

第 3 課 讓基督的信息長住心中

經 文 歌羅西書3：12～17

教學目標 教導學生明白上帝子民該有的德行，愛是聯繫一切德行的關鍵；勸勉學生把基督的信息長存心裡，並實踐這些德行。

教學流程（90分鐘）

合班
（40分鐘）

1. 禱告
2. 詩歌：〈上帝所賜活命的話〉（台語），見教師本176頁
〈上帝賜下生命話語〉（華語），見教師本177頁
詩歌錄音均收錄於《主日學詩歌輯XII》
3. 信息：讓基督的信息長住心中
4. 金句：「要讓基督的信息豐豐富富地長住在你們心裡。」
（歌羅西書3：16・現代中文譯本2019版）
「著互基督的話豐豐富富估佇恁內面。」
（歌羅西書3：16・現代台語譯本漢羅版）
金句遊戲見教師本35頁。
5. 奉獻
6. 報告

分班
（40分鐘）

各級活動

教具預備

幼兒級 單元一與單元二合併：我愛看聖經

色筆、剪刀

初小級 單元一與單元二合併：我愛看聖經

聖經、色筆、剪刀、黏膠

中小級 單元一信息複習：尋找上帝的信息
單元二生活實踐：我愛看聖經

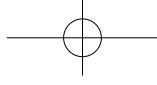
聖經、筆、色筆、剪刀

高小級 單元一信息複習：尋找上帝的信息
單元二生活實踐：我愛看聖經

聖經、筆、色筆、剪刀

合班
祝禱

給予學生鼓勵，提醒下週注意事項，為學生禱告。（10分鐘）



教學前的預備

1. 研讀本課經文。
2. 細讀研經。
3. 消化信息，注意本課教學目標。
4. 確認教具。
5. 老師在進行單元一之前，建議先複習本課信息，再跟學生解釋本單元內容，帶領學生進行課程。

經文研究

歌羅西書

3：12 上帝愛你們，揀選了你們作他的子民。所以，你們要有憐憫、慈愛、謙遜、溫柔，和忍耐的心。

「上帝愛你們」：保羅認為基督徒就是上帝所愛的人，成為基督徒並不是因為人透過好行為來換得上帝的拯救，而是因為上帝全然無私的愛，讓人僅僅透過相信耶穌是基督就能獲得上帝的救恩。

「揀選」：指的是分別出來歸屬於上帝。這揀選正是出於上帝無私且全然的愛，而非人的好行為來換得上帝的揀選。

「要有憐憫、慈愛、謙遜、溫柔，和忍耐的心」：希臘文原文直譯為「要穿上憐憫的心腸、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐」，這「穿上」乃是延續歌羅西書3：10穿上新人的概念。也就是說領受救恩的基督徒成為被更新的人，因此他的生命也會顯露出新的樣式，就是充滿憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐等特質。

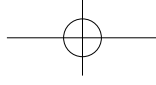
「憐憫」：指的是因著對方的遭遇而自然地流露出感同身受的情懷，並且願意不顧一切去幫助對方。

「慈愛」：又可譯為「恩慈」，指以良善的心對待別人的態度。

「謙遜」：又可譯為「謙虛」，這是一種看待自己的態度，也就是願意放下自己的一切，看重別人勝於看重自己，而且不會認為自己事事比別人強。

「溫柔」：指的是一種多為別人著想，並且是以柔和的態度與人相待。

「忍耐」：指的是一種當別人有很明顯的過失且又故意傷害自己時，能夠容忍對方傷害自



己卻又不發怒與記恨的態度。

「心」：有的聖經譯本翻譯為「心腸」，原文指的是「掌管情感的內臟」，這是當時人們視為掌管情感、控制情緒的器官。

3：13 有糾紛的時候要互相寬容，彼此饒恕；主怎樣饒恕你們，你們也要怎樣饒恕別人。

「有糾紛」：有的聖經譯本譯為「有嫌隙」，指的是因著他人的過錯而產生嫌隙或是芥蒂，使得人們對犯錯之人有所埋怨，進而引起糾紛的景況。

「互相寬容，彼此饒恕」：指的是要相互體諒彼此的無知或軟弱，以及不成熟的行為，並且要放下怒氣與仇恨，不追究別人的過錯。

「主怎樣饒恕你們，你們也要怎樣饒恕別人」：保羅認為人們之所以能彼此寬容與饒恕是因著耶穌基督的緣故，因此耶穌基督用什麼樣的方式對待跟隨他的人，跟隨他的人也要以同樣的方式來對待他人。

3：14 在这一切之上，要加上愛，因為愛是聯繫一切德行的關鍵。

「在这一切之上，要加上愛」：有的聖經譯本譯為「除此之外，還要穿上愛心」。也就是除了穿上憐憫的心腸、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐之外，還要穿上愛。這愛就是「agape」，上帝對待世人的樣式，一個全然無私、毫無保留的愛。

「愛是聯繫一切德行的關鍵」：有的聖經譯本譯為「愛心是聯絡全德的」。這句話看似在表達：愛能夠幫助基督徒將歌羅西書3：12～13所提到一切的德行全然結合起來，但更貼切的意涵是指，愛能夠讓所有的基督徒完美且和諧的結合，並且展現3：12～13所談到，基督徒在群體生活中應有的倫理樣式。

3：15 基督所賜的和平要在你們心裡作主；為了使你們有這和平，上帝選召你們，歸於一體。你們要感謝。

「和平」：有些聖經譯本譯為「平安」。是發自內心的平靜安穩與安寧之狀態。

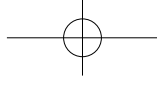
「選召」：有些聖經譯本譯為「蒙召」。指的是被上帝揀選成為基督徒。

「歸於一體」：有些聖經譯本譯為「成為一個身體」。指的是成為基督的教會，因為基督是頭（參歌羅西書1：18）、是元首（參歌羅西書2：19），因此所有的基督徒都是連結於耶穌基督，成為合一的肢體。

3：16 你們要讓基督的信息豐豐富富地長住在你們心裡。要用各樣的智慧互相教導、規勸，用詩篇、聖詩、靈歌從心底發出感謝的聲音來頌讚上帝。

「信息」：有些聖經譯本譯為「道理」，希臘文原文是「λόγος」。指的是關於上帝的話及上帝要向世人顯明的真理。

「豐豐富富地長住在你們心裡」：一些聖經譯本譯為「豐豐富富地存在心裏」。保羅認為



耶穌基督是存在於基督徒的生命中，所以基督徒在教會生活中，要將合乎基督真理的倫理生活體現出來。

「詩篇、聖詩、靈歌」：一些聖經譯本譯為「詩章、頌詞、靈歌」。今日的學者無法確切說明這三者的分別。「詩篇」指的是讚美上帝的詩歌，亦可指舊約聖經中的《詩篇》。

「頌詞」指的是信徒所作歌頌上主的詩歌。「靈歌」或可稱作「屬靈的頌歌」，可能是聖靈充滿時即興所唱的曲調，也可能是用「屬靈的」來表示跟世俗歌曲有所差別的歌曲。

3：17 無論做什麼，說什麼，你們都要奉主耶穌的名，藉著他感謝父上帝。

「奉主耶穌的名」：表示順服在耶穌基督的權柄與大能之下。

「藉著他感謝父上帝」：也就是藉著耶穌基督來感謝上帝。這正是基督教信仰非常重要的概念，人之所以可以領受上帝的救恩、擁有上帝所賜的恩惠與一切能力，都是因著耶穌基督在十字架上的犧牲。

✠ 信息：讓基督的信息長住心中

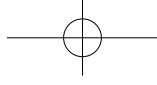
大家平安，現在是暑假，老師想聽聽暑假過後要升上國小或是國中的同學，對於進入國小或是國中有沒有什麼期待？老師也想問一下，將來所要讀的學校有沒有制服？你們會期待穿上新學校的制服嗎？（這些問題老師可以請要升上國小或是國中的同學來回答，若班上沒有這樣的學生，可以請學生分享他們升上國小、國中的經驗。）

（出示彩圖a）雖然制服只是一件衣服，但這件制服代表著我們的身分已經改變了，已經是國小或是國中的學生，更代表我們又長大了一點，因此我們的知識與學習要更多、更廣，我們許多的習慣與態度也需要調整，我們也會越來越成熟，不僅會捨棄幼兒園或是國小時期不好的習慣與態度，也會慢慢地展現出小學生或是國中生應有的樣式。

穿上新人，在基督裡成為上帝的子民

上禮拜的課程提到，保羅在寫給歌羅西教會的書信中，強調基督徒的生命是以耶穌基督為中心的生命。（出示彩圖b）保羅在這封信中用了「穿上新人」的概念來述說基督徒的生命，也就是運用我們剛剛所提到穿上制服的概念，基督徒要穿上的新衣就是「耶穌基督樣式」的新衣，因此基督徒的生命將會展現出耶穌基督的樣式，使得基督徒的生命越來越像耶穌基督。

但是我們要注意，這「穿上新衣」是類似剛剛提過穿上制服的身分改變，與聖誕節演話劇穿上戲服的景況不同。聖誕節話劇我們可能被分配到扮演牧羊人、博士的角色，甚至



可能有人演過羊或驢子。雖然戲劇表演時我們能夠將這些角色演得很生動，但是一旦脫下戲服後，我們還是原來的自己，並沒有成為戲裡的角色。當我們升上國小或國中後，制服雖然需要脫下來洗，但我們卻不會因為脫下制服，身分就變回幼兒或是小學生，我們依然還是國小或是國中的學生；然而這當中最大的差異是在生命的轉變，演戲時我們的生命並沒有轉變，但成為小學生或國中生，我們的生命則會有所改變。我們會因著身上的制服更加知道自已的身分與狀態，更會激勵、提醒自己，要由內心開始展現出與身上制服所呈現的身分相符合的態度與行為。

展現出美好的生命樣式

在今天的經文中，我們看到保羅說基督徒會越來越像耶穌基督的原因，是因為基督徒的生命會展現出憐憫、慈愛、謙遜、溫柔和忍耐的心。這是因為基督徒領受上帝的救恩後生命被改變了，並且穿上了「新衣」，使得基督徒在與他人互動時，會展現出美好的態度與行動。這樣的態度與行動乃是從內心自然地散發出來，因為已將主的話語與教導融入生命中。

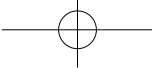
基督徒美善的態度與行動，就是用一個謙和的態度面對所有人，縱然他人用不友善的態度相待，仍樂意地以柔和的口氣與溫柔的態度來回應；遇到需要幫助的人，會立即用最適合的方式與行動來幫助他。這些態度與方式就像是我們過去學習耶穌基督所行的神蹟以及相關的教導時，耶穌基督在面對周圍之人所展現的態度與行動。

保羅強調，當我們被上帝拯救成為他的兒女後，我們就會穿上「新衣」，這新衣就是耶穌基督、是耶穌基督美好的生命態度與良善的行動，所以成為基督徒的我們，同樣也要將耶穌基督對待他人的美好態度與方式「穿」在身上，讓耶穌基督進到我們的內心、我們的生命中；因此耶穌基督怎麼對待他人，我們也自然要用同樣的方式來對待他人，如此才能在生活上漸漸彰顯出像耶穌基督一樣的態度與行動。

上帝的愛是扭轉一切的關鍵

或許你會覺得好神奇，這有可能嗎？老師要很肯定的跟大家說：「是的！絕對可以！」因為上帝的愛讓我們成為他的兒女、成為基督徒，所以基督徒的生命是領受上帝無比之愛的生命。當我們的生命擁有了上帝所賜的愛，我們在面對周圍其他人的時候，這愛會帶領我們用美好的態度與方式來回應他人。

一些人可能會覺得坐在旁邊的同學很討厭、很不喜歡隔壁的鄰居，我怎麼可能用憐憫、慈愛、謙遜、溫柔和忍耐的心來對待他們？但是保羅提醒我們，要用耶穌放在我們生命中的愛來面對這些人，因為上帝的愛會引導、幫助我們用美好的態度與行動來面對身邊的每一個人。



（出示彩圖c）有一位已經過世的藝人孫越，很多人都叫他「孫叔叔」，他曾獲得金馬獎最佳男主角，當時可說是一位高人氣且收入很多的藝人。不過他脾氣很不好，周圍的人總是提心吊膽、不敢得罪他。但是在他信主之後，變得謙和有禮，並且會關心身邊的人，這讓大家嚇了一大跳，覺得他像變了一個人！而孫叔叔說，那是因為上帝的愛拯救、改變了他，讓他的生命變得不一樣，所以他要學習耶穌，用上帝的愛來愛身旁所有的人。此外，成為基督徒之後的孫叔叔，漸漸遠離娛樂圈複雜的生活和言行較不當的藝人，並且投入許多時間與精力擔任「台灣的終身義工」，他常常說：「只見公益，不見孫越。」在許多公益活動的場合都能看見他以燦爛的笑容、溫和且委婉的口氣呼籲人們要戒菸、要捐血、多多幫助弱勢家庭的身影。

讓信息豐富地長存在心中

孫叔叔生命改變的故事同樣也會在我們身上，因為改變孫叔叔生命的耶穌基督跟我們主日學所傳講的耶穌基督是同一位，因此這樣的改變同樣也可能發生在你我的生命中。上帝愛孫叔叔，也愛你跟我，上帝的愛改變了孫叔叔，同樣也會改變你跟我；成為基督徒的孫叔叔穿上了如同耶穌基督生命樣式的衣服，在生活中展現出美善的生命樣式，成為基督徒的你我也都應該穿上如同耶穌基督生命樣式的衣服，讓耶穌的教導進到我們的心中並行出來，在我們生活中展現出美善的生命樣式。因此，我們的生命都應該活出像耶穌基督一樣，充滿美好態度與行動的生命。

這樣美善的生命，並不是成為基督徒就可以馬上形成的，生命的改變不是像卡通裡的超人英雄瞬間變身一樣，而是一個需要時間的過程。在改變的過程中，聖靈會引導我們繼續往美善生命的樣式邁進，除了耶穌的愛，還有美好的信仰教導，也就是我們主日學所教導的內容、聖經所述說的信息，這些都是支持、鼓勵我們往那美善生命邁進的力量，這些教導都會進到我們的心中，並且在我們內心產生一定的影響力。這也就是為什麼老師不斷的提醒大家要穩定且持續參與主日學的原因，因為所分享的信息中，耶穌基督會讓我們知道生活上哪些方式與態度是不合宜且需要改正的、讓我們知道哪些想法與觀念是正確且要堅持下去的。當我們將主日學的教導放在心中，並且落實在生活上，我們就會活出如同耶穌基督一樣美好的生命樣式，成為越來越充滿耶穌生命樣式的基督徒。

參考資料：

沈其光、倪宏坤、陳琪雯、黃龍光、蟻安婷等編輯。《歌羅西書、腓利門書研讀本（新標點和合本）》。台北：財團法人台灣聖經公會，2017年。