

R E S P E C T A B L E * S I N S

高尚 的罪

— 讨论指南 —

J E R R Y * B R I D G E S

毕哲思

献给各地的同路人——

愿我们一起发现我们在耶稣基督里的鼓励和盼望，
并且在面对“高尚”的罪时荣耀祂的名

目录

前言.....	I
如何使用这个指南.....	III
第 1 课 直面真理.....	1
第 2 课 罪的补救.....	7
第 3 课 不敬虔和不感恩.....	12
第 4 课 忧虑、沮丧和不满.....	17
第 5 课 骄傲和自私.....	23
第 6 课 急躁、易怒和愤怒.....	29
第 7 课 论断和舌头的罪.....	36
第 8 课 缺乏自制，嫉妒和忌恨.....	42
第 9 课 何去何从.....	50

前言

面对我们所纵容的罪

许多年前，有一本书出版了，书名是《我挺好，你也不错》（I'm OK—You're OK）。与这本书的书名相反，许多基督徒的态度是“我挺好，你不怎么样”（I'm OK and You're Not）。也就是说，我们似乎很善于看到别人的罪，却看不到自己的。我们看到我们文化中的那些恶劣的罪并为之叹息，我们甚至很快地指出在基督里的那些弟兄姊妹的罪，却看不到我们在自己生活中所纵容的那些更加微妙的罪——我称之为“高尚”的罪。

你我实际上在避免明显的罪上做得很好。但是，那些更微妙的罪，即那些仍然阻碍我们与神同行，并且伤害我们和其他人关系的“高尚”的罪，情形如何？神在祂的话语中清楚地表明，神不喜悦我们的忧虑、不感恩、沮丧、自私、急躁、不满，并为之感到丢脸，就像祂不喜悦我们那些明显的罪——我们骄傲地避免这些明显的罪。

为了帮助我们面对和处理这些微妙的罪，我写了这本《高尚的罪》。这个讨论指南是这本书的陪伴手册。我把它作为无价之宝推荐给你，它不仅可以用在小组交流上，而且你自己可以用来在基督里学习和成长。

基于经验，我发现我们经常需要指出的不仅是自己的罪，甚至是那些我们无法了了的“高尚”的罪。我们需要鼓励和盼望，而这些只能来自于福音。在我们与罪相争时，耶稣基督的福音鼓励我们，因为它使我们确信，我们与神站在一起，神已经通过祂的儿子在十字架上的死赦免了我们的罪。福音给我们盼望，因为它应许我们，圣灵的力量使我们能够处理我们的罪。我们需要双重的确据。一方面，除非我们知道自己是蒙赦免的，否则我们不会有效地处理我们所表现出来的微妙的罪。另一方面，若无圣灵的帮助，我们不能有效地处理自己的罪。

当你使用这个指南时，你会发现我强调了福音这两方面的真理。所以不要带着畏惧的心进入这个学习，认为它只会揭露罪，然后就把你扔在里面打滚。相反，在福音和实践上你都会发现盼望，即处理你的罪的相关建议。为了避免你认为我是从“我挺好，你不怎么样”这个角度写的，我向你保证，我自己也必须处理许多这些罪。所以让我们一起面对我们在生活中所纵容的这些微妙的罪，让神救赎和得胜的美妙计划得以实现。

毕哲思

如何使用这个指南

个人和小组学习小贴士

这个指南是精心预备的，它会使你丰富地阅读、讨论和个人应用《高尚的罪》这本书，这本书是畅销书作家毕哲思所写的。我们把它称作“讨论指南”，这是因为它鼓励人们在小组、圣经学习、基督徒成长课程中进行有意义的交流，但是它也鼓励每一个参与者明白和应用在这本书中发现的改变生命的原则。所以你手中所拿的这本指南有三个重要目的：（1）它是小组引导者的行路地图；（2）它是小组成员阅读和应用上的指南；（3）它是提高小组交流经验的讨论指南。

如果你是小组成员

在每一次小组学习之前，你会被提示阅读这本书特定的章节，并且回应“深思熟虑”中的个人学习问题。你个人阅读和预备的质量会为你带来帮助，使你很好地在小组中讨论你所阅读的内容。

当你阅读《高尚的罪》这本书时，请拿上一支笔，在书中的段落下面自由地划线，或在页边空白处标上记号或问号，记下你头脑中所冒出的任何原则或洞见。我们知道，你会享受这本书，并且你的信心会增长，因为你会师承世界上最受人爱戴的作家和圣经教师之一。

在每一课中，当你阅读了《高尚的罪》中指定的章节，你将会被引导到“对准焦点”的学习，并且回应“深思熟虑”中的问题。这会帮助你梳理你刚刚阅读过的一些关键点。有些问题会要求你查阅所选出来的一些经文来进行回应。我们极力鼓励你完全参与到这些个人学习机会，但是如果你的时间有限，你可以在小组时间之前只阅读这本书的相关章节，稍后再来到“深思熟虑”。

在每一课的结尾，你会看到“牢记在心”这个部分。你可以在这里记下你的个人反思、个人行动要点、个人祷告，作为这个星期阅读和讨论的回应。在小组讨论之后，找个地方独处，在神面前安静你的心，然后对在本指南中我们提供给你的个人反思、个人行动要点、个人祷告这些提示作出回应。你可能会发现，在整个学习和讨论的经历中，这些日志训练对你

来说是最有意义的。

如果你是小组引导者

如果你有幸得以促进这种小组学习经历，这里有一些建议，可以帮助你通过充实的探索时间来引导你的小组。

1. 虽然无需赘言，但我们还是要提一下，在每一次小组课程之前，你要完全熟悉相关的内容。这意味着你要提前阅读这本书中指定的章节，完成“深思熟虑”中的个人学习问题，复习“畅所欲言”中的讨论问题。
2. 用祷告浇灌你的个人预备，以及每一次即将来临的小组课程。当你预备和促进的时候，祷告神赐给你智慧、引领和敏感的心。祷告祂在每一个参与者的生活和生活中做意义深远的工作。
3. 本指南的每一次课程都在“聚会之前”指定了阅读《高尚的罪》这本书特定的章节。在每一次课程之后你要注意下一个课程指定要阅读的章节。我们也鼓励参与者，在每一次小组课程之前完成讨论指南上相应的“深思熟虑”中的个人学习问题。
4. 从上一次课程中的“成长报告”中提问来开始每一次的小组学习，鼓励每一个参与者分享他们的个人发现或属灵进步。当你听到你的朋友们学到了些什么，你们都会受到鼓舞。
5. 在完成“成长报告”之后，让每个人跟着一个小组成员大声诵读“对准焦点”这个部分。这表明他们在这一星期所读内容的重要性，为接下来的讨论定下基调。
6. 花一些时间问一问参与者这一周学习“深思熟虑”部分有没有什么问题或洞见。（小贴士：你可以提前选择一些问题或洞见做标记，以免参与者没有完成这个部分。）
7. 把大量的讨论时间用在为小组讨论设计的“畅所欲言”问题上。改变你的方法：有些问题你不用指定人回答只要等人回答即可。其他问题你可以直接问某个人，让他或她来回答，然后鼓励其他人也回答。只要时间允许，就要鼓励大家来回答，不要匆匆忙忙的。有时你会发现，某个参与者的洞见会比其他人更深刻。
8. 鼓励参与者花时间享受每次课程结尾的个人日志训练。回应本指南在“牢记在心”中的提示，这会增加你对所讨论之原则的理解以及在生活中的应用。
9. 花些时间指出“下次课程”的作业，为下一次课程做准备。为了得到最好的学习体

验，我们鼓励参与者用高质量的时间阅读本书中的指定章节，并且回答相应的“深思熟虑”中的个人学习问题。然而，也许你想向他们保证，如果他们只阅读本书中的指定章节，也没关系——他们可以在其他时间再深挖“深思熟虑”这个部分。

10. 大家一起祷告结束。我们在“小组祷告”中提供了建议的话题来开始祷告时间。你可以让一个人祷告，或者让愿意祷告的人大声地以简短的会话式祷告开始。（小贴士：不要让任何人觉得有压力或有义务大声祷告。如果你事先把这条规矩告诉人们，这会有助于他们放松。）

哦，还有一件事情。**开心一些！**的确，这是一个严肃的话题。是的，你有责任保持严肃。但是，请你呼吸一下，放松一下，享受你所经历的。以积极的、期待的心态进入你的预备，以及每一次小组课程。竭尽全力，然后把结果交给神。（小贴士：那时候乐趣才真正开始！）

当你们一同阅读和发现神的祝福时，愿神大大地祝福你，以及你的小组。

编者

第 1 课 直面真理

聚会之前：阅读《高尚的罪》1-3 章，然后回答“深思熟虑”中的问题。

钥节：“凡犯罪的，就是违背律法”（约壹 3:4）

对准焦点

有些癌症暗暗地生长，直到晚期才被发现。同样，罪——特别是“纵容”的罪或“微妙”的罪——可以存在于我们的生命中，事实上既不知不觉又十分危险。我们会受欺骗，相信这样的罪并没有那么坏，从而不认为它是真正的罪，并且对罪不加思考。事实上，罪这个词几乎从我们的文化中消失了，而且甚至在有些教会中也极力避免。好心的信徒发现，他们太容易聚焦于我们“邪恶”的文化中那些公然的罪，却忽视自身那些更微妙的罪，即“高尚”的罪。

与今日觉得自己还不错的哲学相反，17 世纪被称为清教徒的那些信徒对自己和罪有不同的看法。他们害怕罪的事实，他们把所有的罪看作居住在自己里面的恶魔的力量。就像圣经的作者所说的，他们认识到，任何罪都破坏神的律法。

在这个课程中，我们将探索基督徒在他们的生活中轻描淡写的那些罪的影响，例如急躁、说闲话、骄傲、怨恨、愤怒。这些经常成为更大的肿瘤，使我们陷入更深的罪中。

是的，神差派耶稣到世上担当我们的罪。但只要这些信徒认识到，我们的呼召是荣耀神，并且我们要变得像耶稣，我们就会与罪争战。像神的儿女一样活着包括面对罪，特别是我们没有认识或使之合理化的罪。这就是第 1 课的内容。

深思熟虑：个人学习

什么是罪？

1. 为什么你认为明白罪是什么以及罪在我们生活和关系上的影响非常重要？

2. 雅各书 1:14-15 和 2:10-11 所揭示的我们罪行的根源是什么？所揭示的神的律法以及我们破坏它的结果是什么？
3. 在马太福音 5:22、27-28 中，耶稣所强调的罪（破坏神的律法）的严重性是什么？

“罪”这个词发生了什么？

4. 你看到什么证据，表明“罪”这个词实际上在我们的文化中消失了？表明个人对罪的意识实际上已经从很多信徒的良心上消失了？解释一下你的答案。

“罪”这个词曾经风行一时，现在则似乎消失了。这曾经是一个强烈的词，一个不详而严肃的词……但是这个词消失了。这个词和这样的概念几乎消失了。为什么？没有人犯罪了吗？没有人相信罪了吗？

卡尔·门林格尔，《罪从何而生》(Whatever Became of Sin?)

5. 你认为“软化”关于罪的语言对我们的生活造成了什么影响？对我们的教会呢？
6. 为什么信徒更容易聚焦于不信者的罪，而不是自己的罪？

“高尚”的罪

7. 列出通常的一些“高尚”的罪。为什么你认为我们更倾向于纵容它们？

8. 在加拉太书 3:10，使徒保罗引用了什么来强调遵守神的律法的重要？这揭示出我们纵容“似乎很小的罪”会带来什么后果？

9. 尽管神总是在每个信徒的心里做决定性的改变，但是当每个信徒想要顺从神而生活的时候，他们会面对什么？

10. 描述一下彼得和保罗督促每一位真信徒要做出的选择（见加 5:16；弗 4:29；彼前 2:11）。

我们的罪如何影响到神

11. 毕哲思写道：“当我们犯罪时，当我们以任何方式违反神的律法时……我们都是反抗神的至高权柄和无上威严……这真是宇宙性的叛逆（cosmic treason）。”你同意“宇宙性的叛逆”这样的说法吗？请解释一下。

即使我们的心已经更新，即使我们不再受罪的绝对辖制，即使我们有神的圣灵内住，罪的原理仍潜伏在我们里面，与我们的灵魂争战。没有认清这骇人的真相，就会为“高尚”的罪或可接纳的罪提供肥沃的土壤，让罪得以生长，得以兴旺。

《高尚的罪》第 3 章

12. 你认为神对我们的罪知道多少？（见诗 139:1-4；林前 4:5）

13. 请阅读撒母耳记下 12:1-10，神借着拿单向大卫说话，大卫和拔示巴犯了奸淫罪，谋杀了她的丈夫，并且否认他的罪。关于不认罪，我们学得到了什么？关于罪与神和他的律法之间的关系，我们学到了什么？

14. 罪对住在每一位圣徒里面的圣灵（也就是神）有什么影响？（见弗 4:30）

畅所欲言：小组讨论

1. 我们为什么要严肃地对待“高尚”的罪？
2. 我们如何更加清晰地看到自己的罪，而不是如此之多地聚焦别人的罪？
3. 你认为“软化”有关罪的语言会对我们的生活造成什么影响？对我们的教会呢？
4. 当我们认识到我们的罪不仅是反抗神的至高权柄，而且是藐视祂的律法和祂的位格，我们会对罪有怎样不同的看法？
5. 我们今天所学的，会怎样影响我们的言行和思想？

小组祷告

作为一个小组，感谢神给你们机会，使你们能够聚集在一起，探索这么重要的话题。请求神帮助你们认识到“高尚”的罪，并且严肃地对待它们。

下次课程

阅读《高尚的罪》第 4-6 章，然后回答第 2 课“深思熟虑”中的个人学习问题。

牢记在心：个人成长日志

个人反思

1. 在这次课程中，特别与你有关的发现、引用、经文是什么？为什么？
2. 你在生活中所纵容的“高尚”的罪是什么？
3. 这些罪以什么方式影响你的生活、人际关系、你与神的关系？
4. 你认为神想让你从处境中学到什么？

个人行动要点

这个星期你有什么关于“高尚”的罪的洞见，可以应用在你的属灵旅程中？把它写下来并且交托给主。

个人祷告

对神写下一个简短的祷告,内容是罪在你生活中的引诱和影响,以及你渴望神来帮助你,在面对试探的时候站立得稳。

成长报告

1. 这个星期你发现了哪些“高尚”的罪？
2. 当你开始应用在第 1 课中学到的东西，你做出了哪些新的决定？你面对什么样的挑战？
3. 在这个星期中，你所知道的神对所有的罪（包括更容易纵容的罪）的观点，以怎样的方式对你造成影响？

第 2 课 罪的补救

聚会之前：阅读《高尚的罪》第 4-6 章，然后回答“深思熟虑”中的个人学习问题。

钥节：“得赦免其过，遮盖其罪的，这人是有福的。主不算为有罪的，这人是有福的”（罗 4:7-8）。

对准焦点

使徒保罗和约翰·牛顿（赞美诗《奇异恩典》的作者）都这样看自己：我是大罪人，但是有大救主耶稣基督。

在遇到耶稣以前，扫罗（后改名为保罗）逼迫信徒（见徒 7:54-8:3）。在生命即将结束时，保罗把自己描述为“众圣徒中最小的”（弗 3:8）以及“褻渎神的、逼迫人的、侮慢人的”（提前 1:13）。他还写道：“基督耶稣降世为要拯救罪人……在罪人中我是个罪魁”（提前 1:15）。

约翰·牛顿从前是一个奴隶贩子，他在一只贩卖奴隶的船上担任船长。他从来没有忘记贩卖奴隶的经历，但是他定睛在耶稣身上。“我的记忆近乎消失……”他在临终时说，“但是我记得……我是大罪人，基督是大救主。”当保罗和约翰·牛顿越来越像基督，他们越来越意识到而且敏感于自己的罪。他们说“我是”罪人，而不是说“我过去是”罪人。毕哲思写道：“若想更好地对付生命里可接纳的罪，我们必须也说这样的话。”

我们能够战胜的罪，只是被饶恕了的罪。我们必须先对付罪咎，才可以对付生命里的罪……神赦免我们的“唯一”根基，是基督在十架上为我们流出的宝血。

《高尚的罪》第 4 章

也许你发现很难辨别扫罗和约翰·牛顿所犯的痛苦的罪。但是你是否对神说闲话、心存怨恨、有自私的行为，或者不依靠神？罪就是罪。

罪的唯一补救是耶稣所提供的对罪的赦免。作者写道：“神不再计算我的罪，不再与我为敌……这消息太好了，不像是真的”。的确如此。圣灵帮助我们对付我们的罪，引导我们

在属灵上转变。

深思熟虑：个人学习

作为跟随基督的人，我们得以脱离罪的权势

1. 当我们借着基督接受救恩的时候，对于罪的罪咎和统治权势，神为我们做了哪些？（见罗 6:1-2；西 1:13-14）
2. 神使用什么来宣告我们的罪，包括我们的自私和论断态度？（见提后 3:16）
3. 我们有什么确据，认为当我们知道自己有罪并且请求神赦免我们，神就会赦免我们并且不再用我们的罪来敌挡我们？（见罗 4:7-8；弗 1:7；约壹 1:9）

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。（约壹 1:8-9）

4. 在马太福音 5:6，耶稣对那些追求公义的人有什么应许，也就是那些热切地渴望他们的罪被治死，并且用圣灵的果子来代替的人？（见太 5:4、6；加 5:22-23）

神帮助每一位信徒对付罪

5. 阅读加拉太书 5:16。当我们寻求治死罪，罪却不断地回来，所应许的盼望是什么？“与圣灵同行”意味着什么？

6. 当我们请求神使我们能对付自己的罪，我们必须将什么“藏”在心里？（见诗 119:11）

7. 我们如何确认圣父和圣子通过住在每一位圣徒里面的圣灵作工（见林前 6:19），来帮助我们对付罪，引导我们在属灵上转化？（见罗 8:31；腓 1:6，2:12-13）

8. 圣灵在每一位信徒里面做了些什么？（见林后 3:18）

畅所欲言：小组讨论

1. 神赦免我们的罪这个真理如何使我们得自由，来诚实、谦卑地面对我们的罪？

2. 什么拦阻我们认识我们的罪？为什么我们允许罪在我们生命中“作王”？（见罗 6:12）

3. 如果我们经常为微妙的罪祷告，并且在每一次触发这种罪的时候都请求圣灵帮助我们，我们的生命将会发生怎样的改变？

4. 用本书作者的话说，为什么我们“需要向自己传福音”？请读一读圣经上神的赦免这方面的确据。

5. 基督的死和复活所成就的工作如何激励我们对付我们的罪？

不言而喻，使人认罪一定是圣灵的核心作为，因为只有认识到哪些特定的思维倾向、语言习惯、行为模式是罪，我们才能对付罪，尤其是我们基督教信仰文化里普遍接纳的罪。

《高尚的罪》第 5 章

小组祷告

一起向神祷告，邀请神给你们每人一个渴慕的心，渴望与神建立亲密的关系，并且当圣灵使你意识到你的罪时，立刻就承认它们。

下次课程

阅读《高尚的罪》第 7 章和第 10 章，然后回答“深思熟虑”中为第 3 课准备的问题。

牢记在心：个人成长日志

个人反思

1. 在这一课中，你领悟到什么洞见？为什么？

2. 如果你信靠耶稣基督为你的救主和主，你发现更容易理解神对你的赦免和无限的爱，还是更不容易理解？为什么？

3. 如果你是基督的追随者，神已经完全赦免了你的罪，并将与你一起治死你生命中罪的表现，包括“高尚”的罪。这对你个人意味着什么？

个人行动要点

在这个空白处，从你最好的圣经译本中抄写约翰一书 1:9。在下一课开始之前，默想并思考这一节中的个人应许。

个人祷告

写下简短的祷告，感谢神赐下约翰一书 1:9 的应许，并且写下它对你意味着什么。

个人进步报告

1. 分享一些让你更加意识到“高尚”的罪以及如何面对它们的方法。
2. 当你遇到会引起这些罪的处境时，你有没有请求圣灵的帮助？如果请求了，发生了什么？如果没有请求，为什么？
3. 你如何描述你所得到的确据，即当你懊悔地承认自己的罪，神赦免了你，不管你所犯的是什么样的罪？这样的确据如何可以释放你，让你诚实地（并且经常）面对自己的罪？

第 3 课 不敬虔和不感恩

聚会之前：阅读《高尚的罪》第 7 章和第 10 章，然后回答指南中后一页“深思熟虑”中的问题。

钥节：“因为神救众人的恩典已经显明出来，教训我们除去不敬虔的心和世俗的情欲，在今世自守、公义、敬虔度日”（多 2:11-12）。

“不要醉酒，酒能使人放荡，乃要被圣灵充满……凡事要奉我们主耶稣基督的名常常感谢父神”（弗 5:18、20）。

对准焦点

不敬虔是其他“高尚”的罪之根。在日常生活中，我们至少都偶尔或多或少地没有想到神——神的旨意、神的荣耀、我们对神的倚靠、我们对神的责任。我们忘了自己生活在这位遍察一切又能听见一切的神的同在中，祂渴望与我们有亲密的关系。

幸运的是，神向我们表明如何对付不敬虔的问题。神想让我们荣耀祂，使我们的生活与所蒙受的神的恩相称，并且讨祂的喜悦——让我们的光照在人前，这样我们也可以荣耀神（见太 5:16）。祂想让我们以祷告的心渴望与祂建立亲密的关系，这样的关系渗透在我们所想、所说、所做的每一件事情之中。在这一课中我们要学习的是，我们在生活中要意识到：我们的一切所是，一切所拥有的、所成就的，都是借着神的恩典。

今天我们要查验的另外一个罪是对神**不感恩**——不感谢祂赐给我们的诸多恩惠，比如救恩、救拔我们脱离属灵的黑暗，以及在生活中的许多赏赐。我们生命中的和所拥有的每一件事都是神的赏赐。

甚至古代以色列人也忘记为他们所蒙受的属灵的和暂时的祝福而感谢神……这造成了可怕的结果。难怪使徒保罗写道，“凡事要奉我们主耶稣基督的名常常感谢父神”（弗 5:20）。感恩的心能改变我们的生活！

深思熟虑：个人学习

对付不敬虔的罪

1. 在《高尚的罪》第七章中对不敬虔的定义，与你所认为的不敬虔有何不同？罗马书 1:18 对这个罪有何启示？
2. 你是否同意，不敬虔的罪“更容易成为诸罪的根源”，而且我们每一个人都犯了这罪”？解释一下你的答案。
3. 阅读雅各书 4:13-15。因为什么不敬虔的说法，雅各通过圣灵定那些人的罪？
4. 保罗总结性的祷告（西 1:9-10）揭示了我们对神有什么义务？揭示了我们典型的以自我为中心的祷告，也就是我们为自己、朋友、家人所做的祷告是怎样的？

不虔和邪恶是两码事。善良可敬的人，也可能不虔。……不虔指的是对神的态度……也许可以这样定义不虔：日常生活中很少想到神，或者根本不想神，不想神的旨意、神的荣耀、对神的依靠。

《高尚的罪》第 7 章

对付不感恩的罪

5. 在圣经时代，麻风病摧毁了许多人的生命。摩西律法要求，麻风病人走在路上的时候要不停地喊：“不洁净，不洁净”（利 13:45）。鉴于此，耶稣在撒玛利亚和加利利的经历有什么辛酸之处？（17:11-19）。

6. 阅读罗马书 6:6、17 和以弗所书 2:1-5。一个没有神的人，他的属灵光景是什么？

7. 神为每一位信徒所做的是做什么？

8. 依照使徒行传 17:24-25，为什么我们要向神表达由衷的感激？

9. 按照罗马书 8:28-29、38-39 的应许，为什么即使我们面临失望和困境，也要借着信心感恩？

畅所欲言：小组讨论

1. 为什么你认为好人也会如此容易不敬虔，在一个星期大部分时间活得好像神不存在，好像不需要向神尽义务和倚靠神？

2. 如果你愿意，请分享一次你日常所做的事情，在做这件事的时候你根本没想到神。这件事对你的生活或你周围的人有什么影响？

3. 我们每天可以做什么“在敬虔上操练自己”（提前 4:7），这样即使在日常行为上也可以荣耀神并讨神喜悦？

4. 神给了你哪些祝福？为什么我们为这些祝福感谢祂如此重要，并且要使这样的感谢成为我们生活中很自然的一部分？
5. 回顾罗马书 1:18-32，保罗生动地描绘了在外邦人中道德滑坡的情形。在第 21 节，他在感恩上强调的是什麼？我们从这一点上可以得出什麼有关我们生活的结论？我们的文化呢？
6. 即使在困境中，相信神和感谢神的信心从何而来？描述一下当你感恩（或不感恩）时所遇到的挑战。通过这些经历神给了你什麼教训？

小组祷告

作为一个小组，请求神在你们每个人心中激发更强烈的渴望，使你们过敬虔和感恩的生活。

下次课程

阅读《高尚的罪》第 8-9 章，然后回答“深思熟虑”为第 4 课准备的个人学习问题。

牢记在心：个人成长日志

个人反思

1. 重读哥林多前书 10:31 和 马太福音 5:16。你的心里在多大程度上愿意付出“一切”来荣耀神？不敬虔是怎样悄悄溜进（或大摇大摆地进入）你的社会关系、日常行为、祷告、每日计划的？

2. 你的言语和行为证明你有意识地并且以祷告的心寻求荣耀神，还是想要忘记祂？你的态度和行为所传递的是什么？
3. 神在基督里为你做了多少？你以什么方式可以确定，能在每一天为神对你的暂时供应和属灵祝福而感谢祂？

个人行动要点

如果神现在站在你面前，告诉你所做的**任何事**都要荣耀祂，你会立刻做出什么改变，来使祂成为你生活的中心焦点？

个人祷告

为以上你所列的个人行动要点写下一个简短的祷告来表示承诺。

成长报告

1. 你在自觉地思想神方面做得怎么样？神的祝福、神的旨意、神的荣耀、你对神的信靠……
什么能更多地帮助你想到神？
2. 在顺境中和在不愉快的境遇中，你对神有多大程度地感谢？
3. 在培养感恩的态度上你面临什么挑战？

第 4 课 忧虑、沮丧和不满

聚会之前：阅读《高尚的罪》第 8-9 章，然后回答这一课“深思熟虑”中的问题。

钥节：“你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们”（彼前 5:7）。

“我未成形的体质，你的眼早已看见了。你所定的日子我尚未度一日，你都写在你的册上了（诗 139:16）。

对准焦点

我们每个人都经历过痛苦和困难。车子发生故障。意外事故使你或你所爱之人受伤。关系出现令人失望的变化。当然，你可以举出许多例子。在这一课中，我们来思考痛苦或困难时刻通常会出现的忧虑、沮丧和不满这三种高尚的罪，以及它们所带来的相当大的影响。

圣经中经常出现**忧虑**这个词。耶稣经常说到忧虑。有一次在十节经文中祂说到六次（见太 6:25-34）。相近的词“害怕”和“惧怕”也经常出现。为什么在我们所考察的“高尚”的罪里面有忧虑，即一种对未来不确定的害怕？因为当我们忧虑的时候，我们不信任神并且不接受祂对处境和事情的至上安排。当神的旨意与我们的日程表不同时，我们便被祂对我们生活的护理感到烦扰。

沮丧是无论何人、何事阻碍我们的计划或心愿，我们就会感到心烦甚至愤怒。我们忘记了在触发我们沮丧的事情后面有神看不见的手。就像我们所看到的，每当我们面对沮丧，我们可以依靠关键的资源，很可能需要学会关注一些事情。

如果一切事情都在祂的手中，如果我们的每一根头发都被数过，如果大大小小的每一件事情都在祂的护理之下并且有祂的目的，如果祂有智慧、圣洁、恩慈的目的……那么当祂带领我们的时候，我们唯有耐心、谦卑地跟随，并且欢喜地盼望一件幸福的事情。

约翰·牛顿，《约翰·牛顿书信集》

不满经常是由持续不变和无法改变的处境引起的，我们对其无可奈何。当它负面地反映

出我们与神之间的关系，它是有罪的。当工作和婚姻无着落，我们仍然没有孩子，长期处在痛苦之中，或者面对沉重的管理上的细节，我们如何回应神？

我们有圣灵的帮助，便不仅能在这些罪出现时有效地对付它们，还能更多地经历神，并且学会信靠祂，不管我们面对什么样的处境。

深思熟虑：个人学习

忧虑和沮丧

1. 耶稣在马太福音 6:25-34 中对于信徒如何回应忧虑教导了些什么？
2. 马太福音 26:39 和腓立比书 4:6-7 给了我们哪些启示，告诉我们需要祷告，才能脱离引诱我们忧虑的试探？

当我忧虑的时候，我其实是相信神不在乎我，那一刻在引起我忧虑的特殊环境里，祂不会看顾我。……神在祂的宇宙中，为着祂的荣耀和祂子民的福分安排一切。

《高尚的罪》第 8 章

3. 当我们的信心软弱，而且我们的处境在我们心里大过神的应许，我们如何遵循耶稣在马太福音 6:34 的命令，并且在路加福音 12:6 发现盼望？马可福音 9:23-24 为我们提供了什么洞见？
4. 我们的沮丧通常是这样引起的：我们对于阻碍我们计划或心愿的人或事心烦意乱，这样的沮丧不敬虔地在我们里面扎根，我们就像神没有介入我们的处境中那样地活着。我们从诗篇 139:16 可以得到什么安慰和鼓励？这节经文是这样的：“我未成形的体质你的眼早已看见了。你所定的日子我尚未度一日，你都写在你的册上了”。

不满

5. 什么是不满？什么时候它激励我们采取积极的行动，什么时候它是犯罪？
6. 毕哲思写道：“是我们对处境的回应，而不是处境中的困难程度，决定了我们是否不满。”你是否同意这个说法？为什么？
7. 这一课的一个钥节是诗篇 139:16。这节经文如何给你带来帮助，来对付那些诱使我们不满的处境？
8. “我们必须相信圣经所教导的神的属性是真的，神所带来的或允许出现在我们生命中的艰难险阻，都是为了祂的荣耀和我们最终的福祉。”作者的这些话对你来说意味着什么？请写下来。

畅所欲言：小组讨论

1. 为什么在我们的文化中忧虑如此普遍——在我们每天的行动中，在广告中，在新闻报道中？圣经对忧虑的教导与当代文化对它的教导有何矛盾之处？
2. 如果我们经常在生活中容忍忧虑、沮丧和不满，其他各样的罪便会经常冒出来？

3. 你是否认为有的时候神允许我们面对困难、难以改变的处境，其原因我们可能永远都不知道？请分享你生活中的一个情形，也就是你接受了那样的情形是神对你生命计划的一部分，从而学到重要的一个教训。

4. 请讨论一下作者所引用的这段话：“请想一想，如果你所爱的人对你说：‘我不信任你。你爱我？你会照顾我？我不相信！’这对你是何等的羞辱！然而，忧虑就是对神说同样的话。”

5. 在《高尚的罪》这本书的各处，毕哲思都鼓励我们要记住神的属性。如果我们相信和记得神有无限的智慧和爱，并且知道什么对我们是最好的，那么我们会如何回应那些诱使我们陷入忧虑、沮丧、不满的处境？另一方面，如果我们相信神只是玩弄我们，想让我们受苦，我们会如何回应试炼？

小组祷告

在小组祷告中，感谢神使你们每一个人都更加意识到“高尚”的罪以及它们对你们的生命和关系的影响。祈求神赐给你们信心，相信在各种处境中祂护理的旨意都来自祂无限的智慧和良善，因此最终是想让你们得益处。

下次课程

阅读《高尚的罪》第 11-12 章，然后回答“深思熟虑”为第 5 课准备的个人学习部分的问题。

牢记在心：个人成长日志

个人反思

1. 哪些处境会对你造成试探，使你陷入忧虑、沮丧、不满？
2. 什么时候神使用忧虑、沮丧、不满对你进行教导，帮助你在某个领域成长，或者使你注意和留心？
3. 在第 4 课中有哪个洞见、引用、钥节特别与你相关？为什么？

个人行动要点

在接下来的这个星期，仔细注意有哪些处境对你造成试探，使你产生忧虑、沮丧和不满，立刻求告神来帮助你，使你信靠和遵从祂。

个人祷告

写下一个祷告，感谢神掌管你的处境（即使当你感受不到那份确定时）。邀请神帮助你以服侍和荣耀祂的方式来回应。

成长报告

1. 学习了上一次课，你如何在你的忧虑上信靠神，并且接受祂至高的旨意？

2. 如果你沮丧或不满，你采取了哪些步骤？或者你应该采取哪些步骤？

3. 你在哪些领域发现你有所进步？

第 5 课 骄傲和自私

聚会之前：阅读《高尚的罪》第 11-12 章，然后回答“深思熟虑”中的问题，它在本指南下一页个人学习部分。

钥节：“爱是恒久忍耐又有恩慈；爱是不嫉妒，爱是不自夸，不张狂，不作害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶”（林前 13:4-5）。

对准焦点

当我们思想什么是敬虔的祷告，我们一定不会认为它是路加福音 18:11 中自义的法利赛人的祷告：“神啊，我感谢你。我不像别人，勒索、不义、奸淫，也不像这个税吏”。毕竟，圣经强调神恨恶**罪恶的骄傲**，并且神敌挡骄傲的人。

讽刺的是，我们每个人都会发展出一种类似的自义态度。我们很容易看到罪恶的骄傲在别人身上，却看不到自己的骄傲。这就是为什么我们要在这一课看一看骄傲具体对信徒造成试探的四种表达方式：道德自义的骄傲、教义正确的骄傲、取得成就的骄傲、独立精神的骄傲。

我们会探索另一种“高尚”的罪，也就是**自私**，它潜伏在我们里面，更难以认识。它到处出现，甚至会出现在神学巨擘的身上。我们都对自己身上的自私有盲点。我们一生下来就有罪性，容易受试探更关注自己的利益，而不是别人的利益。虽然我们的自私既粗鲁又明显，通常它却更微妙而优雅，因为我们在意别人的看法。因此，我们不仅要处理自私自利，而且要处理在时间和金钱上不顾别人、自顾自己。

让我们面对我们的骄傲和自私，知道神将帮助我们与它们争战，并且使我们更像耶稣。

骄傲的问题在于：我们可以看出别人的骄傲，却无法察觉自己的骄傲。

《高尚的罪》第 11 章

深思熟虑：个人学习

自义的骄傲

1. 圣经对罪恶的骄傲（见雅 4:6；彼前 5:5）说了些什么，甚至信仰的教师也要面对这样的危险（见罗 2:1-3, 21）？

2. 毕哲思写道：“当社会公开犯下或纵容大逆不道的罪，如淫乱、堕胎、酗酒、吸毒、敛财、动辄离婚、同性恋生活方式，以及其他无法无天的罪时，我们很轻易就陷入道德优越、自以为义的罪。我们不犯这些罪，所以觉得自己道德高尚，看到有这些罪行的人，就多了几许厌恶藐视。”
 - a. 为什么我们认为自己会轻易陷入道德优越的骄傲之中，然后对犯这些罪的人发展出一种轻视？

 - b. 耶稣把关于法利赛人自义的比喻讲给什么样的人？为什么这对我们很重要？（见路 18:9）

3. 在某个特定的信仰系统中的信徒容易犯教义正确的骄傲，认为持守其他信仰的人在神学上或属灵上是次等的。保罗如何谈到那些信徒的骄傲，他们认为吃祭偶像之物超出了基督徒自由的界限？（见林前 8:1）

取得成就的自由和独立的自由

4. 我们取得成就或成功的能力从何而来？（见创 45:4-8；撒上 2:7；但 2:21；该 1:5-6）

5. 阅读哥林多前书 4:7。保罗的话对于今天的我们有何重要意义？为什么？
6. 神对骄傲的心有何看法？（见诗 101:5；箴 16:5，21:4）。对于我们不承认神恩慈的祝福，神有何看法？
7. 有哪些圣经原则可以帮助我们防范各人认可的罪恶欲望？（见路 17:10；诗 75:6-7）
8. 箴言 2:1，3:1，4:1，5:1，7:1 所强调的是什麼（在父子关系的语境中）？为什么这几节中的原则和骄傲的独立与受教的心态之间的对抗是密切相关的？

自私的罪

9. 我们自私的根在哪里？（见创 3:1-6；耶 17:9；何 6:7；罗 7:17-20；8:6-7；加 5:16-17；弗 2:3）
10. 提摩太后书 3:1-2 的哪句话描述了一个自私的人？为什么这句话宣告这人有罪？
11. 因为时间很宝贵，就很容易在时间上自私。以下几节经文揭示了在什麼方面与他人分享我们的时间？（见徒 9:36；罗 16:2；加 5:13，6:2；帖前 5:14；来 6:10）
12. 有些人不顾及别人，他们不思想自己所说的话或所做的事会对别人造成什麼影响。与这些人的情形相反，对于体谅别人神如何说？（见多 3:1-2；雅 3:17）

人生而自私。……即使我们成为基督徒之后，肉体依然对抗着圣灵，一种表现就是自私。

《高尚的罪》第 12 章

畅所欲言：小组讨论

1. 你是否同意作者这样的说法：“自私的程度不同，表现出来的微妙度也不一样”？为什么同意或为什么不同意？
2. 让五个小组成员分别查看五节经文：诗篇 31:23；耶利米书 50:31；路加福音 1:51；箴言 8:13；箴言 15:25。五个人分别大声地读其中的一节经文，然后一起讨论这些经文中的洞见，即神对罪恶的骄傲有何看法。
3. 神为什么恨恶罪恶的骄傲？它如何贬低神在我们生命中的工作？
4. 为什么有时关注和聆听其他人感兴趣的事，比谈论我们感兴趣的事更难？我们的自私倾向如何影响我们的谈话？我们的行为？我们的思想？
5. 如果我们允许罪恶的骄傲和自私在我们生命里生根，我们会预料到什么结果？（见林前 5:6）。你能回想一次发生的情形吗？你经历了什么结果？你认为别人会怎样看待你？
6. 和三个同伴一起大声地朗读罗马书 12:1-3；腓立比书 2:3；哥林多前书 13:4。读完每一节，

都辨识一下神想让我们怎样数算我们骄傲和自私的罪。

小组祷告

一起为神的祝福而感谢祂，并且请求神帮助你们认识和对付骄傲和自私的罪。

下次课程

阅读《高尚的罪》第 14-16 章，然后为第 6 课回答“深思熟虑”中的问题。

爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒，爱是不自夸，不张狂，不作害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶。（林前 13:4-6）

牢记在心：个人成长日志

个人反思

1. 在你生活中的哪些领域（家庭、工作、学校、娱乐、思想）骄傲和自私的罪会浮出水面？
2. 你的言谈会揭示你骄傲和自私的蛛丝马迹。当你和别人谈话时，你是真正地倾听和理解别人的话，还是常常把话题转移到自己的故事、兴趣或成就上？写下一两个例子，然后写下你对神想让你如何行动的想法。
3. 你的日程表和支票簿表明你在生活中有什么自私？

4. 把骄傲和自私的罪与圣灵的果子做一个对比（见加 5:22-23）。在圣灵的帮助下，你需要作出什么改变？

个人行动要点和祷告

当你认出骄傲和自私的罪在你生活中的哪些领域扎根，接下来要在祷告中向神承认它们。求神使你更少地想到自己，更多地想到他人的需要。

成长报告

1. 学习了上一次课之后，你发现自己的生活中有骄傲和自私在作怪吗？是什么使你注意到它的？你是如何回应的？
2. 你为什么认为骄傲和自私在我们里面很难察觉？
3. 通过学习“高尚”的罪，你对罪的看法会如何改变？

第6课 急躁、易怒和愤怒

聚会之前：阅读《高尚的罪》14-16章，然后回答后面“深思熟虑”中的个人学习问题。

钥节：“我为主被囚的劝你们，既然蒙召，行事为人就当与蒙召的恩相称，凡事谦虚、温柔、忍耐，用爱心互相宽容”（弗4:1-2）。

“我怕我再来的时候，见你们不合我所想望的，你们见我也不合你们所想望的，又怕有分争、嫉妒、恼怒、结党、毁谤、谗言、狂傲、混乱的事”（林后12:20）。

对准焦点

吉姆来到餐馆，十分钟后苏珊也到了。“哎呀，你一如既往地迟到了。”吉姆讥讽道。

“如果你没有把车子搞得没油的话，我会准时到的。”苏珊瞪着眼睛反驳。

片刻之后，他们各自怒气冲冲地走了。“我要去锻炼，然后去吃快餐。”吉姆这样想。

“他可真了不起。他今晚就睡沙发吧！”苏珊喃喃自语。

急躁、易怒和愤怒等“高尚”的罪经常出现在朋友和家人之间。

急躁和易怒很容易突然出现，例如当我们在邮局里等待，或者配偶和孩子经常在无意间打扰我们。我们的言行伤害了我们所爱的人，使我们的主耶稣基督蒙羞。

愤怒的罪还会造成更大的伤害。我们经常忽略或否认这个罪，所以我们要多花点时间关注它，以及它具有破坏性的衍生物，比如苦毒和争斗。

按照毕哲思的说法，经常引发急躁、易怒和愤怒的处境要么驱使我们犯罪，要么驱使我们走向基督和祂成圣的能力。当引发我们急躁、易怒和愤怒的试探来临，而且当人们如此对待我们，我们必须小心地提前决定如何回应。我们是用负面的言语、表达、身体语言来发泄我们的情绪，还是选择依靠神的主权、智慧和爱？重大的抉择会带来重要的结果。

深思熟虑：个人学习

急躁和易怒

1. 毕哲思把急躁定义为：“因为他人的无意过错或失败而引起的强烈烦恼”。你容易以什么

方式表达急躁？这些表达如何影响那些引起你急躁的人？

2. 处境不会造成我们急躁。本书作者写道：“它们仅仅给肉体提供了表现自我的机会。急躁的真实原因在于内心，在于固执的态度，在于坚持周围的人要符合自己的期待。”毕哲思的论述对你来讲是不是很有独到之处？明白这个观点为什么对我们来说很重要？

3. 圣经通过保罗说出如下的话，表明当我们遇到急躁的试探，神想让我们如何做？
 - 哥林多前书 13:1、4

 - 加拉太书 5:22-23

 - 腓立比书 4:1-2

4. 本书作者写道：“关于**易怒**的定义，我则描述为频繁地急躁，或者容易因为微小挑衅引起急躁”。请记住毕哲思的定义，你同意易怒是罪吗？你认为易怒扎根于何处？请详细地给出回答并予以解释。

没有任何人可以**导致**我们愤怒。他人的言行或许成了发怒的机会，但怒气的缘由藏在你我内心深处——常常是我们的骄傲、自私、掌控的欲望。

《高尚的罪》第 15 章

愤怒和它的“种子”

5. 毕哲思把愤怒定义为“一种强烈的不舒适感，常伴有敌意。还有，愤怒多以罪恶的情绪、言语、行为来表达，会伤害那些令我们愤怒的人”。你认为愤怒在多大程度上弥漫在我们的家庭、朋友和教会中？为什么？

6. 对比圣经所说的义怒和有罪的愤怒：
 - a. 义怒（自我控制，由于确切地感觉到邪恶而引起的，聚焦在神和他的旨意上）：
 - 出埃及记 32:15-20

 - 尼希米记 5:1-8

 - 马太福音 21:12-13

 - b. 有罪的愤怒（对人的言行的有罪反应）：
 - 马太福音 5:22

 - 加拉太书 5:19-20

 - 以弗所书 4:29-31

7. 阅读以弗所书 4:32 和歌罗西书 3:13。有些人的言行会对我们造成试探，使我们容易急躁、

易怒和愤怒，为了坚守我们对这些人的态度，这些经文提供了什么指导？

畅所欲言：小组讨论

1. 你是否同意本书作者的看法，他说处境或人们的行为从来不会**造成**我们急躁、易怒和愤怒？解释一下你的答案。
2. 讨论一下这个说法：“我们可以选择如何回应他人对我们的罪恶行为。”你同意这个说法，还是不同意？为什么？
3. 急躁、易怒和有罪的愤怒的**真正**原因是什么？当我们认出它们，接下来我们可以采取什么样的行动步骤来对付它们？
 - **前瞻地**——在情形发生之前如何对付？
 - **回应地**——在盛怒之下如何对付？
 - **回顾地**——当圣灵使我们意识到我们有过这样的情形时如何对付？
4. 想象一下，一个好朋友不断为他或她有罪的愤怒辩护，拒绝面对更深层次的、诱发性的问题。你会对他或她说什么？

5. 至高神出于其智慧、良善的目的，如何使用困境（包括急躁、易怒、愤怒之人）来更多地教导你认识祂以及基督徒生活？

小组祷告

祈求神帮助你们每一个人，在接下来的这个星期用圣灵引领你们，**前瞻地、回应地、回顾地**对付急躁、易怒、愤怒的罪。

下次课程

阅读《高尚的罪》第 17 章、第 19 章。回答“深思熟虑”中为第 7 课准备的个人学习问题。

牢记在心：个人成长日志

个人反思

1. 通过这个星期的阅读和学习，关于你急躁、易怒、愤怒的倾向，神向你揭示了什么？
2. 对于将来如何对付这些罪，你愿意立刻写下什么承诺？（想一想如何前瞻地、回应地、回顾地对付它们。）

个人行动要点和祷告

写下你发自内心的祷告，求神帮助你，借着圣灵使你**前瞻地、回应地、回顾地**对付这些“高尚”的罪。

额外学习：与愤怒的“有害的杂草”争战

长期不解决的愤怒会生出许多毒害生命的“有害的杂草”。从以下经文出发，进一步探索这些“杂草”的影响。求神揭示祂看到的你生命中长出杂草的领域，然后按照推荐的参考经文的指导识别并对付它。如果这样的一种或多种情形经常显露出来，或以某种方式导致对任何人的言语或身体虐待，那么就要寻求基于圣经的（教牧）辅导。

在下面的空白处写下神所揭示给你的个人倾向。在相关的经文中总结祂给你的信息。

- **愤恨**——内在化的、无法释怀的愤怒（见林前 13:5；提后 2:22-24）。

- **苦毒**——愤恨发展成持续不断的仇恨（见罗 3:12-14；雅 3:14）。

- **怨恨**——报复怨恨的对象（见罗 12:18-21；雅 5:9）。

- **冲突**——公开地与人争执或造成混乱（见箴 30:33；罗 1:29；提前 6:3-4）。

额外学习：学会饶恕

阅读马太福音 18:21-35 中耶稣所说的不饶恕的仆人的比喻。然后仔细思考一下，写下对下列提示的回应：

- 从这个比喻中，既然神已经饶恕了我们，对于饶恕别人我们能学到什么？

- 我们所犯的每个罪，在我们看来无论多么无关紧要，都是对神无限荣耀的攻击。神为饶恕我们付上了什么代价？

- 我们应当如何生活？

- 我们应当如何饶恕他人？

愤怒从来不会偃旗息鼓。如果不对付它，就会扩散为苦毒、敌意、报仇心态的怨恨。

《高尚的罪》第 16 章

成长报告

1. 从上次课程开始，什么时候急躁和愤怒出现在你的生活中？出现在你周围人的生活中？你是如何回应的？
2. 易怒的根在何处？它对我们周围的人有什么影响？你在这个星期有没有比从前更加意识到它？为什么意识到，或者为什么没有意识到？
3. 一起回顾一下，通过圣灵的能力，我们每个人可以更有效地对付这些罪的方法。

第 7 课 论断和舌头的罪

聚会之前：阅读《高尚的罪》第 17 章和第 19 章，然后回答本指南后面“深思熟虑”中的个人学习问题。

钥节：“设立律法和判断人的只有一位，就是那能救人也能灭人的。你是谁，竟敢论断别人呢？”（雅 4:12）。

“良心既然丧尽，就放纵私欲，贪行种种的污秽”（弗 4:29）。

对准焦点

如果你把年龄不同、生活方式各异的一百位教会的信徒聚在一起，问他们什么样的教会音乐是最好的，以及教会的“着装方式”应当是怎样的，就会引起争论。为什么？因为我们经常将自己的观点视为真理，并且很快地论断那些不同意我们的人。这导致论断主义这个“高尚”的罪。毕哲思写道：“有些问题圣经没有谈论，或即使谈论了，也不如我们想要知道的那样清楚。在这些问题上变得论断是多么容易。”

就像我们在这一课中要明白的，个人偏好与基于圣经的信念和神清晰的诫命有很大不同。很显然，有的时候既要允许别人赞同，也要允许别人不赞同。例如，圣经没有告诉我们要听什么样的音乐。当我们需要谦卑地为某些核心教义辩护，并且挑战那些在生活方式或行为举止上很明显地超出圣经界限的人，我们需要避免将那些不同意的人妖魔化，并且对他们吹毛求疵。

我若没看错，我论断之罪的严重，不在于我论断弟兄，而是因为我在论断弟兄的时候僭越了神的角色。

《高尚的罪》第 17 章

说闲话、负面言语、诽谤等舌头上的“高尚”的罪在教会和我们的文化中如此地普遍。这些罪被纵容甚至鼓励，造成极大的伤害。幸运的是，神赐给他的跟随者能力，所以我们能够“穿上新人”，那是照着神的形象造的，有真理的仁义和圣洁。

深思熟虑：个人学习

论断

1. 本书作者写道：“这就是论断的缘起，我们把一己之见等同于真理。”对某事的偏爱（例如某种食物）与基于圣经的确信有何不同？当我们把自己对某件事情的确信高举到圣经真理的高度，甚至当圣经对某件具体的事情都没有清楚地论述，会发生什么？
2. 本书作者写道：“他人的观点若和我们的不一致，就太容易变得论断了。”请想一下你所看到的这样的事情。结果怎样？
3. 保罗直面论断主义（见罗 14 章）。罗马教会中的一群人只吃蔬菜，他们认为自己具有更高的道德（见 14:3）；另一群人“百物”（大概指肉）都吃，并且认为自己具有更高的知识，因为他们认为如果怀着感谢领受，那么他们在所吃的东西上与神的意思并无不同（见提前 4:4）。这两群人都论断对方。而且，有些信徒把有些日子守为圣日，有些信徒则不这样做。
 - a. 阅读罗马书 14:4-5。你怎样描述保罗的回应？
 - b. 对于他们所认为的人们应当吃什么以及哪些是特定日子，保罗持什么立场？
4. 毕哲思写道：“因为我们如此坚信纯正教义的重要性，我们就容易对持异议的人吹毛求疵。”你认为如何在以下两点之间保持平衡：（a）在关键的圣经教义上站立得稳；（b）以一种不会沦为人身攻击的方式对错误教义的倡导者表示反对。

舌头上的罪

5. 我们怎么知道神会认真地对付舌头上所犯的“高尚”的罪？（见太 12:36-37）
6. 本书作者写道：“任何诋毁他人的话，无论是对他人所讲的，还是讲论第三者，都是有罪的。”你是否同意？为什么？
7. 阅读以弗所书 4:29。你用自己的话描述一下神（通过保罗）告诉我们做什么。这一节与保罗在前面第 22-24 节所提到的“脱下/穿上”有什么关系？
8. 雅各使用什么生动的语言（见雅 3:1-12）来描绘舌头的能力和罪恶影响？他希望我们明白什么？

畅所欲言：小组讨论

1. 基于圣经，什么时候我们可以对别的信徒的行为和信仰进行评判？我们必须使用什么标准？（阅读罗 1:24-32；加 5:19-21；提后 3:1-5）。基于圣经的面质观点与我们社会中所强调的“忍耐”有何区别？
2. 当我们论断那些在爱好和行为上与我们不同的人，我们会面临什么危险？某个信徒的生活方式或行为举止明显不符合圣经，我们什么时候需要基于圣经评判他的行为和信仰？
3. 基督徒的论断主义和有罪的言语如何影响教会？如何影响他们在当地社区中的见证？

4. 毕哲思写道：“请记住，保罗绝对禁止这种言论（弗 4:29）。不许有败坏的话，一句都不可出口。就是不许造谣、不许嘲讽、不许有挑剔的言论、不许有粗暴的话语……。想一想，我们若都遵守保罗的忠告，耶稣基督的教会会是什么样呢？”如果我们真的能够以这样的方式一起生活和敬拜，基督的身体将会是什么样子？为了实现这个目标，我们每个人愿意做些什么？

5. 我们如何坚定地不认同那些破坏圣经关键教义（例如耶稣对我们之罪的代赎）的人，却又不犯论断主义的错误？

6. 我们有罪的言语真正的问题是什么，它来源于哪里？（见太 12:33；路 6:45）

小组祷告

小组成员用诗篇 19:14，大卫的祷告：“耶和华我的磐石，我的救赎主啊，愿我口中的言语，心里的意念，在你面前蒙悦纳。”来一起祷告。

下次课程

阅读《高尚的罪》第 13 章和第 18 章，然后回答为第 8 课所准备的个人学习问题。

牢记在心：个人成长日志

个人反思

1. 当你与一个经常有论断主义行为的人（这样的人有批判心态，对所有的人和事都吹毛求疵）在一起时，你的感觉如何？为什么你认为批判心态具有如此破坏性？
2. 哪一种舌头上的罪最能诱惑你？
3. 本书作者写道：“舌头不过是管道，心内泉源为何，就自然涌流出来。”基于你的言语，可以看出你的内心如何？圣灵会促使你为此做些什么？

个人行动要点

在接下来的两天里，问一问自己：“我要对别人说的话是会绊倒对方，还是会造就对方？”

个人祷告

承认任何论断主义的罪或舌头的罪。真诚地向神祷告你愿意如何改善，并且邀请祂帮助你。

成长报告

1. 你对自己身上“高尚”的罪意识到多少，包括论断主义的罪和舌头的罪？
2. 这次学习将要结束了，为了继续关注这些种类的罪，你愿意做些什么？如果你在属灵上、

关系上、职业上这样做，你会受到什么益处？

3. 分享一下在前面的七次课程当中对你影响最大的一个“要点”，以及为什么它如此重要。

4. 你可以从这次学习中和其他人分享哪些关键经文和重要原则？

第 8 课 缺乏自制，嫉妒和忌恨

聚会之前：阅读《高尚的罪》第 13 章和第 18 章，然后回答“深思熟虑”中的个人学习问题。

钥节：“人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑没有墙垣”（箴 25:28）。

“情欲的事都是显而易见的，就如奸淫、污秽、邪荡、拜偶像、邪术、仇恨、争竞、忌恨、恼怒、结党、纷争、异端、嫉妒、醉酒、荒宴等类，我从前告诉你们，现在又告诉你们，行这样事的人必不能承受神的国”（加 5:19-21）。

对准焦点

自制在许多圈子中并不流行。我们的文化提供了许多试探，并且鼓励我们去实现我们的欲望。“去吧，去体验吧。”“买下来。”“试试吧。”“那是你的权利。”“你应得的。”

圣经通过话语和个人例子说了很多自制的事情。所罗门可怕地堕落了，因为他缺乏自制。其他圣经人物则情绪失控，在宴席上吃得太多，并且成为享受物质的人。作为信徒，我们都经历过情欲与灵魂的争战（见彼前 2:11）。

我们中的大多数人都知道那些约束我们不犯明显的罪的界限，否则我们就会按照自己所喜悦的去生活。神知道我们容易说“是的”，而不是“不”，容易沉溺在情欲之中，所以神反复地强调自制。自制甚至列在圣灵所结的果子之中（见加 5:22-23）。你看，这种自制不是被我们的意志力掌管，而是通过我们里面圣灵的能力掌管。

自制是对一己欲望、渴求、冲动、心绪、激情的治理或谨慎控制。它是该说“不”时说“不”。它是合理的欲望和行动的调节，是对明显罪恶领域的绝对限制。

《高尚的罪》第 13 章

自从人类早期的时候，嫉妒、忌恨和相关的罪，比如争竞和想要掌控别人，就引起很大的麻烦。

例如，该隐因为忌恨而杀死亚伯（见创 4:1-8）。当别人享受我们没得到的好处和祝福，

别人在处境、才能、所得的赏赐上比我们多，这时我们容易有嫉妒和忌恨的反应。人们容易忽视嫉妒和忌恨实际上有多么邪恶（见罗 1:29；加 5:20-21）。

深思熟虑：个人学习

缺乏自制

1. 缺乏自制的人容易受各种试探的攻击。我们在这一课的开头列出所罗门写的一节重要的经文，它便说明了这一点。正如列王纪上 11:1-6、29-33 所记载的，在他和以色列民族身上发生了什么事？

2. 关于自制，下面这些经文给你什么启示？

加拉太书 5:22-23

提摩太后书 3:1-3

提多书 2:2、5-6

传道书 2:10

3. 圣经所说的自制并非出自我们自然的意志力，那么什么能够训练我们活出自制的生活？（见多 2:11-12）。这个洞见对你来说意味着什么？

4. 为了操练自制，我们必须不停地与什么争战？（见彼前 2:11）

5. 毕哲思写道：“这种自制依赖圣灵的影响和赋予能力，要求我们不断查看神的话语，不断祈求圣灵赐予我们操练自制的渴望和力量。可以这样说，自制不是自己通过意志力实现的控制，而是通过圣灵的大能实现的控制。”

a. 在我们个人主义的、目标导向的文化中，为什么记住这个真理很重要？

b. 鉴于我们在生活中忙忙碌碌，我们可以采取什么具体的步骤让自己的思想不断地向神的话语敞开？我们可以如何恒切地祷告，更加亲近神？

妒忌和嫉妒

6. 关于妒忌和嫉妒，保罗指出了哪几点？

罗马书 1:28-29

哥林多前书 13:4

加拉太书 5:19-21

7. 阅读下列经文，注意对人造成试探，使人陷入妒忌和嫉妒的这几类事情：

使徒行传 5:12-17, 13:44-45

撒母耳记上 18:6-9

创世记 4:4-8, 37:4-11、18-20

以斯帖记 5:9-13

妒忌是觉察到别人有你所没有的优势，它是痛苦的，常带着忌恨。……当我们害怕被人赶上，害怕别人超越我们，罪恶的嫉妒就发生了。

《高尚的罪》第 18 章

8. 毕哲思写道：“与妒忌和嫉妒紧密结盟的是争竞的灵——不论专攻的领域是什么，总有要赢的冲动，总是要成为第一名。”尽心竭力和被妒忌和嫉妒驱使有何不同？

尽心竭力：见提摩太后书 2:15；歌罗西书 3:23；哥林多前书 9:24-27。

被妒忌和嫉妒驱使：见传道书 4:4；雅歌 8:6；雅各书 3:16。

额外的行动要点：面对妒忌和嫉妒

当我们被妒忌和嫉妒试探，我们可以：

- 提醒自己神拥有主权。祂给我们才干、能力、属灵的恩赐、机会（见撒下 2:7）。妒忌和嫉妒某人，要么就是在忽视神，要么就是在指责神不公平。
- 请记住，所有信徒在基督里都是同一个身体，那个身体的每一个肢体都属于其他的肢体（罗 12:5）。因此保罗说：“恭敬人，要彼此推让”（罗 12:10）。与其妒忌和嫉妒别人，不如恭敬和称赞别人，因为我们都是在基督里的同一个身体上的肢体。让我们彼此顺服（见弗 5:21）。

- 要知道，神为我们每个人都留有位置，我们每个人都有神所给的任务，他希望我们都可以完成任务。诚然，有一些人比其他人获得更多人的认可。如果我们把情感精力花在妒忌和嫉妒上，我们就会忽略神在我们生命中所做的独一无二的事。在上帝的计划中，所有的任务都是重要的。

畅所欲言：小组讨论

1. 你所面临的是哪一种自制、妒忌、嫉妒方面的试探？有什么信号会表明我们缺乏自制，我们的情欲将要控制我们，或者已经控制着我们？
2. 你认为人们不能自制的三大领域是什么？我们如何更快地认出这些试探？后果是什么？实际上，当我们受到试探要沉溺于我们的欲望，我们如何增强自制？
3. 在这本书中，作者分享了一个看似是良性的行为，如何极大减弱了他在更关键领域的自制。在哪些领域你受到试探，更少地使用自制，而且向你的欲望屈服？
4. 讨论一下第 13 章中的这句话：“我学到，我们不能挑选在哪些领域操练自制。”
5. 本书作者写道：“当我们害怕被人赶上，害怕别人超越我们，罪恶的嫉妒就发生了。”你能想出这种嫉妒的一些例子吗？为什么你认为它不蒙神喜悦？
6. 如果神对祂所赐给我们的能力和祝福拥有主权，这样的真理应该如何影响我们对妒忌和罪恶的嫉妒的倾向？

小组祷告

承认你需要神和祂的真理，以便警惕地对付“高尚”的罪。感谢神赐下祂的圣灵，圣灵居住在每一位信徒里面，提供给我们所需要的能力来敌挡罪，并且使我们更亲近神。在小组中为那些分享自己具体的挣扎的人祷告。在祷告的结尾确认神是谁，以及祂呼召每一个信徒要成为什么样的人。

下次课程

阅读《高尚的罪》第 20-21 章，然后回答为第 9 课准备的个人学习问题。

牢记在心：个人成长日志

个人反思

1. 重读自制的定义。你在生活中表现出缺乏自制吗？如果是这样，在哪个领域？
2. 圣灵在帮助你操练更加自制方面会发挥什么作用？
3. 写下你对这个问题的回应：值得为妒忌或罪恶的嫉妒花费精力吗？解释一下你的回答。
4. 如果神要在你的思想中强调这一课的某些内容，你认为会是什么？为什么？

个人行动要点

重读自制、妒忌和嫉妒的定义后，深思一下它们侵入了你生活中的哪些领域。在对付这些“高尚”的罪上，你计划如何取得进展？

个人祷告

为你通过这些课程所学到的东西感谢神，求神赐给你乐意的心和能力来对付高尚的罪，并且在神给你的路上继续追求。

额外的学习：好的嫉妒？

你是否明白，并非所有的嫉妒都是罪恶的？不容忍争竞可以是敬虔的。例如，如果你已经结婚，而且有人想从这里夺走你的配偶，那么你觉得嫉妒便是正当的。神宣告祂是一个忌邪的神，不容忍在祂以外敬拜任何人或任何东西。探索一下圣经关于神的嫉妒说了些什么：

出埃及记 20:5

诗篇 78:58

撒迦利亚书 1:14

哥林多前书 10:21-22

成长报告

1. 学习上一次课程之后，你了解到自己在哪些领域缺乏自制、妒忌和嫉妒？当你注意到这些罪，你如何回应？
2. 当我们在这次学习中谈到罪，你能够接受神的恩典和饶恕，连同祂的定罪吗？还是发现被谴责的想法偷偷溜了进来？
3. 在面对自己的罪时，我们如何互相帮助，认识并进入神的恩典？

第 9 课 何去何从

聚会之前：阅读《高尚的罪》第 20-21 章，然后回答本指南下一页“深思熟虑”中的个人学习问题。

钥节：“你们要思念上面的事，不要思念地上的事”（西 3:2）

“饥渴慕义的人有福了，因为他们必得饱足”（太 5:6）

“……神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人”（彼前 5:5）

对准焦点

听到**世俗**这个词的时候，我们中的许多人都会想到一系列禁止的行为。然而毕哲思所讲的是这样的倾向：沉浸在世界的事情上，或者不假思索地随从我们周围的文化——特别是在金钱、不道德和拜偶像这些领域。想到这三个涉及微妙的罪的领域，会让我们感到吃惊。不道德和拜偶像一点也不微妙！然而，我们在所有这三个领域中的某些方面都失去敏感和辨别。我们只是接受社会的价值和行为，并没有想一想这些价值和行为是否符合圣经。

医治世俗的解药并非列出一系列禁止的行为或相关的事情，而是要决心变得更加敬虔。当我们在和神的关系上成长并且喜爱祂，我们就开始了这个过程。

事实上，与神的感情与日俱增是我们所有微妙的罪的解药。这样的增长来自于越来越意识到我们仍然有残留的罪，以及基督对我们的爱，祂为我们的罪而死。看着自己的罪是痛苦的，然而我们有盼望：“神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人”（彼前 5:5）。当我们足够诚实和谦卑地承认自己微妙的罪，我们便经历到从赦免而来的爱。

深思熟虑：个人学习

世俗

1. 阅读下面的经文段落。如何让我们的心从喜爱世界转向爱神？

雅各书 4:4-5

约翰一书 2:15

2. 有两段经文用非常有力的词描写如何从喜爱世界转到与神建立关系。既与世界发展友谊，又与神发展友谊，这样做为什么如此之难？（见约 17:13-16；彼前 2:9-10）

3. 毕哲思谈到镶嵌在查尔莫斯的讲道中的一个真理：新激情的驱逐力量。这就是查尔莫斯所说的取代我们对世界之爱的力量：

讲究实际的道德家试图用两种方式取代人们爱世界的心：或者证明这世界的虚空，这样心就获胜了，从它所认为不值得的目标上抽了出来；或者通过建立另一个目标，甚至是神，更值得它依恋，这样心就被说服……将旧的情感换作新的。

查尔莫斯所认为的两种使我们的从对世界的爱中分开的方式是什么？

- a.

 - b.
4. 你试过这两种方法中的一种或两种吗？描述一下你的经历。
 - a. 说服我的心不要爱不值得爱的东西：

 - b. 发现更有价值的东西去爱：

 5. 一份新的情感如何打断你追随现状的倾向？（如果你需要例子，请想一想你爱上某件事

或某个人情形，以及新的焦点如何改变你往常思想和行为的方式。)

何去何从

6. 贯穿《高尚的罪》这本书，毕哲思帮助我们看到，我们在某些领域轻轻忽忽地做事，没有注意到我们的罪，因为它们是如此可接纳的。这次学习如何改变了你对待罪的态度？
7. 阅读以下经节。请记住在我们思考自己的罪时能够帮助我们的态度或行为，还有那些持这种态度的人所能得到的结局或应许。

马太福音 5:3

态度或行为：

应许或结局：

马太福音 5:5

态度或行为：

应许或结局：

雅各书 4:4-10

态度或行为：

应许或结局：

8. 当你与罪争战时，你想让神在什么地方不断地帮助你并赐给你力量？
9. 正如我们在前面所看到的，在我们从犯罪转到想要和神一起生活这件事上，“新激情的驱逐力量”是一个巨大的帮助。向神写下一个祷告，求祂给你这样的帮助。求神使你尝一尝祂对你关怀和爱的滋味，你将以谦卑、温柔和喜爱祂作为回应。

畅所欲言：小组讨论

1. 在第 1 课中，“深思熟虑”部分的第一个问题问道：“为什么你认为明白罪是什么以及罪在我们生活和关系上的影响非常重要？”现在在学习即将结束时，你如何回答这个问题？
2. 通过这次学习，如何影响你对耶稣在十字架上为你牺牲的看法？
3. 一起阅读路加福音 7:36-50。如果你在那个宴席上坐在耶稣身旁，你的回应是什么？例如，你会认同那个向耶稣如此表达感谢的女人吗？你也许发现你更容易理解西门——或者你有完全不同的反应？
4. 请注意这段经文是如何聚焦在关系上的。那个有罪的女人展现了她对耶稣强烈的爱。耶稣问西门，哪一个被免了债的欠债者对债主的爱更多——而不是哪一个欠债者更高兴或更愿意赦免别人的债。你该如何解释罪、赦免、爱神之间的相互影响？

2. 回顾一下过去几个星期你祈祷过的任何改变生活的承诺。它们是什么？你在活出这些承诺上做得怎么样？

个人行动要点

回顾一下最近几个星期，你可能经历了亲自胜过一种“高尚”的罪。在这里的空白处记录一下这个故事。最后总结一下在特定的处境下你战胜罪有怎样的感受。

个人祷告

关于你生命中“高尚”的罪，你现在想告诉或询问神什么？写下你的祷告，就像神的目光正越过你的肩头看着你写下的这些字。不要忘记表达你对神的信靠和信赖，让神帮助你过祂想要你过的敬虔生活。

 研经工具

网址：daoyanjing.com

邮箱：office@ircbookschina.com