

《跟祿踪》第二十一单元：建立身量（上）

第 83 讲：实践均衡作息

要义：金句

耶稣的智慧和身量，并神和人喜爱他的心，都一齐增长。（路 2:52）

精义：撮要

主耶稣是均衡成长美好的样式。

引子：例子 / 故事 / 新闻 / 见证 / 人物等

传播焦点

1. 现代“以巴弗提”

“他是我的兄弟，与我一同做工，一同当兵，是你们所差遣的，也是供给我需用的。”
（腓 2:25 下）

“然而，我想必须打发以巴弗提到你们那里去。他是我的兄弟，与我一同做工，一同当兵，是你们所差遣的，也是供给我需用的。他很想念你们众人，并且极其难过，因为你们听见他病了。他实在是病了，几乎要死；然而神怜恤他，不但怜恤他，也怜恤我，免得我忧上加忧。所以我越发急速打发他去，叫你们再见他，就可以喜乐，我也可以少些忧愁。故此，你们要在主里欢欢乐乐地接待他，而且要尊重这样的人；因他为做基督的工夫，几乎至死，不顾性命，要补足你们供给我的不及之处。”（腓 2:25-30）

2. 卖命的事奉

腓立比教会派以巴弗提去服事保罗

<http://www.ocbf.ca/2012/devotion2013/article4612>

以巴弗提可能只是教会里的一个弟兄，没有特殊的职位，也不是长执。

但是他的忠心和殷勤使保罗深受感动，以致于保罗称呼他是他的兄弟，与他一同作工一同当兵，也就是一起打战一起作事的人。

他不仅带去腓立比教会捐的款项，也留在保罗身边服侍。

不料这个照顾保罗的以巴弗提竟然生病了，而且还病得几乎要死。

从罗马到腓立比在那时需要大约八十天，这样长途的旅行，再加上繁忙的服侍，使以巴弗提生了一场重病。保罗一定非常担心，这个人竟为了服侍他而病死的话，怎么向腓立比教会交代啊？幸好以巴弗提的病情减轻，身体也逐渐复原。在那个医药不甚发达的时代，这真是一件让人非常高兴的事。

有许多人喜欢被人服侍，不喜欢服侍人，认为服侍是下人的工作。但是当主耶稣亲自跪下，为门徒洗脚时，祂让我们明白，服侍是崇高的行为。与世人的看法相反的，是一个愿意服侍的人才会有资格做上领袖的位置；反而，一个不懂得服侍的人没有资格办大众的

事。因为一个人若不懂得大众的需要，怎能领袖呢？不懂得他人需要的人，做领袖的话一定很自私，只会坐享其成，怎能造福大众？现代想竞选做议员或代表的，都需要提出服务的政见，不然就没人选他了。这种思想便是从圣经里出来的。

可能以巴弗提在教会的地位不高，现在又大病一场。因此保罗劝腓立比教会的人要尊重这样的人，欢欢乐乐地接待他。

世人对于大病过的人会比较不热情，因为怕带给自己麻烦；世人对于服侍人的也大多不看重。但是以巴弗提以基督的心为心，不以事小而不为，反而认真地看待教会的托付。这正是我们需要学习的。

3. 均衡的门徒

但又或，以巴弗提太卖命的事奉，致令病倒也是一个事奉均衡的问题反思啊！我们不知道实况，但因事奉过甚病倒“几乎至死，不顾性命”是否也值得再思呢？这就属于门徒事奉者生活全面平衡的题目啦！

《落实门徒事工》，陈世钦，2013年10月

http://www.cccowe.org/content.php?id=gs_oct_2013

知名牧者华理克牧师（Rev. Rick Warren）在他一本著作《个人研经法》（Personal Bible Study Methods）提出一些针对门徒事工非常宝贵信息，指出信徒灵命成长乃基于五方面均衡发展：知识（knowledge）、透视（perspective）、确信（conviction）、技巧（technique）和品格（character）。

神话语知识

任何门徒培育事工的落实都必与神的话有关，因此当回答两个主要问题：人已经知道什么？他们需要知道什么？课程设计不单注重知识的传递，也强调生活的实践，可以使用WORD的方式来设计：

想知道神的话（Wonder about it）。

观察这些经文在说什么（Observe it）？

经文有何教训、对我有何提示（Reflect on it）？

拟定可行计划落实所领受的教导（Do it）。

● 透视

透视是指从一个较大的角度看事情而有的一种理解，这是一种能了解事情的相关性，从而判断它们的相对重要性的能力。在属灵上意即从神的角度看事情，其中包括了解（understanding），智慧（wisdom）和分辨（discernment）（参诗 103:7；来 5:14），透视是回答生命里“为什么”的问题。

透视使我们能更爱神（参弗 3:18）；透视帮助我们抵抗试探（参箴 14:12）；透视帮助我们面对试炼（参罗 8:28；来 12:2）；透视保守我们避免错误（参弗 4:14）。

● 确信

确信是一个强烈坚定的信仰，包括个人的价值观，委身和动机。有人为确信下定义：“信仰是你为之而争论的事情，但确信是你为之而死的信念。”知道要做什么（知识），为什么要做（透视），以及如何做（技巧），却没有一份确信激励你切实去行，这些便全无价值。

合乎圣经的确信是长大成熟的基本条件，没有确信便会任凭环境支配和处置（参罗 12:2）。教会必须教导合乎圣经的立场，才能抗衡信徒经常接触的世俗价值体系。

成长若没有一份确信，人就容易灰心放弃，无法在灵命的操练上坚持下去。耶稣基督的一生完全取决于确信祂自己乃是受差遣来完成天父的旨意。

确信借着关系传播得最好，它具有传染性；人被有确信的人包围，就会想要有这份确信，小组事工的推展能使这目标具体的落实。

- 技巧

技巧是灵命成长中“如何”的步骤，知识和透视都是有关“所知”；确信和品格是有关“所是”；技巧是关于“所行”，我们当以行动来证明我们是属神的家庭，是其中的一份子（参路 8:20；雅 1:20）。

技巧不是凭听一场演讲而来，乃是靠经常的练习和经验而来。在基督徒的生命里，有些技巧必须培养，才能成熟，如服侍、见证、时间管理及研经技巧等。信徒不单知道他们该做什么，也需要知道如何去做。

教会可借着一系列的生命技巧研讨会来教导信徒属灵生活和事奉的技巧，其间注重实际的操练和学习，内容可包括如何读圣经，如何有效的祷告、如何面对并胜过试探及如何与人相处等。

- 品格

活出基督的品格是所有门徒生命培育课程的具体目标，这是灵命成长的中心（参弗 4:13）。这也意味着我们所有教导的目标都必须是为了改变生命，而不只是提供知识（参提前 1:5；多 2:1）。品格不是出自小组活动时间，而是由生活环境所建立。

小组与课程帮助我们从小经认出品格的重要，学习品格是如何建立。在不同的环境中，我们基于所知所信的做出正确的选择去回应神，我们的品格就会越像基督。

神关心我们的品格，祂的计划是帮助我们完全。祂允许各种建立品格的环境临到我们。教会主要责任之一便是以知识，透视，确信和处理这些情况的技巧，来帮助人预备好去面对。那么，人的品格便能建立。

4. 另类思考

曾听过著名教会领袖如此说：世上本没均衡事奉，因见教会历史都是“那些为主不均衡”的人写出及走出来的。

但耶稣却是个例外，祂力求生活与生命有均衡！（路 2:52）

再思基督徒均衡生活的 DNA，作为耶稣跟随者门徒——共有五个生命素质：

敬拜生活、灵命培育、肢体相交、关怀小区、福音宣教

DNA 建立，是个心意与行动更新过程，在家庭、工作、社交、教会实践均衡生活化。

家庭：个人、夫妻、子女、耆老间关系

工作：职场、校园、小区、义工等

社交：消暇、社群、教会、亲友等

生活应用

你是现代的“以巴弗提”吗？为事奉甚至连生命也不要？

反思默想

“卖命事奉”与“不愿委身”如何取得平衡？

听众回馈

何谓“均衡的事奉”，对有所谓的“另类思考”，你有何意见？