

灵命操练中的喜乐

爱德华 希理 牧师 / Ph.D.

雷恩 译

教學 — 學習法

識別 認知、情感、行為 三個學習領域

希艾德

Ph. D.

雷恩 译

1.



認知性

2.



情感

3.



行為

人类学习与发育的三大领域：I. 认知

描述

- 这个领域涉及学生的智力，事实知识
- 象征性符号：头脑
- 圣经节
 - + 申命记6:1-2, 4, 6;
 - + 箴言10:14;
 - + 马太福音22:29
 - + 约翰福音 14:21

教师的目标

谈到「爱」的课时：每个学生都要能写出，至少三项，保罗在哥林多前书13:4-7 对「爱」所下的定义

人类学习与发育的三大领域：II. 情感

描述

- 这个领域涉及学生主观情感的取向，包括对课程主题的感觉、价值、动机、态度和相关的情绪表达。
- 符号：心
- 圣经节：
 - + 申命记 6:2; 4-6
 - + 罗马书 10:9
 - + 以弗所书 4:23
 - + 约翰福音 14:21

教师的目标

- 谈到更像基督成长的课（成圣）：下周上课时，至少有十位学生来告诉我，他们已开始读圣经，并且每天至少祷告一次。
 - + 这种作法显示学生愿自动去作他所学的

人类学习与发育的三大领域：II. 情感

这个人类学习的领域很重要。如果我们教导学生，他们只需要头脑领域的学习，却没有心学，也不被主题感动，也不想活用他们所学的知识，那么知识对神的国度和目的就很少甚至没有用处了；学生没有动力使用他们所学的，知识因此被荒废了。所以情感的目标是针对人类学习的重要领域而写的，它有关引起学生喜欢接近而不是回避主题，并有动机实践所学的意愿。

人类学习与发育的三大领域：II. 情感

想想看，当我们教导神的话语时，情感的领域是多么重要。

我们能帮助学生在认知上了解圣经，甚至帮助他们在日常生活中活出圣经的教导，

但我们若不帮助他们更爱神和神的话语，他们能天天读经并主动地活出圣经的教导吗？

边读边思想以下经节共同的主题

申命记 6:1, 3, 7

马太福音 7:16-29

约翰福音 15:8

以弗所书 2:8-10

雅各书 1:22-25; 2:14-26

人类学习与发育的三大领域：III. 行为

描述

- 这个领域涉及学生在生活环境中行出课程的主题，它是将知识、态度和技能应用在日常生活的行动。你希望学生和会友如何实行你所教的课？你怎么知道他们做了？这个在学习上很重要的一面是教育家所谓的学习迁移——有时我称它「从课本到草场」
- 符号：手
- 圣经节：+ 申命记 6:1, 3, 7; + 约翰福音 15:8; + 以弗所书 2:10; + 雅各书 1:22; 2:26; + 约翰一书 5:2 ; + 约翰福音 14:21

教师的目标

- 谈到接待的课：每次上课时，至少有三个学生会与每位访客谈话，没有一个访客会在任何时间完全孤单

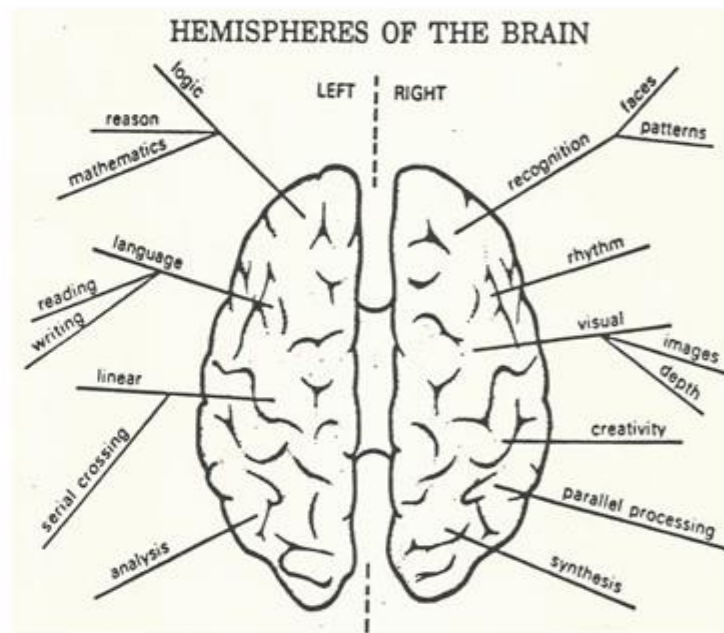
人类学习与发育的三大领域：三者间的关系

領導人行為和人腦半球

领导者的取向

- 左脑LEFT HEMISPHERE
 - + 认知/知识
 - + 逻辑
 - + 坚决，目的取向
 - + 次序 & 系列：时间意识
 - + 典型的男/丈夫取向（两脑都行，但偏向左脑）
 - + 专注启动的结构
- 右脑RIGHT HEMISPHERE
 - + 多情/善感
 - + 情绪
 - + 关系的
 - + 随意探索：没有时间观念
 - + 典型的女/妻子取向（两脑更行但偏向右脑）
 - + 专注体恤

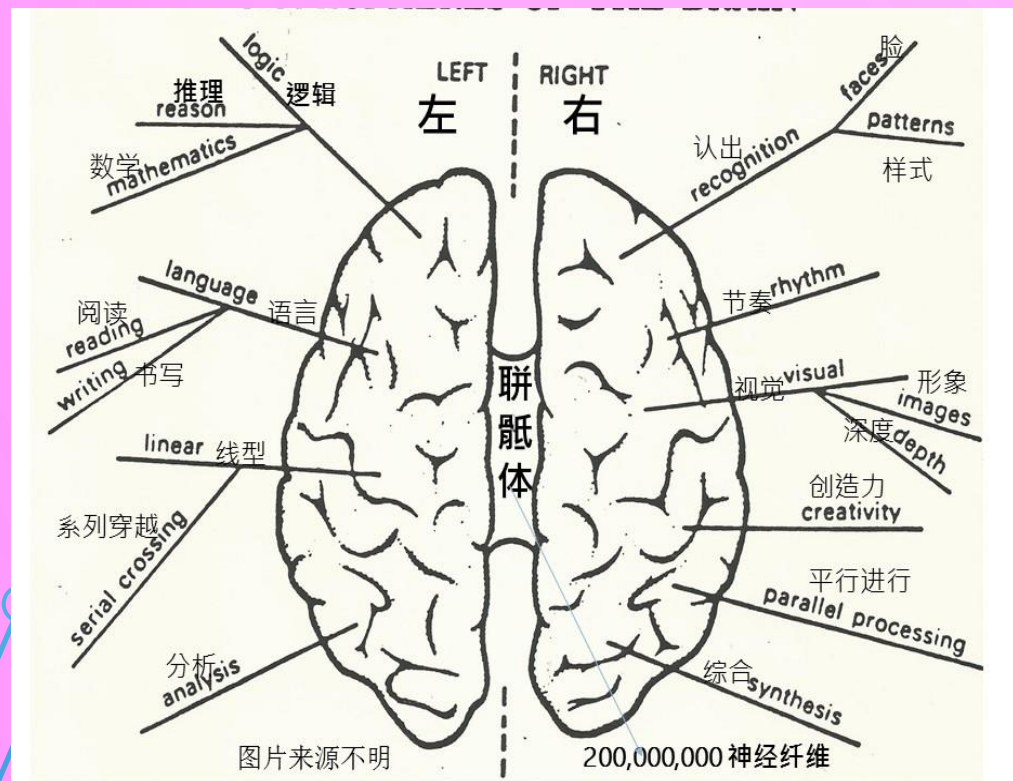
大脑



图片来源不明

人类学习与发育的三大领域：三者间的关系

心智的功能

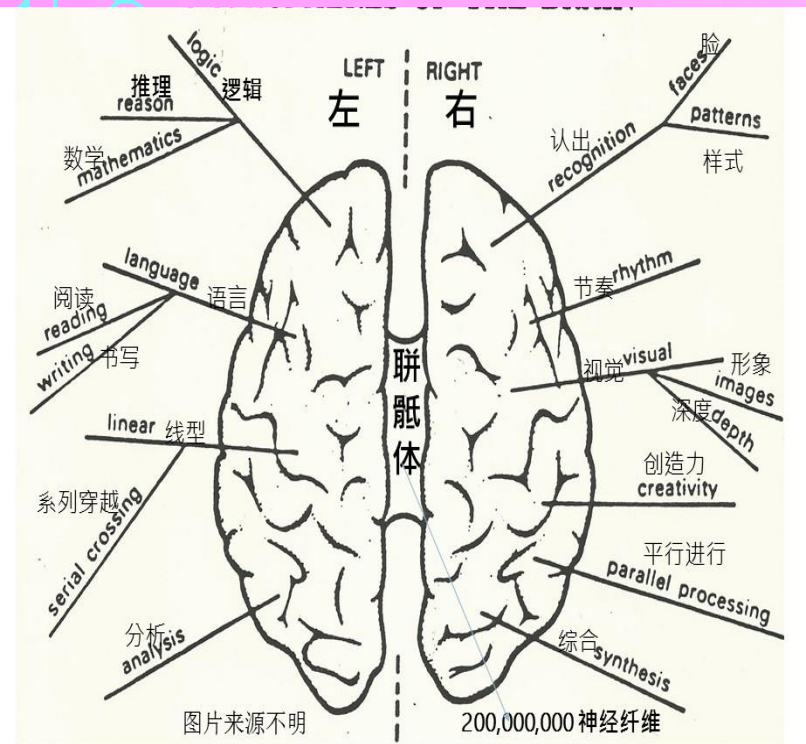


在第十六到二十六周的妊娠期间，男性的Y染色体会触发联脑体和左半脑表面的男性激素分泌，致使男性主要以左脑运作。这不表示男人和男孩无法两脑并用，他们会，但他们主要在左脑运作。女性两脑并用，但比较喜欢右脑运作。

人类学习与发育的三大领域：三者间的关系

心智的功能

- 这三个领域虽然都在大脑中，却各有重点
- 一个主题的信息由大脑左半球的认知处理。
- 右半球处理与情感、情绪和态度有关的主题，视觉和空间功能，和关系。
- 两个脑半球不各自运作，它们是在整个胼胝体，就是连接大脑两部分的导管，它有200,000,000神经纤维，在其间交互作用。交互作用的结果促使学生行动（以手为象征性的符号）。



人类学习与发育的三大领域：三者间的关系

- 这个心智功能的观察，让我们了解认知和情感两领域同时存在一个渐变群/连续体，
 - + 它们不是分立的，分开的，类别。
 - + 两个领域同时存在一个人的思想中，互相包容，主题和个人的差异决定孰多孰少。例如，一个男人找对象，不只观察一个女人的外貌，如，她的身高（例如，5'4"）；她眼睛的颜色与她所开的车等等；他也非常注意他对她的感受。
 - + 此外，大多数的男人都倾向认知领域的运作，女人则偏向情感的领域。

人类学习与发育的三大领域：三者间的关系

- 认知和情感领域同时存在在一个渐变群/连续体，它们不是分立的，分开的，类别。两个领域同时存在一个人的思想中，互相包容，主题和个人的差异决定孰多孰少。

➤ 想想看当我们教导神的话语时，这个事实多么重要。

我们能帮助学生在认知上了解圣经，甚至帮助他们在日常生活中要活出圣经的教导，
但我们若不帮助他们更爱神和神的话语，他们可能习惯地读圣经，并主动地活出圣经的教导吗？

人类学习与发育的三大领域：三者间的关系

认知

情感

不是

认知

情感

人类学习与发育的三大领域：三者间的关系

- 认知领域和情感领域的结合，促使学生对认知的事实与对那事实的感觉产生行动
- 我们已看到，三个领域都包括在整本圣经中，并经常出现在同一节中，如：

申命记30:14：「这话却离你甚近，就在你口中，在你心里，使你可以遵行。」

约翰福音14:21：「有了我的命令又遵守的，这人就是爱我的；爱我的必蒙我父爱他，我也要爱他，并且要向他显现。」

人类学习与发育的三大领域：三者间的关系

认知

情感

```
graph TD; A[认知] --> C((行为)); B[情感] --> C;
```

行为

人类学习与发育的三大领域：

教课、証道、教牧资源

人类学习与发育的三大领域—焦点：*（认知）

*请记住以下我们对人类心、智和行为三个领域的讨论，认知和情感的领域并存于一个连续体。因此，使用「焦点」这个字，是表示我们的重点放在某一个主题，但我们知道态度、情感和事实同时牵涉在一起。真的，三个领域同时相并进行，你多么想做某件事，最初决定要做多少。甚至决定不做也是一种行动。

人性本是完整的；我们所有的部分构成一个体系，每一部分都连结在一起，也都互相有关联。因此，我们必须以这种了解来计画和行动，以达到最有效率的服事。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知

认知领域

- 这个领域涉及学生的智力和事实知识
- 象征性符号：头脑
- 圣经节
 - + 申命记6:1-2, 4, 6;
 - + 箴言10:14;
 - + 马太福音22:29
 - + 约翰福音 14:21

资源

- 圣经
- 「基督教义的根基」狄亚特 着
+狄亚特 牧师为平信徒、一般教会会友写了这本传统的基督教神学摘要宝贝，特为平信徒和教会一般的成员而写。这种方式很独特的，它不但忠于神的话，并且跨越宗派。各教会都可以用它来教学、预备讲章和见证（六个主题很容易学习也很容易用来向怀疑论者和其它非信徒解释基督的福音）。它还有许多其它的功用。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感

情感领域

资源

- 这个领域涉及学生主观情感的取向，包括对课程主题的感觉、价值、动机、态度和相关的情绪表达。
- 符号：心
- 圣经节：
 - + 申命记 6:2; 4-6
 - + 罗马书 10:9
 - + 以弗所书 4:23
 - + 约翰福音 14:21

- 圣经
- 「喜乐途径」 狄亚特 著
 - + 狄牧师写这本书，解释从圣经时代以来，有悠久历史的圣徒灵命操练。
 - + 注：灵命的操练包括所有三个领域，但实践灵命形成的重点是培育我们情感领域的发展，就是我们生命的情感方面，但要注意三个领域的同时发育。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：行为

行为领域

- 这个领域涉及学生在生活环境中行出课程的主题，它是将知识、态度和技能应用在日常生活的行动。
- 符号：手
- 圣经节：
 - + 申命记 6:1, 3, 7; + 约翰福音 15:8;
 - + 以弗所书 2:10; + 雅各书 1:22;2:26;
 - + 约翰一书 5:2 ; + 约翰福音14:21

资源

- 圣经
- 网页
www.fromacorntooak12.com
- 许多讲义已由雷恩译成繁、简体中文

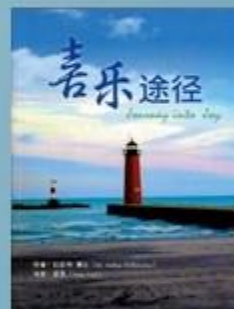
人类学习三领域



Cognitive 认知



Affective 情感



Behavioral 行為



人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

祷告

操练

聯繫神的资源

祷告是与神靈交

- 帖撒罗尼迦前书5:17
- 马太福音6:6; 路加福音5:16
- 耶利米书15:15-21
- 马太福音15:21-28, 17:14-20
(马可福音9:14-29)
- 诗篇25:5; 31:3; 箴言3:6
- 撒母耳记上1:12-16
- 路加福音24:46

不住地祷告

私自祷告

诚实谦卑地祷告

以信心祷告，相信神会成

全你的祈求

祈求神引导

默默地祷告

出声祷告

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

祷告

聯繫神的资源

许多基督徒常用的祷告法：ACTS

- A: 诗篇 113
- C: 诗篇 19: 12; 约翰一书 1: 9
- T: 诗篇 100; 以弗所书5:29;
腓立比书4:6;1
帖撒罗尼迦书 5:18
- S: 民数记 12:1-15; 约翰福音 17:9-26

操练

我从带领团体敬拜和个人灵修祷告生活中发现，著名悠久的 ACTS 祷告模式是有帮助的。留意它的逻辑、情感与行为。

- A: Adoration崇拜, Praise赞美
+开始祷告时先想神，祂是谁，祂像甚么，包括祂是你伟大的天父，独生子，圣灵，三位一体，祂爱你正在听你祷告，祂愿与你互动，然后赞美祂

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

祷告 — A: Adoration 崇拜, Praise 赞美

- 祷告前先思想神，祂是三位一体的神，有相同本质的三个位格，圣父、独生子耶稣基督、和圣灵，每一位都能独特运作
- 太阳是有帮助我们了解神的三位一体的一种比喻。太阳有一个火球、有光和热。三种要素各不相同却不分开，并都同时出现。祂们绝不单独存在和运作。因此，三位一体同时存在的构想是合理的，神在圣经中启示祂自己是三位一体的神是合理的。
- 思想祂的本性，如祂的爱、祂是至圣的、既超越又潜在、祂的良善、祂的无所不在等
- 关于祂的良善，思想你所珍惜的一切，宝贵的，看为好的都从神而来。（雅各书 1:17）

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

祷告

联系神的资源

操练

许多基督徒常用的祷告法：ACTS

- A: 诗篇 113
- C: 诗篇 19: 12; 约翰一书 1: 9
- T: 诗篇 100; 以弗所书5:29; 腓立比书 4:6; 帖撒罗尼迦前书 5:18
- S: 民数记 12:1-15; 约翰福音 17:9-26

- A: Adoration 崇拜, Praise 赞美
- C: Confession 认罪
- T: Thanksgiving 感恩
- S: Supplication 代求

将这种祷告的模式也用在教牧关怀

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

祷告

联系神的资源

许多基督徒常用的祷告法：ACTS

- S Supplication: 民数记 12:1-15;
约翰福音17: 9-26

操练

- S: Supplication 代求
 - + 神的创造包括全世界，所有的国家，包括我们的国家
 - + 全球教会的需要
 - + 我们教会的需要，包括全体和个人的需要
 - + 我们家庭的需要

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

祷告

联系神的资源

操练

祷告的姿势：我们看见圣经中的人有以下的姿势

- 列王记上8:22；路加福音18:13
- 历代志上17:16；路加福音10:13
- 但以理书6:10；使徒行传20:36
- 出埃及记34:8；诗篇95: 6
- 撒母耳记下12:16；马太福音26:39
- 诗篇28:2；提摩太前书2:8
- 站立(圣经中最常见的姿势)
- 坐
- 跪
- 低头
- 俯身地上
- 举手

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

默想

专心想神

操练

默想包括静静地思索神，想祂的话语、祂伟大的作为和在我们生活中的应用，并邀请祂对我们说话，耐心等候祂的回应。

- 约书亚记1:8
- 诗篇1:2; 119:97-99
- 诗篇77:12; 119:27; 145:5
- 诗篇77:1-6

圣经很少提到如何默想；它只说去默想，通常会提到默想的人和他们默想些甚么。

- 「话语」表示轻声地读，同时思索神的话
- 日夜思索神的律法
- 思索神的工作和伟大的作为
- 思索神也同时评估自己的灵命

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

默想

专心想神

默想包括静静地思索神，想祂的话语、祂伟大的作为和在我们生活中的应用，并邀请祂对我们说话，耐心等候祂的回应。

- 提摩太前书4:15

操练

圣经很少提到如何默想；它只说去默想，通常会提起默想的人和他们默想些甚么。

- 思索几件事，包括提摩太的恩赐，教会中宣读的圣经、证道、教导等

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

默想

专心想神

默想包括静静地思索神，想祂的话语、祂伟大的作为和在我们生活中的应用，并邀请祂对我们说话，耐心等候祂的回应。

- 路加福音11:24-26

操练

圣经很少提到如何默想；它只说去默想，通常会提到默想的人和他们默想些甚么。

但我们看见圣经中的默想和世俗的默想，最大、最重要的对比是

- 非基督徒的默想试着倒空心思意念。耶稣解释那种做法的危险性。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

默想 专心想神

默想包括静静地思索神，想祂的话语、祂伟大的作为和在我们生活中的应用，并邀请祂对我们说话，耐心等候祂的回应。

- 路加福音11:24-26

操练

圣经不珍视倒空心思意念，那是危险的。参看路加福音11:24-26

- 24 「污鬼离了人身，就在无水之地，过来过去，寻求安歇之处。既寻不着，便说，我要回到我所出来的屋里去。
25 到了，就看见里面打扫干净，修饰好了。
26 便去另带了七个比自己更恶的鬼来，都进去住在那里。那人末后的景况，比先前更不好了。」

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

默想 专心想神

默想包括静静地思索神，想祂的话语、祂伟大的作为和在我们生活中的应用，并邀请祂对我们说话，耐心等候祂的回应。

- 以弗所书5:18

操练

圣经不珍视倒空心思意念，那是危险的。参看路加福音11:24-26。相反的，我们要被圣灵充满。参看以弗所书5:18

- 「要被圣灵充满。」
+ 希腊动词「充满」很翔实

人类学习与发育的三大领域 - 焦點：情感與行為

操练

默想

专心想神

默想包括静静地思索神，想祂的话语、祂伟大的作为和在我们生活中的应用，并邀请祂对我们说话，耐心等候祂的回应。

- 以弗所书5:18

- 以弗所书5:18— 要被圣灵充满。希腊动词「被充满」 $\pi \lambda \eta ρ \acute{o} \omega$ plēroō, 有以下的意义：
- + 希腊字是现代式 = 继续, 重复, 這经验不是只一次被圣灵充满。
 - + 希腊字是命令语气 = 神命令我们做某些事；邀请祂管理我们。
 - + 希腊字是被动语态 = 我们是要被；我们不能自己充满自己；我们这边所做的是求神指示我们，引导我们做祂所喜悦的事（因此这也是我们和别人最关注的事情）。
 - + 希腊数目字 = 复数 . 第二人；指全教会，不是我一个人私下地。我们都在基督里一起被圣灵充满。

人类学习与发育的三大领域：情感和行為

思想一件事，在我们教导神的话语时有多么重要：「我们能教导学生了解圣经节，甚至教他们要将所学的行出来，但如果我们不帮助他们发展爱神和神的话，那么他们可能天天读圣经，并愿意行出所学的吗？」

讨论：

我们能如何帮助学生／会友
更知道、更爱、更遵行神的话，并能
在日常生活中，刻意并习惯地行出神
的话？

当我们计划和操作主耶稣基督交托我们的工作时，不断地思想这些问题。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

独处 免除分心

为了与神灵交，独处涉及有意识故意地除去干扰。

- 诗篇46:10
- 马太福音6:6

操练

找一个能让你专心与神灵交的地方

- 「你们要休息，要知道我是神。」
(希伯来文「知道」是「约」的关系术语，表示那是从与神立约的关系和经验而知道的。)
- 当你祷告时，进入内室，关起门。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

独处 免除分心

为了与神灵交，独处涉及有意识地故意地除去干扰。

- 诗篇46:10
- 马太福音6:6

操练

找一个能让你专心与神灵交的地方

- 独处不是孤独，不怕会孤单
- 独处使我们更能意识到我们一点也不孤单，我们是与神在一起，祂满足我们一切的需要。
- 忙碌的人特别需要一段独处的时间

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

自尊

操练

接受祂的创造

自尊：看个人的存在和能力是
有价值並受尊重的。

- 我们必须了解自尊的源头：神，
才能真正地了解它的字意。

+ 「耶稣[说(希腊文)]

「你要尽心、尽性、尽意爱主
你的神，这是诫命中的第一，
且是最大的。其次也相仿，就
是要爱人如己。」(马太福音
22: 37-39)

- 耶稣暗示，爱己是爱人的先决条件。
- 真正的自尊经得起外在(如，别人的排斥)和内在(如，自疑)的袭击，它扎根在神的爱里，是绝不会被拿去的。
- 记住约翰一书4:19，「我们爱，因为神先爱我们。」

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

自尊

接受祂的创造

操练

自尊：看个人的存在和能力是有价值並受尊重的。

- 我们必须了解自尊的源头：神，才能真正地了解它的字意。
 - + 耶稣说：「凡听见我这话就去行的，好比一个聪明人，把房子盖在盘石上，雨淋、水冲、风吹，撞着那房子，房子总不倒塌，因为根基立在盘石上。凡听见我这话不去行的好比一个无知的人把房子盖在沙土上与淋水冲风吹撞着那房子房子就倒塌了并且倒塌得很大。」马太福音7:24-27

- 假自尊立在物质的根基上，当外在和内在的袭击临到时，它能被拿走。
 - + 这些物质的东西可能是外在的（如，金钱）或内在的（如，自我陶醉）

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

自尊

接受祂的创造

自尊：看个人的存在和能力是有价值並受尊重的。

- 我们必须了解自尊的源头：神，祂是至高无上的，才能真正地了解它的字意。
 - + 神借着以赛亚启示说，「我的筹算必立定，凡我所喜悦的，我必成就。」（46:10）
 - + 耶稣说：「... 在神凡事都能。」（马太福音19:26）

操练

- 既然只有神是至高无上的，祂对我们的看法就不会被别人（人类或邪魔）、我们自己或生活环境拿走。但这种信心需要天天培养。
- 因此，我们有价值和尊严是因为神照着祂自己的形像造了我们（创世记1:26-28），祂爱我们最大的显示是祂的独生子为我们代死。我们只需要以祂对我们的珍爱，作为我们爱的基础，它使我们能爱神和别人，甚至能爱那些难以被爱的人和被社会所弃绝的人。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

自尊

接受祂的创造

自尊：看个人的存在和能力是有价值和受尊重的。

- 我们必须了解自尊的源头：神，祂是至高无上的，才能真正地了解它的字意。
 - + 神借着以赛亚启示，「我的筹算必立定，凡我所喜悦的，我必成就。」(46:10)
 - + 耶稣说：「... 在神凡事都能。」(马太福音19:26)

操练

- 许多人，包括教会中不少的人，被不真实的自暴自弃所困扰
- 教会要注意：
 - + 互相鼓励
 - + 指出并肯定其它信徒的恩赐和才能
 - + 教导合乎圣经准确的神学，如避免「小虫神学」，要强调我们在基督里都成为新造的人(哥林多后书5:17)，是基督；不再是我们的罪定义我们

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

自尊 接受祂的创造

自尊：看个人的存在和能力是有价值和受尊重的。

- 我们必须了解自尊的源头：神，才能真正地了解它的字意。
 - + 耶稣[希腊文:说]「要爱主你的神…要爱人如己」(马太福音22:37-39)
 - + 「我们爱，因为神先爱我们。」(约翰一书4:19)

操练

- 一个真正灵命的标志是了解神爱你(狄亚特P. 85)
- 常言说得很恰当，「你是甚么人，这是神给你的礼物；你成为什么人，这是你献给神的礼物。」(狄亚特P. 85)
 - + 甚至那礼物也是从神而来。(雅各书1:17)

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

简朴

避免生活的复杂性

操练

以寻求神的旨意来解脱生活复杂化的约束与压迫性的复杂。

- 马太福音6:33

- 你们要先求祂的国和祂的义这些东西都要加给你们了
+ 以神对你的评论为首要

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

简朴

避免生活的复杂性

以寻求神的旨意来解脱生活复杂化的约束与压迫性的复杂。

● 马太福音6:33

操练

1. 以寻求神的国和神的义做为你最优先的事。
2. 以神的意见作为你最重要的意见。
(并且不要寻求控制别人)
3. 毫无疑问地遵行神的旨意…去做。
4. 失败跌倒时不要一直坐在地上，靠着祂足够的恩典和爱，接受祂的赦免，继续向前走。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

禁食

使用你的秘密武器

禁食是在一段时间内限量不吃或不喝或完全不吃不喝

- 以赛亚书58, 特别是3-11

- 马太福音6:18

操练

- 「他们说我们禁食你为何不看见呢？我们刻苦己心你为何不理睬呢？看哪！你们禁食的日子仍求利益，勒逼人为你们作苦工，你们禁食却互相争竞…。我所拣选的禁食不是要松开凶恶的绳，解下轭上的索，使被欺压的得自由，拆断一切的轭吗……」(58:3-7)
- 「你父在暗中察看必然报答你」

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

操练

禁食

使用你的秘密武器

禁食是在一段时间内，
限量不吃或不喝，或
完全不吃不喝

- 以赛亚书58, 特别是3-11
- 马太福音6:18

- 禁食对身体、灵性都有益处。当你非常隐密，自动定意并存心使信心成长时，（狄亚特 P, 100）禁食能清除肉体系统，让你专心注意神的同在和祂的旨意，并更亲近祂。
- 禁食之前要取得你医生的许可或处方（P. 100）
- 问医生，确定你的身体经得起不吃喝的计划
- 如果要延长禁食，可考虑定时喝水，身体的运作很需要水分。
- 保持隐密的禁食，存心让主帮助你信心成长
- 让禁食提醒你，基督为我们的罪受苦。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

操练

禁食

使用你的秘密武器

禁食是在一段时间内，限量不吃或不喝，或完全不吃不喝

- 以赛亚书58, 特别是3-11
- 马太福音6:18

当饥饿发生剧动时，自问：

- 「我曾想要神的显现，像饥饿时想吃食物那么迫切吗？」
- 用饥饿想食物来提醒你渴望神的显现。
- 让它提醒你神对你的爱。
- 专心思想耶稣为你的罪受苦的疼痛。

这么做能转饥饿的疼痛为积极的用途，并提醒你禁食的原因

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

禁食

使用你的秘密武器

禁食是在一段时间内，
限量不吃或不喝，或
完全不吃不喝

- 以赛亚书58, 特别是3-11
- 马太福音6:18

操练

- 许多基督徒做简单的禁食，如四旬斋时不吃一些喜欢吃的东西。
- 虽然简单的禁食不如大幅度的禁食有果效，但不是没有价值。
 - + 如果禁食那段时间你所放弃的，对你那么重要，那么
 - + 这么做能提醒你基督为你放弃了甚么。
- 小禁食比较不会产生骄傲。
- 小禁食可能引致大禁食。记得：
- 只要你在禁食，让它提醒你基督为我们的罪受苦

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

信心

无惧怕的相信

「真正的信心不只因我有某种知识，我接受了神一切话语的启示。但也是借着福音，圣灵在我心里造成全心的信任。这福音不只为别人，神也赦免我一切的罪，永远的公义和救恩。全是出于基督救赎工作的恩典。」（爱登堡要理问答21）

希伯来书11:1

操练

- 「信就是所望之事的实底是未见之事的的确据」（希伯来书11:1）
- 信是基于与神持续的信任和委身的关系
 - 信也涉及基于那种信任，在商定的情况下愿意采取行动。
 - 当我们觉得正在考虑的事情是神要我们去做，也能讨祂的欢心，信会给我们勇气去做。
 - 这种信会消除担忧、焦虑（腓立比书4:6）和压力
 - 信不求了解为什么
 - 神会给我们所需要的力量，让我们凭着信心去做

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

信心

无畏惧的相信

「真正的信心不只因我有某种知识，我接受了神一切话语的启示。但也是借着福音，圣灵在我心里造成全心的信任。这福音不只为别人，神也赦免我一切的罪，永远的公义和救恩。全是出于基督救赎工作的恩典。」（爱登堡要理问答21）

希伯来书11:1

操练

- 「信就是所望之事的实底，是未见之事的的确据。」（希伯来书11:1）
- 民数记13:30...迦勒在摩西面前安抚百姓说：「我们立刻上去得那地吧。我们足够得胜。」
 - 马太福音26-42...耶稣第二次又去祷告说：「我父阿，这杯若不能离开我，就愿你的意旨成全。」
 - 主后155年坡旅甲拒绝咒诅基督求生、在被烧死之前的名言，说：「我服事祂86年，祂从不亏待我，我怎能亵渎那位救赎我的王呢？」
 - 记得另一位殉道者佩裴圖和許信徒们的信心

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

- 主后三世纪时有一位非常痛苦的父亲，再三恳求说：「想一想你母亲、你兄弟、你姑母。我恳求你想一想我，你的老父亲。但最重要的，想一想你的小婴孩。」她父亲的恳求深深地切入她的心，尤其是老父亲倍受亲朋的敬重，女儿的违愿，在当时的社会使父亲非常丢脸。然而，22岁年轻的基督徒妇女佩裴图，拒绝不认耶稣是她的主而现香给罗马诸神。
- 佩裴图，费利斯蒂，是一位已婚的女奴，被关在监狱的时候生产了。那时已有三位信徒因拒绝不认主而被丢给野兽撕杀。当疯狂的野牛袭击佩裴图时，却没有杀死她。有一位杀手被送来砍她的头，却失手剑落在佩裴图其它的部位，她大叫，但平静地拉着杀手的手，将剑放在她的颈上。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

爱

行出神的动机

- 约翰福音3:16
- 罗马书5:5
- 约翰一书4:19

操练

- 「神爱世人，甚至将祂的独生子赐给他们，叫一切信祂的，不致灭亡反得永生。」
- 「... 所赐给我们的圣灵，将神的爱浇灌在我们心里。」
- 「我们爱，因为神先爱我们。」

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

操练

爱

行出神的动机

- 约翰福音3:16
- 罗马书5:5
- 约翰一书4:19
- 「神爱世人甚至将她的独生子赐给他们叫一切信祂的不致灭亡反得永生。」
- 「... 所赐给我们的圣灵将神的爱浇灌在我们心里。」
- 「我们爱因为神先爱我们。」
- + 以上几节圣经所用的「爱」字 ἀγάπη agapē 是新约圣经所用最崇高的爱。
- + 保罗定义 ἀγάπη 包括「恒久忍耐、又有恩慈...」 (哥林多前书13:4-7)

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

爱

行出神的动机

- 约翰福音3:16
- 罗马书5:5
- 约翰一书4:19

操练

- 这种爱，主要是神呼召我们做祂的见证人。狄老师的「喜乐途径」P.124：
+ 「神的爱透过我们流露到世上的事实，定义了基督徒的身分。世人因看见你、我的爱而了解神的爱。他们也因此明白，由于神的爱使我们与一班人有所区别。」（这种工作是分别归神的一部分，圣洁的本意是分别归神为圣，那是不寻常的。）

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

爱 行出神的动机

爱 行出神的动机

操练

- 约翰福音3:16
- 罗马书5:5
- 约翰一书4:19

- 神的爱有许多益处。狄老师「喜乐途径」P. 127:神的爱是
 - + 忠实的能源，也是能让我在上面站立的坚固盘石
 - + 它使我们能自由地向前盼望与期待
 - + 使我们产生动机
 - + 使我们能接受坎坷的遭遇
 - + 让我们知道祂借着我们在工作
 - + 神逼真的同在
 - + 神的爱产生极大的平安
- 神的爱还有其他好处，狄老师的「喜乐途径」P. 129
 - 神的爱
 - + 显在顺境中也在逆境中
 - + 使我们能爱那些不可爱的人
 - + 并确保祂对我们的爱

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

爱

行出神的动机

- 约翰福音3:16
- 罗马书5:5
- 约翰一书4:19

操练

- 我们怎么知道神的爱在我们里面？
狄老师的「喜乐途径」P. 130：
 - + 我们里面改变了
 - + 我们关怀世界各地的人
 - + 「神内住的爱从我们心里湧流出来。」

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

喜乐

感受你所相信的

圣经没有定义喜乐，但有很好的描述，从圣经我们可以领会，由于个人在基督里确保与神有永远正确的关系与安全，它是一种平静，温暖，祥和，发自内心的满足感和心灵深处的喜悦，有时以与别人一起庆祝来表达喜乐

- 尼希米记12:27
- 腓立比书4:4
- 彼得前书1:8

操练

- 「耶路撒冷城墙告成的时候，众民就把各处的利未人召到耶路撒冷，要称谢、歌唱、敲钹、鼓瑟、弹琴，欢欢喜喜地行告成之礼。」
- 「你们要靠主常常喜乐，我再说你们要喜乐。」
- 「你们虽然没有见过祂，却是爱祂，如今虽不得看见，因信祂，就有说不出来满有荣光的大喜乐。」
- 不要混淆圣经中的喜乐和世俗的快乐
- 「快乐」这个字不是圣经的观念。这个字不在旧约的希伯来文，也不在新约的希腊文出现。
- 英文 happy 的字根 hap 是机会或幸运之意，两种观念都违背神的话。如雅各书1:17

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

喜乐

感受你所相信的

圣经没有定义喜乐，但有很好的描述，从圣经我们可以领会，由于个人在基督里确保与神有永远正确的关系与安全，它是一种平静，温暖，祥和，发自内心的满足感和心灵深处的喜悦，有时以与别人一起庆祝来表达喜乐

- 尼希米记12:27
- 腓立比书4:4
- 彼得前书1:8

操练

在耶稣基督里的喜乐，附加的祝福

- 在非常困难的时候，我们能有深深的平静感。
- 喜乐是我们满足与内在平安的源头 (P. 140)
- 我们能「在主里常常喜乐」
- 基督能将你人生的一切十字架，变成复活佳节 (P. 145)

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

操练

喜乐

感受你所相信的

圣经没有定义喜乐，但有很好的描述，从圣经我们可以领会，由于个人在基督里确保与神有永远正确的关系与安全，它是一种平静，温暖，祥和，发自内心的满足感和心灵深处的喜悦，有时以与别人一起庆祝来表达喜乐

- 尼希米记12:27
- 腓立比书4:4
- 彼得前书1:8

得到这种喜乐的方法

- 接受神是可信任的
- 行在神的道上，顺服祂
- 保持永恒的视角，不只要将神放在画面上，祂也在拿着图画
- 如果你跌倒了没跟上神，或与耶稣基督的关系疏远了，你能回来 (P. 145)
- 记住不论你人生的经验如何，神都能带出好的结果来，为你，也为完成祂的计划 (创世记50:20; 罗马书8:28)
- 每日默想和向神祷告时，要免除分心
- 要记得天天感谢神，不但在凡事上感谢祂，也要为凡事感谢祂。

(腓立比书4:6; 以弗所书5:20)

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

医治

接受神大能的触摸

医治涉及在个人年龄状况下，完全的恢复正常健康，这不表示他能返老还童。医治也能涉及个人在生病或受伤的状况下部分的痊愈

- 马可福音5:34 「... 你的信救了你，平平安安地回去吧，你的灾病痊愈了。」

操练

我们必须分辨并辨别医治和治病恩赐的不同

- 神给一些人特殊的恩赐，能不照正常方法来医治病人（哥林多前书12:9）
- 所有的医治都是来自神，但祂经常借着回应祷告和医疗治病

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

医治

接受神大能的触摸

医治涉及在个人年龄状况下，完全的恢复正常健康，这不表示他能返老还童。医治也能涉及个人在生病或受伤的状况下部分的痊愈

• 马可福音9:24:

「孩子的父亲立时喊着说：『我信，但我信不足，求主帮助。』」

• 使徒行传14:8-10

• 使徒行传3:16

操练

神回答所有的祷告，祂的回答包括「是，」「不，」「等候，」

- 祂照着祂认为对的时间，给我们和别人所需要的
- 当我们为自己和别人求医治时，要以信心祈求
 - + 我们必须毫无疑问地相信神能做我们所求的
 - + 我们祷告神医治我们，但要表示神最知道一切，并祷告那医治合乎祂的旨意。
- 神会医治祂的百姓，唯一的问题是何时，是在今生或在乐园里。
- 如果你希望现在得医治，就以信心求神，向神祈求我们的意愿，是蒙神喜悦的。
- 为别人代祷时，问他们希望我们如何为他们祷告。
- 如果他们没说为他们的医治祷告，你可问他们，你能为他们的医治祷告吗？不要假设所有的人都想得医治，有些人并不想得医治。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

医治

接受神大能的触摸

神知道有时不容许医治是最好的

- 哥林多后书12:7-10

「恐怕我所得的启示甚大，就过于自高，所以有一根刺加在我肉体上，就是撒但的差役，要攻击我，免得我过于自高。为这事，我三次求过主，叫这刺离开我。祂对我说：

『我的恩典够你用的，因为我的能力，是在人的软弱上显得完全。』

所以我更喜欢夸自己的软弱，好叫基督的能力覆庇我。我为基督的缘故，就以软弱、凌辱、急难、逼迫、困苦为可喜乐的。因我甚么时候软弱，时么时候就刚强了。」

操练

神回答所有的祷告，祂的回答包括「是，」「不，」「等候，」

- 神直接医治某些人
- 祂也不直接医治某些人，如使用医药的方法医治
- 「在祂的智慧里，有时祂选择让某些疾病或弱点继续存在。」P. 154
- 「我们必须以正确的态度来见神，正确的观点应该是：惟有神能决定是否要除去我们肉体的痛苦、苦难或疾病。如果我们必须忍受，我们便求神一路减轻我们的重担，求祂赐我们能力和智慧来应付困难。」
(P. 160)

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

医治

接受神大能的触摸

神知道有时不容许医治是最好的

- 哥林多后书12:7-10

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

操练

- 「思想一下这几句话的意思... 你在基督里已成无罪的人，同时由于你和基督的关系，使你得到内在原本没有的能力和力量... 纵使你的肉体未得医治，你仍有确具，祂必照着你的祈求恢复你的灵性和情感。」 P. 163

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

医治

接受神大能的触摸

「因我活着就是基督我死了就有意处但我在肉身活着若成就我工夫的果子我就不知道该挑选甚么我正在两难之间情愿离世与基督同在因为这是好的无比的然而我在肉身活着为你们更是要紧的。」
(腓立比书1:21-24)

操练

神回答所有的祷告，祂的回答包括「是，」「不，」「等候，」

- 不要为理由忧心，「虽然病痛不是一种罪它却是邪恶的因为我们是在一个有罪的世上所以会受到它的袭击。」 (P. 160)
- 如果祂的回答是「不」，「如果我们与祂亲密同行，祂会引导我们度过病痛和伤害。」 (P. 160)
- 记住，死亡不是一个人最坏的经验

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：情感与行为

狄老師的「喜乐途径」P. 161

「記得，各種靈性的操練促成全世界大部分的醫治，它們使我們得以健全，它們使我們的生命和諧，讓我們能控制不良個性，使破裂的關係得以複合。藉著靈性的操練，我們學會赦免，並忘記那些引起抱怨和懷恨的潛在事件或話語。我們的記憶和情感是可以修補的，也因此可以供給肉體健康的樂觀條件。」

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

相信并跟随耶稣基督的信徒，
敬拜神

- 个别地（见祷告、默想、独处篇）
 - 与基督的信徒们一起敬拜神
- + 本篇的焦点在团体敬拜神

操练

- 惯常地进到神的面前敬拜祂
（罗马书12:1-2; 希伯来书10:25）
- 「如果我们认为宗教信仰是一个观念系统和思辨指引，那就错了。
不是的，那是一种很切实际的宗教信仰，它导向谈话的次序。它不只为了告诉我们如何判断而设计，它也调正我们的心和生命。
（Matthew Henry解经书罗马书12:1, 2）

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 在真正神的教会中有
效的敬拜

耶稣说：「神是个灵，
所以拜祂的必须用心灵
和诚实拜祂。」

(约翰福音4:24)

- 如果你的教会不符合
历史悠久的真教会表
征，寻找一个

操练

真教会的表征

1. 宣讲耶稣基督福音的纯正教义
2. 纯正地持守耶稣基督所设立的圣礼
3. 教会会管教那些圣经中认为不悔改的罪
4. 承认耶稣基督是教会唯一的头*

比利时信经，如其它忠于历史悠久的教会信经一样，此信经概述真教会的表征是，在教会中一切按照纯正神话语的管理，拒绝任何违背者……..

*比利时信经：主后1561，1619修订，Written by Guy de Bres, adopted by the Reformed Synod at Emden, #76, 771571. Article XXIX

对团体敬拜三个评论的回答

异论 1.

自由式的主张：
真正与神灵交应该没有惯例、
标准、程序、预定顺序，如任何礼仪

回答

- 圣经容许敬拜神的一些弹性，但我们看见圣经中有一个共同的模式。
- 人类需要结构和操练使肉体与灵命健全。
- 依循圣经的模式能满足人的心灵，并容易专心敬拜神和与祂对谈。

对团体敬拜三个评论的回答

异论 2.

回答

- 个自敬拜的主张：
为何基督徒需要聚在一起？
可以在森林或任何自然界中敬拜神
- 圣经特殊启示，我们人是照着神的形象造的，（包括有交谊的能力和社交）圣经还有其它理由催促我们要团体敬拜神。（希伯来书10:25）
- 我们需要主耶稣基督信徒间的鼓励和引导。
- 身为罪人，我们需要从神的受膏者为神所传讲的话语中，听到赦免的确据。

對團體敬拜三個評論的回答

回答

异论 3.

- 对人不对事的评论：

怎能与所有假冒伪善的人一起敬拜神？

- 我们要记得，神审判的标准是原则不是规范
- 既然神已制定的原则是，人人都犯了罪，亏缺神的荣耀，都需要祂的赦免。（诗篇51:1-5；罗马书3:23）
- 这就是为何在团体敬拜时，从认罪祷告开始的原因。悔改的信徒认清自己需要先洗净一切妨碍他们与至圣的神见面的事。
- 接着我们听到安慰赦免的确据，那是最大的安慰。

更多团体敬拜的祝福

- 狄老师说得好，团体敬拜是「完全不同于独自与神同在……当神的百姓齐聚一堂时圣灵便放出奇妙的能力。」（P.168）福斯特称它为神圣的渗透，指出圣经所谓的Koinonia，信徒在圣灵里很特殊的交流。
- 以弗所书5:18-21我们从希腊文动词「要被圣灵充满」，如何充满
 - +以弗所书5:18— 要被圣灵充满的希腊字「被…充满」是命令语气，表示它是个命令。
 - +希腊数目字 = 第二人称复数；指与别人在一起被圣灵充满，背景启示出圣灵充满是在团体敬拜时发生的。

- + 以弗所书5:18—要被圣灵充满的希腊字是命令语气，表示它是个命令
- + 希腊数目字 = 第二人称复数；指与别人一同被圣灵充满，从背景看见启示，被圣灵充满是在团体敬拜时发生的。
- + 19-21节的五个动词都是进行式，显示如何被充满
 - ++ Speaking 对说，用诗章、颂词、灵歌
 - ++ Singing 唱
 - ++ Making music 口唱心和的赞美主
 - ++ Giving thanks 奉我们主耶稣基督的名，常常感谢
 - ++ Submitting 存敬畏基督的心，彼此顺服
- 团体敬拜是神的众儿女，不只单独一人，聚在一起祝福神。譬如属地的父亲看到所有的子女一起向他表示赞赏，不是比一个人赞赏他更高兴吗？

更多团体敬拜的祝福

- 敬拜涉及启迪，我们学习神的话和祂对我们的旨意
- 我们被激励行出所听的道
- 我们在敬拜中与神对话
- 访客在福音敬拜中，从证道和圣礼听到耶稣基督的福音
- 五感全部使用在敬拜中
- 如圣经时代，孩子也来敬拜
- 当我们与各种不同背景的信徒敬拜神时，我们都蒙福，因神就是祝福
- 基督徒团体敬拜涉及我们的身、心灵的承诺，愿以爱顺服神。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 诗篇65; 68:35
- 利未记17:11; 希伯来书9:22-28
- 希伯来书10:25

操练

- 停下来想一想，感触一下进入神的殿会见祂，是何等的特权
- 停下来想一想，耶稣为信徒的罪流血是甚么意思？
- 习惯地常到神的面前和祝福

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 经历来到神的面前，享受最大的喜乐，需要预备去见祂
- 「你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉，既知道那日子临近，就当更如此。」（希伯来书 10:25）

操练

周间想象你在圣殿中敬拜神

- 想象你站在神的面前
- 想象你坐在长椅上为别人祷告，如别人为你祷告一样
- 想象耶稣在圣殿中
- 想象当你感到来到全能神面前的喜乐
- 赞美基督，祂自己付出极大的代价为你所做的一切（P.175）

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 经历来到神的面前享受最大的喜乐时，需要预备去见祂
- 「你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉，既知道那日子临近，就更当如此。」
(希伯来书10:25)

操练

- 以前的世代，周六晚上全家在一起有一段安静的时间读神的话、祷告、唱诗篇、圣诗，灵歌，会弹乐器的人就奏乐
- 周日早起，不仓促，有足够的时间吃早餐。端庄的打扮能帮助我们以尊敬的态度来到至圣神的面前，有适度的准备

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 经历来到神的面前享受最大的喜乐时，需要预备去见祂

操练

- 在前往教会以前，感谢神给你机会和主内弟兄姊妹一起敬拜祂
- 试着早几分钟到达教堂。等敬拜后才问候朋友。如果一定要问候他们，可在进口处做
- 在圣殿中要安静
- 坐下后，求神引导你的思想、情感和行动。若跪下能帮助你，就跪下

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

操练

经历神圣的会面

- 经历来到神的面前
享受最大的喜乐时，
需要预备去见祂

我们怎么走进祂的殿，祷告的殿，（以赛亚56:7; 马太福音21:13）影响我们敬拜心理。祷告：

- 让你从停车场走进教会时，就能看出谁是有需要的人
- 你所看出有需要的人就坐在你旁边
- 为牧师和所有主持敬拜的人
- 让你看见其它有需要的人
- 我们都能照着神的看法改变
- 去除一切搅扰你与三一真神的关系，和祂对你生命旨意的分心事
- 查看并默想一些标志和它们的意思，（如讲坛、洗礼池、圣餐桌、十架）
- 读圣经如诗篇122:1; 66; 73:1-17; 约翰福音4:24

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 「你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉，既知道那日子临近，就更当如此。」（希伯来书10:25）

操练

经历圣经中生气勃勃的敬拜，要专注于

- 尊崇基督
- 感谢祂为你所做的
- 听从祂的话
- 感受祂对你的爱
- 更深地认识并联系祂
- 与神和祂的百姓经常聚集来增加你与神的关系

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

「我们若说是与神相交，却仍在黑暗里行，就是说谎话，不行真理了。我们若在光明中行，如同神在光明中，就彼此相交，祂儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。我们若说自己无罪，便是自欺，真理不在我们心里了。我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。」
(约翰一书1:6-9)

操练

敬拜中包括认罪，是特别的祝福。当自己感到灵里污秽，须被洁净时，来到神的面前认罪，便能得到神祝福的确证。像敬拜中其它许多部份一样，是神与祂罪恶的百姓和解的主要因素。
(P. 167)

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 我们若说是与神相交，却仍在黑暗里行，就是说谎话，不行真理了。我们若在光明中行，如同神在光明中，就彼此相交，祂儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。我们若说自己无罪，便是自欺，真理不在我们心里了。我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。(约翰一书1:6-9)
- 其它可用经节
 - + 诗篇32:5
 - + 以赛亚蔬1:18; 6:5-8; 53:4-6
 - + 哥林多后书5:17

操练

当我们认罪后，立刻从蒙神呼召带领祂百姓敬拜的牧师口中，听到神赦免确证安慰的话，多么喜乐！

- 这些确证的话若来自神的话是最好的

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 我们若说是与神相交，却仍在黑暗里行，就是说谎话，不行真理了。我们若在光明中行，如同神在光明中，就彼此相交，祂儿子耶稣的血也洗净我们一切的罪。我们若说自己无罪，便是自欺，真理不在我们心里了。我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。(约翰一书1:6-9)

操练

「站在永生圣神的面前是，要改变。当我们进入祂的光照时...不能抱怨……。正如崇拜，始于圣洁的期待，终于圣洁的顺服。圣洁的顺服解救敬拜成为鸦片剂。真实的敬拜能驱使我们加入羔羊处处与魔力搏斗的征战。在个人的层面、社会层面、制度层面，耶稣，神的羔羊，都是我们的总司令。」（福斯特）

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

敬拜

经历神圣的会面

- 「你们不可停止聚会，好像那些停止惯了的人，倒要彼此劝勉，既知道那日子临近，就更当如此。」
(希伯来书10:25)

操练

「让敬拜成为每星期的高峰经验，使它成为你所渴望的，和做基督门徒的最高点。打开你的心让神感动你。」 (P. 176)

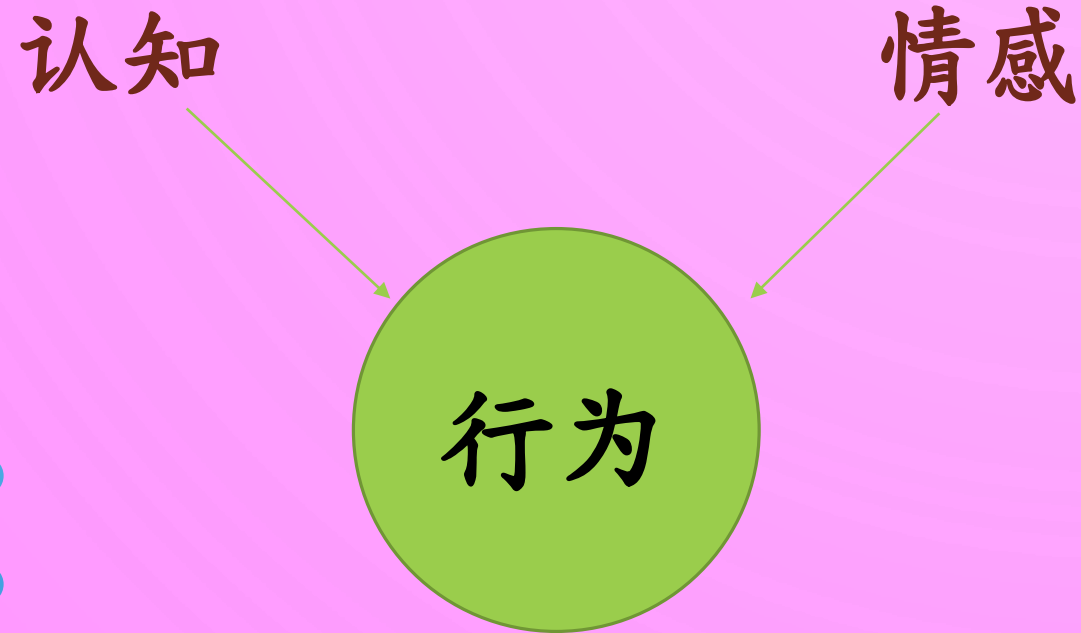
人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

平衡

操练

结合心灵与理性

人类学习与发育的三大领域：它们的關係

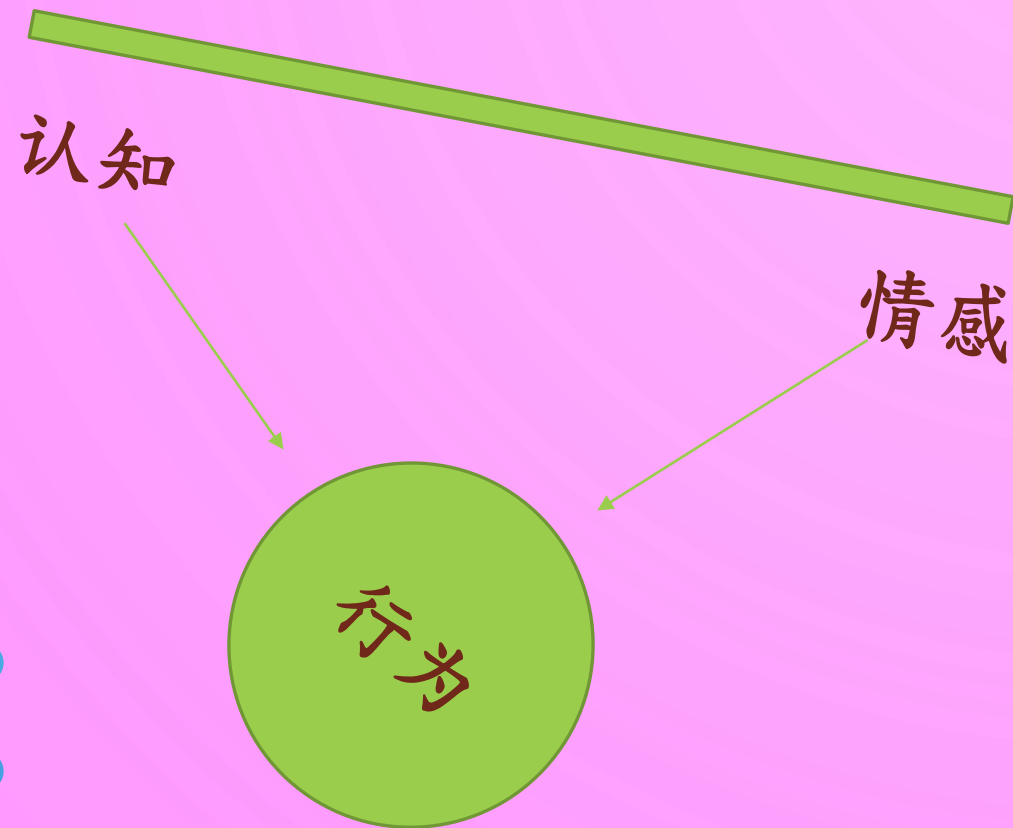


保持人类学习与发育三大领域的平衡，能给我们在主里的成长、灵命发育的喜乐、和为主的服事达到最高果效。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

平衡
结合心灵与理性

操练



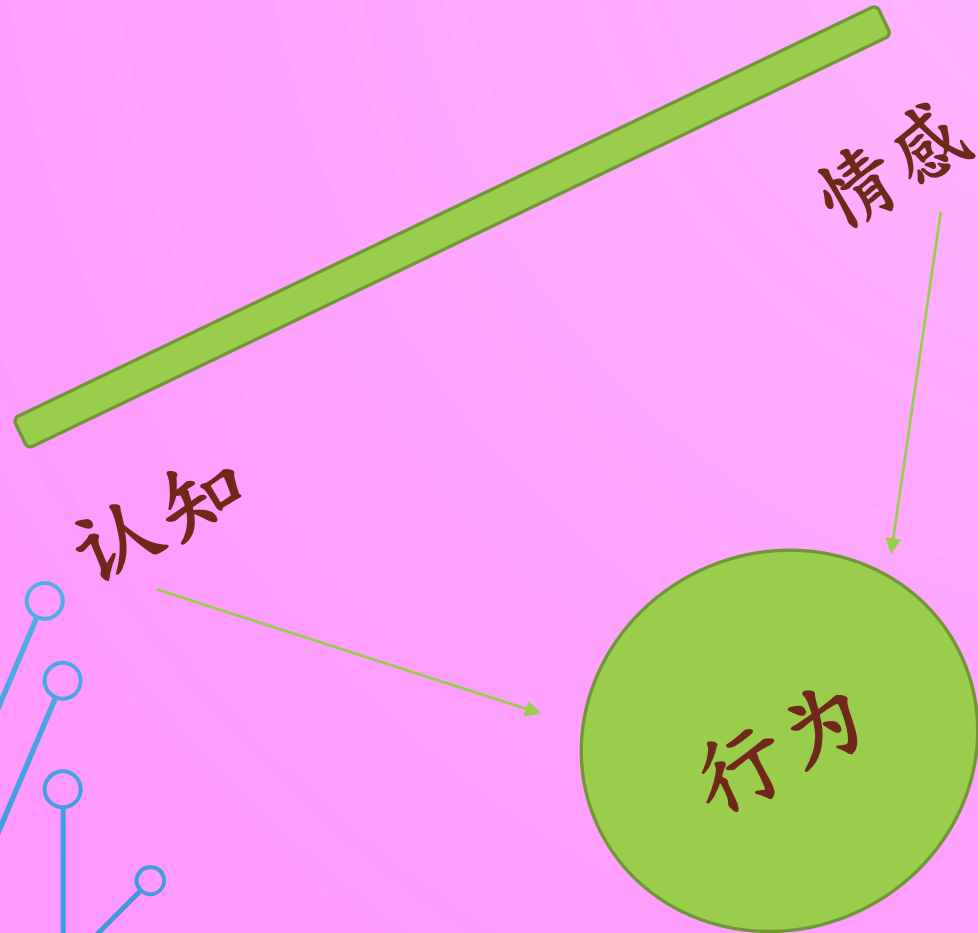
- 过分强调理性却降低或忽略心灵的结果是，造成枯燥的分析理性主义，缺乏行出神话语的动机。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

平衡

结合心灵与理性

操练

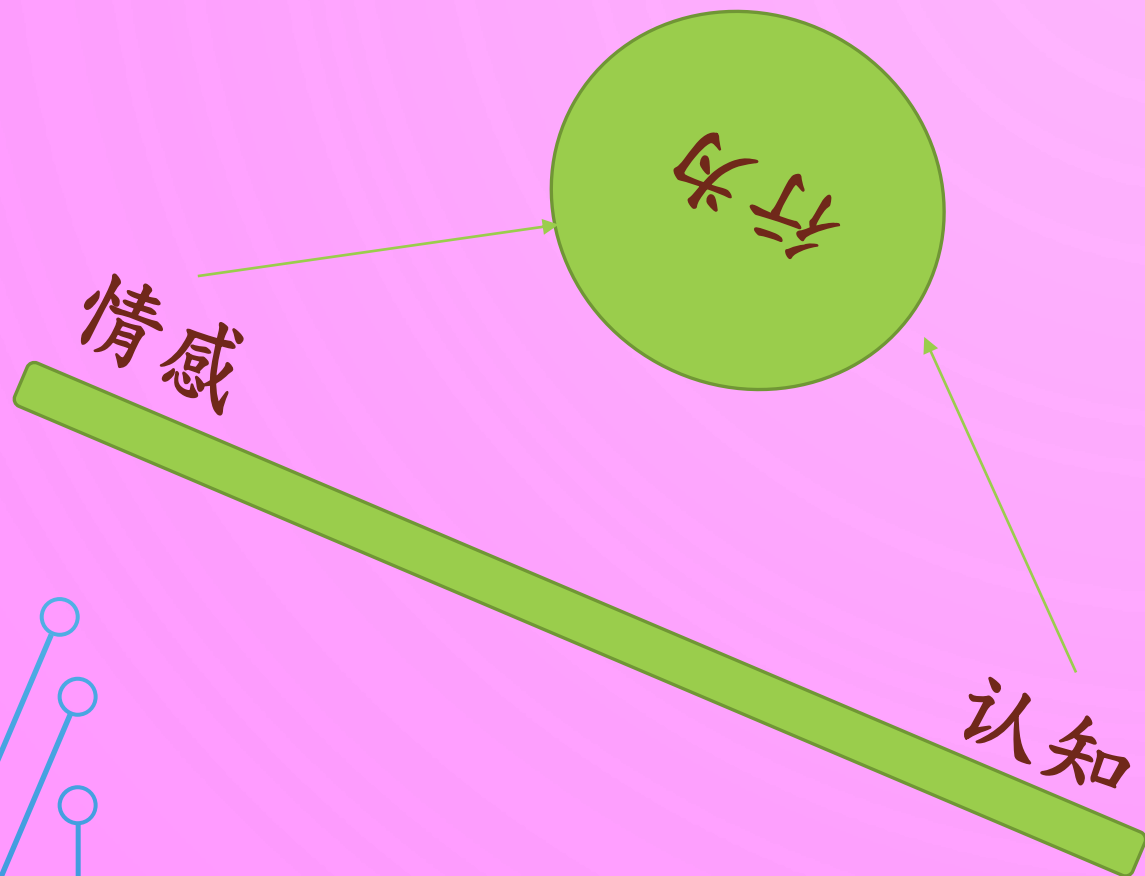


- 过分强调心灵，却减低或忽略理智的结果是，造成放纵不拘的肤浅情感主义。常常会专注自己，任意而为。也能造成肤浅不正确的神学，并容易追随错误和误导的时尚。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

平衡 磨练

结合心灵与理性



- 过分强调行为，常常也会过分强调心灵，结果是造成社会福音自由主义。不够知识，也关怀不周。那种关怀没有足够的连结，没有正确神话语的教导，没有其它相容的资源可协助他们避免引起问题的情况。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

平衡

结合心灵与理性

- 帖撒罗尼迦后书2:13

人类学习与发育的三大领域：
它们的關係

认知

情感

行为

```
graph TD; Cognition --- Emotion; Cognition --> Behavior((行为)); Emotion --> Behavior
```

操练

- 「.... 祂从起初拣选了你们，叫你们因信真道，又被圣灵感动，成为圣洁能以得救。」
- 保持三大领域平衡的结果是，多结果子、喜乐の圣徒生命成长，并积极地响应神呼召为耶稣基督在宣道上服事祂。

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

平衡 结合心灵与理性

- 帖撒罗尼迦后书2:13
人类学习与发育的三大领域：
它们的关系

认知

情感

行为

操练

希望能看到七个应用 (P. 186, 187)

1. 牧师和其它教会职员履行这三领域
2. 基督徒研读神的话，聆听祂的声音，然后试着实践所听到的信息，以证实它的可信。
3. 神学院的学生除了从事传统的课程之外，也默想、禁食、相爱和医治
4. 扎实却停滞的教会，注入清新敬虔的活力
5. 一群志同道合的基督徒，在一起交换心得，分享神住在我们里面丰盛的爱。
6. 家庭主妇百忙抽空来支取神的力量和爱，然后传递给家人。
7. 孩子在家学习爱、喜乐、祷告、默想和独处等基本属灵真理。

平衡情感和认知产生为耶稣基督有效的服事

人类学习与发育的三大领域 - 焦点：认知、情感与行为

操练

希望能看见七个应用 (P. 186, 187)

1. 牧师和其它教会职员履行这三领域
2. 基督徒研读神的话，聆听祂的声音，然后试着实践所听到的信息，以证实它的可信。
3. 神学院的学生除了从事传统的课程之外，也默想、禁食、相爱和医治
4. 扎实却停滞的教会，注入清新敬虔的活力
5. 一群志同道合的基督徒，在一起交换心得，分享神住在我们里面丰盛的爱。
6. 家庭主妇百忙抽空来支取神的力量和爱，然后传递给家人。
7. 孩子在家学习爱、喜乐、祷告、默想和独处等基本属灵的真理。

平衡情感和认知的结果是，产生为耶稣基督有效的服事

灵命操练中的喜乐

- 当你借着天天学习这些灵命的操练，长成耶稣基督的身量时，你将更能时时觉察神的同在，和祂在你生命中的作为。你与祂的关系也更加密切，那是永远持续的。
- 当人生发生挑战时，在这时代人人都会经历挑战，你就不会问许多人所问的问题，「现在发生的这一切，神在哪里？」因为你知道祂在哪里；祂绝不会离开你，祂完全足够的帮助一直都为了你，也与你同在。
- 那就是最大的喜乐，是耶稣所带来丰盛的生命！（约翰福音10:10）

更多资源

以下中文和英文的资源登在 www.fromacorntoak12.com

- 「课程发展与教课规划：为教师&为教师的教师」
“Curriculum Development and Lesson Planning: For Teachers & for Teachers of Teachers”
- 「基督宗教事工的『教学 - 学习法：使用第三阶目标』」
“Teaching-Learning Methods in Christian Ministry: Using Level III Objectives”
爱德华 D.希理 · 博士 Dr. Edward D. Seely 雷恩 译 Translated by Amy Lay

以下中文书籍：

- 「基督教义的根基」和「喜乐途径」
作者：狄亚特 牧师/博士 雷恩 译