

第10課 生活在光明中

經 文 以弗所書5：1~17

教學目標 教導學生明白基督徒的身分是上帝的子民，是光明的人；勸勉學生不要做糊塗人，要明白主的旨意，秉持真理，活出良善和正義。

教學流程（90分鐘）

合班
（40分鐘）

1. 禱告
2. 詩歌：〈求主教示阮祈禱〉（台語），見教師本177頁
〈我的光〉（華語），見教師本178頁
詩歌錄音均收錄於《主日學詩歌輯XI》
3. 信息：生活在光明中
4. 金句：「不要做糊塗人，要明白主的旨意是什麼。」
（以弗所書5：17·現代中文譯本2019版）
「甯通做糊塗的人，著明白什麼是主的旨意。」
（以弗所書5：17·現代台語譯本漢羅版）
金句遊戲見教師本115頁。
5. 奉獻
6. 報告

分班
（40分鐘）

	各級活動	教具預備
幼兒級	單元一信息複習：光明的表現 單元二生活實踐：光明的生活	色筆
初小級	單元一與單元二合併：照亮黑暗	筆、色筆、黏膠、剪刀、 聖經
中小級	單元一信息複習：走向光明 單元二生活實踐：智慧人vs糊塗人	筆、聖經
高小級	單元一信息複習：成為亮光 單元二生活實踐：光明之果	筆、聖經

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

以弗所書

5：1～2 既然你們是上帝所愛的兒女，你們就必須效法他。你們的生活要處處表現愛心，正如基督愛我們，為我們捨命，作為馨香的供物和祭品獻給上帝。

「你們就必須效法他」：這裡所指的是效法耶穌基督的饒恕與愛，要活出耶穌所期望的光明生活。

「處處表現愛心」：意思是我們要活在愛中，因著耶穌基督在十字架上捨己的愛，引導我們活出愛心。

「作為馨香的供物和祭品獻給上帝」：原指在舊約中獻祭品給上帝時，馨香的供物所上升的煙，是上帝所喜悅的香氣。這裡指耶穌的死是一種獻祭，代表上帝喜悅基督藉著十字架的死所成就的事情，他的受死是為了代替我們的罪與為著我們的好處。

5：3 至於那些淫亂、汙穢，和貪婪的事，在你們當中連提都不可提，因為你們是上帝的子民。

「至於那些淫亂、汙穢，和貪婪的事」：淫亂、汙穢指一切的罪行之外，也比喻背道與拜偶像的行為；貪婪的事會引發其他的罪，也是強烈反對上帝的行為，因為這些慾望取代了上帝的位置。

5：4～5 你們也不可以說淫猥、愚妄，或下流的話；倒要說感謝上帝的話。無可懷疑地，淫亂、汙穢，或貪婪的人（貪婪等於拜偶像）絕對不能成為基督和上帝國的子民。

「你們也不可以說淫猥、愚妄，或下流的話」：這些言語不合乎上帝子民的身分，且也不合適說出口。



「貪婪的人（貪婪等於拜偶像）」：指貪婪的人以財富取代上帝，所以貪婪與拜偶像，都是用其他事物來代替上帝。

5：6 不要讓任何人用空口白話欺騙你們；正是為了這些事，上帝的忿怒要臨到悖逆的人身上。

「空口白話」：指的是「淫猥、愚妄，或下流的話」的言論，這些空口白話的言論沒辦法帶來具體有效的結果。

5：7～8 所以，不要跟這些人來往。你們原是在黑暗中，可是自從成為主的信徒，你們就在光明中；你們的生活必須像光明的人。

「不要跟這些人來往」：既然成為上帝的兒女，表示我們已經與基督聯合，我們就不能與那些淫猥、貪婪的人合作。

5：9 光明結出一切豐盛的果實，就是良善、正義，和真理。

「豐盛的果實」：此處的「果實」是單數形式，裡面包含「良善、正義，真理」。

「良善、正義，和真理」：「良善」指的是正確地對待別人的關係與善待他人；「正義」指對待他人有合乎上帝所要求的言行舉止；此處的「真理」與以弗所書4：25「誠實」是同一個字，指的是每一個人必須向他人說誠實話。

5：10～13 要明辨什麼是主所喜悅的事。不可做別人在黑暗中所做那些無益的事，反而要把這種事揭發出來。他們暗地裡所幹的勾當，連提一提都是很可恥的！當一切的事被公開出來的時候，真相就顯露了，

「反而要把這種事揭發出來」：保羅教導信徒不要效法別人在黑暗中所做的事，並且要去揭露弊端、糾正他們，上帝的兒女要活在光明裡。

5：14 因為凡顯明出來的就是光。所以詩中這樣說：醒過來吧，睡著的人，從死人中起來！基督要光照你們。

「所以詩中這樣說」：這裡可能引用早期的基督教詩歌，內容受以賽亞書26：19；60：1有關復活與光的啟發與影響，描述上帝的兒女由黑暗成為光明的過程。

5：15～16 所以，你們的行為要謹慎；不要像無知的人，要像智慧的人。要善用每一個機會，因為目前的日子很險惡。

「要善用每一個機會」：上帝的兒女在明白什麼是主所喜悅的基礎上，要善用機會，行事為人要合乎主的喜悅，若不善用這樣的機會，因著日子的險惡，機會就會被罪惡任意利用。

5：17 因此，不要做糊塗人，要明白主的旨意是什麼。

「主的旨意」：指以弗所書5：9～10所提到，結出一切豐盛果實的內涵，就是良善、正

義，和真理，這是主所喜悅的事。因著時代險惡，不要像糊塗人，懵懂無知，要領悟主的心意如何，更要把握機會。

✦ 信息：生活在光明中

各位同學平安！有一首詩歌叫做「我是世上光」，歌詞提到：「我是世上光，純淨又明亮，像一枝小蠟燭，在夜裡發光，要將黑暗世界照耀輝煌，我是世上明光，純淨明亮。」我們是否能像一枝小蠟燭，照亮黑暗的世界呢？

今天的聖經也告訴我們，生命要活得像光明的人一樣，或許我們不能像大人一樣，可以做許多的大事，但是，我們是不是也可以在家裡或是學校，成為一個光明的人，把這黑暗的時代照亮呢？

今天的經文不僅教導我們如何在生活中照亮黑暗裡的人，並且讓我們更明白，什麼是主耶穌最喜悅的旨意；也提醒我們不要成為無知的人，而是要有智慧地，把握機會善待其他人。

成為主的兒女，就在光明中

我們原是在黑暗中，可是自從成為上帝的兒女，認識主耶穌，就在光明中了。在我們還不認識耶穌基督時，並不知道有關上帝要我們遵行的事，以至於面對許多無法處理的問題時，總是覺得在黑暗中沒有希望。當我們遇到難過的事情時，則會不斷地抱怨，甚至被欺負時，就會想要報復，因此自己常常陷在黑暗裡。

但是當我們從聖經中，更認識主耶穌的教導，會明白他是世界的光，我們也會因著耶穌的光，就不在黑暗裡，而是生活在光明中。耶穌就好像太陽一樣，月亮原本不會發光，但靠著太陽光線反射，月亮就能在晚上發光。我們也是從主耶穌那裡接受了光明，讓原本好像在黑暗中的環境，因為跟隨了主耶穌，就不在黑暗裡打轉，也不再過著上帝不喜悅的生活，更不會常常抱怨，就好像不再有黑暗一樣。

（出示彩圖a）在本課經文中，光明的果實有良善、正義、真理，而黑暗的果實有淫亂、汙穢、貪婪，這些行為都使人遠離上帝。例如：「淫亂」指的是除了上帝以外，又敬拜別的神明；因敬拜別的神明，同流於一般異教徒的信仰就是「汙穢」；將物質看得過重而離棄上帝就是「貪婪」。

保羅一開始也不認識這光，雖然他很有學問，家庭、身分地位都非常優秀，但他卻迫害好多基督徒，所以生活在黑暗當中。但是有一天，當他前往大馬士革的路上，主耶穌的



光向他顯現，這時保羅才認識了耶穌，從前他總是自以為了不起，如今回到耶穌的懷抱裡，他開始領悟了耶穌的教導，也將之前追求世上一切的事，都看作有虧損的，從此以認識耶穌勝過其他事物，成為主的門徒，生活在光明當中。

光明結出良善、正義，和真理的果實

我們自從認識了主耶穌，生活在光明中，就應該要結出美好的果實，而光明所結出的果實是什麼呢？（出示彩圖b）就是良善、正義，和真理。

「良善」：就是真心誠意地對待別人，良善的對待別人就是尊重別人，我們要尊重每一個人的差異，更不要看不起別人。今天聖經告訴我們要正確地對待別人、關心別人，也不要因他人的外表而小看人，要從心裡愛每一個人，這就是「良善」。

「正義」：對上帝、家人、學校、社會要付出應盡的責任。有時候我們想要幫助窮困的人卻很難行出來，這就是沒有結出「正義」的果實；當然，我們不僅是幫助在教會的人，就連還不認識耶穌的人，我們一樣也要幫助他們。

「真理」：就是對待人要坦白、不虛假，也就是誠實的意思。我們必須說誠實話，而誠實的另一面是說謊，有時我們會對父母、老師、同學說謊，今天聖經也告訴我們，說謊最後是會被揭發出來，所以待人誠實很重要。我們要結出「真理」的果實，就必須要對自己說誠實話，當我們對自己誠實時，上帝會讓我們心裡得到平安，說誠實話也是和他人最好的相處方式，彼此關係就會更和諧。

（出示彩圖c）老師分享一個生活在黑暗與光明的真實故事。有一位住在高雄的姊妹叫林宜蓁，她曾是毒品的成癮者，從小在暴力家庭中長大，國中畢業之後，隨即搬到外面生活。五花八門的世界因而讓她結交了許多朋友，但她也因染上了毒癮的緣故，使生活陷入了黑暗的環境，婚姻也因此破碎，雖然很想逃離這樣的環境，但卻無力抵抗。

有一天她回家時，突然聽到樓下的教會正播放著詩歌，這首詩歌特別吸引她，好像在告訴她，耶穌基督真的了解她的感受。之後在牧師與會友的幫助下，她接受洗禮，但好景不常，她依然被毒品束縛，使自己陷入困境。後來，牧師帶她到基督教沐恩之家幫助她戒毒，在沐恩之家的「多加家園」（女村）戒毒時，每天過著與上帝親近的生活，使她漸漸脫離了毒品的控制，也學習和弟兄姊妹們相處。她的生命因此得著改變，終於有了曙光，因著她生命的改變，母親也成為基督徒。

林宜蓁因為有基督在她的生命中，生命開始結出良善、正義和真理的果實，她非常樂意接待需要幫助的人，當她完成戒毒治療後，決定繼續留在沐恩之家，幫助曾經跟她一樣迷失的姊妹，她不僅自己結出美麗的生命果實之外，更幫助其他需要幫助的人，讓他們成為主的信徒，活在光明中為主發光。

不要做糊塗人，要明辨什麼是主所喜悅的事

我們成為上帝的兒女，受揀選的我們要在生活中活出光明的樣式，既然如此，我們生活要更有目標與計劃，行為要謹慎，不要像糊塗人，要像有智慧的人，明白上帝的旨意，結出一切豐盛的果實，就是良善、正義，和真理，而這更是主所喜悅的事。

我們不只要明白主的旨意，更要努力的遵守。如果我們平常沒有聆聽、分享聖經所教導的，也不常常跟主耶穌禱告，我們就很難行出主所喜悅的事，甚至常常浪費主所賜的寶貴時間，去做上帝所不喜悅的事，如此一來我們就沒有辦法在光明中結出果實。

願上帝賜給我們力量，讓我們像蠟燭一樣，當耶穌將光傳遞到我們身上時，就能夠生活在光明中，不僅照亮這個世界，也照耀那些需要耶穌的地方，讓我們身體力行，活出主的旨意，照亮黑暗的世界。

參考書目：

1. 台灣聖經公會。《聖經研讀本：現代中文譯本》。台灣，財團法人台灣聖經公會，2019年7月。
2. 台灣聖經公會。《以弗所書研讀本（新標點和合本）》。台灣，財團法人台灣聖經公會，2019年10月。
3. 潘秋松、陳一萍編譯。《活泉新約希臘文解經卷七：加拉太書、以弗所書、腓立比書、歌羅西書》。香港，基道出版社，2001年6月。
4. 耕心週刊。《上帝的門永遠為你而開》，<http://ks.pctpress.org/?p=10550>（取自2020年8月21日）。