

門徒訓練課程 - 作主門徒：跟主腳蹤

(I) 組長帶領版 (Leader's Version)

單元三：活出門徒的生活

本課主題：《第十課 - 基督徒的交友和婚姻觀》

課程基本資料

課程目標：幫助組員明白基督徒的交友觀，朋友的重要性，建立友誼的目的和態度，分辨和選擇朋友的智慧，建立真正友誼的關係，認識網路交友的智慧和界線，認識婚姻的來源和目的，選擇婚姻伴侶的關鍵因素，信與不信不能同負一轡的應用和單身與結婚的比較。

課程時間：70-90 分鐘（時間分配建議：破冰 5-10 分鐘；核心真理教導 40-50 分鐘；討論、分享與禱告 25-30 分鐘；本週實踐行動）

課前預備：

- (1) 先研讀「組長版」掌握帶領節奏、課程目標、討論方向，包括：熟讀本課內容，經文，引導問題，帶領技巧和實例，促進討論，而不是單向講授；
- (2) 預備紙筆給組員記錄討論重點，若有投影設備，可預備相關經文 PPT；
- (3) 為組員禱告，也求聖靈賜您屬靈的智慧和悟性，特別在預備和帶領時，能一同明白神的旨意，並保守小組在真理中合一成長。同時思想自己對「基督徒的交友和婚姻觀」的認知。

課程流程與帶領指引



禱告開始

回顧：簡短回顧「第九課 - 基督徒的工作觀」，關心實踐情況，營造「行動導向」的學習氣氛，例子：上週我們學習了基督徒的工作觀；請問大家這一週有甚麼經歷或發現？若有，請簡單分享。

Part I：破冰活動（5-10 分鐘）



組長提問：

- (1) 您對朋友有沒有要求？若有，有甚麼要求？
- (2) 您對結婚對象有甚麼要求？您認為理想的婚姻是「神所配合」、「長輩介紹安排」、還是「自由戀愛選擇」？

帶領提示：營造輕鬆氣氛，鼓勵組員簡短分享，或邀請 1-2 位組員分享；不要急於糾正答案，先聆聽他們對「基督徒的交友和婚姻觀」的認知，為預備後面的聖經教導。

 **組長結語與轉接：**感謝各位的分享。接下來我們打開聖經，看看聖經如何教導我們有關基督徒的交友和婚姻觀是神所配合、長輩介紹安排、還是自由戀愛選擇。

Part II：核心真理教導 - 主題重點和內容（40-50 分鐘）

本課重點經文：「人為朋友捨命，人的愛心沒有比這個大的。你們若遵行我所吩咐的，就是我的朋友了。」（約 15：13-14）

（I）基督徒的交友觀

（一）朋友的重要性，目的和朋友的生命特質（15 分鐘 + 2 分鐘-互動）

有人說：「在家靠父母，出外靠朋友。」；「近朱者赤，近墨者黑。」可見朋友對我們有很大的影響；特別現今網絡世界，很容易在網上結交朋友，更要加倍小心。

（1）朋友的重要性

（i）**身份的認同** - 每個人都需要被認同、被接納，沒有人想被孤立。有朋友表示身份的認同、有安全感、歸屬感、不必擔憂孤獨等；相反，沒有朋友會感到被孤立、被遺忘、不被接納等，因而產生兩種不同的反應：

（a）自大 - 認為自己根本不需要朋友；

（b）問自己為甚麼沒有朋友，但大部分的答案都會是負面的！容易陷入自我懷疑，產生自卑或自憐，甚至認為自己不可愛或不友善。

（ii）**正面和負面的影響** - 在交友方面，不是所有朋友都能彼此建立和互助；因此必須懂得分辨和選擇朋友。先認識那些是益友（正面的影響 - 建立生命），那些是損友（負面的影響 - 拆毀生命）。禱告求神賜屬靈的智慧，懂得分誰值得交往，例如：觀察對方對信仰、道德、為人、與人相處的態度等。

以下是認識不同類型的朋友，並他們對生命和生活的影響：

一般社交朋友 - 只是彼此認識對方的名字，或一些簡單、表面的認識。在我們生命中，沒有甚麼影響。

密友、益友 - 彼此了解、互相幫助、鼓勵支持，能彼此分享心事，一起享受愉快時光；也能彼此分擔內心的憂慮，不愉快的事情。當開心或不愉快時，總想起對方，而在可能的情況下立刻出現的好朋友，彼此盡己所能幫助和建立對方。「膏油與香料，使人心喜悅；朋友誠實的勸教，也是如此甘美」（箴 27：9）；「鐵磨鐵，磨出刃來（磨得鋒利）；朋友相感〔磨朋友的臉〕也是如此（意思朋友互相切磋，才智也變得敏銳）」（箴 27：17）

亦師、亦友 - 生命中珍貴的友誼。他們擁有天賦的技能、慧眼、人力、物力等資源，更重要的是他們刻意運用本身的技能來建立別人的生命，例如：屬靈導師，屬靈師傅等。聖經人物的例子：主耶穌與 12 使徒，保羅與提摩太，巴拿巴與馬可等。

損友 - 帶領人一起盡情享受罪中樂、不顧後果等。當有困難時，不會顧及別人，找他們幫助是絕不可能！聖經人物的例子：浪子的朋友。「財物使朋友增多，但窮人朋友遠離。」（箴 19：4）「…仇敵連連親嘴，卻是多餘。」（箴 27：6）

拆毀生命者 - 他們誤入歧途，並引導人誤入歧途，一起作犯法的事。更有些人誤信邪教，並積極帶領別人一起誤信邪教，走向滅亡的路！因此，當遇着損友和拆毀生命者，要盡快遠離他們。

真正的知己好友是需要愛心，時間，心思，耐性等；但拆毀生命者卻不需要任何條件，就可以在瞬息間拆毀了。

（iii）建立平衡的生活圈

核心圈：能分享軟弱、彼此守望的屬靈同伴；

朋友圈：價值觀相近、能共同成長的夥伴；

友好圈：普通交往，以愛心見證主的對象。

（2）基督徒建立友誼的目的

（i）**在信仰路上彼此造就** - 基督徒的交友不單為了情感需求，更是為了在信仰路上彼此造就、扶持、共成長，榮耀神。

在聖經裡，大衛與約拿單給我們很好的友誼榜樣：

彼此欣賞，並結盟 - 「約拿單愛大衛如同愛自己的性命，就與他結盟（結拜為兄弟）。」（撒下 18：1、3）

約拿單知道神已揀選大衛 - 大衛作事精明，耶和華也與他同在（撒下 18：14），約拿單沒有因大衛比他好而嫉妒他和除掉他，相反他欣賞和成全大衛，因他知道這一切都是出於神，沒有人能勝過神的旨意，甚至他父親掃羅多次要殺大衛，他都救大衛脫離父親的手（撒下 20：8）。

信守承諾 - 「…願耶和華在你我中間，並你我後裔中間為證，直到永遠…。」（撒下 20：42）

（ii）**以基督的心為心的友誼觀** - 真正的友誼就是自己先經歷神的大愛，被基督的愛激勵和感動，而懂得回應神的愛，愛別人。

基督徒的交友不是尋找完美的人；而是同走天路的人，彼此扶持，忠心為主作見證。求神賜屬靈的智慧，建立能同哭同笑（羅 12：15）、同奔天路的珍貴朋友！更重要的

是有主耶穌作我們的朋友，「…人的愛心沒有比這個大的。你們若遵行我所吩咐的，就是我的朋友了」（約 15：13-14）

成為別人的益友：（a）決心不作損人的事；（b）在任何情況下，特別在朋友有困難時，願意聆聽、代禱、幫忙；（c）明白幫助朋友間接也建立自己；（d）決心每天都鼓勵自己和朋友。

（3）好友與損友的生命特質

（i）**值得深交的好友生命特質** - 互愛、互信、互助的知己朋友，應有的特質：

敬畏神 - 「凡敬畏祢，守祢訓詞的人，我都與他作伴。」（詩 119：63）

智慧品格 - 「與智慧人同行的，必得智慧…。」（箴 13：20）

真誠無偽、誠實可靠 - 不吹噓或假裝，彼此尊重，真誠，可以坦誠相處；

忠誠勸勉 - 「朋友加的傷痕出於忠誠，仇敵連連親嘴卻是多餘。」（箴 27：6）

關心 - 處處為朋友着想，保護他們的聲譽免受傷害。

能守秘密（在合法的事情上） - 不會為利益出賣朋友。

（ii）**損友的生命特質** - 就是自私和嫉妒的心，是人與人之間問題的核心，將人與神、與別人分隔。自私的人，在任何情況下都是先考慮和保護自己的益處、安危等，不會考慮別人的安危等。嫉妒的心，就是當別人比自己聰明、有才幹等；內心有一種“酸溜溜的感覺”；若不處理有時會有意無意中傷別人，破壞彼此的友誼。

互動點（約 2 分鐘）

組長提問：

（1）您認為怎樣可以成為可信任、可親近、可分擔、受敬重的朋友？

（2）您是否有許多朋友，他們都喜歡您？若是，您以甚麼原則來建立友誼？

帶領提示：邀請 1-2 位組員分享。

 **轉接：**感謝各位的分享。接下來我們繼續學習基督徒建立友誼應有的態度。

（二）基督徒建立友誼應有的態度¹（10 分鐘 + 3 分鐘-互動）

世上有許多共享快樂的朋友，但當面對困難、危機時，能互相幫助、關心的卻不多。但作為主的門徒，我們應從聖經的原則來建立合神心意的友誼，同時，求聖靈賜屬靈的智慧和恩典來建立真正的友誼，並實踐在日常生活中。

（1）對待「好朋友」的態度

¹ 參考：Michael D. Warden, *Making Friends – Keeping Friends*, (USA: Thom Schultz Publications, Inc.).

- (i) **培養真摯友誼條件** - 友誼是基於彼此欣賞、互愛、互信、互相了解、提醒、勸勉、鼓勵等；願意承認、肯定彼此的優點、接納彼此的缺點；追求善良，關懷，支持等，作為人生的目標。
- (ii) **遵行主的命令** - 彼此分享喜樂，憂慮，善待朋友，特別是那些較不容易相處的人，來實踐這教導！「你們要彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。」（約 14：34）
- (iii) **患難見真友情** - 在平順時，彼此相愛的友誼不難，但在困苦、艱難中就極難能可貴。「朋友乃時常親愛，弟兄（密友）為患難而生。」（箴 17：17）
- (iv) **忘記傷害，銘記勸教** - 朋友相處，傷害往往是無心的，幫助卻是真心的。那些誠實勸教的朋友，對我們有很大的幫助；互相勉勵，努力行善才是真正的朋友（箴 27：9）。忘記那些無心傷害，銘記那些誠實勸教和幫助，您會發現在世上您有許多真摯的朋友。

(2) 對待「損友」的態度

- (i) **遠離損友** - 損友會帶領我們接觸不道德的事情，使我們漸漸墮落。「濫交朋友的，自取敗壞…。」（箴 18：24）
- (ii) **不悔改的人** - 對持續犯罪不悔改的人，「…若有稱為弟兄，是行淫亂的，或貪婪的…或醉酒的…。這樣的人不可與他相交，就是與他吃飯都不可。」（林前 5：11）
- (iii) **褻慢人** - 嘲諷、褻慢的人 - 「不從惡人的計謀，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位。」（詩 1：1）
- (iv) **好爭競的人** - 「好生氣的人，不可與他結交；暴怒的人，不可與他來往。」（箴 22：24）有時會因爭競，朋友可變為敵人；而因一些共同目標，敵人可變為朋友；例子：「從前希律和彼拉多彼此有仇，在那一天就成了朋友」（路 23：12）

(3) 效法「主耶穌基督」的態度

- (i) **學習主以愛和智慧待人** - 學習主以愛心對待，用智慧相處：祂接納軟弱的人，但從不認同罪；祂對撒瑪利亞婦人耐心引導，但對法利賽人嚴厲責備；祂親近有需要的人，例如：主耶穌與稅吏、罪人交往（太 9：10-13）；但不受人掌控。
學習說「不」 - 拒絕不合神心意的活動，但保持溫和態度（彼前 3：15），例子：「謝謝邀請，但我週日要去教會崇拜。」
- (ii) **實踐愛仇敵** - 不必將所有人帶入內心深處，但仍以基督的愛待他們，「要愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。」（太 5：44）對排擠您的同事，不報復，但不必強求親密友誼。

(4) 與異性建立友誼時

保持適當界限：避免過度自信；注意會面的時間和地點（特別是晚上或偏僻處），單獨與異性會面需要謹慎；對身體接觸劃定清晰界線；建議邀請其他朋友一同參與（例如：雙約會或群體活動）。

（5）網路交友的智慧 and 界線

（i）網路交友的益處

擴闊視野 - 認識不同文化背景的基督徒。

特殊群體支持 - 例如：特殊疾病團契、宣教士群組等。

方便性 - 不受時空限制的屬靈交流。

（ii）需要注意的風險

真實性難辨 - 可隱藏身份、性別、動機等，撒但也裝作光明的天使（林後 11：14）

深度不足 - 虛擬關係難以取代面對面的團契。

試探增多 - 匿名性可能降低道德警惕。

（iii）安全實踐原則

保護隱私 - 不輕易分享住址、財務等個人資料。

設立界限 - （a）避免單獨與異性長時間私訊；（b）不參與曖昧或不合真理的對話；

（c）儘早實體見面 - 若發展重要友誼，邀請參加教會群體聚會中觀察。

 **進深思考：**怎樣對朋友表達愛和關心，這對我們珍惜寶貴友誼提供 5 種表達方式，並需要注意 5 種很容易失去朋友的事情，千萬不要做（更多資料，請參閱本課最後的「課後進深閱讀」）

互動點（約 3 分鐘）

組長提問：

（1）您有沒有嘗試在網路交友？有的請舉起右手，沒有的請舉起左手。

（2）有的可否請您，嘗試舉例：網路交友的一或二個優點和需要小心的一個缺點。同樣，沒有的可否請您，嘗試舉例：您不想在網路交友的一或二個原因。

 **轉接：**感謝各位的分享，讓我們在實際生活上了解網路交友的優點和缺點。接下來我們繼續從聖經看基督徒的婚姻觀。

（II）基督徒的婚姻觀

基督徒應如何建立合神心意的婚姻，例如：婚姻是否神配合和安排？基督徒怎樣選擇婚姻伴侶？信與不信是否不能同負一轡？基督徒可否在網上結交異性伴侶？單身與結婚有甚麼不同？

（一）婚姻的來源和目的（6 分鐘）

許多人，甚至基督徒，常會問婚姻是神配合和安排，還是人自己安排？

（1）婚姻是神為人設立的

（i）**婚姻是神為人設立的** - 從創世記第一、二章，看到婚姻是神為人設立的神聖制度和盟約，並樂意在其中賜下引導和祝福。「耶和華神說：『那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他。』」（創 2：18）

「耶和華神就用那人身上所取的肋骨，造成一個女人，領她到那人跟前。那人說：『…可以稱她為女人，因為她是從男人身上取出來的。因此，人要離開父母，與妻子連合，二人成為一體。』（創 2：22-24）

（ii）**賢妻是神所賜的** - 神在婚姻中有主權，「房屋錢財是祖宗所遺留的，惟有賢慧的妻是耶和華所賜的。」（箴 19：14）「得着賢妻的，是得着好處，也是蒙了耶和華的恩惠。」（箴 18：22）

（2）婚姻的目的

（i）**彼此相伴互相成全** - 「那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他。」（創 2：18）在愛中彼此幫助，塑造屬靈品德，活出基督樣式。

（ii）**生養敬虔的後裔** - 生養眾多、遍滿地面 - 「神就賜福給他們，又對他們說：『要生養眾多、遍滿地面、治理這地，也要管理…。』（創 1：28）；「兒女是耶和華所賜的產業。」（詩 127：3）；「雖然神有靈的餘力能造多人…為何只造一人呢？乃是祂願人得虔誠的後裔…。」（瑪 2：15）

（iii）**預表基督與教會的奧秘** - 夫妻關係展現基督與教會的奧秘，透過夫妻親密的關係和態度，反映基督與教會的關係和態度 - 妻子要順服丈夫預表教會要順服、敬畏基督；而丈夫要愛妻子預表基督愛教會，為教會捨己（弗 5：21-28、31-32）。

（二）選擇婚姻伴侶的關鍵因素、單身與結婚的比較（12 分鐘）

（1）選擇婚姻伴侶的因素

（i）**彼此靈命、屬靈品格的成熟度**

靈命成熟度 - 共同信仰根基（林後 6：14）、對神話語的渴慕、服事心志；

果子辨認 - 屬靈果子的表現（加 5：22-23）；

責任感 - 在財務、人際關係、工作態度；

情緒管理 - 處理衝突的方式（箴言 15：18）

（ii）人生方向的共識

價值觀、家庭角色、子女教育、教會生活、金錢奉獻、簡樸生活等看法；

情感的連結與承諾 - 不單「彼此心靈相通、有默契」的感覺，更有彼此願意委身的決心

避免政治婚姻 - 為某些利益或目的而結合。

（iii）尋求神引導的途徑

基督徒需要祈禱求聖靈賜智慧，在尋求神引導的過程中懂得分辨，和積極預備自己成為好的配偶。

禱告求印證 - 內心平安、環境印證、屬靈長輩印證；

檢視動機 - 是否出於孤獨、壓力，還是真心願意和配偶共同生活，服事神；

觀察品格 - 對方在壓力、教會、日常生活中的真實性格。

（iv）網絡結交異性伴侶的智慧

潛在優點 - 擴大認識主內肢體的機會（尤其在小教會）；有機會先專注心靈溝通，減少外表干擾；

需要注意的風險 - 真實性難辨：網路形象可能與真實有很大的差距；試探增多：隔着螢幕容易過早分享親密關係，或同時與多人交往；缺少群體印證：難以觀察對方在工作、教會中的真實性格和樣貌；

實踐安全原則 - 設立交往過程的界限：避免單獨長時間私訊，避免過早一對一，讓關係在光明中發展；群體交往：儘早邀請參加教會實體活動，讓屬靈長輩觀察；保護心靈與身體界線：持守清潔，遠離試探（帖前 4：3-5）；不輕信「神帶領」直到有明確印證和承諾；無論如何認識都需要傳統的求證過程。

 **進深思考：**至於「信與不信能否同負一轡」的應用，對正在考慮結婚對象，或已婚而另一半配偶並不是基督徒如何處理（更多資料，請參閱本課最後的「課後進深閱讀」）。

（2）單身與結婚的比較

（i）單身的優點與挑戰

優點 - 專心事奉主（林前 7：32-35）；自由調整時間參與事奉；回應神的呼召

挑戰 - 社會的壓力；孤獨感的考驗；需要刻意建立深度友誼關係；

單身階段的預備 - 先專心祈禱，讓聖靈在您內心啟示，您是否有獨身的屬靈恩賜，讓您可以專心事奉神？若是，專注成為合神心意的人；若不是，相信神為亞當預備夏娃，為以撒預備利百加，也必在您的生命中顯明祂美好的旨意和計劃。

成為合適的人 - 專注塑造屬靈品德；

參與群體生活 - 在教會生活中學習與異性自然交往；

信靠神的時機 - 拒絕「焦急而沒有底線」。

(ii) 婚姻的優點與挑戰

優點 - 親密配偶的共同成長；見證基督與教會的奧秘；養育敬虔後代的喜樂；

挑戰 - 需要不斷學習捨己；協調性別差異的功課；時間與經濟的分配。

婚姻生活的實踐 - 定時靈修禱告 - 夫妻一起靈修、禱告；

衝突中的恩典 - 學習「快快的聽，慢慢的說」（雅 1：19）；

一起服事 - 在教會中尋找可一起參與的事奉。

組長總結：單身是恩賜，婚姻也是恩賜，無論單身或結婚，都是神給每個人不同的託付，同樣活出豐盛的使命。

Part III：討論、分享與禱告（25-30 分鐘）

（一）小組討論與分享（15 分鐘）

小組討論：先安靜後自我測試，然後（可選 2-3 題在小組中討論，或按情況自行決定）

自我測試：²

（1）假若，您有一天空餘時間或假期給您隨意使用，您會：

☐ 約一班朋友去郊外旅行、燒烤、野餐等；

☐ 約一、二個知己出外遊玩、交談、看電影等；

☐ 獨個兒留在家裡，做自己喜歡的事情，例如：看電視劇、看電影、聽音樂等；

（2）身處在一些陌生人或與您性格不同的人當中，您會：

☐ 嘗試盡量投入和認識他們；☐ 感到不自在；☐ 嘗試避開；

（3）朋友介紹您一種新的活動，希望您也一起參加，您會：

☐ 立刻應邀，樂意嘗試看自己會否喜歡；

☐ 在對方再三邀請下，不願掃興而稍作嘗試；

☐ 不為所動，表示沒有興趣；

（4）您早已答應了 A 君去游泳，後來 B 君也約您去看一套您渴望已久想看的電影，您會：

² 劉式涓，《人際關係的藝術》（香港：突破出版社，1988）（伍美娟，交友之道-小測驗），頁 115-120。

- [] 遊說 A 君一起去看電影； [] 推辭 B 君的邀請； [] 推辭 A 君的約會；
- (5) 您的朋友和您一起參加比賽，他/她得了獎，您落敗了，您會：
- [] 衷心的為他/她感到高興； [] 自嘆倒霉； [] 嫉妒；
- (6) 朋友家中發生了不愉快事件，請您幫忙做些小事，您會：
- [] 樂意幫忙願意分擔朋友的痛苦； [] 勉強應承； [] 建議他/她找別人幫忙，會更好；
- (7) 當朋友信任您，向您傾訴他們的問題時？您通常會：
- [] 耐心聆聽並保密； [] 偶然聆聽； [] 感到不耐煩或絕無此事。
- (8) 您會與朋友分享您的抱負、失望，或遇到個人問題時，您會：
- [] 只向熟朋友傾訴或求助；
- [] 告訴每一個您所遇到的朋友；
- [] 對每一個朋友都守口如瓶，不願麻煩別人，自己想方法解決；

從以上的測試，您的答案表示您對朋友的看法，和朋友在您生命中的位置等。

見證分享

邀請 1-2 位組員分享過去對「基督徒的交友或婚姻觀」的認識或感受。

組長預備簡短見證：一個對「基督徒的交友」的實例，或「個人靈修親近神」的經歷。

(二) 禱告與回應行動 (10 分鐘)



小組禱告：請組員提出代禱事項，讓其他組員將那些事項寫在禱告簿內，一同經歷神的恩典。2-3 人一組，為彼此具體的交託事項禱告。組長巡迴參與、鼓勵。



組長帶領結束禱告（以下只作參考範例）：

「親愛的主耶穌基督，深深感謝祢不單是我們的救主、生命的主，亦讓我們可以成為祢的朋友。同時，感謝祢透過祢的話語讓我們知道婚姻是祢為我們設立的。求聖靈賜我們屬靈的智慧，明白主的旨意，以致懂得珍惜真正的友誼，並懂得選擇婚姻伴侶，一起同心敬拜和事奉祢。奉主耶穌基督的聖名祈求，阿們。」

行動挑戰：鼓勵組員本週每天靈修，操練「禱告交託」。

本課金句背誦：「人為朋友捨命，人的愛心沒有比這個大的。你們若遵行我所吩咐的，就是我的朋友了。」（約 15：13-14）

預告下一課主題：「第十一課 - 基督徒的道德倫理觀」

簡略預告下一課的內容，並盼望組員在上課前，預先閱讀下一課的內容。

提醒組員下週分享聚會的時間和地點，並盼望組員在聚會前，先行完成本週全部習作。



本週學習摘要：（組長提示：請組員安靜思考 5 分鐘，然後寫下以下的具體行動）

(1) 我對本課主題「基督徒的交友和婚姻觀」有甚麼更多的認識和領會：_____。

(2) 在今天的學習中，最感動我的一句話是：_____。

(3) 一個具體行動：想一想，有沒有一些朋友，我已很久沒有與他們聯絡，決定在這兩個星期，先將他們的名字寫下，為他們禱告，然後安排時間，主動關心他們（例如：電話、WhatsApp 信息等）：_____。



本週實踐行動

本週操練：個人省思與回應

實踐行動：將《基督徒應有的屬靈品德和待朋友的真誠態度》活出來（請勾選 1-2 項本週具體實踐和記錄）

建立與神親密的關係

☐ 敬畏神 - 每天靈修、祈禱、讀經、親近神，與神有密切的關係，才能與人有和諧的人際關係。

培養值得朋友信任的屬靈品德

☐ 培養屬靈的品德，本週我願意在那一個屬靈品德，例子：真誠無偽、誠實可靠、坦誠、忍耐等，下功夫操練，也祈禱求聖靈幫助_____。

☐ 建立互愛、互信的知己朋友，關心朋友，處處為朋友着想，我願意每天培養甚麼應有的態度：_____。

☐ 能守秘密（在合法的事情上），絕不會為利益出賣朋友。當聽到一些謠言或破壞朋友的聲譽時，我會如何處理_____。

☐ 當朋友有困難時，我會袖手旁觀，還是願意聆聽、代禱、幫忙_____。

培養正確的婚姻觀

☐ 堅守婚姻盟約（已婚者：本週如何培養更親密甜蜜的婚姻關係；或單身者：本週如何預備自己，成為未來合神心意的伴侶？）：_____。



本週禱告重點（以下只作參考範例）：

「親愛的主耶穌基督，深深感謝祢不單是我的救主、生命的主，亦讓我可以成為祢的朋友。同時，感謝祢透過祢的話語讓我知道婚姻是祢為我們設立的。求聖靈賜我屬靈的智慧，明白主的旨意，以致懂得珍惜真正的友誼，並懂得選擇婚姻伴侶，一起同心敬拜和事奉祢。奉主耶穌基督的聖名祈求，阿們。」

組長注意事項：

- (1) 帶領時，營造開放、安全的分享氣氛，不比較，不批評。
- (2) 帶領時若有需要，可分享個人的見證或掙扎。您的生命見證，就是最有力的教材。
- (3) 若遇到不知道怎麼回答時，誠實說：「這是一個很好的問題，讓我找到正確的答案，下次才回覆您」，就是最好的回答，因為小組是一起成長的地方，大家都是學習者。
- (4) 組長可根據實際情況和時間，在「思考與討論」題目中，選擇最合適的來帶領分享。
- (5) 留意沉默組員，會後可個別關心。
- (6) 週間為組員代禱，以訊息關心進展，若在生活或實踐上有困難，給予鼓勵、支持和禱告。

組長課後評估（評估範圍例如：課程、組員、環境、帶領技巧等）：

今天課程中，組員最投入或反應較冷淡的是哪一部分？為甚麼？_____。

是否有組員需要會後個別關心？_____。

我在帶領上有哪些地方可以改進？_____。

其他：_____。

課後進深閱讀

怎樣對朋友表達愛和關心

以下提供 5 種表達珍惜、培養寶貴友誼的方式：³

參加重要的事情	參加他/她看為重要的事情，例如：生日會，婚禮，家庭郊遊等，因為您的出席本身就是一份友誼的禮物。
找出喜歡的興趣	找出並與他/她分享他/她喜歡的興趣，例如：一起去探索一個新的購物中心或公園，一起參加一種球類活動享受當中的喜樂和時光。
特別的禮物	根據您的創意送給他/她特別的禮物，例如：烘製他/她喜歡吃的蛋糕、曲奇餅，感謝的微笑，為他/她預備一個特別的生日派對等，令他/她感到驚訝！
鼓勵和支持	當他/她需要鼓勵和支持時，表達您對他/她的鼓勵和支持，例如：給他/她一個擁抱，用一個小玻璃瓶裝滿一些聖經金句、或承諾為他/她禱告的字條、或寫上一些表達您內心感受的字條，或電郵一首他/她喜歡的詩歌，或聖經金句，或鼓勵的說話等。

³Michael D. Warden, “Making Friends – Keeping Friends.” USA: Thom Schultz Publications, Inc., P. 71-76.

真誠聆聽	真誠關心和耐心聆聽他/她的內心感受，例如：留意他/她說甚麼，關注的是甚麼或想成就的是甚麼等；而您感到有興趣，並顯示您的支持，有助他/她感到自己是重要的。
-------------	--

以下提供 5 種需要注意一些很容易失去朋友的事情，千萬不要做：⁴

不聆聽他/她的觀點	從不聆聽他/她的觀點和想法；或相反，告訴他/她最好聽取您的建議。
炫耀自己	不誠實、不真誠、善變；對自己的成就大加讚揚，和常炫耀自己有多好。
在人面前糾正錯誤	常常在別人面前糾正他/她的錯誤，從不單獨與他/她談論有關錯誤的事情；爭取每個機會取笑和批評，不想這樣會多傷害他/她。
不堅守承諾	為了讓他/她做自己想做的事情，而作出承諾，但卻不堅守承諾；或奉承他/她，特別是當他/她不值得奉承或稱讚時。
利用朋友	從他/她身上得着好處和利益；但當他/她遇到困難時，不會幫助或嘗試了解。

「信與不信能否同負一轡」的應用

統計顯示，信仰不同的婚姻，信徒的信仰常會逐漸淡化。

經文原則	「你們和不信的原不相配，不要同負一轡。」（林後 6：14）這節經文雖不單指婚姻，但婚姻作為最親密的「轡」，確實是重要應用的領域。
實際考慮	屬靈方向的統一 - 婚姻是共同走人生路，若方向不同必然產生張力； 生活決策的基礎 - 教養子女、財務奉獻、時間運用等，都需要共同的價值觀。
對已存在「信與不信」的婚姻	若已婚，要盡力維持，因為不信的配偶因着信主的一方成為聖潔，「至於那已經嫁娶的…。」（林前 7：10-16） 妻子有不信的丈夫 - 丈夫也情願和她同住，她就不要離棄丈夫，因為不信的丈夫，就因着妻子成了聖潔。妳這作妻子的，怎麼知道不能救妳的丈夫呢。若是離開了，不可再嫁，或是仍同丈夫和好。 倘若某弟兄有不信的妻子 - 妻子也情願和他同住，他就不要離棄妻子。並且不信的妻子，就因着丈夫成了聖潔。你這作丈夫的，怎麼知道不能救你的妻子呢。不然，你們的兒女就不潔淨。但如今他們是聖潔的了。

⁴ 同上，頁 73。

	不可無故休妻或欺負妻子 - 婚姻是神聖和永久性的，「…因耶和華在你和你幼年所娶的妻中間作見證，她雖是你的配偶，又是你盟約的妻…所以當謹守你們的心，誰也不可以詭詐待幼年所娶的妻。」（瑪 2：14-15） 倘若那不信的人要離去就由他離去罷。無論是弟兄，是姐妹，遇着這樣的事，都不必拘束。神召我們原是要我們和睦。重點是「婚前謹慎，婚後忠心」。
--	--