

认识自己 & 帮助别人

Self-knowledge & Helping Others

(信心与爱心的成长)

8/16/2022

徐蓓蕾

大纲

认识自己

- 我们的两大问题 (What)
- 我们的动机 (Why)
- 我们的成长 (How)

帮助他人

- 关怀的“文化”
- 从圣经的三个角度来关怀
 - 苦难，罪与圣徒 (Sufferer, Sinner and Saint)

实践

目的

认识自己

信心成长 - 转向神

不是内卷，而是悔改信靠基督

帮助别人

爱心成长 - 转向他人

不是定人的罪，而是爱人如己

加拉太书 5:6b: 惟獨使人生發 **仁愛** 的 **信心** 才有功效。

but only **faith** working through **love**.

几个重要的观念

- 神是Personal 的神
 - 神对我们说话, 听我们说话, 跟我们互动
- 我们是按神的形象所造 (image-bearer)
 - 我们活在神的面前 使徒行傳 17:28a 我們生活、動作、存留，都在乎他
 - 我们犯罪，唯独得罪了神
 - 我们也是personal的
 - 所有的神学问题都是 personal 的问题
 - 所有的人际冲突都有关系上的问题
- 我们的生活是一种敬拜, 是一种国度的生活 (God's people in God's place obeying God's rule)
 - 我们与人的关系反应与神的关系，反之亦然
 - 需要神的恩典来爱神爱人

认识自己 - 我们的两大问题

海德堡要理問答

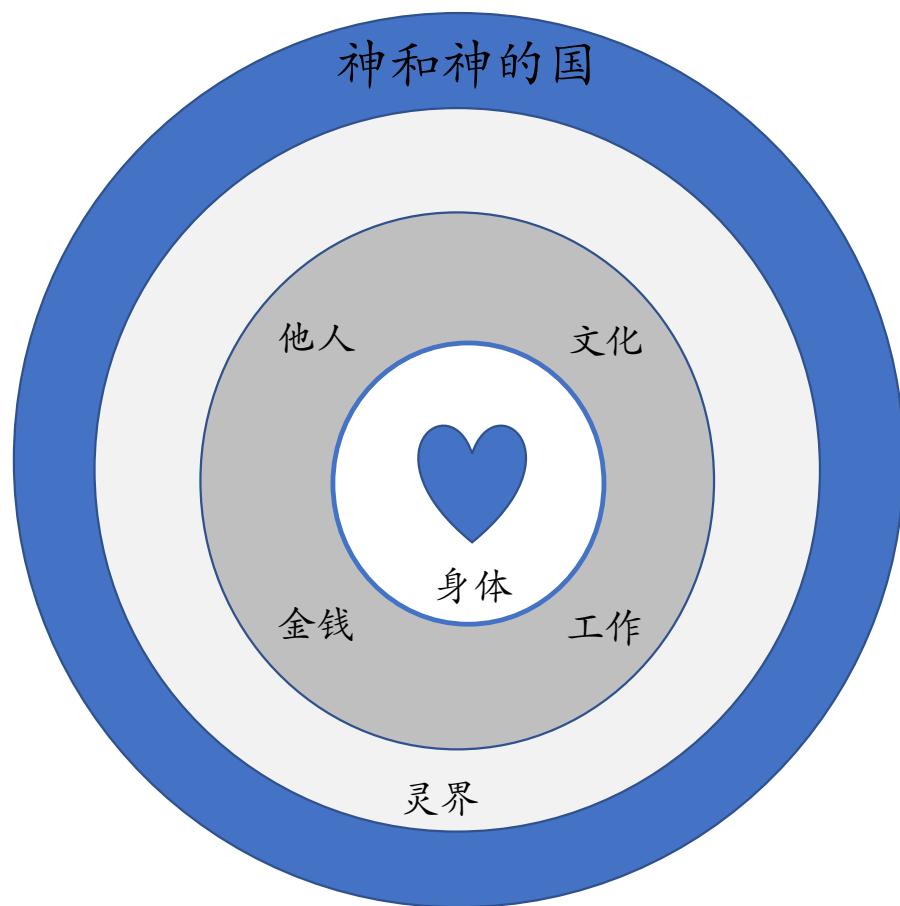
Heidelberg Catechism

1 問: 你無論是生是死，唯一的安慰是什麼？

答: 我無論是生是死，身體靈魂皆非己有，而是屬於我信實的救主耶穌基督。祂用寶血完全補償了我一切的罪債，並且救我脫離了魔鬼的一切的權勢；因此，祂保守我，若非天父允許，我的頭髮一根也不會掉下；祂叫萬事互相效力，使我得救。故此，祂藉聖靈也使我有永生的確信，並且使我從此以後甘心樂意地為祂而活。

2 問: 你無論是生是死，要享有這種安慰，有多少事情必須知道呢？

答: 有三件事：第一，**我的罪惡和愁苦有多大**；第二，我當怎樣從自己一切罪惡和愁苦中得拯救；第三，我當怎樣為這樣的拯救感謝上帝。



我们的愁苦

1. 我们是有灵的活人
(embodied soul)
 - 身体: 软弱/疾病
 - 心: 罪
2. 我们生活在堕落破碎的世界里
(embedded in the fallen world)
 - 他人的罪
 - 生活上的难处
3. 我们处在属灵的争战中
(embattled in spiritual warfare)
 - 撒旦的诱惑/控告

Poll 1

- 您觉得影响您生活的主要因素有什么？（选一到三个）
 - 先天的缺陷
 - 后天的疾病
 - 自然或人为的灾祸
 - 父母/家人/朋友的伤害， 人际关系冲突
 - 社会的偏见， 歧视
 - 工作压力
 - 钱太多/太少
 - 我过去， 现在的罪
 - 属灵争战
 - 其他

苦难的圣经历史观

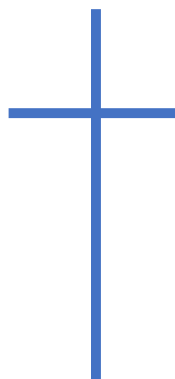
Luke 24:26

²⁶ 基督这样受害，又进入他的荣耀，岂不是应当的么？



旧约

苦难与人的罪



耶稣

与我们同受苦
为我们受苦



新约

苦难与得荣耀

Romans 8: 17

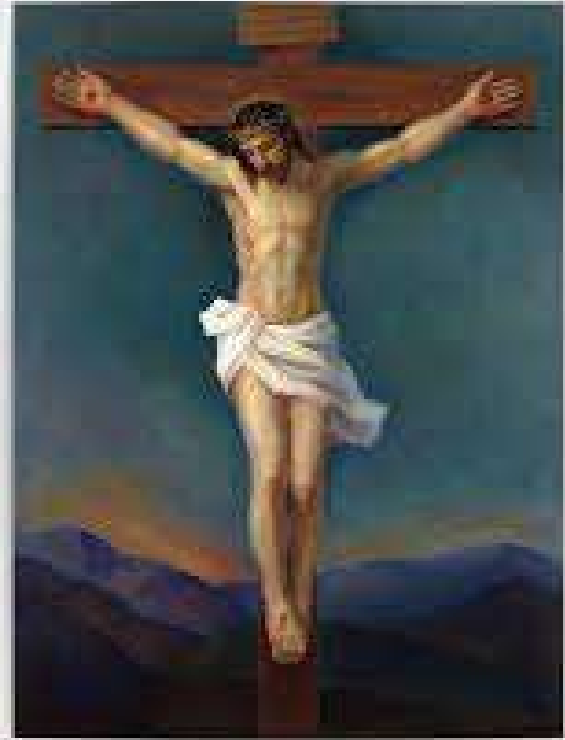
既是儿女，便是後嗣，就是神的後嗣，和基督同作後嗣。如果我们和他一同受苦，也必和他一同得荣耀。

新天新地

耶穌 - 我們的幫助

希伯來書 4

- ¹⁵ 因我們的大祭司並非不能體恤我們的軟弱。他也曾凡事受過試探，與我們一樣，只是他沒有犯罪。
- ¹⁶ 所以，我們只管坦然無懼的來到施恩的寶座前，為要得憐恤，蒙恩惠，作隨時的幫助。

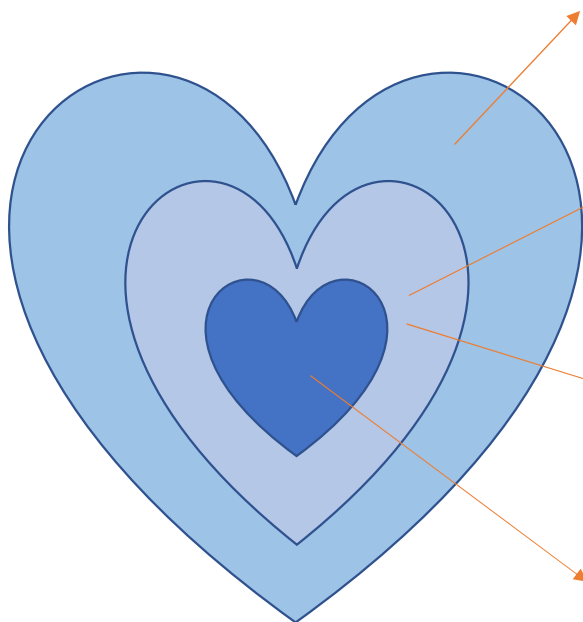


我们忙碌的心

情绪



→ 表达我们心里所珍视的东西或人



善行： 父母之爱，爱情，友情，公平，怜悯，大方，勤劳。。。

→ 反映神的爱和品格 - 神的形象

→ 因为耶稣行善

恶行： 偏心，自私，嫉妒，分争，抱怨，仇恨，贪婪，作弊。。。

→ 指向与神的关系 - **罪**

与神的关系
敬拜，属灵的中心

→ 敬拜偶像：私欲 desire/fear

→ 敬拜神

我们的动机 – Our Desire & Fear

Desire/Lust –
I WANT

认可
掌控
名誉
成功
安全感
享乐
知识
被关注
被尊敬
...



Fear

被拒绝
失控、受控于人
无名
失败
危险
苦难
不知，蒙在鼓里
被忽视
被轻视
...



Desire → Need
(Suppress the
knowledge of sin)

James 1: ¹⁴但各人被试探，乃是被自己的私欲牵引诱惑的。
¹⁵私欲既怀了胎，就生出罪来；罪既长成，就生出死来。

耶稣 - 我们的救赎和智慧

罗马书 5: 6-11

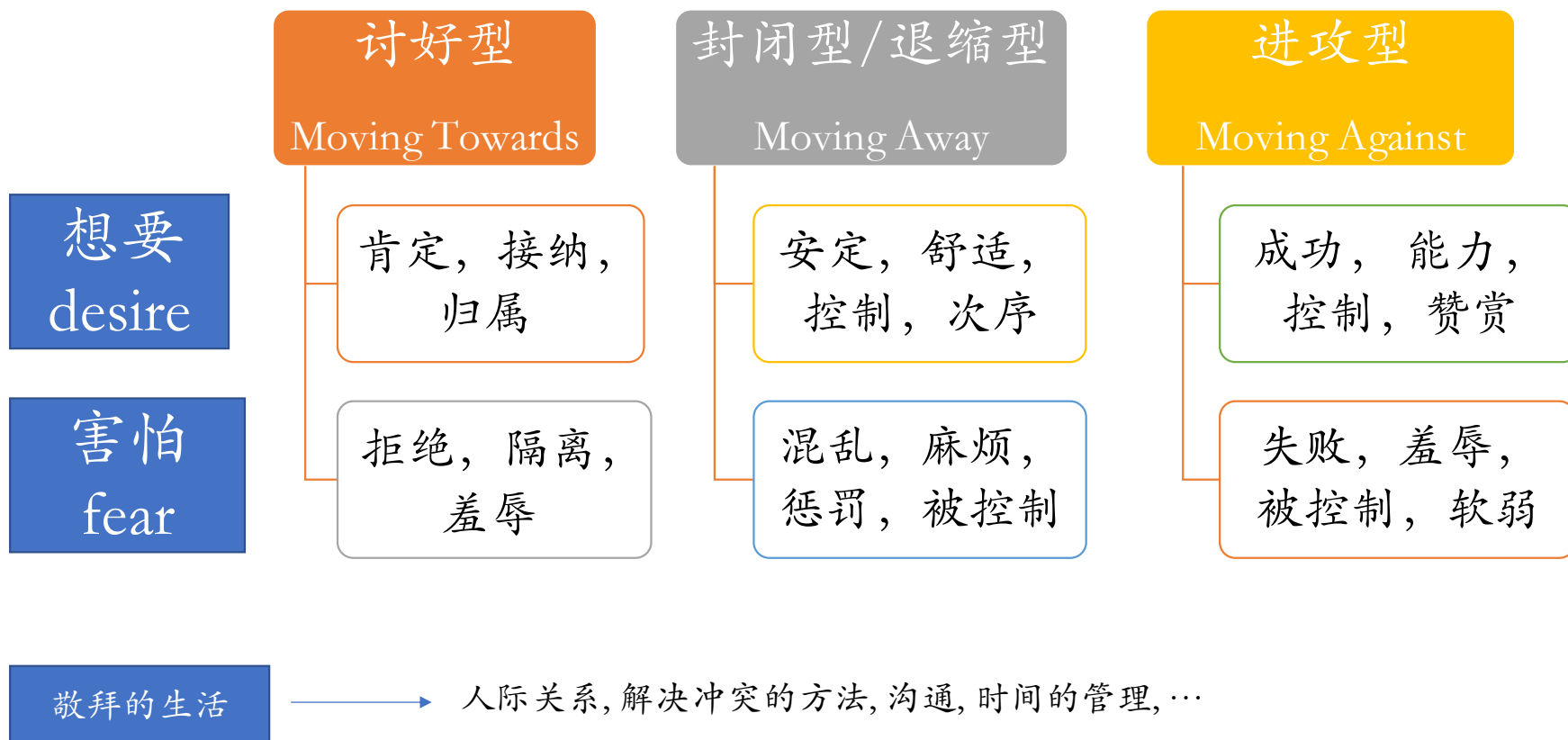
6 因我们还软弱的时候，基督就按所定的日期为罪人死。7 为义人死，是少有的，为仁人死，或者有敢作的。8 惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。9 现在我们既靠着他的血称义，就更要藉着他免去神的忿怒。10 因为我们作仇敌的时候，且藉着神儿子的死，得与神和好；既已和好，就更要因他的生得救了。11 不但如此，我们既藉着我主耶稣基督得与神和好，也就藉着他以神为乐。

马太福音 6: 33

你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。



人际关系的倾向



Poll 2

- 您的主要人际关系倾向是什么?
 1. 讨好型
 2. 封闭型/退缩型
 3. 进攻型



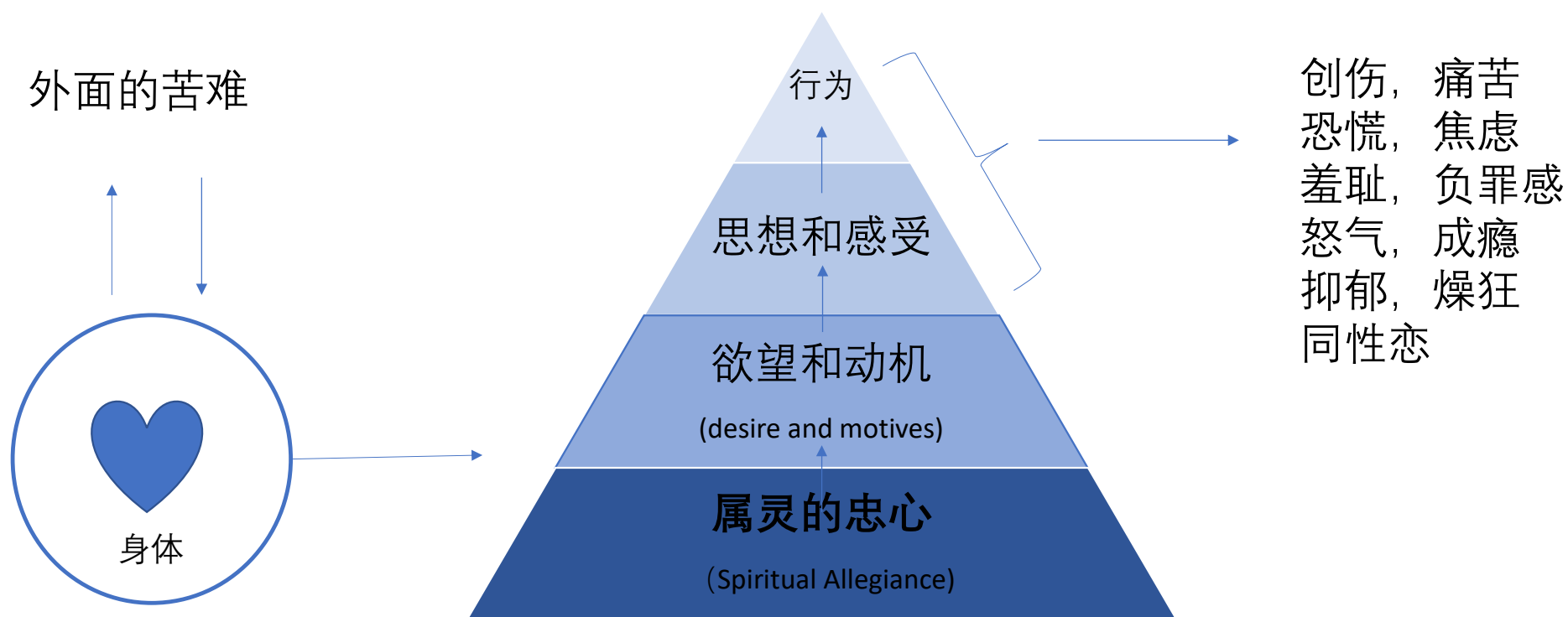
小结

- 我们的两大问题：苦难与罪
- 我们的问题不只是外面看得见的问题. 罪是我们更深的问题
- 我们的心不是被动的，是主动的
- 我们的心会 suppress the knowledge of God and sin

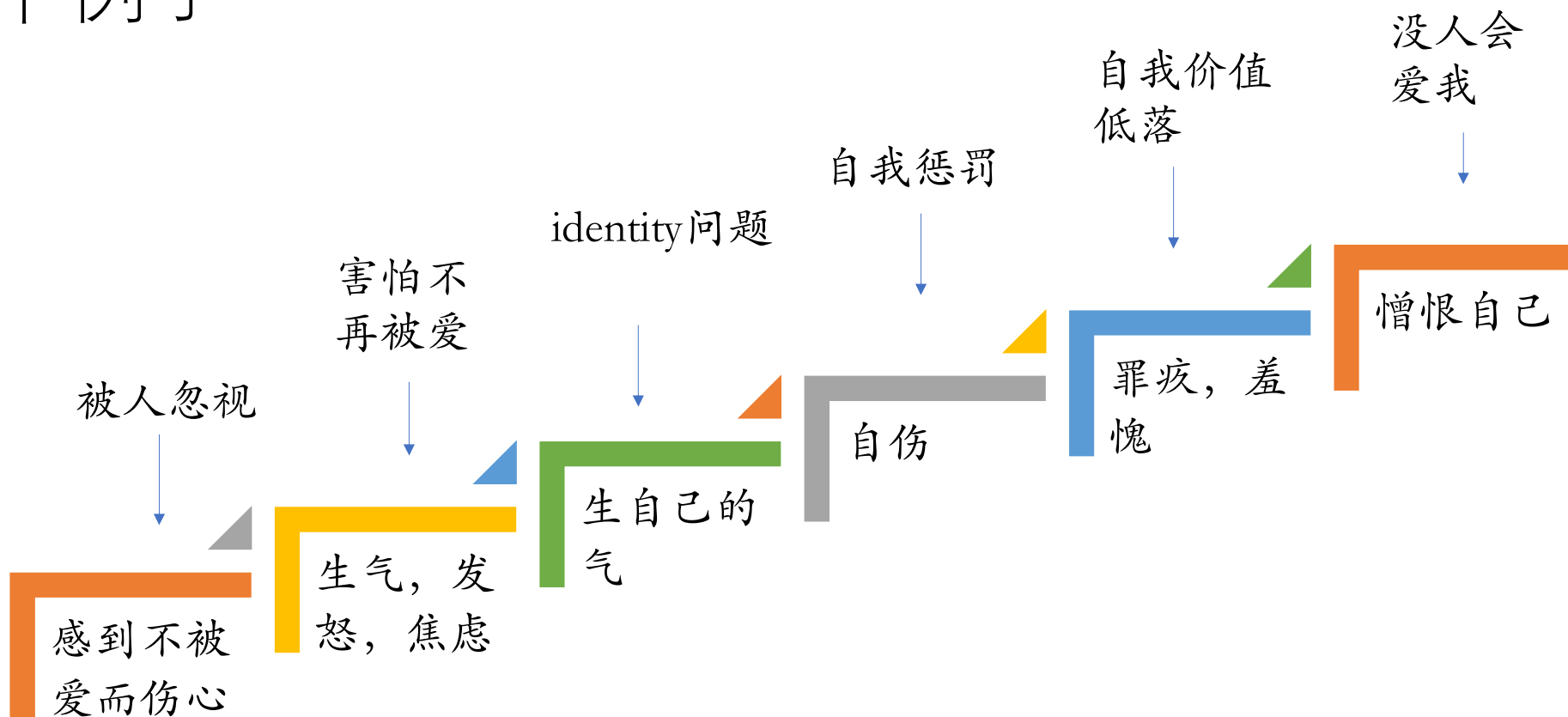
互动

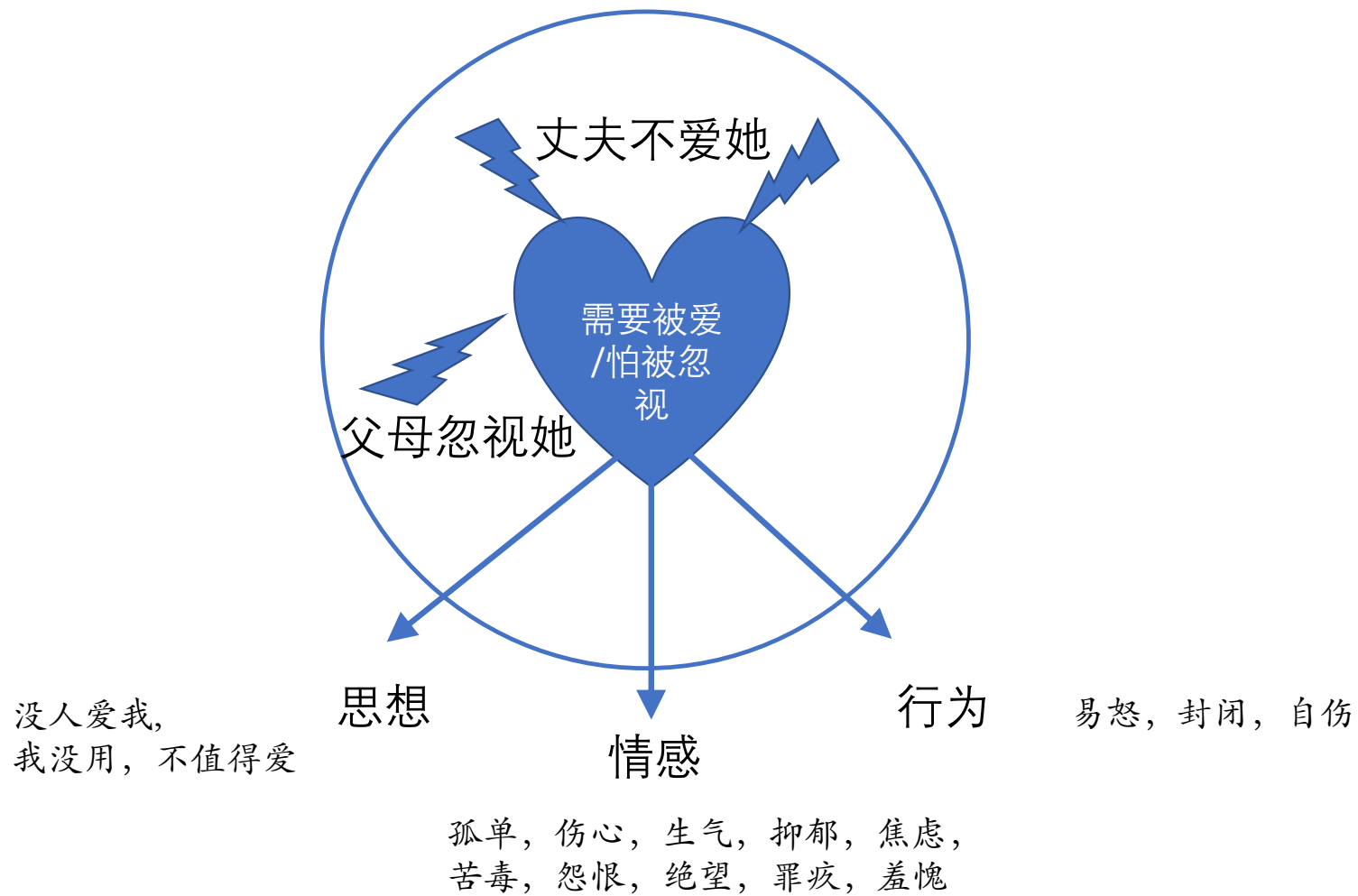
- 我们的两大需要

- 主啊，求你怜悯 (Lord, have mercy)
- 主啊，求你赦免 (Lord, forgive me)



一个例子





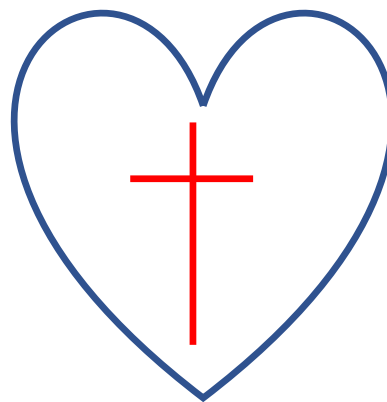
我们的成长

- 转向神 – 信心的表现

- 向神敞开心，学习跟神说
 - 诗篇
- 听神说
 - 我爱你，我不离弃你
- 看耶稣的生，死和复活
- 承认心中的偶像，悔改
 - 自我中心的方式

- 转向人 – 爱心的表现

- 诚实地跟人分享情绪
- 学习原谅，爱人如己



福音更新

最终的我们

- 我们会脱离一切的凶恶
 - 救我们脱离凶恶（主祷文）
- 我们会拥有一个健壮的身体/生命
 - 生命战胜死亡
- 我们不再恐惧
 - 不要怕，神与我们同在
- 不再有眼泪，不再有痛苦
 - 启示录21：4

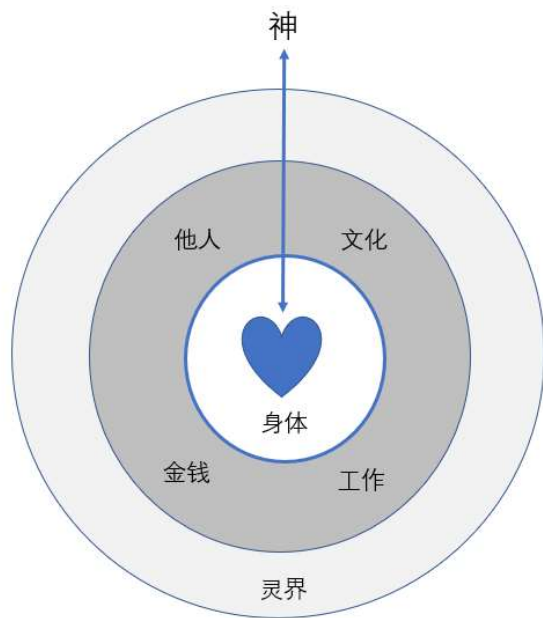
- 我们会有永远的福乐
- 我们会是美丽的
- 我们会是一个没有罪的好人，有耶稣的品格
- 我们会像耶稣
 - 约翰一书3：2-3 親愛的弟兄，阿，我們現在是神的兒女，將來如何，還未顯明；但我們知道，主若顯現，我們必要像他、因為必得見他的真體。

关怀的“文化”



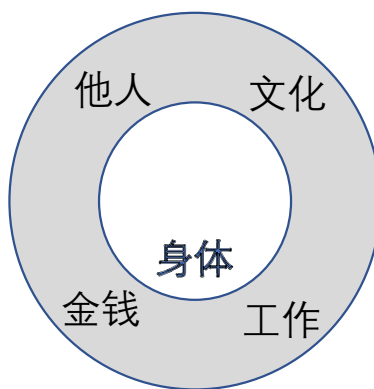
- 我们相似 > 不同
- We are personal as God is personal
- 多看到别人身上的好
 - 普遍恩典
 - 圣灵的工作
- 改变人心是圣灵的工作
- 我们需要彼此
 - 朋友和家人的关系
- 方法：谦卑和爱

- 我们的两大问题
 - 外面的苦难 (suffering)
 - 里面的罪 (sin)



- 两种常见的删减

苦难是人的一切问题



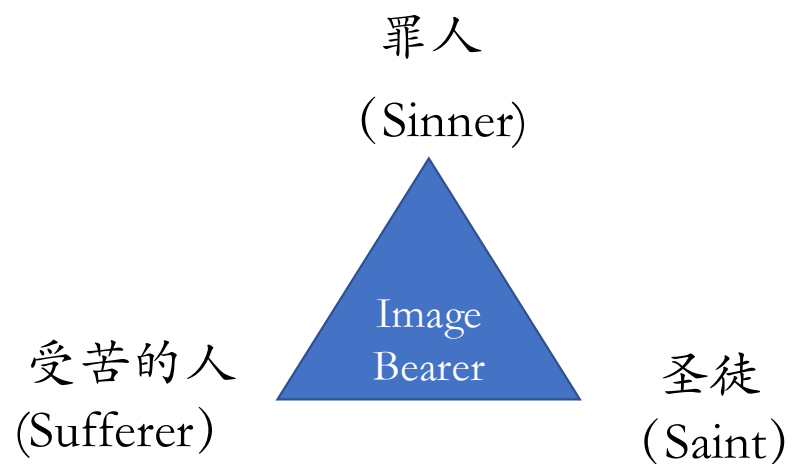
Nature and Nurture
Victimization

罪 是人的一切问题



Spiritualization

从三个方面来关怀



帖前 5:14

¹⁴我们又劝弟兄们，要
警戒不守规矩的人，
勉励灰心的人，
扶助软弱的人，
也要向众人忍耐。

+

•

○

一个 易怒的 人

- 工作上吃苦耐劳，多年拼搏，事业小成
- 经常发怒，因为孩子或太太不顺着他的意思
- 从小父亲早逝。他是家里老大，照顾弟妹妹
- 大学期间信主。最近人到中年，工作上有压力，睡眠不好，有点焦虑和抑郁，不去教会了。

Poll 3

- 下面三重经历里，哪一个最能代表您的经历或您正在经历的？
 - 罪人
 - 受苦的人
 - 圣徒

如何爱在苦难中的人 (Ministry Priorities for loving sufferers)

关怀的重点

- 认同负面的感受，同理
- 了解更多的具体情况
- 不用提供答案
- 祷告，安慰和希望
- 提供实际的帮助

我们的难处/误区

- 不够了解特定的苦难
- 急于帮助别人走出痛苦
- 只专注 苦难中的罪性反应
- 我们无法同理
- 我们自己在类似苦难中
- 我们急切的想回答无法回答的问题
- 我们自己的疲累

如何爱一个灰心的圣徒 (Ministry priorities for loving saints)

关怀的重点

- 提醒/肯定在基督里的身份
- 感恩神的恩典
- 看到圣灵的工作

我们的难处/误区

- 我们自己没有活出圣徒的生活
- 完美主义
- 没有感恩的心
- 低估夸赞对属灵成长的鼓励作用

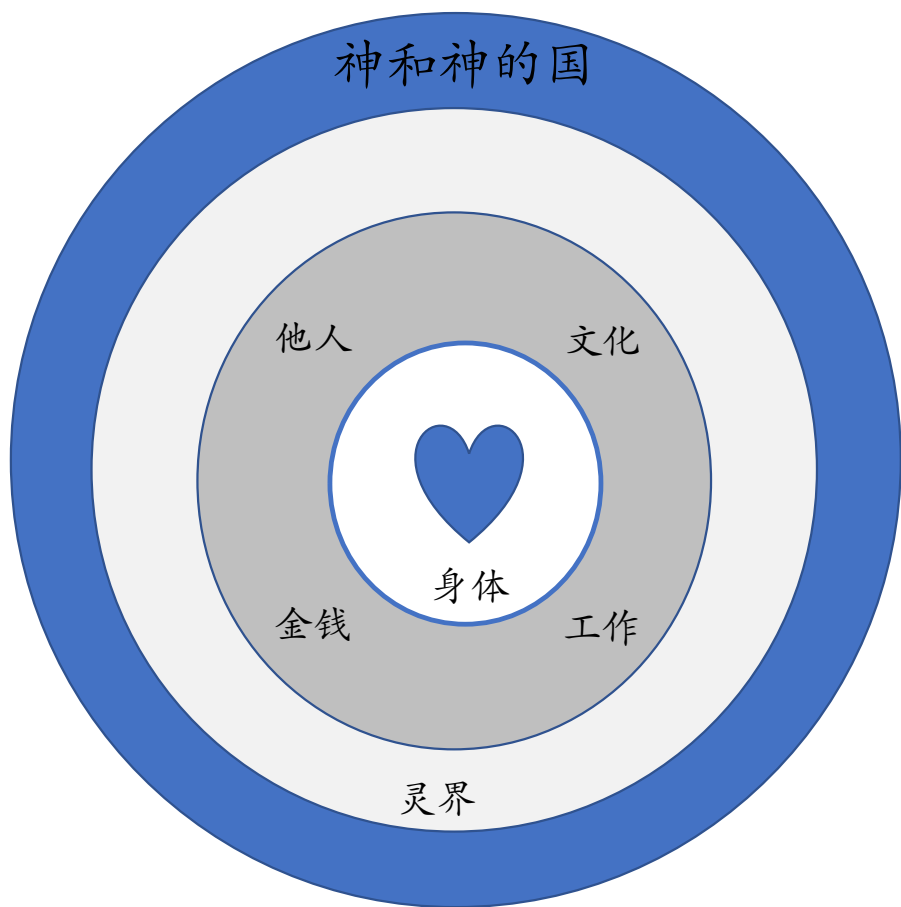
如何爱罪人 (Ministry priorities for loving sinners)

关怀的重点

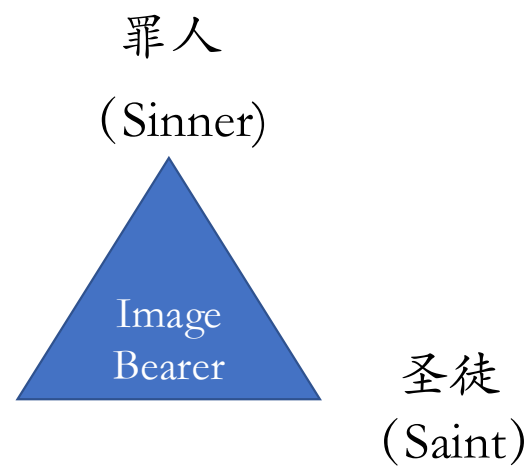
- 语气很重要
- 祷告
- “走心” (engage the heart)
- 改变是渐进的过程
(progressive sanctification)

我们的难处/误区

- 自以为义
- 怕得罪人
- 安于现状
- 自己的罪
- 忘记我们的身份和圣灵的工作



受苦的人
(Sufferer)



重写我们的人生

This life, therefore,
Is not righteousness but growth in
righteousness,
Not health but healing,
Not being but becoming,
Not rest but exercise,
We are not yet what we shall be but we are
growing toward it,
The process is not yet finished but it is
going on.
This is not the end but it is the road.
All does not yet gleam in glory but all is
being purified.

- Martin Luther

所以，此生
不是完全的义人，却是成长的义人
没有健康，却是在康复
不是生存，却是在改变
不是休息，却是在操练
我们还不是我们该有的样子，但是在变化中
成圣的过程还没结束，在进行中
终点还没到，但是正是这条路
荣耀还没到，但是一切都被洁净了
- 马丁路德



实践

1. 从你最近的一次冲突里，分析你自己的心里的desire/fear. 你的敬拜主题是什么？

2. 从你周围（家里，工作，团契，教会里）需要关怀帮助的人中，找一位，

- 描述他/她的情况
 - 讨论如何从苦难，罪和圣徒三个角度来爱这个人
 - 谦卑和爱如何体现出来？
- 

References

- “Loving others as God loves them” by Mike Emlet
- 以福音为中心的生活 by Robert H. Thune & Will Walker
- “Caring for one another” by Ed Welch
- “Side by Side” by Ed Welch
- “Who are we? Needs, Longings, and the Image of God in Man” by Ed Welch, The Journal of Biblical Counseling, v13.1
- “A painful Past: Healing and Moving Forward” by Lauren Whitman