。他的病源於自己的罪過，且無藥可醫。

這是一種非常典型的態度。我們似乎經常糾結於誰是肇事者，如果犯下了某種罪行，就必須有人為此付出代價。如果某地發生了事故，就應該有人被起訴。但是究責並不能為生病的人帶來痊癒或恢復。上帝最初的設計並不包括痛苦、疾病和苦難。疾病是隨著罪惡才進入這個星球的。這正是為何上帝給了我們健康指南——使我們可以享受更好的生活品質。但是，只要我們還生活在這個為罪惡所苦的世界，無論我們多麼努力地遵循完全健康的原則，都無法得到健康的保證。

好消息是，無論我們患病還是健康，上帝可以讓我們得享安息；不管疾病是由於自己的行為或是別人的粗心而造成；是源自基因，或是因生活在這個罪惡世界所帶來的副作用，上帝都知道如何使我們得享安息。

一旦有人生病就開始究責是很不恰當的。但是，為什麼在某些情況下，瞭解病因正是治癒和恢復的關鍵步驟？

---

---

## 【找出病因】

那癱子已經被人縋到耶穌跟前，眾人的眼睛都看著耶穌。祂會選擇醫治一個明顯的罪人嗎？祂會不會譴責呢？

耶穌如何醫治這個癱子？耶穌為他做的第一件事情是什麼？閱讀馬可福音 2：5—12。

---

---

---

我們通常是等到發現症狀後才意識到自己患病，所以時常認為疾病僅只是症狀，以為擺脫症狀就等於痊癒了！可是耶穌醫治的方式卻不同。祂知道所有痛苦和疾病的根源，因此，祂先著手醫治它。

在醫治癱子的過程中，耶穌沒有立即將疾病治好，而是直接觸及捆綁這人的最大根源。與疾病相比，癱子更能感受到自己的罪惡以及與上帝分離的沉重。一個安息在上帝裡面的人，能夠忍受他在這個罪的世界裡所遭遇的一切苦難。因此，耶穌直接處理根源——先給予饒恕。

當宗教領袖們聽到耶穌宣佈赦罪時，他們感到震驚。而耶穌則提出了一個問題來回答他們沒有說出口的指責。

閱讀馬可福音 2：8、9。耶穌向文士們提出什麼挑戰？祂真正處理的是什麼問題？

---

---

---

空談通常都是廉價的，但上帝的話語卻不然。藉著祂大能的話語，萬物被塑造而成（創第1章）。雖然饒恕是眼所不能見，但卻是昂貴的。饒恕的代價是要上帝的獨生子付出生命死在十架上。除此之外，一切都是次要的。為了證明饒恕的力量和真實，耶穌選擇醫治了癱子。

上帝希望先從內心醫治我們。有時祂選擇讓我們獲得即刻的治癒，就像癱子一樣，然而有時我們卻必須等到復活的早晨才能經歷身體上的治癒。無論如何，救主都希望我們能在祂的愛、恩典和饒恕的保證中得著安息，即使是在受苦的時候。

即使我們祈求醫治的禱告沒有得到回應，但至少在現在，我們如何能夠找到安息和平安呢？

---

---

---

## 【逃避】

根據世界衛生組織（WHO）的資料，每年影響超過3億人、全世界最常見的疾病，並不一定有明顯可見的症狀。抑鬱症是全球主要疾病之一，也是造成全球負擔的主因。

不幸的是，抑鬱症在基督教圈子裡通常都不被提及，因為它被視為是缺乏信心的標誌。畢竟，基督徒不是應該總是充滿喜樂和平安嗎？那麼，抑鬱不就是我們與上帝的關係出了問題的徵兆嗎？

大多數人都知道這並非真實情況。即使是虔誠的基督徒，有時也會與抑鬱掙扎，尤其是在經歷了創傷之後，這並不表示對上帝缺乏信心或信靠。我們可以再次從〈詩篇〉裡看見上帝忠心的子民所受的痛苦、災難和煎熬。

有時，抑鬱會悄無聲息的抓住我們，只有當它緊緊抓住我們時，我們才會意識到它。有時，它會在我們心力交瘁之後迅速襲來。例如，上帝忠心的先知以利亞在迦密山事件之後就感到身心俱疲。

在列王紀上第18章，以利亞剛剛目睹上帝從天降火的神蹟。為了回應他的禱告，三年無雨的乾旱結束了。以利亞為什麼會因為耶洗別的威脅而逃跑呢？閱讀列王紀上19：1-5。

---

---

---

以利亞已經操勞了廿四個小時。這個經歷，加上突如其來的死亡威脅，成為以利亞抑鬱的導火線。巴力的850位先知被殺時，以利亞也在場，或許有些人是被他親手所殺的（王上18：40）。這樣的事件，即使是因為上帝的公義，也很容易給旁觀者，或更糟的是——那些參與者帶來創傷性的壓力。

故此，以利亞開始逃跑，他試圖逃避。有時我們到冰箱前，試著用食物使自己快樂。有時試著睡一覺來消除情緒上的疲憊。有時我們會用新關係、新工作或新的地方來逃避現實。有時我們把自己埋在更多的工作、更多的忙碌和約會中，因為我們試圖更努力的逃離那些讓自己失去快樂和安息的無名之物。當然，許多人使用各種「藥物」來減輕疼痛。然而，最終這些方法只能掩蓋症狀，無法解決問題，而且往往使問題變得更糟。

## 【筋疲力竭】

以利亞已經累得跑不動了。於是，他再次禱告。這個禱告與他在迦密山（王上18：36、37），在巴力的祭司、先知、朝臣、百姓面前所作、充滿信心的禱告截然不同。這是一個簡短、絕望的禱告。

**在列王紀上19：4，以利亞說他不勝於他的列祖。他要表達什麼呢？**

---

當以利亞終於安靜下來時，罪惡感頓時襲來。他意識到他的迅速逃離已經剝奪了原本可以在以色列進行改革的絕佳機會。他意識到他讓那些需要他的人失望了！可是他對此無能為力。因此，在痛苦的自我反省時刻，他充分瞭解到以色列人的歷史，也看到了自己的真面目。

當我們看見自己的真實面貌時，這對我們每個人來說都是一個痛苦的經歷，不是嗎？我們應該感謝上帝的應許——雖然我們是有罪的，上帝卻在基督裡看我們如同看耶穌一樣。我們可以憑著信得以在基督裡稱義，除此以外，我們還能有甚麼指望呢？（參腓3：9）

然而，抑鬱卻能夠將我們吸進自我厭惡的黑暗漩渦裡。甚至有時候我們開始覺得死亡是唯一的出路。

以利亞似乎就是這樣，這對他來說已經超過負荷了！他說：「耶和華啊，罷了！求祢取我的性命，因為我不勝於我的列祖。」（王上19：4）

好消息是，這位偉大的醫師並沒有譴責以利亞。當我們與抑鬱鬥爭時，上帝比我們更瞭解我們所面對的問題。

「我們雖沒有明顯的證據可以即刻看出救主是在俯身垂顧我們，但實情確是如此；雖不覺得祂的撫慰，但祂大有仁愛慈悲的手，確是按在我們身上。」（懷愛倫，《喜樂的泉源》，第96頁）

上帝知道並明白「你當走的路甚遠」（王上19：7），但有時祂不得不等待，直到我們停止奔跑，然後祂才能進行干預。

有時溺水的人非常驚慌失措，以至於他們會與救生員搏鬥。因此救生員不得不退後，直到溺水者失去知覺之後才實施救援。

**你能從以下經文中得到什麼盼望和安慰：詩34：18；太5：1—3；詩73：26；賽53：4—6？**

---

## 【安息和更多……】

上帝知道以利亞已經累了。上帝知道，除了身體上的累，以利亞在情感上更加疲憊，且背負著沉重的罪疚感。就像多年後耶穌為癱子所做的一樣，上帝除去了以利亞的罪疚並讓他得享安息，以至於他可以安然躺臥，重新得力。

我們本以為這就是故事的結局，但並非如此。上帝的安息不是一次性的。進入上帝的安息與醫治有關——要慢慢除去消極的思想模式和破壞性的習慣。上帝並不急於醫治。

**閱讀列王紀上19：5-8。以利亞現在要到哪裡去？為什麼？**

---

---

---

休息之後，以利亞開始上路，但這一次上帝改變了他的方向。上帝知道在這個罪惡的世界裡，生活會使人沮喪。祂理解我們逃離的衝動，但祂想要改變我們的方向。祂要我們奔向祂，而不要試著去開啟所有會導致自我毀滅的應對機制。一旦我們奔向祂，祂就會幫助我們去傾聽那能使我們得著安息的「微小的聲音」（王上19：12）。

以利亞已經沒有力氣奔向上帝。然

而，上帝賜他力量面見祂，也應許他一個更美好的明天。當以利亞躺在羅騰樹下想要尋死的時候，他相信他最好的日子已經結束了。

**閱讀列王紀上19：15、16和列王紀下2：11。以利亞還要獲得什麼？**

---

---

---

上帝知道以利亞的好日子就在前面。然而，只有當他學會以上帝的節奏來調節自己的生活，並接受祂的安息時，醫治才會臨到這位先知。仍然有君王需要被膏，有繼承人需要被揀選。上帝已經揀選了以利沙成為以利亞的繼承人。上帝知道以利亞因著信，必再從天上召下火來（王下1：10）。對以利亞來說，不會再有羅騰樹下絕望的死亡，而是一輛進入天國安息的火車火馬。

**我們能從以利亞的故事中學到什麼呢？為什麼不管我們感覺多糟，靠著上帝的能力，我們仍需要尋求而非放棄？**

---

---

---



## 進修資料

「環境既然不斷地變遷，我們的經驗也隨之而變化；而且也難免因這樣的變化或得意或沮喪。可是環境的變易卻無法改變上帝與我們之間的關係。祂昨日、今日，一直到永遠都是一樣的；祂也要求我們要毫無疑問的信靠祂的愛」。（懷愛倫，《一同在天上》，第120頁）

「應當不住地仰望耶穌，本著信心獻上默禱，持住祂的力量，不論你有沒有任何明顯的感覺。應當勇往直前，似是每一禱告已達上帝的寶座前，蒙了那應許從不落空之主的應允。縱使在感到愁苦與重負使你沮喪之時，仍然應當前進，唱歌及在心中奏出美調佳音。我本乎所知告訴你，亮光必然來到，我們必有歡樂，愁雲慘霧必然消退。我們將要離開陰影與黑暗的壓迫勢力，進入祂臨格的清朗陽光中。」（懷愛倫，《信息選粹》卷二，第242頁）

## 討論問題

- 1** 幫助患有精神障礙或抑鬱症的人通常是非常困難的。有什麼好的策略可以使你的教會學會如何更有效的服事受抑鬱症影響的人？
- 2** 我們經常覺得在上帝面前敞開自己和誠實是困難的。閱讀〈詩篇〉的一些經文，看看《聖經》作者在上帝面

前是如何敞開自己。我們如何在教會中培養開放和誠實的氛圍？

- 3** 當我們面對沮喪時，禱告常常是困難的。討論代禱可以為那些無法為自己禱告之人帶來什麼力量？
- 4** 要切記信心不是一種感覺，這一點為什麼如此重要？沮喪、氣餒、恐懼和憂慮不代表我們對上帝缺少信心或信靠。它只是代表我們一時之間和所有人一樣，多少會感到沮喪、氣餒、恐懼和憂慮。我們如何才能學會，無論看起來多麼困難，在這樣的時刻仍要憑信前進是如此重要？
- 5** 你能從癱子的故事中得到多大的盼望，尤其是當罪惡的生活方式已經讓你深陷疾病時？

# 第9課

安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月  
8月21日-8月27日 安息日下午

## 安息的節奏

### 閱讀本週學課經文

創1；出20：8-11；出16：14-31；申5：12-15；詩92；賽58：13。

### 存心節

「上帝賜福給第七日，定為聖日；因為在這日，上帝歇了祂一切創造的工，就安息了。」（創世記2：3）

誰能想像創造的奧秘——從黑暗中發出的光，充滿生機的海洋，自由飛翔的鳥兒，亞當和夏娃的神奇創造——是什麼樣子？我們完全無法理解上帝的創造奇工。

然而，在所有這些奇妙的創造之後，上帝把祂的注意力轉向了其他事物。乍看之下，它似乎不像跳躍的鯨魚或炫目的羽毛所展示的那樣壯觀。上帝創造了一日——第七日，然後將這日分別為聖。在我們尚未能掙脫人類自找的生活壓力之前，上帝早已為我們立了一個記號。上帝希望這一日成為我們休息和享受生活的日子，不是工作而是慶祝的日子，慶祝上帝所賜的禮物——花草、空氣、動物、水、人類，而最重要的，是那位賜下一切美好禮物的創造主。

即使在亞當夏娃被逐出伊甸園之後，這個邀請仍然繼續著。上帝希望確保這個邀請能夠經得起時間的考驗，因此從一開始，祂就把這一日納入了時間裡。

本週我們將探討上帝這個奇妙的邀請——即進入一個充滿動力的安息，而這個邀請一次又一次的在每個第七日重複著。

■ 研究本週學課，為8月28日安息日做準備。

## 【安息的前奏】

上帝一開始就存在。上帝說有就有，命立就立。光把白天和黑夜分開；第二天穹蒼、天空和海洋出現了；第三天大地、青草以及結種子的菜蔬藉上帝的話而成。上帝創造了時間和空間的基本框架，然後在接下來的三天裡將它填滿。發光的星體管理著白天和夜晚的天空。與大多數古代文化的故事不同，《聖經》〈創世記〉清楚表明太陽、月亮或星星並非神祇。它們是在第四天藉著創造主的話而造。

摩西對第五天和第六天的描述（創1：20－31）充滿了生命和美。飛鳥、魚類、動物——它們填滿了上帝所預備的空間。

**上帝對創造世界的評價說明了什麼？  
閱讀創世記1：1－31。**

這不是上帝隨意創造的空間；這是一個完美的地方。充滿生機的生物遍佈地球。就像一首琅琅上口的副歌，上帝對每一天都重複說著「上帝看著是好的」。

**人類的創造與其他被造物有什麼不同？閱讀創世記1：26、27和2：7，  
21－24。**

---

---

上帝彎下腰開始用塵土創造人類。人類以上帝的形象和樣式被造乃是顯示親近和密切之關係的實證。上帝俯下身，把生氣吹進亞當的鼻孔裡，他就成了一個有靈的活人。夏娃從亞當的肋骨而造則是為創造週增添了另一個重要元素。婚姻是上帝為人類所設計的一部分——「男人」（ish）和「女人」（ishshah）成為神聖的信任夥伴關係。

這一次，當上帝看著祂在第六日所造的一切時，副歌的歌詞有了一些變化：「上帝看著一切所造的都甚好」（創1：31）。

**請思考，《聖經》創世的故事與一些沒有上帝話語指引的故事有哪些關鍵性的不同。這說明我們需要在多大程度上依靠上帝的話語理解真理？**

## 【安息的命令】

創造雖是「甚好」，但它還不完全。世界的創造以上帝在第七日安息日歇了祂一切的工而告終。「上帝賜福給第七日，定為聖日；因為在這日，上帝歇了他一切創造的工，就安息了。」（創2：3）

安息日是上帝創造的一部分。事實上，它是創造之工的高潮。上帝創造了安息，並為人類的團體設立了一個空間（意指當時亞當和夏娃的核心家庭），使人類可以停止他們的日常活動，與創造主一同安息。

不幸的是，罪來到這個世界並改變了一切。世人無法再與上帝有直接的交通，取而代之的是生育的痛楚，勞苦的工作，脆弱和失調的關係，以及這墮落世界為人所知的種種不幸。然而，即便如此，上帝的安息日仍然是創造的永恆象徵，也是我們再創造的盼望和應許。若在犯罪之前人就需要安息日的安息，那更何況是在犯罪之後呢？

多年以後，當上帝將祂的子民從埃及的奴役中解放時，祂再次提醒他們這個特別的日子。

**閱讀出埃及記20：8—11。關於安息日與創世的重要關係，這章節教導了我們什麼？**

---

---

透過這個命令，上帝呼召我們記念人類的起源。與許多人所信的相反，我們不是冰冷、隨機以及盲目的偶然之作。反之，我們是按上帝的形象被造。我們被造乃是為要與上帝相交。儘管以色列人曾被當成沒什麼價值的奴隸，然而，在每一個安息日，他們都以特殊的方式受召去記念他們的身分，他們是按上帝的形象被造的。

「安息日既是創造之工的記念，因此也就是基督慈愛和能力的標誌。」（懷愛倫，《歷代願望》，第281頁）

**請思考六日創造之要道的重要性。還有什麼教導如此重要，以至於上帝命令我們將每週七分之一的生命，毫無例外地用來記念它呢？為什麼單單這個事實就能教導我們記念真正起源的重要性，就如同〈創世記〉所描述的？**

---

---

---

## 【新的局勢】

在曠野漂流40年之後，以色列人之中對埃及只有模糊記憶（若有的話）的新一代已經長大。他們的生活經歷與上一代截然不同。這一代的年輕人親眼目睹上一代如何反覆對上帝缺乏信心，因此他們才不得不在上一代人死去之前在曠野漂流。

他們也有特權；聖所就立在他們的營地中央，而表明上帝同在的雲彩就盤旋在會幕上方。當它移動時，他們就知道是時候收拾行李跟它走了。白天遮蔭的雲柱以及夜間提供亮光和禦寒的火柱，不斷提醒人們上帝對他們的愛和關懷。

**關於安息日的安息，他們被賦予什麼個人化的提醒？閱讀出埃及記16：14—31。**

---

與一般神學相反，這些經文證明第七日安息日早於西奈律法的頒佈。

在那裡發生了什麼事情呢？

上帝所提供的特別食物每天都在提醒我們造物主對祂的受造物不間斷的供應。祂每天都以非常實在的方式供應他們所需。當每天的食物隨著太陽的起落出現和消失時，都是一個神蹟。只要有人在任何時間貯藏食物以備隔日食用時，它就會腐

爛發臭；然而，每個星期五都有足夠的雙份，而留在安息日食用的那一份始終奇蹟般地保持著新鮮。

如今，以色列人被賦予了聖所的服事，並將一切的律法和條例都寫在〈利未記〉以及〈民數記〉之中。年邁的摩西依舊召集每個以色列人重溫他們的歷史並重新審視祂所賜給他們的律法（參申5：6—22）。

這新的一代終於準備好進入應許之地。以色列即將更換領導人，年邁的摩西希望確保這一代人記住他們是誰及自己的使命是什麼。他不希望他們重蹈父母的覆轍。所以他重申上帝的律法。十條誡命不斷被重申，使這一代的人在征服迦南之後不會將它遺忘。

以個人經歷而言，耶穌的復臨在我們死後的片刻就會發生。因此，祂的復臨總是如此的靠近，也許比我們想像的還要近。遵守安息日如何提醒我們上帝為我們做過的事，又預告祂在復臨時會為我們做的呢？

---

---

## 【另一個休息的理由】

以色列人在約旦河東安營。他們得了巴珊王和兩個亞摩利王的地。在這個關鍵時刻，摩西再次集合以色列人，提醒他們在西奈山的約不僅是和他們的父母所立、也是和他們所立的。然後，為了他們的好處，他再次重申十誡。

**比較出埃及記20：8—11和申命記5：12—15。兩者對安息日誡命的表述有什麼不同？**

---

---

---

在出埃及記20：8，安息日的誡命以「記念」開始，而申命記5：12以「守」開頭。「記念」一詞也在稍後出現（5：15）。在這節中，他們被提醒要記念曾經作過奴僕。雖然這一代的人在自由中長大，但若不是上帝大能的拯救，他們將終生為奴。安息日的誡命是要提醒，創造事蹟中的同一位上帝也活在他們的拯救當中：「耶和華——你上帝用大能的手和伸出來的膀臂將你從那裡領出來。」（申5：15）

在第一代先祖失敗的四十年之後，他們得以第二次站在應許之地的邊界上，這個真理恰恰符合當時以色列人的處境。他們在征服這片土地時正像他們的先祖在離開埃及時

一樣無能為力。他們需要這位能用「大能的手」和「伸出來的膀臂」來施行大事的上帝。

安息日即將呈現另一面向。因為上帝是叫人得自由的上帝，所以以色列人要遵守安息日（申5：15）。

當然，既使在〈申命記〉第5章的第四誡中增加了守安息日的理由：以色列得到解放，但安息日的誡命並沒有偏離創造。從某種意義上來說，以色列從埃及被解放出來也是一個新的創造起點，類似於〈創世記〉中的創造。以色列作為一個被解放的民族，是上帝新的創造（參賽43：15）。

因為出埃及被視為從罪惡之中得釋放的象徵，也就是救贖，而我們也可以在安息日找到創造和救贖的象徵。因此，安息日以一種非常真實的方式將我們指向耶穌——我們的創造主和救贖主。

**閱讀約翰福音1：1—13。關於耶穌作為我們的創造主和救贖主，這些經文教導了我們什麼？**

---

---

---

## 【遵守安息日】

上帝命令祂的子民遵守安息日。除了「不可殺人」和「不可偷盜」之外，還有「記念安息日」的命令，儘管《聖經》沒有告訴我們詳細的遵守準則。

**我們應當在安息日創造並鼓勵什麼氛圍？見詩篇92篇和以賽亞書58：13。**

---

---

---

因為遵守安息日代表慶祝創造和救贖之工，所以安息日的氣氛應該是歡樂、喜悅，而不是陰鬱的。

安息日不是在第七天才開始記念。因為第一個安息日是創世週的高潮，所以我們應該在每個週間時時「記念安息日」並提前做好計畫，如此我們就能在安息日到來時得以放下工作，專心「守安息日為聖日」。在一週當中，特別是星期五的預備日(可15：42)，有計畫性的做好一切準備很關鍵，因為這能使特別之日加增預賜的喜樂。

**利未記19：3強調了安息日的哪些重要性？**

---

---

---

遵守安息日也意味著我們與家人和朋友之間關係的培養。上帝為我們全家預備了重要的交誼時刻，也為僕人和家裡的牲畜預備了安息的時間(出20：8-11)。安息日和家庭是息息相關的。

雖然安息和家庭時間是重要的原則，但遵守安息日也意味著與我們教會的大家庭一起參與對上帝的敬拜。耶穌在世時也參加並帶領敬拜(參利23：3；路4：16；來10：25)。

儘管我們每週的日常生活和節奏很匆忙，但在我們的內心深處仍然渴望得到真安息日的休息，渴望與造物主有真正的交通。記得停止所有的工作、安排好與上帝交通的時間並培養我們的關係，我們就可以進入安息日的節奏休息。

**對於安息日，你自己有怎麼樣的經歷？遵守安息日能獲得什麼福氣？在哪些方面你可以多做些什麼使它成為一個神聖的時刻？**

---

---

---



## 進修資料

「上帝將祂創造之能的記念日賜與人類，使他們可以在祂親手所造的萬物中認識祂。安息日促使我們在上帝造化之工中看出創造主的榮耀。耶穌將祂寶貴的教訓與自然界的美麗連結在一起，其原因亦在於此。在聖安息日，我們應當比平日更加用心研究上帝借自然界向我們所描述的信息。我們應當在救主講論這些比喻的場合中，就是在田野和林間，在露天之下，在群花叢草之中，研究這些比喻。當我們與自然界的心懷接近時，基督就使祂的臨格對於我們更見真切，並向我們的心靈述說祂的平安與慈愛。」  
(懷愛倫，《基督比喻實訓》，第25頁)

「上帝將以色列人從埃及為奴之家拯救出來的一個重要原因是讓他們可以遵守祂的聖安息日……顯然，摩西和亞倫更新了安息日的神聖教導，因為法老向他們抱怨說：『你們竟叫他們歇下擔子』(出5:5)。這表明他們在埃及開始了安息日的改革。然而，遵守安息日並不是為了記念在埃及為奴的日子，而是上帝的創造以及從埃及的宗教壓迫中被釋放出來的歡樂日子，因為埃及的奴役使得記念安息日變得困難。與此同時，從奴役中獲得的釋放將永遠點燃他們心中對窮人、受欺壓之人、孤兒和寡婦的柔情。」(懷愛倫《從永恆的過去》附錄，第549頁)

## 討論問題

- 1 一些基督教徒，甚至包括一些復臨信徒，認為神導進化論是對創世另一個可行解釋。安息日如何表明神導進化論與復臨神學互不相容？如果這個世界源於數十億年，那把第七日定為聖日又有什麼意義呢？尤其是當上帝的聖言明確的在創世的六天之後就將它定為聖日之時？
- 2 「哪一天並不重要，只要我們每週有一天作為安息日就可以了！」你對這個論點有什麼看法？或者，對於耶穌本身就是我們的安息日，因此沒有必要把任何一天作為安息日的論點，我們又該如何回應？
- 3 守安息日為聖如何成為一個自由和解放的提醒？我們如何才能避免使它成為一種捆綁和律法主義？
- 4 有些人聲稱遵守第七天安息日是一種想從行為當中獲得救恩的行為。然而，認為在第七日休息就是為了獲得救恩這個主張的邏輯又是什麼？

# 第10課

安息日學研經指引／學課·2021年第3季·7~9月  
8月28日-9月3日 安息日下午

## 安息日的安息

### 閱讀本週學課經文

創1：26、27；創9：6；彼後2：19；羅6：1-7；出19：6；約5：7-16。

### 存心節

「六日要做工，第七日是聖安息日，當有聖會；你們什麼工都不可做。這是在你們一切的住處向耶和華守的安息日。」（利未記23：3）

我們聽過各種反對遵守安息日的爭論，不是嗎？我們聽到許多耶穌已把安息日改成了星期日，或耶穌已廢除了安息日，或保羅廢除了安息日，或使徒們以星期日代替安息日來記念復活等不同說法。近年來，一些爭論變得更加複雜；例如，聲稱耶穌本身就是我們安息日的安息，因此我們不再需要遵守安息日或任何神聖的日子。當然，這樣的爭論一直存在，儘管它很奇怪，就是認為在第七日休息等於在某種程度上是靠行為尋找通往天國的道路。

另一方面，一些基督徒對安息和安息日的概念更感興趣，他們甚至認為這一天是不是星期日並不重要，只要接受《聖經》中有關安息的概念並知道為什麼安息很重要就足夠了！

當然，作為復臨信徒，我們明白上帝道德律法的永恆性，但正如它所說的，我們遵守第四條誡命，並不比我們遵守第五條、第六條、第一條或其他誡命更能進入天國。

本週我們將更進一步探討上帝在安息日誡命中給我們的安息，以及它的重要性。

■ 研究本週學課，為9月4日安息日做準備。

## 【安息日和創造】

在所有的十條誡命中，只有第四誡以「當記念」開頭。沒有「當記念，不可偷盜」或「當記念，不可貪戀」，只有「當記念安息日……」。

「當記念」的概念是以我們需要記得的歷史以及過去所發生的事為前提。當我們記念時，我們就與過去建立聯繫，「當記念安息日，守為聖日」標誌著一條回到創世週本身的途徑。

閱讀創世記1：26、27和9：6。這些經文教導我們作為人類有多麼特別，我們與上帝在地上創造的其餘生物有何根本上的不同？還有，為什麼理解這種區別如此重要？

當我們記念創造時，就想起我們是按照上帝的形象被造的，這個描述是在其他生物的創造中從未提及的。很明顯，作為人類，我們與地球上的其他生物有著顯著的不同，不管我們與其他動物有多少相似的DNA。而且，與流行的神話相反，我們不是高級猿類或一些原始靈長類動物的高度進化版本。作為按上帝的形象被造的人類，我們是上帝

在這世界上創造的一切生物中獨一無二的。

創世的故事如何提醒我們與其他受造物的關係？創世記2：15，19。

明白上帝也創造了我們的世界一事，提醒我們對其他受造物的責任。我們需要「管理」其他的受造物。擁有管理權並不意味著剝削它們。我們要像上帝一樣的管理，也要像祂一樣與自然界互動。

是的，罪已經破壞攪亂了一切，但這個地球仍然是上帝所創造的，祂沒有賦予我們剝削它的權利，特別是對其他人類的傷害，雖然這種情況仍一再上演。

除了記念上帝是創造主之外，遵守安息日還能在哪些方面幫助我們更明白我們需要成為環境的好管家？

## 【慶祝自由】

正如我們先前所見，安息日不僅僅指向創世週。第二次聽到十誡是摩西回顧以色列人在曠野四十年之後。這一次，重申守安息日為聖的原因不是創造，而是從埃及的奴役中被解放出來（申5：12-15）。

儘管今天我們並不是在埃及為奴，但我們都可能面臨另一種奴役，在某方面也可能是受欺壓的。

**我們今天面臨著什麼其他形式的奴役呢？閱讀創世記4：7；希伯來書12：1；彼得後書2：19。**

---

---

安息日是慶祝從所有束縛我們的事物中獲得自由的日子。在安息日時，它提醒我們那從罪惡中所得到的自由，這自由不是因為自己的能力，而是因上帝的大能，以及我們的信心。它也提醒我們這自由不是我們自己賺來的。在出埃及的前一晚，以色列人的長子因塗在門框上的羔羊之血而獲救（出第12章），我們也一樣因羔羊的寶血而得救，並且如今得以在基督耶穌裡享受我們的自由。

**閱讀羅馬書6：1-7。保羅在這裡說**

**了什麼可以將我們從安息日所得到的聯繫起來？**

---

---

---

申命記5：15敘述「你也要記念你在埃及地作過奴僕；耶和華你上帝用大能的手和伸出來的膀臂將你從那裡領出來」，這裡再一次提醒以色列人，他們蒙拯救是因上帝的作為和大能成就的。作為基督徒，我們更應該如何體認到，唯有基督顯在我們身上的作為和能力，才能把我們從罪中拯救出來？

這誡命告訴我們要安息在上帝用祂的大能膀臂為我們贏得的救恩中。當我們記念上帝是創造主，也就能相信祂會再造我們，並且如果我們願意讓祂在我們裡面工作，即使是現在，我們也可以從罪的捆綁中得釋放。

**你曾經歷過罪的奴役嗎？我們怎樣才能學會將耶穌那份使我們從奴役中得自由的應許當成是自己的呢？**

---

---

---

## 【城裡寄居的客旅】

閱讀出埃及記19：6。關於古以色列的身分，這章節告訴了我們什麼？（參彼前2：9）

---

---

---

以色列人從埃及被召出來，成為與上帝立約的百姓。如果他們繼續保持忠心，福音就會傳遍全世界。毫無疑問，他們是上帝特別關心的對象，擁有特權，同時也被賦予特殊的責任。

閱讀出埃及記23：12。這裡還發生了什麼事？關於上帝如何看待以色列以外的人，這個章節教導了我們什麼？

---

---

---

安息日的普遍性是很多人忽略的。當然，最常見的錯誤是認為它只給猶太人，這個錯誤在〈創世記〉的前兩章中就被揭露出來。上帝創造了所有的人；故此，人人都應該記念安息日。

雖然我們應該時刻記住安息日對我們的意義，我們也應記得它告訴我們的、關於其他人的信息。在某種

意義上，遵守安息日以及我們與造物主和救贖主的關係，應該會自然的使我們以新的眼光看待他人，把他們視為跟我們一樣，是上帝所造、被同一位愛我們的上帝所愛，祂也為他們而死，如同為我們而死一樣。正如我們所見（出20：10；申5：14），無論是僕人、是寄居的、是牲畜，都當得享安息。

即使是在城裡寄居的客旅，是那些還沒有在聖約中獲得應許的人，也應該得享安息日的安息。人類，甚至動物，都不應該被剝削、虐待、被利用。每一週，希伯來人（和我們）都應該被一種有力的方式來點醒我們與他人的共同點，即使我們確實享受到了別人所沒有的祝福和特權，也必須記得我們仍是人類大家庭的一分子，因此要以尊重和尊嚴對待他人。

**你對安息日的遵守如何成為不遵守安息日之人的祝福？也就是說，你如何使用安息日來對他人作見證？**

---

---

---

## 【以服務記念上帝的安息日】

在新約時期，宗教領袖把遵守安息日當成是一門純藝術。為了幫助人們保持安息日的神聖，他們制定了很多的禁忌和規則。這包括禁止繫綁或解開任何東西、將兩條線分開、滅火、在私人 and 公共領域間傳送物品，或在公共領域傳送物品超過特定距離。

**在約翰福音5：7—16中，對耶穌的指控是什麼？**

---

---

---

宗教領袖們完全忽略了耶穌所行的神蹟以及祂為這個病人帶來的自由，卻執著於這個被醫好的人在安息日公開的拿著他的褥子。他們沒有看見「安息日的主」（可2：28）如何利用這個特殊的日子，反而專注於維持自己的規章制度。我們需要小心，不要在我們的方式上和處境下犯類似的錯誤。

**以賽亞書58：13—14如何概述上帝對安息日的遵守？**

---

---

---

上帝不需要空洞的敬拜或缺乏行為

的敬虔。祂希望看到祂的子民與其他人來往，特別是與被欺壓者和被邊緣化的人來往。

以賽亞在以賽亞書58：13—14中闡明：「你若在安息日掉轉你的腳步，在我聖日不以操作為喜樂，稱安息日為可喜樂的，稱耶和華的聖日為可尊重的；而且尊敬這日，不辦自己的私事，不隨自己的私意，不說自己的私話，你就以耶和華為樂。耶和華要使你乘駕地的高處，又使你祖雅各的產業養育你。這是耶和華親口說的。」（賽58：13、14）

追求我們自己的「喜樂」（賽58：13，或「自己的私事」）等於「踐踏安息日」（按新譯本用詞）。世人的規定不是上帝對安息日理想的要求。反之，我們被邀請去關注那些在掙扎中的人，那些被囚禁、饑餓、赤身露體、在黑暗中行走以及似乎沒人記得的人們。比起一週中的任何一天，安息日更應該把我們從自我和自私中解放出來，讓我們更願意想到他人及其需要，而不僅僅顧念自己和自己的需要。

## 【屬上帝的標誌】

二戰期間，英國預料德國軍隊即將入侵。為了保衛島上的家園，他們盡可能的做了額外的防禦措施，沿著海灘建設更多防禦工事，在敵人行進的路線和戰略點上，進行封鎖和阻斷。隨後，英國當局做了一件很奇怪的事。為了混淆敵人和減慢敵軍的速度，鐵路指示牌被移走，公路指示牌被拿掉。刻在石頭上或建築物上的標示因為無法被取下，就用水泥遮蓋。

指示牌是重要的。它們是嚮導和指示的標誌。在衛星導航（GPS）時代之前，我們都靠地圖和標誌。

**安息日是什麼標誌？閱讀出埃及記 31：13、16、17。今天，對於我們這些相信上帝律法永遠長存的人，如何才能把這些話應用到自己身上呢？**

---

---

雖然這些話是特別對古代以色列人所說的，但我們既屬乎基督，就是「亞伯拉罕的後裔，是照著應許承受產業的了」（加3：29），今天，安息日仍然是上帝和祂子民之間的記號。出埃及記第31章指出安息日是上帝永恆之約的記號（出31：16、17）。這個記號幫助我們「認識」我們的創造主、救贖主以及使我們

成聖的耶穌。它就像是一面每隔七天就會升起的旗幟，幫助我們記起，因為我們是健忘的。

上帝的安息日不斷提醒我們記住自己的起源、得救、命運以及對受欺壓者和被邊緣化之人的責任。事實上，安息日是如此重要，因為不是我們去到它那裡，而是它來到我們當中，每週無一例外的提醒我們是誰、被誰所造、祂為我們做的事以及在新天新地裡終將為我們成就的大事。

一位神聖的上帝邀請與祂立約的世人來認真思考那真正重要的議題——造物主和救贖主與祂所造之人之間的救贖關係。我們每週都奉上帝的能力和權威進入基督耶穌裡白白得來的安息，「仰望為我們信心創始成終的耶穌。祂因那擺在前面的喜樂，就輕看羞辱，忍受了十字架的苦難」（來12：2）。

**你如何學習在安息日與上帝有更深切的經歷？**

---

---

---



## 進修資料

「在全週當中，我們都當想念到安息日，並且時時預備，以便按著誠命來遵守它。我們不要單以安息日為法定的條例而遵守。」（懷愛倫，《給教會的證言》卷六，第353頁）

「整個天國都在遵守安息日，但並非沒精打采，無所事事地遵守。因此在這一天，各人都當振作精神，我們豈不是在和上帝以及我們的救主基督一同聚會嗎？我們可以憑著信心仰望祂。祂正渴望賜福給各人，使人舒暢。」（懷愛倫，《給教會的證言》卷六，第362頁）

「人在安息日所求於上帝的，較之平日更多。上帝的百姓在這一天放下平常的事，有時間來默想、敬拜。他們求上帝賜下比平日更多的恩典。他們求上帝特別的看顧，並懇求祂賜下上好的福分。上帝並不等到安息日過去之後，才應允這些懇求。上天的工作永不止息，人也絕不可停止行善。安息日並非偷安懶惰和無所事事的日子。上帝的律法，禁止人在安息日從事屬世的工作。那謀求生計的辛勞必須停止，凡是追求世俗娛樂或利益的事，在這一天都是不合法的。上帝既歇了祂創造的工，在安息日安息，並賜福給這一日。因此，人也當擺脫日常的業務，專在這成聖的光陰作有助健康的休息，敬拜上帝，從事聖

工。故基督醫治病人的工作是完全合法的，也是尊重安息日的。」

（懷愛倫，《歷代願望》，第207頁）

## 討論問題

- 1** 在許多國家，環境保護已經成為一場激烈的政治辯論。作為復臨信徒，我們如何能在不涉入政治的情況下，成為自然界的好管家？
- 2** 服務始於心靈。我們如何才能更積極地培養為周遭之人（在我們的家庭、教會和社區）服務的心？安息日如何為我們提供更多的機會去從事這些服務？
- 3** 每個安息日，我們都被提醒，所有人類都是上帝所造的。它幫助我們透過上帝的眼光看待他人。在每一個人都是按照上帝的形象被造、亦是祂所愛的這個真理之下，安息日應該如何幫助我們記得種族、民族、社經地位和性別差異在基督裡是無關緊要的？

# 第11課 意猶未盡

安息日學研經指引／學課 · 2021年第3季 · 7~9月

9月4日-9月10日 安息日下午

## 閱讀本週學課經文

林前 10：1-11；利 4：32-35；約 1：29；來 4：1-11；詩 95：8-11。

## 存心節

「這些事都是我們的鑑戒，叫我們不要貪戀惡事，像他們那樣貪戀的。」（哥林多前書 10：6）

美國紐約皇后區藝術博物館擁有世界上最大的城市建築模型，展示了紐約的所有建築。按照1：1200的比例（2.5公分或1英呎相當於33公尺或100英呎），它占地約870平方公尺（9335平方英呎）。它最初於1964年由一百名工人花了三年多的時間才完成。它目前已更新至1990年代，尚未反映出2021年的城市景觀。這是一個令人驚歎、複雜且詳細的模型。

然而，最終它仍然只是一個複製品和模型，是另一個更宏偉巨大、更深刻複雜之實體的代表。

事實上，所有的模型都是如此。它們不是實體，只是實體的表徵。一個模型可以幫助我們了解實體的精髓，但它永遠不能取代實體。相反的，它的存在是為了幫助人們更理解實體本身。

《聖經》本身充滿了各種物件和機制的模擬，它們都指向更巨大的天國實體。〈希伯來書〉第四章幫助我們看見其中一個涉及到安息的影像。

■ 研究本週學課，為9月11日安息日做準備。

## 【受洗歸了摩西】

閱讀哥林多前書10：1—11。當保羅提到「鑑戒」時，他想要向哥林多的讀者傳達什麼？

---

---

---

哥林多前書10：6（以及在10：11的相同形式）使用的希臘文單詞「typos」，在大多數英文譯本被譯為「example」（中文譯本為「鑑戒」）。英文的「type」一詞便源自這個希臘文名詞。樣式（或影像）永遠不是實體，而是它的預表或象徵，只是實體的模型。

希伯來書8：5提供了絕佳範例：「他們供奉的事本是天上事的形狀和影像，正如摩西將要造帳幕的時候，蒙上帝警戒他，說：你要謹慎，作各樣的物件都要照著在山上指示你的樣式。」

〈希伯來書〉的這個章節強調了天上實體和地上樣式之間的直接關聯，然後引用了出埃及記25：9，在那裡上帝告訴摩西要「照我所指示你的樣式」建造聖所。事實上，地上的聖所，包括所有的儀式和程序，都是「樣式」、表徵以及天上實體的模型，正如我們在天上聖所的大祭司耶穌。

明白這一點，我們就更能理解保羅在哥林多前書第10章所說的。在這一章中，保羅回顧了上帝子民在前往應許之地途中、在曠野的重要經歷。「我們的祖宗」指的是那些離開埃及的猶太先祖都曾罩在雲柱之下，從海中經過，因此，所有人都受了洗並得以從奴役中獲得自由的新生活。

保羅認為重要的曠野之旅是一種個人洗禮的樣式或表徵。在保羅的邏輯中，「靈食」所指的一定是嗎哪（比較出16：31—35）。而以色列人飲用出於磐石的靈水，就是保羅所指的基督（林前10：4）。例如《聖經》說耶穌是「生命的糧」（約6：48）以及「活水」（約4：10），便證實了這聯結的合理性。因此，我們在這裡看到了保羅使用舊約的歷史作為一個例子，來揭示一個適用於今天基督徒的屬靈真理。

回想以色列人出埃及的經歷。我們能從他們的「鑑戒」中學到什麼屬靈教訓，無論是正面或負面的教材？

---

---

---

## 【儀式和獻祭】

舊約的儀式和獻祭體系，如〈利未記〉記載，提供了更多我們昨天所看到的例子——舊約的表徵指向新約的真理。雖然現代的《聖經》讀者經常忽略這些儀式，但它們確實包含了許多重要的屬靈真理，對於研究它們的人十分有價值。

閱讀利未記4：32－35為一般百姓獻上贖罪祭的說明。即使今天我們沒有聖所或聖殿可以讓我們為自己的罪獻祭，我們仍能從這個儀式中學到什麼？將這個儀式與約翰福音1：29和彼得前書1：18－21聯繫起來。

---

---

儀式是一個傳遞重要價值和信息的有用工具，但要了解儀式的整個內容。儀式通常要在指定的時間、特定的地點，再加上一系列的程序才能彰顯其效。事實上，當我們閱讀舊約有關獻祭的律法時，我們就可以清楚的看到，上帝已經列明非常具體的細節，例如所使用的祭物，什麼時候獻，在哪裡獻，以及要遵循的儀式和程序步驟。

當然，許多儀式的核心是血，以及灑血和塗抹血。這並非賞心悅目之事，也不該是如此，但這是因為它處理的是宇宙中最醜陋的東西——

罪惡。

血的真正角色為何？為什麼要把它塗在祭壇的角上？雖然與聖所相關的大多數儀式都以敘述形式出現（即給出了詳盡的指示），但它們不盡然包含所有的解釋。也許這是因為百姓們已經明白了它們的意思。畢竟，以色列人已明白血的意思（利17：11）。

然而，從利未記4：32－35的例子來看，第35節記錄了一個重要的解釋：「祭司要為他贖了，他必蒙赦免。」因此，血是整個贖罪過程的關鍵，透過這個方式，罪人可以在神聖的上帝面前獲得潔淨與赦免。因此，我們從這些獻祭中看到的，是基督之死的一種樣式和仿效，以及為我們替死的預表。

想想罪惡到底有多嚴重，以至於它需要獻祭，獻上三一真神中的一位——耶穌，來為我們贖罪。關於為什麼我們必須只依靠恩典而不是行為，這應該給予我們什麼啟示？畢竟，除了基督已經為我們所做的事之外，我們還能加添什麼呢？

---

---

---

## 【安息的「鑑戒」】

除了已經看過的例子，樣式和表徵的概念也適用於《聖經》中安息的概念。要理解這一點，我們需要看看新約的〈希伯來書〉。

閱讀希伯來書4：1-11。進入祂安息的應許指的是什麼？以色列人在出埃及和曠野漂流的經歷如何為進入上帝的安息提供另外的見解？

---

---

---

在這裡堅持和忠心的主題是非常重要的。雖然提到了第七日的安息日，這些經文的主要焦點（以及接下來的；見來3：7-19）是對上帝子民持續忠心的呼召；也就是對主和福音保持忠心。

這個章節提醒讀者要認真的從上帝過去的引導中汲取教訓，「免得有人學那不信從的樣子跌倒了」（來4：11）。注意，這是個機會！以色列人確實聽到了福音！但經文繼續說道，福音並沒有給他們帶來益處。他們的信心沒有因真理和順服而堅固，反而選擇了悖逆（對照來3：7-15），因此他們就無法經歷上帝要賜給他們的安息。

希伯來書4：3指出信心和安息之間

的密切關係。只有當我們相信並依靠那位賜給我們所應許的安息，以及那能實踐這應許的耶穌基督，我們才能進入祂的安息。

再次閱讀希伯來書4：3。在這裡，上帝子民主要的問題是什麼？對於我們這些擁有「福音……像傳給他們一樣」（來4：2）的人來說，我們能從中學到什麼教訓？

---

---

---

新約時期的基督教會接受了上帝的早期啟示（我們稱之為《舊約聖經》），相信耶穌基督是上帝的羔羊，是除罪的祭物。他們因信心所獻的祭，讓他們可以在耶穌裡經歷救恩，也可以在祂裡面得著安息，如同給我們的安息一樣。

既然知道我們是靠恩典而不是靠行為得救的，那麼對耶穌寶血拯救的意義和理解，如何幫助我們進入只在耶穌裡才有的安息呢？

---

---

---

## 【不可硬著心】

閱讀希伯來書4：4-7和詩篇95：8-11。在今天，這兩處經文給了我們什麼警告？

---

---

---

希伯來書4：4-7引用了〈創世記〉和詩篇95：11，論到以色列人的不忠，因此他們無法進入上帝為他們所預備的安息。事實上，詩篇95：8-11將以色列在曠野的經歷和上帝的安息聯繫起來，其中也包含一個上帝的誓言，即不信的以色列人無法進入祂的安息，這原本是與應許之地有關的。

確實，以色列人進入了應許之地。新一代的人越過了約旦河，並在上帝的幫助下，佔領了這片土地，並在那裡定居下來。

然而，他們並沒有進入上帝的安息，有這說法是因為許多人並沒有經歷耶穌的救恩，他們的缺乏信心體現在公然的悖逆上。儘管安息與土地有關，但它的意義不僅僅包含人們所居住的地方。

希伯來書4：6說那些先前聽見福音的人因為不信從，就不得進入那真正的安息。不信從和不得進入上帝的安息之間有什麼關聯？

---

---

---

「今日」表達出了迫切性，其意味著沒有更多時間可以浪費。「今日」需要立即做出回應和決定。

保羅特別使用「今日」（sēmeron）一詞來強調安息的重要性。同時，詩篇95：7、8也是對上帝子民的警告和懇求，不要重蹈祖先們的錯誤，而無法進入那只有在上帝所賜的救恩裡才能找到的真正安息。

今天，在聽見「就不可硬著心」這句話的前提下，「今日」對我們意味著什麼？「今日」一詞有什麼重要意義？畢竟，〈詩篇〉在幾千年前就已經使用了它。然而，為什麼「今日」對我們這世代的人和幾千年前聽到它的人一樣重要？

---

---

---

## 【贏得天國】

閱讀希伯來書4：8—11時，〈希伯來書〉第4章關鍵思想的邏輯發展變得異常明顯。約書亞沒有叫以色列人得享安息。然而，因為上帝是不說謊的，所以必有另一個安息為上帝的子民存留。這個群體並不完全是由猶太信徒組成。它包括所有接受耶穌為個人救主的人。

**閱讀加拉太書3：26—29，注意那些受洗歸入基督之人的特徵。在保羅的語境中，並不分猶太人、希利尼人，自主的、為奴的，或男或女是什麼意思呢？**

---

---

---

有時〈希伯來書〉第4章被用來強調安息日的遵守，有些人則用它來挑戰安息日的有效性，因為經文說到必另有一個（末世）安息為上帝的子民存留。這兩種立場都沒有正確的反映《聖經》的意思。相反的，經文指出，對上帝這個末世安息的強調自創世以來就一直存在，而每週的安息日也為末世安息提供了一個小規模、每週性末世安息的慶祝體驗。事實上，對於猶太人來說，安息日正是「未來的世界」（olam haba）的一個小兆頭。

為上帝子民存留安息日的安息，呼應了上帝在地球歷史上第一個安息日的安息，意味著我們可以停止倚靠自己的努力，並相信上帝會履行祂對我們的救贖應許。

與一些解經家的觀點相反，上下文並不支持他們提出的論點：宣稱安息日的誡命已在基督帶來的救贖中得到應驗，所以基督徒沒有必要再去遵守它。基督為我們所做的一切並沒有取代《聖經》中第七日的安息日，反倒強化了它的意義。

在一個高度重視自力更生、勤奮和有進取心之人的世界裡，在耶穌裡安息並相信祂的恩典足以拯救和改變我們，這確實與現今文化大相逕庭。

**若有人認為他的罪太過深重，他的心已經無法被改變，他的處境確實無可救藥時，你會如何幫助他在耶穌裡得著安息呢？你會和他分享哪些《聖經》章節？**

---

---

---



## 進修資料

「我們並不總是願意帶著我們的試煉和困難來到耶穌面前。有時，我們把煩惱告訴他人，把痛苦告訴那些無法幫助我們的人，卻忽略了把一切都交託給那位能把悲傷之路變成喜樂平安之路的耶穌。虛己、自我犧牲，將榮耀和勝利歸給十字架。上帝的應許是非常寶貴的。如果我們想知道祂的旨意，就必須研究祂的話語。靈感的話語若仔細研究和實際遵行，將引導我們走在平坦的道路上，在那裡我們將不至絆跌。但願所有的人，傳道人和人們，都把他們的重擔和憂慮帶到耶穌那裡去，因為祂正在等待著接納他們，要賜給他們平安和安息！凡投靠祂的，祂必不丟棄。」（懷愛倫《時兆》，1887年3月17日，第161頁）

「親愛的青年人啊，你們能否懷著歡樂與希望的心情等待主，就是按公義審判你們的主，在父的面前和聖天使面前承認你們的名字呢？你為基督復臨所能作的最佳準備，就是以堅決的信心，依賴祂首次顯現時帶給我們的偉大救恩。你們必須確信基督為個人的救主。」（懷愛倫，《崇高的恩召》，第368頁）

## 討論問題

**1** 預示上帝為祂的子民預備屬天安息的第七日安息日，其特別之處為

何？也就是說，安息日的安息如何讓我們預先體驗永生？

**2** 贖罪意味著和好以及回歸上帝的道路。思考羅馬書5：11重要的經文：「不但如此，我們既藉著我主耶穌基督得與上帝和好，也就藉著祂以上帝為樂。」如果有人問你：「與上帝和好是什麼意思？和好對你的生活有什麼影響？」你會如何回答？

**3** 在我們的基督徒生活中，如何避免太過於關注小細節？什麼能讓我們持續專注於上帝話語中的大藍圖中？

**4** 再次思考以色列人在曠野中的錯誤以及信心的缺乏。雖然他們面臨的挑戰與我們不同（我們不是在曠野中漂流），但有哪些相似的共同點呢？也就是說，在我們自己的基督徒生活中，我們要如何面對與他們一樣的挑戰，從他們的錯誤中學習？

# 第12課 不得安息的先知

安息日學研經指引／學課 · 2021年第3季 · 7~9月

9月11日-9月17日 安息日下午

## 閱讀本週學課經文

拿1-4；耶25：5；結14：6；啟2：5；路9：51-56；猶1-25。

## 存心節

「何況這尼尼微大城，其中不能分辨左手右手的有十二萬多人，並有許多牲畜，我豈能不愛惜呢？」（約拿書4：11）

《聖經》中最有趣的故事之一就是約拿的故事。他是上帝的先知，被上帝呼召，但他卻——什麼？他逃避上帝的呼召？然後，在以一種戲劇性的方式被說服後，他改變主意並服從上帝的吩咐遵命而行，可是，他之後只做了什麼呢？向上帝抱怨！因為預言中要被毀滅的尼尼微人竟然認罪悔改，因而沒有遭受本應屬於他們的毀滅！

多麼典型的例子——他是個不得安息和沒有平安的人，他甚至向上帝祈求：「耶和華啊，現在求祢取我的命吧！因為我死了比活著還好。」（拿4：3）

耶穌自己提到約拿的故事說：「當審判的時候，尼尼微人要起來定這世代的罪，因為尼尼微人聽了約拿所傳的就悔改了。看哪，在這裡有一人比約拿更大！」（太12：41）是的，比約拿更大！如果不是，祂就不能成為我們的救主。

本週我們要研究約拿，看看我們能從他的不得安息以及不平靜之中學到什麼功課。

■ 研究本週學課，為9月18日安息日做準備。

## 【逃跑】

約拿是一個非常成功的傳教士，同時也是一個非常不甘心順從的人，至少一開始是這樣。無論約拿原來做的是什麼，上帝的呼召在很大程度上打亂了他的生活。約拿並沒有把上帝的軛放在肩上，也沒有體會到祂的軛是容易的，祂的擔子是輕省的（太11：30），約拿決定尋找他自己的「安息」，就是從上帝所召他去之地往反方向逃跑。

**在上帝的呼召中，約拿希望從哪裡找到平安和安息？對他來說效果如何？**  
閱讀〈約拿書〉第1章。

---

---

---

約拿從上帝呼召他去之地往反方向出發。他甚至沒有停下來與上帝辯論，如同《聖經》中許多被呼召作上帝使者的先知們所做的那樣（例如出4：13）。

值得注意的是，這並不是約拿第一次被呼召去為上帝發聲，正如王下14：25所說。那次，約拿似乎完成了耶和華所吩咐他的事。然而，這次卻非如此。

為什麼？歷史和考古文獻都記錄了公元前8世紀、統治古近東的亞述人的殘酷統治。那時約拿是在以色

列做先知。約75年後，亞述王西拿基立攻打猶大。以色列和撒瑪利亞早在20年前就已經淪陷，希西家王顯然加入了當地的反亞述聯盟。

現在是亞述人算帳的時候。《聖經》（王下18章，賽36章）、亞述的歷史文獻、尼尼微城西拿基立宮殿的牆上浮雕，都告訴了我們關於拉吉被毀滅的殘酷故事，拉吉是希西家王在南部邊界最重要、防禦最堅固的堡壘之一。在一篇銘文中，西拿基立聲稱從他所摧毀的46座城市中俘擄了20多萬人。當亞述王攻取拉吉的時候，成千上百的俘虜被刺死；希西家王的忠心支持者被活活的剝皮而死，其餘的被送到亞述做廉價奴隸。

即使是用當時的世界來衡量，亞述人仍是非常殘忍的。而上帝竟然要約拿去這個帝國的中心傳信息？約拿不肯去，不是再合理不過了嗎？

**你曾經躲避上帝嗎？如果有，結果如何？你從那次錯誤中學到了什麼教訓？**

---

---

---

## 【三天的休息】

約拿躲避上帝並不是沒有原因。當上帝奇蹟般的介入這場風暴時，他短暫的「安息」被打斷了。上帝吩咐了一條魚將約拿從大水的深淵中救出來。

然而，只有當約拿在大魚肚子裡被迫休息三天時，他才意識到他是多麼的需要依靠上帝。有時我們必須被帶到一個地方，在那裡沒有這個世界提供的東西能依靠，才意識到耶穌是我們真正的需要。

閱讀約拿在魚肚子裡的禱告（拿2：1—9）。他禱告些什麼？

---

---

雖然約拿在大水的深淵，處於非常危險的境地，但他在禱告中提到了聖所。他仍要仰望「你的聖殿」。

這是怎麼回事？

聖殿成了這個禱告的焦點，它應該是禱告的中心。舊約中只有一個地方可以找到上帝。就是在聖所裡（出15：17；25：8）。聖所是禱告和與上帝交通的中心。

然而，約拿並不是指著耶路撒冷的聖殿而說的，而是談論天上的聖所（拿2：7）。因為那是他盼望的所在

之地，也是上帝和救恩供應的真正源頭。

約拿終於明白了這個重要的真理。他經歷了上帝的恩典，他得救了！當大魚把他吐出來的時候，他親身體驗到了上帝對他這位逃跑先知的愛。他領悟到（即使道路曲折），對任何一個信徒來說，唯一安全的道路就是尋求上帝的旨意。

所以，現在他決定履行職責，服從上帝的命令，信心堅定前往尼尼微，雖然他要前往的是一個非常邪惡的城市，而那地的居民也應該不會歡迎這個外國的先知過來數落他們有多邪惡。

有時候，我們可能只是需要遠離這一切，以便對事物有一個全新的視角。雖然約拿奇蹟般在魚肚裡存活的故事是一個相當極端的例子，但它如何幫助你走出舒適圈，使你可以從一個新的、也許是你需要的視角來看待事情？

---

---

---

## 【任務完成】

與以色列的任何城市或城鎮相比，尼尼微是一座巨大的城市。它是一個「極大的城，有三日的路程」（拿3：3）。

閱讀約拿書3：1—10。這個邪惡的城市有什麼回應？在我們試圖向他人作見證的過程中，我們能從這個故事中學到什麼教訓？

約拿進城走了一日，宣告上帝的信息說：「再等四十日，尼尼微必傾覆了！」（拿3：4）這信息直中要害。雖然書中沒有交代細節，但很明顯，這個信息被願意接受的人聽到了，尼尼微的居民（集體！）相信了約拿的警告。

如同典型的近東地區，尼尼微王頒佈命令以表明他心意的改變。所有的人——包括動物，都要禁食悔改（經文沒有說動物如何悔改）。王就下了寶座，脫下朝服，披上麻布，坐在灰中，這是一個非常重要的象徵行為。

閱讀約拿書3：6—9。比較耶利米書25：5；以西結書14：6；啟示錄2：5。尼尼微王的話包含了哪些元素，表明他理解什麼是真正的悔改？

這幾句話簡短扼要，但充滿了正確的悔改神學。當約拿傳道的時候，聖靈就在尼尼微人的心中做工。

尼尼微人並沒有像以色列人那樣從上帝溫柔的引導中受益，但他們仍然以積極的態度回應祂。他們實際上是在說：「讓我們把自己放在上帝的恩慈上，而不是我們自己的成就上！讓我們完全依靠祂的良善與恩典。」

奇怪的是，親身體驗過上帝恩典的約拿，似乎認為上帝的恩典是具有排他性的，只有一些人有機會在其中得享安息。

為什麼悔改是基督徒經歷中如此重要的一環？為我們的罪悔改，尤其是為我們一次又一次所犯的罪悔改，到底是什麼意思？

## 【一個憤怒、不得安息的傳教士】

不幸的是，約拿的故事並沒有在第三章結束。

閱讀約拿書4：1—11。約拿的問題是什麼？我們能從他有缺陷的性格中學到什麼教訓？

---

---

〈約拿書〉第4章以約拿對上帝的憤怒為開始，因為他的宣教工作非常成功。約拿擔心自己看來像個傻瓜。我們發現上帝花了好些時間與祂的先知交談解釋，他的行為就像一個發脾氣的小孩。

此證據表明，真正跟從上帝的人——甚至是先知，可能仍有成長和克服的功課要學習。

「約拿既得悉上帝並不追究尼尼微人的邪惡，卻因他們的受勸披麻蒙灰而悔改，便定意饒恕他們，他理應最先因上帝奇妙的恩典而欣喜；但他反倒一心想著自己可能會被視為假先知的事。他只顧自己的名譽，而沒有想到在那可憐的城市中許多較比貴重得多的生靈。」（懷愛倫，《先知與君王》，第271頁。）

上帝對祂的先知的耐心是驚人的。祂似乎有意使用約拿，當他逃跑

時，上帝吩咐風暴和魚把他帶回來。就連此時，當他反對上帝時，祂還要在祂惡劣的態度下向他解釋，上帝對他說：「你這樣發怒合乎理嗎？」（拿4：4）

閱讀路加福音9：51—56。這個故事如何與約拿的故事相似？

---

---

「上帝愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的，不至滅亡，反得永生」（約3：16），或如約拿書4：11上帝所說：「何況這尼尼微大城，其中不能分辨左手右手的有十二萬多人，並有許多牲畜，我豈能不愛惜呢？」最終，我們應該感謝上帝（不是自己）成為了我們心靈、思想和動機的法官。

我們怎樣才能學會像上帝一樣對別人懷有憐憫和耐心，或者至少學會反映這種憐憫和耐心？

---

---

## 【一條雙向道】

約拿的問題似乎比他的優點來得多。尼尼微是危險的，但在約拿的故事中，尼尼微人似乎不是問題。他們接受了警告並即刻悔改。而約拿這個傳教士，卻似乎是這個傳教故事中最有問題的環節。

在這個故事中，上帝勉強一個不情願的先知，因為祂知道約拿需要這一趟去尼尼微傳道的旅程，如同尼尼微人需要聽到警告信息一樣。

閱讀猶大書。我們如何才能「保守自己常在上帝的愛中」（猶21）。這又是什麼意思？

---

---

---

在〈猶大書〉這本新約《聖經》的簡短書信中，第21節告訴我們：「保守自己常在上帝的愛中，仰望我們主耶穌基督的憐憫，直到永生。」

親身經歷上帝的愛和恩典不是一次性的事。能確保「保守自己常在上帝的愛中」的方法就是向他人傳道。在下一節中，猶大告訴我們要「憐憫他們」、「要從火中搶出來，搭救他們」。

閱讀猶大書20—23。這裡所說的與約

拿的故事有什麼關聯，這對我們又意味著什麼？

---

---

---

上帝呼召約拿去尼尼微，因為約拿在這個呼召之前可能沒有花很多時間思考他與亞述人的關係。他知道自己並不喜歡他們，但不知道自己有多恨他們，也不知道為了避開他們，他會採取哪些極端的手段，甚至在接到呼召之後還是不知道。約拿還未準備好讓尼尼微人成為他在天上的鄰舍，也沒有學會像上帝那樣去愛人。上帝呼召約拿去尼尼微，因為上帝愛尼尼微人，希望他們也在祂的國裡。但上帝也呼召約拿，因為上帝也愛他。祂希望他在為他們工作的過程中成長，變得更像祂。上帝希望約拿找到真正的安息，這種安息只有透過與祂建立救贖的關係，並按照祂的旨意行事，包括向他人傳福音以及向他們指出我們的信仰和盼望才能獲得。

你花了多少時間在救靈工作上？在屬靈意義上，救靈的工作如何讓我們在耶穌裡找到真正的安息？

---

---

---



## 進修資料

「約拿在所領受的使命中，已蒙賦予一項重大的責任；然而那位吩咐他去的主，足能支持祂的僕人並使他成功。先知若毫不遲疑地加以順從，就必免去許多痛苦的經驗，並得蒙豐厚的福惠。但是在約拿絕望的時刻，主也沒有撇棄他。由於一連串的考驗和神奇的安排，先知對於上帝和祂無窮能力的信心就得以復興了。」（懷愛倫，《先知與君王》，第266頁）

「千萬的人都可以用最簡單平易的方法去接近。最有學問的人，就是那些公認為世界上最有才能的男女人士，往往會因一位愛上帝之人所說的幾句簡單話語而感到振奮，因為他是很自然地說出那種愛來，正如一個世俗之徒講論他所最關心的事物一樣。」《基督比喻實訓》，第231頁）

## 討論問題

**1** 一位「上帝的先知」會對上帝呼召他去做見證並邀請人來接受救恩感到沮喪嗎？我們如何理解約拿的心態？這是一個多麼有力的例子！上帝耐心地對待祂的子民，即使他們的行為與他們所擁有的亮光背道而馳！

**2** 約拿的故事似乎表明，上帝不僅僅渴望拯救失喪的人，也渴望改造祂的

跟從者。即使我們現在已經認識主和真理，我們如何才能得到一顆「新心」和「新靈」？認識真理和被真理改變之間的區別是什麼？

**3** 再讀一遍〈猶大書〉。這本書的基本信息是什麼？為什麼它的信息與我們今天的教會有關？

**4** 為他人的救恩而工作的經驗，如何對我們的靈性有極大的益處？

**5** 無論約拿有什麼充分的理由，或者他認為他有什麼理由不願意去尼尼微，上帝已經向他證明了他的錯誤。我們對別人的態度是否也可能反映出跟約拿同樣的錯誤呢？

# 第13課 最終的安息

安息日學研經指引／學課 · 2021年第3季 · 7~9月

9月18日-9月24日 安息日下午

## 閱讀本週學課經文

啟 1 : 9-19 ; 太 24 : 4-8 , 23-31 ; 啟 14 : 6-12 ; 來 11 : 13-16 ; 腓 4 : 4-6 。

## 存心節

「如經上所記：上帝為愛祂的人所預備的是眼睛未曾看見，耳朵未曾聽見，人心也未曾想到的。」（哥林多前書 2 : 9）

你是否曾經感受到自己置身於一場激烈的戰爭，或一場善惡的對決中？許多人，甚至是非信徒，都意識到這個現實。我們會這麼想是因為它的確是真實的。我們正處於一場善與惡、基督（善的）與撒但（惡的）之間的激烈戰爭之中。

因此，生活實際上是在兩個層面上進行的。基督與撒但之間的大爭戰正在全球發生，甚至是全宇宙，因為天上本就是這場戰爭最初開始的地方（啟12：7）。然而，在這些混亂的事件中，我們很容易模糊了上帝要拯救這個世界的全盤計畫。戰爭、政治動盪和自然災害使我們陷入無助的恐懼之中。但是上帝透過先知們的指引幫助我們看見上帝的全盤計畫，使我們知道要往哪裡去，以及如何到達。

善惡之爭也在更私人的層面上展開。我們每個人在日常生活中都要面對信心的挑戰，如果我們無法活到耶穌第二次降臨，我們就會面臨死亡。本週，我們將探討當我們面臨全球動盪和個人未知的將來時，我們如何在耶穌裡得著安息，至少在短期內。事實上，從長遠來看，未來的確充滿希望！

■ 研究本週學課，為9月25日安息日做準備。

## 【末世的異象】

門徒中倖存、也最年長的使徒約翰，已經同耶穌被監禁在一個亂石遍佈的監獄島上，遠離他熟悉與所愛的一切事物。當約翰發現自己被困在這個荒島上時，他腦海裡一定想著：他怎麼會淪落到這地步？結局又會如何？他曾經看著耶穌升天，也看見那兩個天使站在那裡，對他們說：「加利利人哪，你們為什麼站著望天呢？這離開你們被接升天的耶穌，你們見祂怎樣往天上去，祂還要怎樣來。」（徒1：11）

那是許多年前的事，可是耶穌卻還沒有回來。其他的使徒們都已經死了，他們多半是為耶穌作見證而殉道的。年輕的教會經歷了世代的更迭，現在正面臨著來自外部的可怕逼迫以及內部的異端活動。約翰一定感到孤單、疲憊和不安。然而，突然間，他看見了一個異象。

你能想像約翰從這個異象中所得到的安慰嗎？閱讀啟示錄1：9—19。

---

---

---

耶穌對祂的門徒說：「看哪，我就常與你們同在，直到世界的末了」（太28：20），這些話無疑會對他現在孤單的流放生涯產生極大的鼓舞。耶穌的這個「啟示」肯定給他

帶來莫大的安慰，因為他知道「我是阿拉法，我是俄梅戛，我是首先的，我是末後的；我是初，我是終」的耶穌，現在正以一種特殊的方式向他這位被放逐的使徒顯現。

這些經文所說的是有關這個世界未來的異象。一個令人敬畏的歷史全景將在他面前揭露，對我們而言是基督教會的歷史，但對他來說則是關乎未來的。然而，在即將到來的考驗和磨難中，約翰看見這一切將要如何結束。「我又看見一個新天新地；因為先前的天地已經過去了，海也不再有了。我又看見聖城新耶路撒冷由上帝那裡從天而降，預備好了，就如新婦妝飾整齊，等候丈夫。」（啟21：1、2）

這位將末世異象寫成〈啟示錄〉的約翰，一定幫助了自己滿懷信心的安息在上帝的供應和應許中。

現今的生活可能是艱難的，有時甚至是可怕的。然而，知道上帝掌管未來，並且永恆的未來是佳美的，如何讓我們得著安慰呢？

---

---

---

## 【倒數計時】

在橄欖山上，耶穌在回答門徒「請告訴我們，什麼時候有這些事？你降臨和世界的末了有什麼預兆呢？」（太24：3）這個問題時，就已概述了這個世界的歷史。

耶穌在〈馬太福音〉第24章著名的講道中，涵蓋了從祂的日子直到第二次降臨，以及之後的歷史時間表。

耶穌想要讓祂的子民們得知一個關於末世預言的神聖時間表草圖，使生活在末時的信徒可以為最終的事件做好準備。祂希望我們能在祂的愛中安息，即使我們周圍的一切都崩壞。

復臨信徒非常瞭解〈但以理書〉描述的「並且有大艱難，從有國以來直到此時，沒有這樣的」時期（但12：1）。耶穌要我們做好預備，這是在祂第二次到來之前。

祂的再來會是什麼樣子的呢？我們如何才能避免被迷惑呢？閱讀馬太福音24：4—8，23—31。

---

---

---

的講道中，都是舉足輕重的大事。

之前的洪水滅世，全世界只有八個人做好了預備。耶穌將祂突如其來的復臨比做挪亞洪水（太24：37—39）。雖然沒有人知道復臨的日子和時辰（太24：36），上帝卻給了我們預言的倒數計時表，好讓我們可以知道這個世界要發生的事。

在這個預言的大事中我們被賦予了一個角色。我們的角色是什麼？注意馬太福音24：9—14。

---

---

---

在這場宇宙爭戰中，我們不僅僅是旁觀者。我們要積極的參與將福音傳遍天下的工作，而這也意味著我們將會面臨逼迫。

「忍耐到底」是什麼意思？我們如何做到呢？我們每天需要做出什麼抉擇，才不至於跌倒，如同之前以及將來許多人所做的那樣？

---

---

---

耶穌的再來將是末世的重頭戲。這個題目不論是在預言、甚至在耶穌

## 【行軍令】

知道預言歷史的大藍圖並不是要我們對這些無法控制的事件袖手旁觀。人們的態度經常是：「末日事件一定會如所預期般發生，那麼除了讓它發生，我們還能做些什麼呢？畢竟，我一個人又能做什麼呢？」

但這並不是基督徒對待周遭世界應有的態度，特別是對末世事件。〈啟示錄〉第14章告訴我們，我們置身歷史大事時期中的目的是要向他人宣告上帝的審判，並幫助他們預備好迎接耶穌的第二次降臨。

**閱讀啟示錄14：6—12。這裡教導了我們什麼？我們應該向世界宣揚什麼？為什麼這個信息如此緊迫？**

---

---

作為復臨信徒，我們相信「現代真理」（彼後1：12）所指的就是「三天使的信息」，而這就讓我們找到了自己在這世界歷史上的一刻被呼召的本質。

請注意，它始於「永遠的福音」，就是基督的死和復活的好消息，而我們唯一的救贖盼望也在於此。這信息也包括「因祂施行審判的時候已經到了」（啟14：7），這是一個

指向末日的路標。然後，還有一個是對「應當敬拜那創造天地海和眾水泉源」之人所發出的呼召，它有別於對那些在巴比倫拜「獸和獸像」之人可怕的警告。最後是針對上帝末世子民的描述：「聖徒的忍耐就在此；他們是守上帝誠命和耶穌真道的。」

**閱讀啟示錄14：11。那些拜獸和獸像的人晝夜不得安寧，這說明了什麼？**

---

---

那些拜獸和獸像的人，晝夜不得安寧。人們對於這個章節真正的含意雖然存在各種觀點，但所有人都同意，這些人無法經歷上帝為忠於祂之人所預備的安息。

**為什麼你認為三天使信息的第一部分是「永遠的福音」？當我們向世界宣揚這個信息時，為什麼我們必須把這個奇妙的真理一直放在我們的面前？為什麼理解這個福音對安息的概念如此重要？**

---

---

## 【安息主懷】

多年以來，基督徒一直在等待基督的復臨。它確實不僅是我們、也是整個歷史裡所有上帝忠心子民一切盼望的頂點。

閱讀希伯來書11：13-16。這裡提到什麼不僅是給老年人，也是給我們的偉大盼望？

---

---

---

從各方面而言，如果關於死亡的普遍說法是正確的，那這段經文就沒有任何意義了。經文所記，這些人「並沒有得著所應許的」是什麼意思？他們死了，按理說現在應該在天堂與耶穌同享偉大的賞賜。例如，當著名佈道家葛培理（Billy Graham）去世時，我們一次又一次地聽到他如何已經與耶穌同在天堂。

這種觀點還蠻諷刺的，因為當一個人去世時，我們經常會聽到，願他「安息」。可是經文說了什麼呢？這些人到底是「安息」了？還是仍在天堂裡忙著他們該做的事呢（比如觀看世上所發生的「趣事」）？

耶穌如何描述死亡？閱讀約翰福音11：11。

---

---

---

事實上，他們「安息」的想法，當然是與死亡的真相有關，不是嗎？死者確實已經安息了！「對於相信的人，死是小事。基督論到死，就像在說無足輕重的事似的。祂說：『人若遵守我的道，就永遠不見死，就永遠不嘗死味。』（約8：51、52）對於基督徒，死不過是睡眠，是片時的靜默和黑暗而已。他的生命與基督一同藏在上帝裡；因『基督是我們的生命，祂顯現的時候，你們也要與祂一同顯現在榮耀裡。（西3：4）』（懷愛倫，《歷代願望》，第787頁）

耶穌將一個人在死亡和復活之間的狀態比作無意識的睡眠（約11：11，14），但祂也強調得救和沉淪之人將在復活後獲得他們的獎賞或報應（約5：28、29）。祂強調隨時預備好迎接死亡的必要性。

當你知道已故的親人已經安息時，這會帶給你什麼安慰？

---

---

---

## 【常常在主裡喜樂】

我們手機上最常使用的應用程式之一是谷歌（Google）地圖。大多數的人已經忘了手機尚未裝置衛星導航（GPS）之前會發生狀況。在前往某個從未去過的地方之前，我們可能會感到緊張，但有了手機的谷歌地圖後，我們就可以放心出門，也能在外國的任何城市找到要走的路。這種信心是否能夠說明上帝在祂的預言時間表中所要賜給我們的安息呢？然而，有時候，我們可能會在應用程式中輸入錯誤的位址，或者我們也可能決定不遵循指示，認為我們知道一條捷徑。在這兩種情況下，我們可能會去到一個原不在計畫的地方——可以肯定的是，我們也不會有安寧的心境。

**閱讀腓立比書4：4-6。關於如何在一個煩擾和痛苦的世界中獲得真正的安息和平安，保羅在這裡對我們說了什麼？**

---

---

在這段經文中，保羅並不是說要在我們所面臨的一切試煉中常常喜樂。他是說，我們「要靠主常常喜樂」。無論現在的處境如何，面臨怎樣的試煉，只要我們依靠上帝——祂的良善、慈愛、祂在十字架上為我們所做的犧牲，我們就能因

祂喜樂，也能讓疲乏的心得著安息。經文的語氣暗示著安息、平安，以及超越這個世界一切事物之外的盼望。想像一下，若我們可以確實「一無掛慮」，那我們的心靈將會得到安息。這對所有人來說都不太可能實現（甚至保羅也有許多的憂慮），但是，如果知道有一位慈愛的上帝至始至終在掌管一切，並要拯救我們，使我們得以進入祂的國度裡，肯定能夠幫助我們正確地看待所憂慮的事情。

「上帝就在眼前」。也就是說，祂一直與我們同在，當我們一閉上眼，進入死亡的睡眠後，所知道的下一件事就是基督的再來。毫無疑問，生命充滿了緊張、試探和爭戰。我們誰也逃不掉；當然使徒保羅也無法逃脫（見林後第11章）。然而，他要告訴我們的觀點是，即使我們需要在現今忍受這一切，仍然可以靠著基督裡所賜給我們的喜樂而得著心靈的安息，甚至是現在。

**再次閱讀腓立比書4：4-6。在面臨一切考驗和磨難時，如何將這些美好的應許應用到現在的經歷上呢？**

---

---



## 進修資料

「我們都希望祈禱得到迅速而直接的應允，所以每逢應允延遲或不依我們的期望而成就時，我們便容易灰心失望。因為上帝是智慧善良的，所以祂並不常按我們所希望的時候和方式來應允祈禱。祂為我們所做的，要比成全我們一切的希望更多更好。我們既信靠祂的智慧和慈愛，就不應要求祂依順我們的意思，卻宜竭力遵行並成全祂的旨意。我們的希望和利益，需在祂的旨意中消失。」（懷愛倫，《傳道良助》，第219頁）

「只要再過一些時候，耶穌便來拯救祂的兒女，把永生賜給他們。『這必朽壞的，總要變成不朽壞的；這必死的，總要變成不死的。』（林前15：53）墳墓要敞開，死了的人要勝利出來，呼叫說：『死啊，你得勝的權勢在哪裡？死啊，你的毒鉤在哪裡？』（林前15：55）我們在主內睡了的親人要出來，披上不死的性質。」（懷愛倫，《給管家的勸言》，第350頁）

## 討論問題

**1** 思考善惡之爭的真實。你如何看待這場正發生於世的戰爭，以及發生在你個人生活中的戰爭呢？這件事非常真實，不是嗎？事實上，它比許多人所想的更真實，因為許多人不相信

真有魔鬼的存在。為什麼理解善惡之爭的真實性對幫助我們理解這世界的現狀如此重要？還有，為什麼我們對善惡之爭將如何結束的理解能帶給人安慰？

**2** 如果我們試圖去探索那些沒有被揭示的啟示，那麼預言就會令我們感到困惑。我們的信徒是否經常為尚未發生的事做出揣測，或相信他人所預測的而掉入陷阱呢？我們如何確保自己不落入這個陷阱？

**3** 在班上複習啟示錄14：9-11以及那些拜獸和獸像而不得安息之人的問題，這意思是什麼呢？

**4** 教會存在一個頗具爭議的話題，是關於基督復臨期間我們所應扮演和不該扮演的角色。不管你對這個問題持什麼立場，為什麼我們仍然要積極地向世界宣揚基督復臨的信息？



## 2020~2025年 「我願去」(I Will Go) 全球教會策略

- **「我願去」**旨在使全球每一位教友受聖靈充滿，接受裝備參與服事，發揮上帝賦予的屬靈恩賜廣泛接觸人群，為基督在世界各地行出美好的見證與服務。此策略計畫包含下列**四大領域共10個主要目標**，每一項都有不同的關鍵績效指標 (KPI)，助我們衡量各項進展。

<b>使命</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>❶ 重新強調不單牧者要為全球佈道及宣教盡心盡力，每位教友不論老少都要如此行，並在生活中擁有為基督作見證而領人信主的喜樂。</li><li>❷ 讓復臨教會在各大城市、10/40視窗地區（註）、未接觸和接觸不足的群體，以及非基督教的宗教群體中，加強各項事工的多元化發展。</li><li>❸ 優先為非基督教的宗派和信仰體系發展資源。</li><li>❹ 加強復臨教會機構，藉着耶穌更能維護自由、全人健康和希望，並使人恢復上帝的形象。</li></ul>
<b>屬靈成長</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>❺ 加強對信徒個人及家庭的培訓，使其生活更為屬靈所充滿。</li><li>❻ 增加兒童、少年和青年人對教會的加入、保留、挽回和參與程度。</li><li>❼ 幫助青少年把上帝放在首位，並體現以《聖經》為核心的世界觀。</li></ul>
<b>領袖</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>❽ 加強牧師、教師和教會第一線職員培訓，為其提供定期的成長學習機會。</li><li>❾ 讓全球教會資源與策略目標保持一致。</li><li>❿ 提升教會組織、行動小組和宣教機構的透明度、問責度與可信賴程度。</li></ul>
<b>聖靈</b>	<b>遵從聖靈引領，達成各項目標</b>

- 正如懷愛倫所述：「國外佈道工作的興盛，離不開傳道士們自由、克己、自我犧牲的精神。在上帝的帶領下，家庭佈道工作也必然拓展，但這**有賴於我們在各方面進一步的發展。我們需積極努力地提供上帝聖工一切的需要，並使我們的生命與全能之源緊密連接。**」（懷愛倫，《給教會的證言》卷六，第27章）
- 欲知更多關於「我願去」(I Will Go) 全球教會策略資訊，請至<https://iwillgo2020.org/>

註：「10/40視窗地區」是指在北緯10至40度之間的地理區域，涵蓋北非、中東、亞洲近68個國家的範圍，在這片地區平均每5人就有3人無法獲得福音。

# 在基督裡得安息

---

作者	格哈德·哈塞爾
譯者	吳金財
董事長	金時英
發行者	基督復臨安息日會
出版者	時兆出版社
服務專線	886-2-27726420
傳真	886-2-27401448
地址	10556台北市松山區八德路二段410巷5弄1號2樓
審訂者	馬啟義
校對	林思慧
美術設計	林俊良
電話	886-2-27066566
出版日期	2021年6月初版
郵政劃撥	00129942
戶名	財團法人臺灣基督復臨安息日會

時兆出版社編製／免付費客服專線（限臺灣地區）0800-777-798

敬請支持教會文字事工，請勿翻印。版權所有，侵犯必究。  
本季刊由台北時兆出版社授權印製