

基督的一生



乔·麦金尼



国际圣经知识学院

主席声明

我们建议您研究圣经，以确定这些课程或任何其他来源中所述内容的准确性。国际圣经知识研究所（IBKI）课程中出现的“注释”是作者或编译者的意见。意见经常出现在音频、视频和印刷课程以及圣经注释中；以及传教士、牧师、牧师、神父或拉比的教导。

您应该始终验证这些内容的所有评论、意见和教导，因为寻求、了解和遵行上帝的旨意是您的责任。要检查任何教导的真实性，请阅读不同的圣经译本，并查阅圣经词典和词典以了解不熟悉的单词或短语的含义。请小心任何字典定义，因为字典给出了单词和短语从原始语言到当前用法的含义。单词和短语的含义也会随着时间而变化。此外，多个希腊单词可以翻译成一个单词，这可能会扭曲原始含义。

让神用圣经中记载的他的圣言对你说话。

IBKI 允许出于非商业目的下载和复制全部课程，无需更改或收费。

兰道夫·邓恩， 总裁

联系我们：info.IBKI.chinese@gmail.com

网站：www.thebibleway.net/IBKIChinese.html

基督的一生

基督的生活是什么？

“这生命已经显现出来，我们（耶稣的使徒）也看见了，也作见证，并向你们宣告那原与父同在、并向我们显现的永生”。（约翰一书 1:2。）

“生命在他里面，这生命就是人的光。”（约翰福音 1：4）。

历史事实是，大约 2000 年前有一个人，拿撒勒人耶稣。我们知道他出生在哪里，他的家人的名字，他是如何死的，是的，他里面有生命，他自己就是生命。他的来临是生命的证明，而这个生命是永远的。有了基督，“生命”就不再只是一种抽象的哲学理论。生命表现为一个木匠的儿子，他走路、说话、吃饭、睡觉、哭泣和爱，他从死里复活证明了他就是他所声称的那样。他谈到自己时说：“我就是道路、真理、生命。若不通过我，没有人能到父那里去。”

基督就是生命，生命就是基督。如果你有永生，那是因为你拥有基督。如果你没有基督，你就没有生命。真正的生命，永恒的生命，即基督的生命，不仅仅是存在。许多人从未找到“生命”。在接下来的课程中，让我们考察基督生活的质量，注意他的美德、属性和他的性格。鉴于此，提出本研究的计划。

学习计划

在马太福音

5:3-12

中，我们读到耶稣的“八福”。事实上，我们在这里找到了一幅关于基督徒应该如何的美丽肖像。每一个“八福”都显示了一种属性，而在每一个“八福”中，我们知道最好的例子就是耶稣本人。如果我们想像耶稣一样，我们就应该在生活中效法这个榜样。那么，本研究将围绕我们在马太福音

5

章的“八福”中看到的品质来组织：谦卑、怜悯、温柔、公义、怜悯、纯洁、缔造和平和忠诚。我们想了解每种品质的含义，如何在耶稣身上看到它，最后，为我们提供实际应用和劝告，让我们参与并拥有同样的品质。

除非另有说明，引文均来自新钦定版圣经

耶稣：谦卑的人（马太福音 5:3）

第1章

谦卑：什么是谦卑？

基督一生的一个突出品质就是他惊人的谦卑。为什么会有人从如此高的地方来到如此低的地方，只是为了将我们从必然的毁灭中拯救出来？圣者为何要屈尊为背叛者、否认者和懦夫洗脚？

谦卑的反面是自我中心或骄傲。这是受撒但影响、控制的心态的基本特征。在美国文化中经常被教导为美德的东西在圣经中却被视为罪恶。我们在箴言 6 章 16 节和 17 节中读到：“骄傲的目光为耶和华所憎恶”。神应许要“拆毁骄傲人的房屋”（箴言 15:25）。“傲慢的外表、骄傲的心……都是罪。”（箴言 21:4）。“神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。”（雅各书 4:6）。骄傲意味着“认为自己比别人优越”。这是一种错误的看待自己和尊重他人的方式。要真正欣赏谦卑，我们可以将其与它的相反品质（骄傲）进行对比：

- 骄傲说：“什么都别告诉我。我已经知道这一切了。”谦虚地说：“感谢您的建议和帮助。”
- 骄傲说：“我需要，我想要，我值得。”谦卑说：“他需要，他们想要，你值得。”
- 骄傲说：“上帝啊，我比我的同胞好得多。”谦卑说：“主啊，怜悯我这个罪人。”
- 骄傲会批评别人来贬低他们。谦虚地赞扬他人是为了造就他们。
- 骄傲自高自大，但神却抵挡他。谦卑在神面前使自己谦卑，神则使他高举。
- 骄傲说：“我能做所有事情。”谦卑说：“靠着加给我力量的基督，我凡事都能做。”
- 骄傲说：“我希望得到服务。”谦卑说：“我不是来受服务的，而是来服务并献出自己的生命作为许多人的赎金。”
- 骄傲说：“看看我做了什么。”谦卑说：“看看神在我身上做了什么！”

- 骄傲站在街上高喊：“钉死他！他变得比我们更受欢迎”。谦卑挂在十字架上，抬头仰望，祷告说：“父啊，赦免他们，因为他们不知道自己在做什么。”
- 骄傲寻求荣耀却找不到。谦卑不求别人的荣耀和荣誉。

骄傲与谦卑的区别，就是光明与黑暗的区别。当“光”来到世上时，谦卑的完美典范向我们展现了出来。

耶稣是我们谦卑的榜样

在耶稣基督的一生中，我们可以看到谦卑意味着什么的生动体现。在他与上帝以及与人的关系中，他始终证明自己是一个谦卑的仆人，没有自负，没有骄傲，无私，没有偏见。

在耶稣身上，我们看到一个为他那个时代的受压迫者奉献自己的人。他与工人和渔民交往。他喝的是那个被宗教人士如此鄙视和拒绝的混血女人的同一杯酒。耶稣进入各城时都表现出谦卑的精神，触摸麻风病人不洁的身体和聋哑人的舌头。他照顾那些被鬼附的人，其他人都不敢接近他们。他接受了去罪人和税吏、法利赛人和伪君子家里吃饭的邀请。

耶稣并没有回避任何阶层的人。名声不佳的妇女来到他面前，知道她们会得到理解、宽恕，并得到命令，不再犯罪。耶稣在富人和有权势的人面前，以及生活在通往任何城市的尘土飞扬的道路上的乞丐和盲人面前，都很轻松。耶稣从繁忙的日程中抽出时间与他人交谈、回答问题、施予怜悯并展示更好的生活方式。他参观了人民的房屋和其他宗教领袖的服务，参加了婚礼，与朋友一起去钓鱼，并祝福小孩子们。他总是停下来接听求救电话。尽管耶稣拥有一切被高举和荣耀自己的权利（毕竟，他知道自己上帝是上帝的独生子），但耶稣始终坚持认为是他的父亲做了一切。

请考虑耶稣的谦卑在四个方面表现突出：

1. 他的诞生- 阅读腓立比书 2:5ff 和路加福音 2 章。耶稣出生在马厩里并躺在马槽里并非偶然。“他虽然富有，却为了你们而变得贫穷，好叫你们因他的贫穷而变得富有。”（哥林多后书 8:9）。他不是在经过消毒的医院出生的，也不是躺在象牙婴儿床上的丝绸床单上。但实际上，即便如此，他为了来到这个世界而放弃了自己的荣耀、荣誉和权力，这对他来说也是一个巨大的退步。您是否听说过一家大型跨国公司的所有者兼首席执行官，他放弃了所有的财富、舒适和荣誉，只为了与社会的排斥者生活在一起，因为他同情他们并希

望帮助他们？如果你能想象到这一点，那么将其乘以 1000，你就差不多可以开始理解耶稣的爱和谦卑了。

2. 他完全依赖天父

我们似乎都在努力独立，靠自己。我们可能会自豪地说，“我能照顾自己”或“我是一个白手起家的人”。但我们正在看到谦卑是如何让神成为一切，将自己降服于他和他的旨意。在耶稣身上，我们看到了这种完美、自愿的依赖。听听他在约翰福音中的话：

5:19- “子凭着自己不能做什么，但他看到父所做的事”

5:30- “我自己什么也做不了。”

6:38——“因为我从天上降下来，不是要按自己的意思行，乃是要按那差我来者的意思行。

7:16、17——“我的教义不是我自己的，而是派遣我来的那一位的。”

8:28- “我不凭自己做任何事；但正如我父亲教导我的那样，我说这些话。”

8:50——“我不寻求自己的荣耀；有一位寻求并审判。”

14 : 10——“我对你们所说的话，不是凭着我自己说的；而是住在我里面的父所做的。”

14:24- “你们所听到的道不是我的，而是差我来的父的道。”

... 还有很多

耶稣把所有的功劳都归给了天父。他变得虚无，因此神可以成为一切。他完全顺服天父的话语、作为和旨意。这就是神如何能够在耶稣的一生中获得人类的救赎。

基督的生活是克己并完全依靠神的生活。然而，在他的谦卑中，他没有失去任何东西，因为天父“将他升为至高，又赐给他那超乎万名之上的名，叫一切在天上的和那些在耶稣面前的人，因耶稣的名，无不屈膝”。地上的和地底下的人，无不口称耶稣基督为主，使荣耀归与父神”（腓2:11）。

愿这也是我们的生活。

3. 他为他人提供的服务— 参见路加福音 22:27 和约翰福音 13:5。在神面前自卑的人，也能在人面前自卑。他是所有人的仆人。你能想象万有之主拿着毛巾和水盆，跪在不配的人面前洗脏脚吗？其中包括即将背叛他的朋友和当晚三次坚称不认识他的弟子？他为那些刚刚争论谁将是王国中最伟大的兄弟们洗脚。他给我们树立了多么出色的榜样啊！如果我们认为自己太高高在上，无法在这个世界的污秽面前下跪，帮助除去它们的恶臭，那么我们还不像神的儿子！

4. 他的生活方式——耶稣过着简单的生活。他并不住在宫殿里。他甚至劝阻一位想成为追随者的人说：“狐狸有洞，天上的飞鸟有窝，人子却没有枕头的地方”（马太福音 8:20）。我们记得，他是创造宇宙的那一位，按理来说，一切都属于他，但当耶稣进入耶路撒冷，加冕为犹太人的王，加冕为拯救万民的弥赛亚时，他却选择骑着一匹马而来。驴！

阅读马太福音 21:1-5。耶稣的价值观与其他“历史上的伟人”的价值观有多么不同！他们说，亚历山大大帝在由 200 头彩绘大象、200 名黑马士兵和 200 只狮子组成的盛大游行中进入印度，他坐在象牙战车上的金色王座上，宣称“我是宇宙之主。我”征服了世界。现在我要征服星星”。亚历山大 33 岁时去世，如今一无所有。但谦卑的君王耶稣仍然是万王之王、万主之主。这位朴实无华的仆人所走的卑微道路将他带到了永恒的荣耀。

个人的应用

我们在神面前谦卑的证据就是我们在人群中的生活方式。说我们爱看不见的神很容易，但真正的爱可以从我们对邻舍的爱和我们的谦卑中看出。你怎么知道基督住在你里面？你能参与到他的角色中吗？要知道你是否谦虚，就要审视一下你的日常生活。

- 你生活中是否偏爱他人？（罗马书 12:16）
- 你自认为聪明吗？（罗马书 12:16）
- 你真的爱而不张扬、不为自己的利益服务吗？（哥林多前书 13:4, 5）
- 你用爱心服务别人吗？（加拉太书 5:13）

- 你能忍受别人的爱心和忍耐吗？（以弗所书 5:21）
- 你认为别人比你自己优越吗？（腓立比书 2:3）
- 你会像耶稣宽恕你一样宽恕别人吗？（歌罗西书 3:13）

谦虚是什么感觉？答案在于你待人的方式。只有当我们认为自己与神相比微不足道时，我们才能将那些知识、才干、智慧和圣洁较少的人视为优越者。采纳基督的精神，不求自己的荣耀。如果这不是你的精神，那么请进行以下练习以在谦卑中成长。

练习培养谦卑的态度

1. 更多地思考耶稣的榜样，以及他的谦卑之美和他对待他人的方式。
2. 想想你对上帝的依赖程度。独自一人，你甚至无法呼吸。他给予我们一切来维持和照顾我们。
3. 想想你自己的罪过。你有多少次做错了？你离神的荣耀还有多远？有多少次你有机会行善却没有？
4. 想想加略山上的十字架——耶稣为你的罪付出的代价。
5. 将耶稣放在你心中的宝座上，决定将你的意志、行动和生活交给他。
6. 祈求上帝帮助你在谦卑中成长。
7. 开始练习谦虚的人会做的事情。如果你无法控制自己的感觉，至少你可以控制自己的行为，相信上帝会给你正确的感觉。因此，要顺服上帝和他人，寻求他们的利益而不是你自己的利益。

自查:

回答以下问题以衡量您自己的谦逊程度：

- 1、你认为自己比别人优秀吗？
2. 你认为你还需要阅读和研究圣经才能更好地理解神对你生命的旨意吗？
3. 你是否每天求神帮助你面对生活的考验？
4. 当有人命令你做某事时，你是否感到不舒服？
5. 你真的意识到你所拥有的一切都属于神吗？

6. 本周你是否屈服于别人的意愿、意见或偏好？
7. 当你帮助比你更穷、受教育程度更低或社会阶层更低的人时，你感觉良好吗？
8. 当你与他人发生误会时，你是否觉得很难请求原谅或道歉？
9. 这周你的言语伤害过别人吗？
10. 当你做了一件好事但没有人看到或没有人认识你时，你是否会感到难过？正在做？

第2章

耶稣：富有同情心的人（马太福音 5:4）

同情心：它是什么？

有人说耶稣是一位革命者。他们说他很激进。他们是对的！确实，他没有试图推翻任何国家的政府。他没有涉足政治；他不鼓励工人罢工；他从未拿起武器反抗当局。相反，耶稣总是教导他的追随者要服从“当权者”。然而，他所教导的内容和他所发起的运动与已经存在的内容截然不同，以至于他那个时代的社会拒绝了他并将他钉死在十字架上。

当耶稣宣讲“山上讲道”时，占主导地位的宗教是犹太教，军事政治权力掌握在罗马帝国手中。看看耶稣的话是如何与这两个团体领袖的想法相冲突的：

犹太人的宗教领袖大多是法利赛人，这是一个以骄傲和自以为是而闻名的群体。你还记得法利赛人在圣殿里的祷告吗？“主啊，我感谢你，因为我不像我身边的这个税吏罪人。”罗马士兵为自己通过武力征服世界而感到自豪。一位木匠的儿子来了，他说：“谦卑的人有福了。”这是相当激进的，不是吗？

法利赛人是“成圣的人”。他们认为自己高人一等，连“罪人”都不敢碰。然而，“罪人的朋友”耶稣却告诉我们：“哭泣的人有福了”；也就是说，那些充满同情心的人，一颗敏感的心，那些悔悟的人，那些内心为他人的悲伤所感动的人。

罗马帝国奉行“强权即公理”的统治，而最响亮的声音就是剑。我们的耶稣教导说：“温柔的人有福了。”

法利赛人抢劫寡妇的房屋，并假意做很长的祷告，但耶稣说：“饥渴慕义的人有福了。”

法利赛人吹着号角宣布他们要给一个乞丐一枚硬币。他们在公共城镇广场和街道上祈祷，以便人们看到他们。但耶稣来到现场说：“清心、真诚的人有福了。”

罗马帝国以战争、征服和破坏为生。耶稣教导说：“使人和睦的人有福了。”

你能想象听到耶稣教导的人的反应吗？就像有人评论耶稣“把另一边脸转过去”的指示一样：这个人说：“那不再起作用了。如果你这样做，你每次都会失败。”有些人认为耶稣的话很美，但不切实际。但请记住，耶稣不仅教导，而且按照他的教导生活。法利赛人和罗马帝国已经从世界上消失了，但耶稣还活着。他不仅生活在他的教义和他的追随者中，而且他从死里复活，他所建立的王国确实已经建立，数百万人已经进入并且仍在进入。

在马太福音 5 章 4 节中，耶稣说哭泣的人有福了，因为他们必得安慰。这种想法与现代观念相反，现代观念告诉我们真正的男人是不会哭的。我们听到我们的社会告诉年轻人：“不要回头，享受生活，享受乐趣，你只能走一圈，做你想做的事，悲伤或感到悔恨是愚蠢的。”但耶稣仍然宣称哭泣的人有福。

哭泣本身并没有什么美德。耶稣并不是宣扬悲观、自怜、受伤的自尊、受挫的野心、痛苦或磨难。耶稣并不是说：“被宠坏的孩子，在得不到他想要的东西时哭泣，是有福的。”他并不是在说：“哀叹入狱的罪犯是有福的。”根本不是这样的。富有同情心、悔罪和敏感的人，是一颗为他人的苦难或自己的罪孽所感动的人。这个人会受到祝福，因为神会在他的悲伤中安慰他。

玫瑰有芳香的气味，但打破玫瑰花瓣，看看会发生什么。你会发现，每片花瓣都有一个香水库，注定会在花中死去。这就是人心封闭、麻木不仁、永不破碎、只为自己而活的方式。它永远找不到隐藏在其中的宝藏。只有当心破碎、敏感、悔悟和富有同情心时，这份宝藏才会被释放。这是真的：哭泣的人有福了。

耶稣是我们同情心的榜样：

当你阅读福音书时，你会对耶稣的怜悯留下深刻的印象。他总是为悲伤者的绝望处境所感动。一个麻风病人来到他面前哭着说：“如果你愿意，你就能净化我”。（马可福音 1:40）。现在麻风病人的外表并不讨人喜欢。他们被禁止参加社区生活。但耶稣身上有一些东西让他们知道他们可以接近他。耶稣把他们吸引到自己身边，因此，当他听到麻风病人的恳求时，他“深受感动”，他伸出手，触摸他并说：“你干净吧！”他总是伸手抚摸它们，让它们变得干净整洁。耶稣就是这样。

在拿因城，他看到一位寡妇正在埋葬她唯一的儿子。耶稣见她悲伤，就怜悯她，说：“不要哭。”然后他开始使她的儿子复活（路加福音7:13）。

过了一段时间，耶稣离开耶利哥时，看见两个瞎子，“一摸他们的眼睛，他们立刻就看见了”（马太福音 20:34）。

圣经并没有说耶稣在听到他的朋友拉撒路去世时哭了。但当他到达坟墓时，看到马利亚和其他人在哭泣，“他心里悲叹，又什忧愁”，就哭了。（约翰福音 11:33, 35）。别人的悲伤触动了敏感的心。无论是悲伤的人、瞎子、瘸子、麻风病人、妓女，还是普通的罪人，耶稣都能感受到他们的痛苦，并尽力帮助他们。

道成了肉身，（约翰福音 1:1），他创造了宇宙，将一切安排在秩序之中，并且仍然维系着一切（歌罗西书 1:16, 17），拥有一切权柄。神圣但富有同情心，对我们的痛苦和悲伤敏感 - 这是我们的耶稣！用心灵的眼睛看到你的创造者，痛苦和哭泣，你就会更多地了解基督的生命。你再也不会说“好汉不哭”。

然而，耶稣最大的怜悯不是针对患病的身体，而是针对患病的灵魂。我们在马太福音 9章 35-36节中读到，耶稣如何同情那些像没有牧人的羊群、迷失的人、漫无目的地游荡、不知道自己在寻找什么、也不知道要去哪里的群众。有人可能会说：“这是他们的问题。每个人都选择自己的命运。”但耶稣不会对他们的处境袖手旁观。他被他们的精神状态所感动。这就是他来的原因。

我们在路加福音 19:41-44中读到，耶稣来到他心爱的城市耶路撒冷时也哭了。他展望了这座城市的未来，一片黑暗。犹太人拒绝耶稣，拒绝悔改他们的罪，否则将遭受可怕的惩罚。敌军将入侵并摧毁这座城市。所有居民都将被杀害或像奴隶一样被卖到其他国家。荣耀

的圣殿，象征着他们的特权和上帝在他们中间的存在，将被拆除，不留下一块石头放在另一块石头上。这一切都发生在40年后。耶稣爱他们，并为那些叛逆和不服从的人的命运而哭泣。

值得注意的是，这一幕发生在他痛苦死亡前一周。在他自己残酷死亡的前夕，耶稣没有为自己哭泣，而是为耶路撒冷哭泣，因为他知道当他们拒绝他时，他们就放弃了拯救的唯一希望。他的眼泪不是为自己即将受的苦难，而是为他所爱的人的苦难。耶稣对罪人充满怜悯。耶稣今天对你表示同情，无论是你的孤独、痛苦、悲伤还是你的罪恶状况。他可以拯救你。他想救你。他为了救你而死。

“耶稣基督昨日、今日、一直到永远，是一样的。”（希伯来书 13:8）。他不会改变，也永远不会改变。怀着对这些人的怜悯，他今天将“体恤我们的软弱……凡事受过试探，与我们一样，只是我们没有犯罪”（希伯来书 4:15）。耶稣在你的苦难中为你哭泣，并希望你能在别人的悲伤中感受到他们的感受。耶稣是我们富有同情心、敏感的人的完美榜样。

个人的应用：

让我们注意三个我们应该受到情感触动的领域。首先，我们应该为他人民的苦难而哭泣。有些人会因为碎玻璃和打翻的牛奶而哭泣，但当他们看到破碎的生活时却不会。那是不对的。我们必须认识到一个人的无限价值，我们的心应该被他们的苦难所感动。让我们的心被人而不是事所感动。尝试在一切事物中看到上帝的手，无论是小孩的脸、美丽的微笑、朋友的愉快的话语，还是爱的牺牲。耶稣就是那样。像耶稣一样，无论我们走到哪里，看到人类的状况，听到悲伤的呼声，都要富有同情心，停下来提供帮助、鼓励和安慰。你会像耶稣基督一样，你会受到祝福。

其次，我们需要为别人的罪而哭泣和哀叹。因他人身体上的痛苦而感动落泪，但却忽视导致他们走向永恒死亡的罪孽，这是没有意义的。毕竟，当我们出现在所有灵魂的审判者面前时，我们的胃是饱还是空又有什么关系呢？当我们看到基督里的弟兄回到世界并决定生活在罪中时，我们应该哭泣（见哥林多前书 5:1-2）。我们需要为我们的社会行走在黑暗中这一事实而哭泣。如果我们袖手旁观，邪恶就会战胜正义。我们必须向迷失的人传福音，停止在卖淫、色情、酗酒和腐败面前无所作为。吸毒成瘾的年轻人数量每天都在增加。

如果我们不采取任何行动来帮助他们，我们能说我们对他们感到同情吗？基督徒必须热爱美好的事物，但也要憎恨那些毁灭生命和灵魂的事物。

第三，我们应该为自己的罪而哭泣。在这一点上，我们不能效仿耶稣的榜样，因为他从未犯过罪。不过，他确实教导我们，在我们审视别人的罪恶之前，我们必须审视自己的内心。法利赛人谴责别人的罪，却忽视自己的失败。我们需要省察自己，感到悔恨，让自己的心破碎，并充满痛悔的灵，从而引导我们悔改。（诗篇 51:17）

“亲近神，他就会亲近你。罪人啊，洁净你的手；心怀二意的人，洁净你的心。哀叹、悲伤、哭泣！让你的笑声变成哀悼，让你的喜乐变成忧郁。谦卑你们在主眼前，他必使你们高举”（雅各书 4:8-10）。就像五旬节那天的人们，听到彼得说他们把上帝的儿子钉在十字架上，“心里非常难过，就对彼得和其余的使徒说：“诸位弟兄们，我们当怎样行？？”（使徒行传 2:37）要对自己的属灵状况保持敏感。

自查:

回答以下问题来衡量您自己的同情心水平：

1. 你认为如果你犯罪，神会伤心吗？
2. 你是否曾经恳求过朋友：“请停止你正在做的事情吧？这是罪过！”
3. 你曾向非基督徒传过福音吗？
4. 看到一个醉酒的人走在街上摇摇晃晃地摔倒，你觉得有趣吗？
5. 你喜欢听八卦吗？
6. 你是否对一些曾经让你感到冒犯的事情不太敏感？
7. 你喜欢看宣扬暴力、不道德和淫秽语言的电影吗？
8. 看到乞丐、盲人、残疾人的身影，是否触动你的心？
9. 你对这个世界上邪恶、悖逆的人们将得到他们应得的报应感到高兴吗？

10. 当你陷入试探、得罪神时，你会感到悔恨吗？

第3章

耶稣：温柔的人（马太福音 5:5）

温柔：这是什么？

我们经常听说基督徒应该与世人不同。这是真实的。基督给我们的生活带来的改变应该是非常明显的。但是，这并不是说在基督里的人必须穿着西装打领带到处走动，或者基督徒妇女必须只穿自制的衣服或以某种方式留着头发。这些东西都是外在的；也就是说，肤浅的（表面上的）。耶稣说他的跟随者和世人的区别在于他的内在人格，他的品格。当世人看待基督徒的生活时，他们应该看到的正是谦卑、同情、温柔、公义、怜悯、纯洁、和平和信实的内在精神表现。当我们开始展现这些品质时，世界将清楚地看到，

最不受欢迎的品质之一是温柔。有人曾说过：“如果上帝所有的属性都拿来拍卖，那么最后被拍卖的就是温柔。”很少有人明白它是什么，也更少人仍然珍视主耶稣的这种品质。

耶稣在马太福音 5 章 5 节中说：“温柔的人有福了，因为他们必承受地土”。温柔是什么意思？根据我们的字典，温柔意味着你“表现出耐心、谦逊、温柔……容易被强迫、顺从”。温顺的人不会在压力下发脾气或发脾气。一个好的同义词是“温柔”。一个温柔的人是可以控制的。

温柔并不意味着软弱。马在未驯服之前是很强大的，但是，野性对人来说是没有用处的。被驯服后，它的力量并不会消失。它只会变得驯服、受控和有用。温柔的一个很好的定义是“控制下的力量”。

罗马征服了世界，但基督徒征服了罗马帝国。尼禄在皇宫的床上翻来覆去，而基督徒则在牢房里安然入睡。他们在救赎中找到了胜利，他们的勇气来自于他们的信念。他们在苦难中获得了耐心。那些原始基督徒获得了基于真理、在迫害中锻炼的精神力量，这反映了基督本性的形象。让我们来看看这个在基督徒生活中非常重要的品质：温柔。

耶稣是我们温柔的榜样

也许基督一生中最容易被误解的品质就是他的温柔或温顺。他并不弱，而是很强。还记得他是如何被逮捕、被棍棒殴打、被鞭子鞭打、被吐口水、被嘲笑的吗？群众要求处死他，他被钉在罗马十字架上。人群向他挑战：“如果你是神的儿子，就下来吧！”

现在考虑一下他本来可以做什么。他可以用一句话控制暴风雨，在水面上行走，用几块面包和鱼喂饱五千人，甚至可以让死人复活。在十字架上，他本可以召唤一万名天使来释放他并摧毁那个忘恩负义的一代。但他没有这么做。耶稣“并没有犯罪，口中也没有诡诈……被辱骂，也不还辱骂；受苦，也不威吓人，只将自己交托那按公义审判的主”（彼得前书 2:22）,23)。听听他在十字架上所说的话：“父啊，宽恕他们，因为他们不知道自己在做什么。”这就是温柔，正确的定义是：在控制之下的力量，在考验中的平静，以及即使在困难的情况下灵魂的平静。

弥赛亚的温柔是旧约预言的主题。以赛亚书 12:1-4 或马太福音 12:15-21 讲述了耶和华所说的这个人的特征：“看哪！我所扶持的仆人，我心所喜悦的选民！他必不呼喊，也不呼喊。”扬起他的声音，也不叫街上听见他的声音。压伤的芦苇，他不折断；将残的灯火，他不吹灭。”耶稣并没有站在街上，气得满脸通红，大喊大叫，试图让非信徒相信他们的做法是错误的。根据这个预言，耶稣并没有吹灭折断的芦苇，也没有吹灭正在闷烧的烛芯。

想想这两个表达：当时，芦苇或小杆被用作尺子或手杖。如果你打破了它，就变得没用了。这根折断的芦苇代表着一个软弱、脆弱的人。耶稣如何看待软弱的人？他并没有鄙视他们。耶稣在弱者、被鄙视者或被排斥者中表现出耐心和同情。他认同他们，尊重他们，并将他们提升到更高的水平。他并没有丢弃它们；而是相反，他对待他们更加小心。他很温柔。

阴燃灯芯与此类似。当蜡烛或油灯熄灭时，灯芯开始闷烧并冒烟。这可能会刺激眼睛，所以最简单的方法就是伸手捏住灯芯。它很快就熄灭了。那根阴燃的灯芯代表着一个令人恼

火、不方便的人。耶稣怎样对待这样的人呢？他忍受了他们！他没有摆脱他们，而是照顾他们。耶稣并没有践踏软弱、令人讨厌、有问题、不成熟的人！

耶稣提倡的不是软弱，而是宽容，因此能够帮助弱者变得坚强。他没有让他们承受太重的担子。他总是号召人们要行为端正、品行良好，但同时他也理解并容忍弱者的愚蠢和不成熟。耶稣站在弱者一边。他从未停止过温柔。

这么说也许有些奇怪，但当耶稣将兑换银钱的人赶出圣殿时，他并没有放弃他的温柔。他并没有失控。相反，他清楚地知道自己在做什么。在马太福音23章中，当他谴责假冒为善的人时，他并没有停止温柔：“蛇，毒蛇的种类！你们怎能逃脱地狱的定罪呢？” 当有一天，他“与他大能的天使从天上显现，在烈火中向那些不认识上帝和那些不听从我们主耶稣基督福音的人报应”时，他也不会停止温柔。”。（帖撒罗尼迦后书 1:7, 8）。温柔并不意味着你不与邪恶作斗争、斥责罪人或尝试纠正不公正现象。有时必须使用武力。我们必须采取行动，大声疾呼，抵制，但我们只需以正确的方式去做，耶稣的方式，受控制的方式。

个人的应用

温柔是圣灵在基督徒生活中所产生的一系列品质之一（加拉太书 5:22-3）。这意味着，当神的灵掌管我们的生命时，我们就不会想要以恶报恶地对待那些激怒我们的人。当受到批评时，我们不会愤怒地爆发。当我们受到虐待时，我们能够原谅伤害我们的人。这就是温柔。

温柔并不意味着我们屈服于他人的一切邪恶欲望或不公正行为。错误的教义必须得到纠正。罪必须被拒绝；必须以有控制的方式对抗压迫和不公正。我们对不法行为的反对必须没有痛苦、肮脏或不平衡。

我们应该尊重他人（提多书 3:1, 2）。我们要小心、细致地纠正弟兄们。作为温顺、温柔的人，我们可以像对待贴有“易碎，小心搬运”标志的包裹一样对待别人。人类是脆弱的。我们要小心，不要用怨恨的言语或粗暴的对待来伤害他们。让我们以极大的关怀和温柔对待人，尤其是那些远离神的人。

圣经谈到温柔，尤其是对女性的温柔。我们的社会充满了广告、电影、肥皂剧、书籍和杂志，不断地欺骗着女性。他们从各个方面听说，要想受欢迎和有吸引力，就必须“性感”和感性。他们不断受到谎言的轰炸，认为美丽是身体特征的结果，在嘴唇上注射一点肉毒杆菌、更瘦的鼻子或更大的胸围会让他们更美丽。这是撒但的谎言之一。圣经强调内在品质使女人美丽而有吸引力。彼得前书 3:3, 4 说：“你们的妆饰，不可只在外表上，例如梳头、戴金子、穿华美的衣服；倒要以内心隐藏的人，以温柔、坚不可摧的美丽为装饰。安静的精神，

长得漂亮并不是罪过。事实上，上帝创造女人是为了让男人有吸引力并取悦男人。上帝不会谴责外表美丽的女人。故意穿得破烂是没有任何好处的。圣经说，有一些更重要、更基本的东西能够吸引人、给人留下深刻的印象。这是纯洁，是敬畏；这是一种温柔、安静的精神，可以永远影响人。随着时间的推移，身体失去了形状，脸上出现了皱纹和斑点，但温柔的精神一天天变得更加美丽。“优雅地老去”比不光彩地老去要好。

自查:

回答以下问题来衡量你自己的温柔程度：

1. 你会对家人或同事大喊大叫吗？
2. 当受到不实指控时，你是否会过度激烈地为自己辩护？
3. 在讨论中你坚持拥有最后发言权吗？
4. 如果你对某人生气，你的同事会感到惊讶吗？
5. 你是否被认为是一个在暴风雨中保持冷静的人？
6. 你是否尝试选择不会伤害别人感情的词语？
7. 你会试图报复伤害你的人吗？
8. 你想和排在你前面的人打架吗？
9. 当你斥责某人时，看到他们尴尬或生气会让你感觉良好吗？

10.当你面对不公正的事情时，你能保持善良、温柔、顺从吗？

第 4 章

耶稣：义人（马太福音 5:6）

正义：它是什么？

“饥渴慕义的人有福了，因为他们必得饱足。”（马太福音 5:6）。圣经真理是，人需要的不仅仅是食物和饮料来维持生命。他的灵魂需要精神上的营养。这就是为什么耶稣说：“人活着不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。”（马太福音 4:4）。他还说：“不要为那必坏的食物劳力，要为那存到永生的食物劳力，就是人子要赐给你们的，因为父神在他身上盖了印记。”（约翰福音 6:27）。

人不仅仅是一种有物质需要的动物。我们是上帝的特殊创造，是按照他的形象和样式创造的，具备精神、情感和身体的需求和愿望。我们需要与我们的创造主上帝建立亲密的关系，而这是通过耶稣基督实现的。

马太福音 5 章 6 节让我们想起电视里的场景：饥饿的移民为了躲避干旱、内乱或政治动乱，只穿了衣服。他们在闷热的天气里工作或旅行，而他们的小孩子的骨头似乎从紧绷的皮肤中伸出来，他们的肚子因寄生虫而膨胀。我们大多数人都不知道真正的饥饿是什么感觉。对于这些难民来说，找到充足的食物和水是多么令人高兴啊！

人们在生活中寻找满足自己欲望和需求的东西。他们又饿又渴，但不仅仅是面包和水。他们想要东西、物质财产、亲密的关系、生命的意义和和平。他们想要快乐。然而，还有一种更重要的饥饿，上帝希望我们经历并随时准备满足。这是对正义的饥渴。请记住，“有福”有时被翻译为“快乐”，请注意耶稣没有说的话。他没有说寻求幸福的人就会幸福。相反，他说，寻求正义的人将会幸福。那些寻求上帝和他旨意的人，那些想要正确思考和行动的人，将会找到幸福。

通常，饥饿和口渴的人会试图以错误的方式来满足自己的欲望。一个孩子饿着肚子来到学校，吃了糖果填饱了肚子，但到了午餐时间，他就不想再吃东西了。因此，许多人试图用物质的东西，如酒精、毒品、性、各种娱乐和非精神的快乐来满足自己的欲望，却发现他们找不到持久的快乐。耶稣向我们展示了通往人生真正满足、满足和成就的道路。饥渴慕义的人有福了。

耶稣是我们公义的榜样

在耶稣出生前一千年，就有关于耶稣的预言：“你喜爱公义，恨恶邪恶”（诗篇 45:7）。也有预言说：“他必以公义审判穷人，以公平裁决世上的温柔人；他必用口中的杖击打大地，用口中的气杀戮恶人。公义必作他腰间的腰带，信实必作他腰间的腰带”（以赛亚书 11:4-5）。

耶稣是我们最好的公义榜样，但你知道什么是公义吗？它与正义是一回事，只是在个人层面上。这不仅是公平或正确地对待他人，也是正确地做自己。基督在他的一生中，公平待人，行公义，审判邪恶，保护无辜者。他的正义包括对所犯之恶的报应。他是一位正义的法官，卷入了正义与邪恶的斗争。从这个意义上说，他并不公正。他希望正义战胜邪恶。耶稣喜爱正确的事，但憎恨错误的事。对我们来说，重要的是要知道耶稣一直以来并且将永远做正确的事。

耶稣基督，公义的那一位，总是遵照上帝的旨意行事。甚至十字架上的强盗也不得不承认：“我们被定罪是公义的，因为我们因自己的行为得了应有的赏赐；但这人并没有做错什么”（路加福音 23:41）。因为他是正义的，所以 he 可以说：“撒但对我无权拥有权”（约翰福音 14:30）。他总是做神面前看为正的事。当他将货币兑换商逐出圣殿时，他表现出了他的正义。他不能允许人们把他天父的殿变成贼窝（马太福音 21:13）。

耶稣从来没有因为一个人过去的错误而拒绝他（马太福音 9:13），也没有因为拒绝帮助有需要的人的传统而放弃真理（马太福音 12:1-2）。他尊重他的同伴（马太福音 11:11-12），并与其他人分享真理（马太福音 13）。耶稣的一言一行都向我们展示了正义的完美典范。

耶稣是我们成熟的榜样（以弗所书 4:15）。他是我们力量和果实的源泉（约翰福音15:1-5）。正如他所做的那样，我们必须渴望与神家里的团契（希伯来书 10:23-27），以神的话语喂养自己（提摩太后书 3:16, 17），并与他人分享我们的财产（哥林多后书 9 : 7-10）。我们必须顺服神而不是顺从人（使徒行传4:19）。这就是耶稣向我们启示的生命。

基督的公义也体现在他审判者的角色上。“神已定了日子，要借着耶稣按公义审判世界”（使徒行传 17:31）。当他来施行审判时，他会将绵羊和山羊分开。“我们众人都必须来到基督的审判台前，使各人可以照着自己身上所行的，或善或恶，领受”（林后 5:10）。那天，正义的法官会对你说什么？

个人的应用

耶稣如此强调公义在我们生活中的绝对必要性，以至于他说：“你们的义若不胜于文士和法利赛人的义，断不能进天国”（马太福音 5:20）。然后他开始解释如何实践这个正义。请参阅他在登山宝训（马太福音 5、6 和 7 章）中指出的一些与正义生活有关的事情：

1. 要怜悯 (5:7)
2. 要纯洁 (5:9)
3. 缔造和平 (5:9)
4. 照亮世界 (5:14)
5. 控制你的愤怒 (5:21, 22)
6. 控制你的激情 (5:27, 28)
7. 在婚姻中要忠诚 (5:31、32)
8. 诚实 (5:33-34)
9. 考虑他人的福祉 (5:38-42)
10. 爱你的敌人 (5:43-48)

11. 怀着纯洁的动机侍奉上帝 (6:1-18)

12. 宽恕他人 (6:14、15)

13. 不要物质至上 (6:19-24)

14. 首先寻求神和他的国 (6:25-34)

15. 论断时不可假冒伪善 (7:1-5)

16. 珍视圣物 (7:6)

17. 己所不欲，勿施于人 (7:13)

18. 服从基督 (7:21-27)

基督徒的生活是公义、善行、顺服的生活，更重要的是，这些行为必须是出于纯粹的动机。耶稣在马太福音 6 章 1 节中说，我们不要行义叫人看见。我们所做的一切都应该在上帝面前做，以讨他的喜悦，因为我们知道他会奖赏我们。

自查:

回答以下问题来衡量你自己的正义程度：

1. 你是否曾经故意欺骗别人但不悔改？
2. 在你的生活中，有你拒绝原谅的人吗？
3. 你是否经常根据“耶稣如果代替我会做什么？”来做出决定？
4. 你关心寡妇、孤儿和穷人吗？
5. 你是否通过祷告、查经和与教会的团契来加强你的属灵生命？
6. 你认为你的美好生活值得上帝眷顾吗？
7. 你是否通过衣着、语言、种族或国籍来评判一个人？
8. 你认为一个罪犯可以成为一个好人并且在神国里变得重要吗？

第 5 章

耶稣：仁慈的人（马太福音 5:7）

梅西：那是什么？

耶稣用一个故事来定义怜悯：“有一个王（马太福音18:23-35），决定和他的臣仆算账。他发现一个仆人欠他一万塔兰特——一笔不小的财富。仆人永远无法偿还他所欠的钱——

永远不会。国王于是命令他的部下：“把他扔进地牢；卖掉他的所有财产，包括他的妻子和孩子！”仆人恳求道：“大人，请您宽容一点，我会还清一切的，只是需要一些时间。”这个恳求触动了国王的心，令人惊讶的是，他最终取消了全部债务。仆人欢呼雀跃地离开了！然而不久，他就遇到了一个欠他钱的同伴。这只是一笔小钱，但第一个仆人要求立即付款。虽然只是一笔小额债务，那个仆人无力支付。第一个仆人，就是被免除了如此大笔债务的那个仆人，然后命令那个仆人被扔进地牢，直到他还清所欠的钱。”

在这个故事中，谁是仁慈的——

国王还是第一个仆人？当然是国王，因为他被债务人的困境所感动，做了一些事情来减轻他的痛苦。

有一天，耶稣在安息日（犹太休息日）与门徒一起散步（马太福音 12:1-2）。正值午饭时间，弟子们都饿了。他们来到了一片准备收割的玉米地。戏剧性的一幕出现了：饥饿的人们注视着一片成熟的玉米地，一群法利赛人注视着这群耶稣的门徒，心想：“今天是安息日。安息日是不准工作的。仔细观察他们。”看看他们是否摘了一些玉米来吃。如果他们摘了，我们就抓到了！”现在耶稣要做什么？他会考虑弟子的需要并招致敌人的批评吗？或者他会屈服于人造传统并让他的部下挨饿吗？怜悯会做什么呢？答案是显而易见的。

仁慈的人将人类的需求视为他的首要任务。事实上，这丝毫没有违反上帝赐福给人的律法。它只是与那些墨守成规的伪君子的传统相冲突，他们发明了连他们自己都无法承受的规则和负担。慈悲优先于人为规则和习俗来满足人们的需求。

没有怜悯的宗教是空虚和死气沉沉的，不是来自上帝的。没有人在生活中排除怜悯，就不能声称自己在跟随耶稣。仁慈与否，并不是一件小事。在审判中，基督会对那些无情的人说：“离开我吧，你们这些被诅咒的人，进入为魔鬼和他的使者准备的永火里去吧：因为我饿了，你们没有给我食物；我渴了，你们给了我。不许喝水；我是个陌生人，你们没有收留我；我赤身露体，你们没有给我穿衣服；我生病了，在监狱里，你们没有来看望我。然后他们也会回答他说：“主啊，我们什么时候见你饿了，或渴了，或作客旅，或赤身露体，或病了，或在监里，不伺候你呢？”然后他会回答他们说：“我实在告诉你们，既然你们没有对这些最小的一个做这事，

耶稣说：“怜悯人的人有福了，因为他们必蒙怜悯。” 怜悯是当我们感受到某人处于困境时的痛苦。然而，这不仅仅是感受痛苦，而是采取行动来减轻和帮助。有时我们都会感到痛苦和必要。毫无疑问，我们需要一句鼓励的话或一个善意的举动。我们周围的人也有同样的感受，需要善意的话语和帮助。

在马太福音 5 章 7 节中，耶稣教导我们，上帝会奖赏我们对他人的关心和感情。我们将“蒙怜悯”。耶稣在马太福音 6 章 14 节中说：“你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯。” 真正有慈悲心的人，一定会得到福报。他会觉得他的生命是有价值的，并且会确信奖赏的上帝正在非常高兴地观察他。

耶稣是我们仁慈的榜样

没有人能与耶稣相比。他的一生充满了重要的任务，但总是找到时间停下来照顾周围人的需求。对耶稣来说，帮助别人并不是浪费时间。他的优先事项与世人的优先事项是如此不同。他讲完一篇有力的讲道后下山，遇到一个麻风病人，他说：“主啊，你若肯，就能叫我洁净了。”

耶稣伸手摸他，说：“我肯，你洁净了吧”（马太福音 8：3）。基督在上传道期间，这个场景重复了三年多。

我们不断地回应我们可能觉得不方便的请求，在圣经中从来没有读到耶稣遇到过一个有需要的人寻求帮助，但他却没有帮助他们。到最后，我们看到基督被钉在各各他的十字架上，在两个强盗之间痛苦地死去。他正忙着处理自己的问题，但听到小偷的请求，他感到非常同情。尽管他自己遭受了痛苦和羞辱，但他还是能够原谅小偷。那就是我们的耶稣！他

瞧不起我们·对我们的天父犯下如此多的罪孽·但他仍然降临到这个肮脏的小粘土球上·生活在像你我这样的罪人中间·只是因为我们需要他无限的怜悯。

那么，我们对那些浑身沾染着这个世界的污秽和罪孽的恶臭的人有何感想呢？知道他们明天将没有东西吃，并且在审判中等待着他们的是比死亡更糟糕的命运，我们会伸出援手吗？耶稣做到了。如果我们想要过基督的生活，我们也会伸出援手。

个人的应用

我们必须挑战自己，在任何情况下都问自己：“耶稣会怎么做？” 耶稣会原谅冒犯他或把他钉在墙上的人吗？他会再给那个让他失望的人一次机会吗？他会学得慢的人有耐心吗？他会伸出援助之手，将某人从罪恶的泥沼中拉出来吗？如果你知道答案，那就也去做吧！

根据马可福音 4 章 24 节，怜悯意味着照顾我们周围人的需要。梅西走路时总是睁着眼睛，即使有最小的求救声也会采取行动。这种情况每天都在我们身上发生，如果我们对此持开放态度，我们就会察觉到它。我们所走过的道路上满是痛苦、焦虑、恐惧和悲伤的面孔。当我们意识到有什么问题需要引起注意时，我们有两种选择：对受苦的人保持冷漠，或者靠近并提供帮助。我们在耶稣身上看到了怜悯的完美典范，因为他生命中的一切都是他天父的反映。耶稣说：“你们应当慈悲，正如你们的天父慈悲一样”（路加福音 6:36）。

有时我们可能想对自己说我们不认识这个人，以此来为自己的疏忽找借口。在路加福音 10:25-35 中，耶稣教导我们这种预先计划的隔离策略。这是“好撒玛利亚人”的故事。请注意，两名犹太人（均为宗教人士）走的是与受伤男子同一条路，但故意从另一边经过。他们本来有机会停下来帮忙，但他们没有。或许是生活的忧虑，或许是对陷阱的恐惧，或许是一天工作后的疲惫，或许只是单纯的冷漠。无论借口如何，结果仍然是“不采取行动”。然而，好撒玛利亚人是一个忙碌的人，正在履行责任和义务的路上，但他把这一切都搁置起来，停下来帮助一个有需要的人。我们需要对这样的机会保持警惕。当撒玛利亚人看见那人时，他走近，想要看到需求，而不是想要躲避它。我们也总是遇到这样的机会。促使我们采取行动的我们的教育、才能、社会阶层或经济资源。这是一颗充满慈悲的心。

撒玛利亚人毫无畏惧、毫无羞耻地来到伤者身边。那些看到但没有停下来提供帮助的人应该感到恐惧和羞耻。教堂不是我们逃避生活的严酷现实的修道院。相反，我们是一个行动体。撒玛利亚人并不惧怕血。他涂了药，摸了摸伤口。基督徒不能害怕血。有些人面对需要帮助的人时会问：“我帮助别人能得到什么回报？” 还有人说：“没有希望；我会浪费时间。” 然而，仁慈的人会继续提供帮助。种族、肤色或宗教信仰并不重要。这位好心的撒玛利亚人并没有要求提供社会安全号码、所得税报表、三份功绩证明或驾驶执照来决定他是否停下来提供帮助。

如果你在凌晨一点在主干道上看到一名受重伤的人，你会怎么做？怜悯有时会带来风险。躲在下一块巨石后面的强盗本可以袭击那个撒玛利亚人，但他的仁慈和同情心大于风险。当耶稣为了将我们从致命的精神创伤中拯救出来而走向残酷、可耻的十字架时，他的怜悯和怜悯有多大呢？

有一个古老的传统，当耶稣踏上十字架的痛苦道路时，人群中的一位妇女怜悯他，拿了一条毛巾擦干他的脸。那个女人的举动并没有结束他的痛苦，但基督非常感动，以至于他在那条毛巾上留下了自己的脸印。这个故事只是一个传说，但确实，我们因主的缘故而对他人所做的任何仁慈或怜悯之举，都会在我们的灵魂以及我们所帮助的人的灵魂上留下持久的印象。我们都知道，面对人们的巨大痛苦和巨大需求，我们所能提供的资源显得微不足道。有时我们唯一能提供的就是一句友好的话和一个仁慈的姿态。我们当中谁敢否认这一点？

《路加福音》记载，当基督在客西马尼园时，他沉浸在痛苦之中，流汗如血，“有一位天使从天上向他显现，安慰他”（路加福音 22:43）。那个天使没有改变他的命运或死亡，也没有改变他继续前进的决定。他决心死在十字架上，以便能够消除我们的罪孽，并且他确实死得很可怕。难道天使的安慰和加强都是浪费时间吗？耶稣为了向有罪的人类显示怜悯而死在十字架上，这难道是徒劳的吗？当然不是！当我们对受苦、有需要、害怕或失落的人表现出怜悯时，这绝不会是徒劳的。

一天清晨，我坐在肯塔基州湖边朋友家的露台上。我一边享受着这一刻，一边心想：“这一切是那么的美丽：空气清新，湖水静如明镜，鸟鸣如交响乐，树木葱郁，就连每一个角落

落都种满鲜花的乡村房子、庭院——一切都美丽而宜人。就连我坐的摇椅也很舒服。能够在我的心灵和思想中与我的造物主交谈是多么荣幸。生活的一切都是美好的。”

然后这只又老又病的贵宾犬出现了，站在我面前。“我知道他想要什么——感情。他想要被抚摸和抚摸。他真的很想坐在我腿上，但他才 13 岁，残疾，失明、聋哑，生病了，他闻起来像死亡的温暖。他闻起来就像马路杀手一样——我不想让他碰我。甚至不想碰我的裤腿。我当然不想碰他。他很臭。”那只又老又臭的小狗就在路中间躺着，简直就是道路杀手。

耶稣关心人类道路上的死亡。没有负鼠趴在高速公路上，周围是一圈秃鹰，正在吃着面前的盛宴。如果不是一辆车先开到了他身边，甚至连那些本来可以放在冰箱里、用蜡纸切割并包裹起来以备将来食用的鹿也不会。这个世界充满了老人、病人、孤独、上瘾、离婚、受压迫、罪人、肮脏的人，我们可能会想——别碰我。我不想把你抱在腿上。他们是道路杀手——在生命的道路上被压扁，但我们称之为心脏的肌肉仍在继续跳动。当人们晚上睡觉时肚子因饥饿而咕咕作响，嘴唇因口渴而干燥，这对他说很重要；当人们睡在桥下并留在家庭和社会之外时；当他们在漫长的冬夜在寒冷中瑟瑟发抖，或者痛苦地躺在医院的病床上，或者坐在牢房的墙壁上时。

当人们感到孤独时，当贫穷、肮脏的乞丐进入集会时，当孩子们患有精神障碍时，当青少年在荷尔蒙的驱使下搞砸时，这对耶稣来说很重要。他们可能是抹大拉的马利亚，或麻风病人，或税吏撒该，或出血的女人，或加达林的疯子。这不只是关于耶稣。这是关于你和我的。我没有抚摸那只狗，但如果我拒绝将那些被道路撞死的人抱在怀里，并以仁慈和爱对待他们，上帝会帮助我的。耶稣呼召我们伸出援手去接触最渺小的、迷失的和孤独的人。

现在就做出决定，停下来帮助有需要的人、陌生人、被拒绝的人和孤独的人；借给不能偿还的人，饶恕得罪你的人，给失败的人再一次机会，以仁慈和爱心对待退后、软弱、消极、迟钝的弟兄；你不会压垮失败者和无知者；不要把屈服于诱惑的弟兄钉在墙上；你会做一些事情来减轻无家可归者和被遗弃者的痛苦，并像对待需要你的帮助的耶稣一样看待每个人。

自查:

回答这些问题来衡量你自己的仁慈程度：

1. 你是否会邀请无法回报的人到你家做客？
2. 你每周都会拨出一些钱来帮助穷人吗？
3. 你很难原谅伤害过你的人吗？
4. 本周你是否曾以可能吸引非信徒归向主的方式与他们交谈？
5. 你对主为你所做的一切感到感激吗？
6. 您在家还是去医院探望病人？
7. 你会给抢劫你的人再一次机会吗？
8. 你能忘记别人对你所做的错事吗？
9. 你会避免与穷人交谈吗？
10. 你已经得到神的怜悯了吗？

第 6 章

耶稣：纯洁的（马太福音 5:8）

纯度：它是什么？

许多人对成为信徒的意义有错误的认识。一位这样的人问他是否是信徒，他回答说：“是的，我是信徒，因为我不喝酒、不抽烟、不跳舞、不赌博。”对他来说重要的是一系列的禁令，但基督的律法总是更强调你所做的事情和你内心的样子，而不是你不做的事情。你的行为应该并且将会是你内心的简单反映。下面这句俗语说明了个人内在品质的重要性：

“种下思想，你就会收获行动。”

种下行动，你就会收获习惯。

种下习惯，你就会收获性格。

种下性格，你就会收获命运。”

确实，一切都始于思想。“因为一个人心里怎样想，他就是怎样的人。”（箴言 23:7）。行为并不是最重要的。当然，你的行为很重要，但事实是“善人从他心中的善宝中结出善来，恶人从他心中的恶宝中结出恶来。”心里说出来，口里就说出来”（路加福音 6:45）。精神发展的重点必须始终是内在的人；即心。

清心的人有福了，因为他们必得见神。”耶稣在马太福音 5:8 中谈到的纯洁硬币有两个方面：道德和真诚。这里翻译为“纯洁”的词是希腊语 *katharos*，它的定义是：纯洁、洁净、无玷污、无玷污、诚实、正直、无恶。耶稣在马太福音 15:19 中说，“.....从心里发出恶念、凶杀、奸淫、淫乱、偷盗、假见证，褻渎。这些都是玷污一个人的东西。”

不洁就是看女人有不正当的欲望（马太福音5:28），而纯洁则恰恰相反。

纯洁涉及动机的真诚。甚至“真诚”这个词也来自拉丁语，意思是“没有蜡”。这是指用蜡掩盖艺术品缺陷的古老习俗，试图欺骗买家。一个好的一块没有蜡；也就是说，真诚，意味着它是100%或没有污染的。就像纯蜂蜜或纯牛奶一样，瓶子里的就是标签上写的。耶稣对假冒为善的人做出了如此强烈的反应，因为他们“就像粉饰的坟墓，外面好看，里面却装满了死人的骨头和一切的污秽”。“人外面显出公义来，里面却装满了假善和不法的事”（马太福音 23:27）。“耶和华不像人看人，人是看外貌，耶和华是看内心。”（撒母耳记上 16:7）。定义一个男人的不是身高、肌肉力量、才华、魅力或衣服。是心。我们的心可以纯洁吗？

耶稣是我们纯洁的榜样

基督完美而纯洁的生命是活生生的证据，证明我们也可以保持纯洁。他活在肉体中，但并不放纵肉体的不洁欲望。他从未犯过罪。他从来不会用不纯的意图看女人。他从来不做假事。

在跟随他的人中，没有人质疑他的行为。他的敌人指责他褻渎，因为他声称他和天父原为一。他的敌人总是试图在某些矛盾中抓住他，但他们从未这样做过。不止一次！他的一生充满苦难和诱惑，但他从未失败过。他可以说：“我是世界的光。跟从我的，就不在黑暗里走”（约翰福音8:12）。他问道：“你们当中谁指控我有罪？”（约翰福音8:46）而回答只是沉默。当他选择的一位使徒拿钱出卖耶稣时，他能向耶稣的敌人提供的唯一有用的信息就是他要去祈祷的地方。耶稣正是他所表现出来的和他自称的那样。

基督没有别有用心或自私的动机。他没有用阿谀奉承来赢得追随者或促进他的使命。他的真诚让他付出了沉重的代价，但对法利赛人来说，他说的是真话，即使他们不喜欢。对于有权杀死他或释放他的彼拉多，他承认自己是国王并拥有一切权力。他确实引起了人们的注意，但他帮助人们的原因是他对他们感到同情。法利赛人会给这个穷人一枚硬币，但前提是他们吹响了自已的号角以引起所有人的注意。耶稣治愈了病人，使死人复活，并指示他们不要告诉任何人。多么不同啊！耶稣为我们树立了真诚、纯洁、圣洁和谦卑的完美榜样。“为我创造一颗纯洁的心，上帝啊！”（诗篇 51:10）。我们还可以加上：“愿基督的生命也成为我的生命！”

个人申请

耶稣的教导告诉我们，我们所做的一切都必须有纯洁的动机。如果我们做一些善事，但心里却是因为想要得到人的称赞，我们就会像耶稣时代的法利赛人一样。他们向穷人施舍，进行长时间的祈祷，甚至禁食，但所做的一切都是为了让人们看到。保罗在《哥林多前书》第 13 章中写道，那些变卖财产赈济穷人，甚至舍身焚烧的人，如果缺乏正确的动机（爱），那就毫无价值。让我们小心行善，但要出于对上帝和他人的爱。

我们还应该记住，作为基督徒，我们是世界的光。世界摆脱道德困境的唯一机会是基督徒表现出更优秀的方式。如果世界和我们没有区别，那就意味着我们是世界的一部分。如果我们和行在黑暗中的人读同样的书籍、杂志、看同样的电影、穿同样的衣服、讲同样的笑话、参加同样的娱乐活动，我们在神眼中就不是纯洁的。

总能帮助我们做出正确决定的一个好的经验法则是问：“如果耶稣代替我会做什么？”我们可以问一个类似的问题来帮助我们保持内心纯洁：“如果耶稣知道我的行为、想法和动

机，我会感到羞耻吗？”当然，耶稣确实已经知道我们的想法和动机。我们只需要记住他确实如此，并且我们需要渴望取悦他。“受造之物没有一物能瞒过他，万物在他眼前都是赤露敞开的，我们必须向他交账”（来4:13）。清心的人有福了，因为他们必得见神。

阻碍我们拥有纯洁心的主要因素是罪，特别是隐藏的罪（诗篇 32:3）。我们必须诚实地面对并消除生活中的罪恶。很多人因为害怕别人的反应，拒绝承认自己内心有罪，所以他们一生都在挣扎，假装自己并不是什么。我们喜欢纯净水、纯净牛奶或纯净蜂蜜。它们100%与表面上和声称的一样。清净心也是如此。也许，我们已经接触到一位鉴察我们内心并了解我们内心的上帝，但是什么让我们如此害怕对周围的人完全透明呢？是担心如果别人真正了解我们的本来面目，他们会嘲笑、蔑视、鄙视和拒绝我们吗？正是这些恐惧产生了法利赛人，耶稣时代虚伪的心。难道你有时不是渴望内心如此干净，这样你就不会因为任何人都了解你的真实面目而感到羞耻吗？那将是多么令人欣慰啊！“上帝啊，请为我创造一颗纯洁的心。让我在一切方面都像你一样。”（诗篇 51:10）

自查：

回答以下问题以衡量您自己的纯度水平：

- 1、你认为一个心地纯洁的人是什么样的？
2. 如果你的朋友知道你的想法，你会感到羞耻吗？
3. 你是否行在神的光中？
4. 如果弟兄们知道你读过的书或看过的电影，你会感到羞耻吗？
5. 你喜欢不雅或暗示性的笑话吗？
6. 你认为自己是一个真诚的人吗？
7. 你能说你憎恶邪恶吗？
8. 你是否为了不冒犯别人而对他们撒谎？
9. 你认为穿得性感以便人们被你的身体所吸引是正确的吗？

10.你做善事是为了让别人看到吗？

第7章

耶稣：使人和睦的人（马太福音 5:9）

和平缔造者：这是什么？

多年来，一颗巨大的银星装饰着伯利恒圣诞教堂的顶部。早在 1800 年代的一天，罗马天主教堂与希腊东正教教堂共用建筑的一部分，决定取下银星并用自己的星取代。但希腊东正教拒绝让他们这么做。希腊东正教得到俄罗斯支持，法国支持罗马天主教会，但当时实际统治巴勒斯坦的是土耳其。当土耳其站在罗马天主教会一边时，俄罗斯向土耳其宣战。法国和英国立即与土耳其结盟，并进行了历史上所谓的克里米亚战争。从 1853 年到 1856 年，它持续了三年多。战争结束时，这颗星星陨落了。

在和平之君诞生的地方，几乎总是有冲突和战争，这不是很讽刺吗？几乎在每个圣诞节期间，当电视摄像机将我们带到伯利恒时，我们都会看到全副武装的士兵注视着聚集在一起敬拜和平之君的人群。

据估计，在人类历史上，只有不到百分之八的历史记录可以被描述为和平时期。在过去的 32 个世纪里，只有不到 300 年的和平。历史学家告诉我们，在过去的 300 年里，仅欧洲就发生了 286 场战争。

20 世纪，东欧铁幕落下。多年来，他们表面上过着平静的生活。然而，现在摆脱了苏联的统治，各民族又回到了旧日的辛酸和仇恨，相互残杀又开始了。事实是，人类本身并不能很好地相处。我们的法庭上充满了那些无法相处的人，所以他们去法庭上找人来解决他们之间的分歧。我们打架，我们争吵。我们互相批评。我们互相拆毁。靠我们自己，我们很难彼此和谐、和平地生活。

一世纪的哲学家爱比克泰德（Epictetus）在谈到罗马和平（Pax Romana）——当时文明世界中存在的、凯撒所吹嘘的罗马和平——时写道：“虽然皇帝可以在陆地和海上的战争中

给予和平，但他无法从激情、悲伤和嫉妒中获得平静。他无法给予内心的平安，而人们对内心的平安甚至比对外在的平安更加渴望。”

对于大多数人来说，和平就是“没有冲突”。没有战争，就说天下太平；没有战争，就说天下太平。或者，如果我们不与邻居发生争斗，我们就能实现邻里和平。但圣经中的和平远不止于此。在旧约中，和平是“shalom”，意思是“生命的完整、完整、和谐”。在新约中，和平的希腊语是 eirene，意思是“内在的幸福”。将它们放在一起，和平可以被定义为“即使在外在的动荡或灾难中，内心的平静”。享受平安就是与神、与自己、与他人和谐相处。

重要的是要知道圣经中的和平带有和解的概念。这不仅仅是宣布停火，而且是军队的团结。这不仅仅是在孩子们面前争吵，而是开始彼此相爱。这不仅仅是关上门来隔绝街道上的噪音，而是在你的精神中找到内心的宁静，尽管周围充满了混乱。当你与上帝、他人以及你自己之间重新建立友谊时，真正的平安就会到来。

只有当爱取代仇恨时，才会有真正的和平。和平缔造者是努力用爱与团结取代仇恨与冲突的人。

耶稣是我们和平缔造者的榜样

几乎所有报纸的每日头条都讲述战争、犯罪、暴力和仇恨。在这样的混乱和纷争之中，难道还有一处清静、安宁、安全、真正的人间天堂吗？这样的地方确实存在，而且更好的是，所有人都可以进入。这个地方是在基督里，而创造这种平安的人就是耶稣本人。事实上，耶稣是我们的平安。上帝派遣他个人的、可见的代表进入这个争吵、饱受战争蹂躏的世界，代表“地球和平，对人类有善意”。

以赛亚预言关于耶稣：“因有一婴孩为我们而生，有一子赐给我们；政权必担在他的肩膀上。他的名字必称为奇妙、策士、全能的神、永在的父、和平的君。他的政权与和平将无止境地增长，在大卫的宝座上和他的王国上，命令它并建立它从那时起，甚至永远，带着审判和正义。万军之耶和華的热心必成就这事。”（以赛亚书 9:6, 7）

这有助于我们理解上帝在地球上的人类之间建立和平的宏伟计划。神的计划被称为“奥秘”和“神的永恒目的”。它的目的就是通过耶稣基督君王将各类人民团结在一个和平、仁爱和

公义的国度里。以赛亚书 11:1-10 描述了这个王国建立前 650 年的情况。他使用了象征性的术语：“.....狼也将与羔羊同住.....牛和熊将吃草；它们的幼崽将躺在一起.....在我的圣山上，它们不会伤害或毁灭，因为大地将充满认识耶和华的知识有如水淹没海洋。“那些本性曾经互相残杀、互相吞噬的人，现在都变成了无害、慈爱的生物。你能看出只有当人们认识主时才可能有真正的平安吗？这就是“和平之君耶稣”的用武之地。这就是为什么我们认识基督和他的生命如此重要。

以弗所书 2:11-16 显示耶稣如何成为伟大的和平缔造者。阅读这段经文，看看他如何消除犹太人和外邦人之间的敌意。耶稣对这些天敌的影响是惊人的。人们不同文化、语言、种族、宗教、习俗等的人，有着数百年充满战火的历史——耶稣使他们成为挚爱的兄弟。他用来缔造和平的工具是各各他的十字架。异象是耶稣走过沙漠。在他面前，一切都是死寂的、棕色的。但在他行走的过程中，无论他经过哪里，他都会留下爱、和平与和谐。沙漠变得生机勃勃，变成了美丽、郁郁葱葱的花园：鸟语花香、流水潺潺、绿油油的牧场。事实上，这正是耶稣所做的，但只是从属灵的角度来看。

耶稣拥抱了最坏的罪人，触摸了最卑鄙的麻风病人，净化了最卑鄙的妓女，接纳了各种类型的人，并将他们加入到上帝美丽的家庭中。他付出了高昂的代价，但将和平缔造者的使命视为生活中的首要任务。

个人申请

和平缔造者的工作是使人与上帝、与他人、以及与自己和解。当耶稣说出这些话时，世界就分裂了。一个种族仇恨其他种族，一个民族仇恨其他民族，一种宗教的人们仇恨其他宗教。犹太人和外邦人之间的感情就是一个例子。犹太男子感谢上帝没有成为外邦人、奴隶或女人。他鄙视混血的撒玛利亚人，甚至走很多英里以避免接触。

今天，它是白人和黑人、富人和穷人、有学问和文盲、北方和南方、社会主义和资本主义、自由派和保守派、伊斯兰教和犹太教。人性没有改变。基督徒必须成为和平的工具，服务于上帝在各族群之间建立和平的计划。可悲的是，一些自称为基督徒的人不但没有缔造

和平，反而经常散布不和和分裂的种子。我们都应该为这种与基督国度的成长如此相反的情况感到羞耻。让我们将一生奉献给缔造和平。这样我们就会成为神的儿女。

被犹大出卖的那天晚上，耶稣为门徒向天父祈祷时说：“愿他们都合而为一，正如你父在我里面，我在你里面一样；愿他们也合而为一。”在我们里面，使世人可以相信你差了我来”（约翰福音 17:21）。然而今天，当非信徒看到众多不同的教派，每个教派都声称自己正在追随耶稣时，难怪许多人不关心听他们的信息。这种悲惨的境遇甚至已经到了“基督徒”屠杀“基督徒”历史上的荒唐极端。够了！和平缔造者为和平而不是分裂而战、捍卫和促进和平。基督的追随者被赋予了创造和平的任务；也就是说，使人们彼此和解。“现在一切都是出于上帝，他借着耶稣基督使我们与他自己和好，并赐给我们和好的职分，就是神在基督里叫世人与他自己和好，不将他们的过犯归到他们身上，并且将和好的道交托给我们。现在，我们是基督的使者，就好像神在通过我们恳求一样：我们代表基督恳求你们与神和好。因为神使那无罪的，替我们成为罪，使我们在祂里面成为神的义”（哥林多后书 5:18-20）。我们代表基督恳求你与神和好。因为神使那无罪的，替我们成为罪，使我们在祂里面成为神的义”（哥林多后书 5:18-20）。我们代表基督恳求你与神和好。因为神使那无罪的，替我们成为罪，使我们在祂里面成为神的义”（哥林多后书 5:18-20）。

成为使人和睦的人意味着传福音，传播神的爱和耶稣基督的牺牲使罪得赦免的好消息。解决家庭纷争、种族冲突和国内冲突的办法就是福音。两个人只有彼此相交，才能与神相交。和平不是由政党、经济制度、国旗或联合国带来的。耶稣是带来和平的那一位（约翰福音 14:27）。我们的工作传播耶稣所赐的平安。这是我们所有人的工作。

就像耶稣将自己的一生奉献给缔造和平一样，我们也应该致力于为世界带来和平，但真正的、永恒的和平是人们通过耶稣基督与上帝和解。

自查:

回答以下问题来衡量您自己的调解水平：

1. 你与神和好吗？
2. 你内心平静吗？
3. 你与邻居和睦相处吗？

4. 您是否参与或推动宗教分裂 - 教派？
5. 你最近与人分享过福音吗？
6. 你喜欢看人们打架吗？
7. 当有人生你的气时，你会与他们交谈以试图解决问题吗？
8. 当你试图帮助那些争吵的人时，你会向他们提到基督吗？
9. 你会主动解决问题吗？
10. 你曾经帮助过别人找到在基督里的平安吗？

第 8 章

耶稣：忠实的人（马太福音 5:10）

忠诚：它是什么？

当一个人感受到生活的压力时，他的真实性格最能显现出来。当一切都愉快而轻松，没有恼怒、侮辱和伤害时，表现得善良、友善、耐心和和蔼可亲就不那么困难了。但在迫害、痛苦、疾病、批评和拒绝中，人的真实面目就会显露出来。正是在这些时刻，有些人在黑暗中显现为光明，而另一些人则融入了黑暗。正是在这些时刻，有些人放弃了，而另一些人则继续前进。

如果你撇下一切跟随耶稣，只试图帮助别人，把自己完全奉献给神，却遭受了一些巨大的损失，你可能会想：“事奉神有什么好处呢？值得尝试吗？”“一个好人？”或者“在我把它交给上帝之前，我的生活已经更好了。”但是，如果你屈服于这样的想法，那么你就失去了什么？很简单：你对上帝和他的应许缺乏信心或信任。事实是，上帝从未应许过我们相反，他只应许他会永远与我们同在，赐予我们力量，如果我们至死忠心，我们将得到超乎想象的奖赏。但要获得这个奖赏，就需要忠诚。我们生活中需要拥有的品质是对上帝、对基督和我们自己的信念的忠诚。

“为义受逼迫的人有福了，因为天国是他们的。当他们因我的缘故辱骂、逼迫你们，并捏造各样坏话毁谤你们时，你们就有福了。你们要欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的

，因为在你们之前的先知，他们也是这样逼迫的。”（太5:10）这里所看到的生活质量，即一个人以喜乐的方式应对迫害，就是对神的应许的忠诚或信心。

耶稣是我们忠诚的榜样

耶稣基督是我们忠诚的最好榜样。撒但向耶稣投掷了最猛烈的飞镖。他的敌人试图杀死他。宗教领袖错误地指责他。他自己的人民拒绝了他。甚至可以说“狐狸有洞，天空的飞鸟有窝，人子却没有枕头的地方”。以赛亚书 53:1-12 描述了他的痛苦：“.....没有什么美丽值得我们羡慕.....他被人藐视和拒绝.....他被藐视，我们也不尊重他.....他担当了我们的忧伤，背负了我们的忧伤.....被上帝打击、打击.....折磨.....受伤.....瘀伤.....压迫.....与生者之地隔绝.....”

想想看，当你读到以赛亚书 50:6,7 中的这些话时，他是如何受到酷刑、蔑视，然后被钉在十字架上的：“我把我的背交给那些打我的人，把我的脸颊交给那些拔掉胡须的人；我没有掩面不让我羞辱和吐唾沫。因为主耶和华必帮助我；主耶和华必帮助我”。你能开始明白一个人如何能够真正地被殴打但仍然相信上帝吗？耶稣就是这么做的。如果我们坚持我们的信仰，靠着神的慈爱恩典，我们也能做到。

耶稣并不软弱或毫无防备。他向所有人展示了神迹奇事，以便他们看到他的力量。他来代替我们受苦，所以他将自己的背交给了恶人的鞭打，将自己的脸交给了侮辱的唾沫和残酷的拳头。神的儿子并不以此为耻屈辱。我们从这一切中我们可以看出忠诚是如何与迫害紧密相连的。即使成为酷刑的目标，他决心完成自己的使命到底。耶稣在一切事情上都继续忠于天父，因此天父这样评价他：“这是我的爱子，我所喜悦的。听他说吧！”（马太福音 17:5）

耶稣被捕并遭受酷刑后，没有回头。被最亲密的朋友抛弃后，他没有回头。将自己交给基督值得吗？答案是响亮的“是！” 我们可能很软弱，但耶稣对那些想要跟随他的人是信实的。今生的忧愁无法与神将赐给那些忠于他的人的未来荣耀相比。

个人申请

如今迫害可能以各种形式降临到我们身上。它可以是暴力、社会排斥、批评、嘲笑或财产或生计的损失。在原始教会中，情况更为激烈。许多基督徒失去了他们所拥有的一切。希伯来书 10:32-34 在这个问题上很有启发性：“你们回想从前的日子，你们蒙光照之后，经历了与苦难的剧烈斗争：一部分是受辱骂和患难，另一半是而你们却成为了那些遭受如此待遇的人的同伴；因为你们对我被锁链所怜悯，并高兴地接受了对你们财物的掠夺，因为你们知道你们自己在天上有一个更好、更持久的财产。因此，不要丢弃你的信心，会有很大的回报。因为你需要耐力，好叫你们遵行了神的旨意之后，就可以得到这样的应许：‘还有片时，那要来的必来，并不迟延。义人必因信得生；若有人退后，我心就不喜悦他。但我们不是那些退缩到灭亡的人，而是那些相信灵魂得救的人。’”

他们被关进监狱。有些会被罗马士兵涂上焦油，绑在柱子上，然后被活活烧死，以照亮尼禄皇帝的皇家花园。有的被扔进装有毒蛇的大麻袋里，有的被扔进狮子窝里，有的被马撕成两半。成千上万的人死前承认“耶稣是我的主！”他们在迫害中依然忠心。

当你受到迫害时，有几种很好的反应方法：

1. 有时候，走开是件好事。耶稣做到了（太 12:14, 15）。
2. 行善总是适当的（使徒行传 5:28,29,40-42）。
3. 切勿报仇（罗马书 12:19）。
4. 要积极，善待你的敌人（罗马书 12:20）。
5. 继续走在正义的道路上，遵行上帝的旨意。“至死忠心”（启示录3:10）。
6. 要知道神会奖赏你（马太福音 5:10-12）。

自查:

回答以下问题来衡量您自己的忠诚度：

1. 你是否曾因身为基督徒而受到迫害，而你的反应是抱怨和发牢骚？
2. 你是否因为害怕人们取笑你而避免与他人分享基督？

3. 你为你的敌人祷告吗？
4. 在别人眼中你是一个积极的人还是一个消极的人、一个乐观的人还是一个悲观的人？
5. 当别人不同意或不欣赏你所做的事情时，你是否会放弃做一些善事？
6. 你发现自己想要报复迫害你的人吗？
7. 迫害你的人是否有可能成为
成为基督徒并获得救恩会让你快乐吗？
8. 你是否因与世界不同而感到羞耻？
9. 你有没有想过上帝不在乎你遭受不公正的对待？
10. 你能爱不爱你的人吗？

结论

圣经中揭示的最深刻的真理之一是，2000 年前出生在伯利恒的拿撒勒人耶稣，过去是、现在仍然是神！当他出生时，他是一个童贞女，宣布他受孕的天使说他将被称为以马内利，意思是“神与我们同在”。关于他进入世界，经上这样写道：“太初有道，道与神同在，道就是神……道成了肉身，住在我们中间，我们看见了他的荣耀，这荣耀如同是父独生子，充充满满有恩典有真理。”（约翰一书 1:1, 14）当腓力问他“求主将父显给我们看”时，耶稣回答说：“腓力，我与你们同在这么久，你还不认识我吗？人看见我，就认识我。”看见了父亲。”当然，我们认识到我们作为人类的脆弱和卑微状态，但上帝认为我们非常有价值，所以他拜访了我们！你想见上帝吗？看看耶稣！耶稣是神，以一种非常个人和安慰的方式与我们同在。

但耶稣却走了。难道神还与我们同在吗？圣经的答案是明确的——是的！但怎么会这样呢？这是通过他的灵。请听约翰福音第 14 章中耶稣的话：“我求父赐给你们另一位保惠师，使他永远与你们同在；真理的圣灵……你们认识他，因为他与你们同住，并且要与你们同在。”在你里面。”“如果有人爱我，他就会遵守我的诺言；我的父亲也会爱他，我们会到他那里去，与他同住。”

结论是不可避免的。我们的创造主上帝非常关心我们，因此他以人类的形式来到地球来帮助帮助我们。我们称他为拿撒勒人耶稣。他在这里完成使命后返回天堂，但派遣圣灵来帮助我们。所以今天，圣父、圣子和圣灵想要在我们里面安家。他们想亲自居住在你身上。他们希望我们参与他们的生活。

基督的生活就是耶稣所过的生活，如果我们愿意的话，我们也可以在他的帮助下过这样的生活。如果我们确实想要过这样的生活，我们就必须仰望他。阅读希伯来书 12:1-2：“.....存着忍耐，奔那摆在我们面前的赛程，仰望为我们信心创始成终的耶稣，他.....忍受了十字架的苦难.....”耶稣开始了涌动的灵性生命我们和他会完成它。他是我们效仿的榜样，是我们疲倦时的力量，是我们的教练为我们加油，我们的救赎主在终点线欢迎我们投入他的怀抱。

想想所有反对他的人，以及他为遵行天父旨意所付出的代价。看看神如何通过十字架、苦难和死亡带来伟大。当你想到你自己的痛苦，你所遭受的虐待，你如何被利用和虐待，以及它是多么可怕 - 难怪你无法面对它 - ... 仰望十字架，看看他们剥夺的人赤裸裸地挂在那里，供所有人观看和嘲笑。

当你想到生活中的不公平，你所拿到的牌的不公平，你想再唱一首“有人做了错事的歌”.....仰望十字架，看看那因我们的罪孽而受鞭打的那一位。

当你因你所知道的拒绝、被“不受欢迎”或你的爱被拒绝而感到刺痛时.....仰望十字架，看到爱从被轻视和拒绝的受伤者身上流淌下来。

当你害怕的时候，当神沉默的时候，当生活向你拍打的时候，荆棘深深地刺入你的时候，当你已经尽了最大的努力但你的最好的还不够的时候.....仰望十字架！

当你的身体被痛苦折磨时，你的罪孽就永远在你面前，你认为你不能继续下去，你想放弃或妥协.....仰望十字架！见耶稣。他做到了！他克服了！他也能看透你！

你还记得那个关于英俊的年轻王子变成丑陋的老蟾蜍的童话故事吗？除非被美丽的公主亲吻，否则他将永远保持这种状态。他在黑暗的池塘里度过了他的日子，悲伤而沮丧。自由

还有什么希望呢？他的大眼睛凸出来，皮肤粗糙、湿冷、长满疣，身体痉挛性地抽搐，嘴里总是淌着唾沫。谁会想吻他？当然不是美丽的公主！

但是，有一天，一位公主确实来到了池塘边。她充满了爱和喜悦，看到上帝创造的一切都是美丽的。她发现了那只老蟾蜍，但并不觉得他令人厌恶。事实上，她把他抱起来，看着他那双悲伤的眼睛，然后在他的头上印下一吻。瞬间他又变回了英俊的王子。他们相爱、结婚，从此过上了幸福的生活。当然，这只是一个寓言，但在现实生活中，这却是基督一生的故事。耶稣在地上时，走遍了犹太、撒玛利亚和加利利，“亲吻青蛙”。他摸了摸。他教。他痊愈了。他改变了.....迷失的人.....就像税吏撒该一样。被赶出教堂，在被占领的国家被贴上叛徒的标签，永远与“罪人”的名字联系在一起，他太矮了，以至于爬上一棵梧桐树，以便在耶稣经过时瞥见他。耶稣在树前停下来，邀请自己去撒该家吃午饭，在这一天结束之前，耶稣把那只小“蟾蜍”变成了王子。

一次又一次，故事都是一样的。基督接受了被遗弃的人，给了弱者力量，爱了不可爱的人，给了失败者第二次机会。事实上，在耶稣亲吻我之前，我也是一只丑陋的老蟾蜍。你呢？你想变成基督的形象并过“基督的生活”吗？这就是所有这些课程的目的。

在马太福音第 5 章中，耶稣给了我们一幅自画像。这些是每个基督徒应该并且能够拥有的品质：谦卑、同情、温柔、公义、怜悯、缔造和平和忠诚。这不是一个您可以根据个人喜好或倾向进行选择的列表。它不像自助餐厅，桌子上摆满了各种食物，人们只选择自己想要的：“你看，我想要仁慈、平和、温柔，但我不喜欢谦虚、纯洁或正义。”这是基督徒的完整图画。他没有说：“保罗，你要谦虚；玛丽，你要纯洁；弗雷德，你要正义；安娜，你要忠诚。”相反，每个基督徒都应该具备所有这些品质，并且在您的允许和合作下，圣灵可以在您身上产生所有这些品质。

另请注意，重点不在于我们做什么，而在于我们如何（我们的性格）。那是因为，当我们内部是正确的人时，我们最终会做我们应该做的事情。“成为”先于“做”。

现在做这个练习

写下过去几周你在基督徒生活这些领域的个人进展的总结：

1. 谦虚
2. 慈悲心
3. 温柔
4. 正义
5. 慈悲
6. 纯度
7. 缔造和平
8. 忠诚

附录 1：家庭作业

以下是一些家庭作业练习，可以帮助您将耶稣基督生活中的品质付诸实践：

1. 给肮脏、受压迫的人一个大大的拥抱。
2. 做一些你平时不做的家务活。
3. 听孩子的谈话 15 分钟。
4. 列出你需要依靠神的 10 件事
5. 在一天结束时，列出当天你做错的 10 件事。
6. 晚上坐在外面，列出 10 件你不知道的事情。
7. 做一件慈善善事，但不要让任何人知道你做了这件事。
8. 向比你懂得少的人寻求帮助。
9. 微笑着问：“你好吗？”与 10 个你不认识的人交谈，并仔细聆听他们的回答。
10. 写下你收到的批评，但不要试图为自己辩护。

- 11.当着5个人的面吹牛，而不引起别人的注意。
- 12.要求同事或朋友以某种方式批评你，但不要这样做
回复批评或尝试为自己辩护，除了说“谢谢你，我的朋友”。
- 13.花一个小时坐在医院的急诊室里，观察那里的人们的痛苦。
- 14.检查家里的杂志、录像带和CD，并烧掉不雅的。
- 15.责备或纠正你知道做错或不公正事情的人。
- 16.走到一个粗鲁、令人恼火的人面前，询问他近况如何、需要什么等等。
- 17.列出一份让你生气的人的名单，并为他们每个人祈祷。
- 18.去拜访一位孤独的老人。
- 19.邀请一个穷人到你家和你的家人一起吃饭。
- 20.列出你生命中最缺乏的耶稣基督的5种属性。

附录 2：参考经文

诗篇 51：17“神的祭物就是忧伤的灵，忧伤痛悔的心；神啊，你必不轻看这些。”

马太福音 6:1“你要小心，不要在人面前行善，让他们看见。否则，你就得不到天父的赏赐。”

马太福音 9:13但去了解一下这意味着什么：“我渴望怜悯，而不是牺牲。”因为我来不是召义人悔改，而是召罪人悔改。”

马太福音 9：35于是耶稣走遍各城各乡，在会堂里教训人，宣讲天国的福音，医治百姓各样的病症。36 但他看见这众人，就动了慈心，因为他们疲乏四散，如同羊没有牧人一样。”

马太福音 11:11“我实在告诉你们，在妇人所生的中，没有兴起一位比施洗约翰更大的；只是天国里最小的，也比他更大。 12 从施洗约翰的时候直到如今，天国是努力进入的，努力的人就得着它。

马太福音 12:1“那时，耶稣在安息日经过麦地。他的门徒饿了，就开始摘麦穗来吃。 2 法利赛人看见，就对他说：“看哪，你的门徒做的事安息日有什么是不可以做的！”

马太福音 12：14于是法利赛人出去密谋攻击耶稣，想要除灭他。 15 耶稣知道了，就离开那里。有许多人跟随他，他就把他们都治好了。”

马太福音 13:1同一天，耶稣走出家门，坐在海边。 2 有许多人到他那里聚集，他只得上船坐下。众人都站在岸上。 3 耶稣用比喻对他们讲许多道理，说：“有一个撒种的出去撒种。…… 24 耶稣又设一个比喻对他们说：“天国好像人撒好种在他的田里。场地； 25 当人们睡觉的时候，他的敌人来了，把稗子撒在麦子里，然后就走了。…… 31 耶稣又设一个比喻对他们说：“天国好像一粒芥菜种，有人拿去种在田里， 32 这芥菜种是一切种子中最小的，但当它长起来时，它就变成了种子。”比诸草还大，而成为一棵树，天上的飞鸟也来在它的枝上筑巢。” 33 耶稣又对他们讲了一个比喻：“天国好像面酵，妇人拿来，藏在三斗面里，直到全团都发起来。”…… 44 “天国又好像宝贝藏在面里。一个人发现并隐藏的一块田地；他高兴极了，变卖了自己所有的一切，买了那块地。 45 天国又如商人寻找美丽的珍珠。 46 他遇见一颗重价的珍珠，就去变卖一切所有的，买了这颗珍珠。 47 天国又像一张撒在海里的天罗网，网罗各样的人， 48 水满了，他们就靠岸了，坐下来，把好的收在船上，把不好的扔掉。…… 51 耶稣对他们说：“这一切事，你们都明白了吗？”他们说：“是的，主啊。” 52 耶稣又对他们说：“每一个受教有关天国的文士，就如一个家主从他的宝库里拿出新旧的东西一样。”

马太福音 21:1他们临近耶路撒冷，来到橄榄山的伯法其，耶稣就打发两个门徒， 2 对他们说：“你们往对面的村庄里去，立刻就会看见一头驴拴着，还有一匹驴驹， 3 若有人对你们说什么，你们就说：‘主需要他们’，他就立刻送来。” 4 这一切的事成就了，是要应验先知的的话，说： 5 你要告诉锡安的女子说：‘看哪，你的王来到你这里，卑微的，骑着一头驴，是一匹小驴，就是小马驹。一头驴。’”

马太福音 21:13 耶稣对他们说：“经上记着说：‘我的殿必称为祷告的殿’，你们倒使它成为‘贼窝’了。”

路加福音 2:6“他们在那里的時候，她生产的日子就到了。7 她生了她的长子，用襁褓包裹他，放在马槽里，因为没有地方生。他们在客栈里。

路加福音 10:25“有一个律法师站起来试探耶稣，说：“夫子，我该做什么才可以承受永生呢？”26 耶稣对他说：“律法上写的是什麼？你读的是什麼？”27 他回答说：“你要尽心、尽性、尽力、尽意爱耶和華你的神，又要爱你的邻舍，如同爱你的邻舍一样。”你自己。’28 耶稣对他说，你说得对。如此行，你就可以生存了。”29 那人要显明自己有理，就对耶稣说：“谁是我的邻舍呢？”30 耶稣回答说：“有一个人从耶路撒冷下耶利哥去，倒在井中。强盗剥去了他的衣服，打伤了他，然后就走了，留下他半死不活。31 偶然有一个祭司从那条路上走过来。当他看到他时，他从另一边过去了。32 又有一个利未人，到了那地方，观看观看，就从那边过去了。33 有一个撒玛利亚人行路，来到他所在的地方。当他看见他时，他就动了慈心。34 于是耶稣上前，倒上油和酒，包扎他的伤口。他让他骑上自己的牲口，带他到一家客店，照顾他。35 第二天，他出去的时候，拿出两个银子，交给店主，对他说：“你照顾他吧！”无论你花多少钱，当我再来的时候，我都会偿还你的。36 那么，你认为这三个人中，谁是那落入强盗手中的人的邻舍呢？”37 那人说：“就是怜悯他的。”耶稣对他说：“你去照样行吧。”32 又有一个利未人，到了那地方，观看观看，就从那边过去了。33 有一个撒玛利亚人行路，来到他所在的地方。当他看见他时，他就动了慈心。34 于是耶稣上前，倒上油和酒，包扎他的伤口。他让他骑上自己的牲口，带他到一家客店，照顾他。35 第二天，他出去的时候，拿出两个银子，交给店主，对他说：“你照顾他吧！”无论你花多少钱，当我再来的时候，我都会偿还你的。36 那么，你认为这三个人中

，谁是那落入强盗手中的人的邻舍呢？” 37 那人说：“就是怜悯他的。”耶稣对他说：“你去照样行吧。”并从另一边过去了。33 有一个撒玛利亚人行路，来到他所在的地方。当他看见他时，他就动了慈心。34 于是耶稣上前，倒上油和酒，包扎他的伤处。他让他骑上自己的牲口，带他到一家客店，照顾他。35 第二天，他出去的时候，拿出两个银子，交给店主，对他说：“你照顾他吧！” 无论你花多少钱，当我再来的时候，我都会偿还你的。36 那么，你认为这三个人中，谁是那落入强盗手中的人的邻舍呢？” 37 那人说：“就是怜悯他的。”耶稣对他说：“你去照样行吧。”并从另一边过去了。33 有一个撒玛利亚人行路，来到他所在的地方。当他看见他时，他就动了慈心。34 于是耶稣上前，倒上油和酒，包扎他的伤处。他让他骑上自己的牲口，带他到一家客店，照顾他。35 第二天，他出去的时候，拿出两个银子，交给店主，对他说：“你照顾他吧！” 无论你花多少钱，当我再来的时候，我都会偿还你的。36 那么，你认为这三个人中，谁是那落入强盗手中的人的邻舍呢？” 37 那人说：“就是怜悯他的。”耶稣对他说：“你去照样行吧。”淋上油和酒；他让他骑上自己的牲口，带他到一家客店，照顾他。35 第二天，他出去的时候，拿出两个银子，交给店主，对他说：“你照顾他吧！” 无论你花多少钱，当我再来的时候，我都会偿还你的。36 那么，你认为这三个人中，谁是那落入强盗手中的人的邻舍呢？” 37 那人说：“就是怜悯他的。”耶稣对他说：“你去照样行吧。”淋上油和酒；他让他骑上自己的牲口，带他到一家客店，照顾他。35 第二天，他出去的时候，拿出两个银子，交给店主，对他说：“你照顾他吧！” 无论你花多少钱，当我再来的时候，我都会偿还你的。36 那么，你认为这三个人中，谁是那落入强盗手中的人的邻舍呢？” 37 那人说：“就是怜悯他的。”耶稣对他说：“你去照样行吧。”

路加福音 19:41当他临近的时候，他看见那城，就为之哭泣 42 说：“如果你早知道，特别是在你的日子，那些使你平安的事！但现在它们却在你眼前隐藏了。 43 日子将临到你，你的仇敌将在你周围筑起堤坝，从四面包围你，包围你， 44 将你和你里面的儿女夷为平地；他们不会在你身上留下一块石头。另一个是因为你不知道你来访的时间。”

路加福音 22:27“坐在餐桌旁的人和服务者谁更大？难道不是坐在餐桌旁的人吗？但我在你们中间是服务者。”

约翰福音 1:1太初有道，道与神同在，道就是神。”

约翰福音 13:5然后，耶稣把水倒在盆里，开始洗门徒的脚，并用自己所束的毛巾擦干。

约翰福音 14:27我把平安留给你，我把我的平安赐给你；我给你的不像世界给的那样。你的心不要忧愁，也不要害怕。”

约翰福音 15:1我是真葡萄树，我父是修理葡萄树的。2 凡属我不结果子的枝子，他就剪去；凡结果子的，他就修理干净，使枝子结果子更多。3 你们因我对你们所说的道，已经洁净了。4 你们要住在我，我在你们里面。枝子若不常在葡萄树上，就不能自己结果子，你们也不能，除非你们常在我里面。5 我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我在他里面结出许多果实；因为没有我，你们就什么也做不了。”

使徒行传 4:19「彼得、约翰回答说：「听从你们胜过听从神，这在神面前合理不合理，你们自己判断吧。」

使徒行传 5:28我们不是严令你们不许以这个名义传教吗？看哪，你们把你们的道理传遍了耶路撒冷，要把这人的血归到我们身上！”29 彼得和其他使徒回答说：“我们应该顺从神，不顺从人。……40他们同意了他的观点，当他们叫来使徒并殴打他们时，他们命令他们不许奉耶稣的名说话，然后就让他们走了。41 他们就离开公会，庆幸自己配为他的名受辱。42 他们天天在殿里、各家不住地教训人，传耶稣是基督。”

罗马书 12:16“彼此要心意一致。不要存高大的心，而要与卑微的人交往。不要自以为聪明。”

罗马书 12:19亲爱的弟兄啊，不要自己伸冤，宁可听凭主怒；因为经上记着：“主说，伸冤在我，我必报应。”20 所以，“你的仇敌若饿了，就给他吃；若渴了，就给他喝；因为你这样行，就是把炭火堆在他的头上。”

哥林多前书 5:1事实上，有报道说，你们中间有淫乱，这种淫乱在外邦人中连名字都没有。一个男人有他父亲的妻子！2 你们却自高自大，并不哀悼，使行这事的人从你们中间被除掉。

哥林多前书 13:3我虽将一切财物施舍给穷人，又舍身焚烧，但没有爱，对我毫无益处。4 爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱不嫉妒；爱不炫耀，不张扬；5 不做无礼的事，不求自己的利益，不轻易发怒，不图谋恶；”

哥林多后书 5:10因为我们都必须来到基督的审判台前，使各人可以按照自己所行的，无论是好是坏，接受在身体上所行的事。”

哥林多后书 9:7因此，让每个人按照自己内心的意愿给予，而不是勉强或出于必要；因为上帝喜爱乐于奉献的人。8 神能使各样的恩典丰丰富富地赐给你们，使你们凡事充足，可以多行各样的善事。9 如经上所记：“他散布各地，周济穷人；他的公义永远长存。10 愿那赐种子给撒种的，又赐粮食作食物的，使你所撒的种子得以增多，并得以增多。你公义的果子，

加拉太书 5:13因为你们，弟兄们，被召唤去获得自由；只是不要利用自由作为肉体的机会，而要通过爱互相服务。

加拉太书 5:22但圣灵所结的果子就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、23 温柔、节制。没有法律禁止这种行为。

以弗所书 4:15惟用爱心说诚实话，凡事长进，连于元首主。基督。

以弗所书 5:21敬畏上帝，彼此顺服。

腓立比书 2:3做任何事都不要出于自私的野心或自负，而要存谦卑的心，各人看别人比自己强。

腓立比书 2:5你们当以基督耶稣的心为心。6 他本有神的形像，不以自己与神同等为强夺的，7 反倒虚己，取了奴仆的形像，以人的样式来临。8 他既有人的样子，就自己卑微，顺服以至于死，且死在十字架上。

歌罗西书 1:16因为天上的、地上的、看得见的、看不见的一切，无论是宝座、主治、执政的、掌权的，都是他创造的。万物都是通过他并为他而创造的。17 他在万有之先，万有也靠他而存在。

歌罗西书 3:13如果有人对另一人有怨言，就互相宽容、互相宽恕；正如基督宽恕了你，你也必须这样做。

提摩太后书 3:16圣经都是神所默示的，对于教训、责备、归正、教导人学正义，都是有益的，**17** 叫属神的人得以完全，装备齐全，可以行各样的善事。”

提多书 3:1提醒他们要服从统治者和掌权的人，要服从，要做好一切善事的准备，**2**不要说任何人的坏话，要和平，温柔，对所有人表现出谦卑的态度。”

没有问题



课程 1 - 神的信息

一切是怎么来到这里的？

神人

基督——神的奥秘

关于上帝的神话

从生到死——凡人

计划赎回

福音书的信息

课程 2 - 服从基督

基督之前的时间

基督在地球上的时间

基督之后的时间

地球时间的终结

是时候做出决定了

从死亡经过十字架到生命

关于宽恕的神话

受洗归入基督

课程 3 - 在基督里的新生活

不是用手建立的王国

王国里的仆人

基督的首要原则

寡妇和其他有需要的人

精神牛奶

自由生活

苦难神话

书信中的信息

用心灵和诚实敬拜神

圣经学者研究

概述圣经

圣经摘要

类型和隐喻

课程 4 - 在基督里成长

拿撒勒人耶稣

基督的一生

在基督里合一

关于疼痛的神话

身体、灵魂、精神——你死后它们会去哪里？

结婚与离婚

神的安息日

创世之前的创造

希伯来书

课程 5 - 在基督里成熟

十字架的教训

神的重建过程

有史以来最伟大的问题

活的在基督里为了彼此

过上最高的生活

现在和永远的承诺

真正的男人是敬虔的男人

精彩的人生话语

课程 6 - 成为一名圣经学者

影子、预表和预言

神圣的灵魂

丹尼尔

耶稣基督的启示

圣经的沉默

从公元 100 年到公元 1500 年的教学与实践

改革还是恢复

圣经的编译与翻译

当今教会的实践- 圣经还是传统？

耶稣的家谱 - 图表

--	--

国际圣经知识研究所在 thebiblewayonline.com 上有其他语言的链接。