門徒訓練課程 - 作主門徒：跟主腳蹤

（I）組長帶領版（Leader's Version）

單元一：與主建立更密切的關係

本課主題：《第九課 - 聖靈內住與充滿》

課程基本資料

課程目標：幫助組員認識「聖靈內住」與「被聖靈充滿」的聖經定義和分別；確信「聖靈內住」是每位真信徒都擁有的永久性憑據和保障；引導組員認識「被聖靈充滿」是生命成長與事奉能力的關鍵，並學習如何實踐。

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，也求聖靈賜你屬靈的智慧和悟性，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「聖靈內住與充滿」的認知。

課程流程與帶領指引

🙏**禱告開始**

回顧：簡短回顧「第八課 - 聆聽神的聲音」，關心實踐情況，營造「行動導向」的學習氣氛，例子：上週我們學習了聆聽神的聲音；請問大家這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：**各位弟兄姊妹，如果我們把生命比作一間屋，「聖靈內住」像是屋主將這間屋送給我們，並且祂也搬進來住；而「聖靈充滿」則像是這間屋的每一個房間都交給祂擺設、打掃、管理。請大家用 30 秒分享一下，你覺得自己現在的生命，有幾多個「房間」（例如：時間的分配、娛樂等）是交給聖靈管理的？

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「聖靈內住與充滿」的認知，為後面的教導做預備。

組長姓名：_____ **日前：**_____ 年____ 月____ 日

組長轉接：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聖靈內住 - 生命的起點與保障。

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：「不要醉酒，酒能使人放蕩；乃要被聖靈充滿。」（弗 5：18）

（一）聖靈內住 - 生命的起點與保障（20 分鐘 + 2 分鐘-互動）

核心經文：（羅 8：9；林前 6：19-20；弗 1：13-14）

甚麼是聖靈內住？

聖靈內住就是聖靈在重生得救的信徒信主時，立刻在他生命裡面永久居住，「…你們是神的殿，神的靈住在你們裡頭麼。」（林前 3：16），「…你們的身子就是聖靈的殿麼。這聖靈是從神而來，住在你們裡頭的…。」（林前 6：19）

聖靈內住是永恆的約，有聖靈為印記，「你們既聽見真理的道，就是那叫你們得救的福音，也信了基督，既然信祂，就受了所應許的聖靈為印記。」（弗 1：13）

聖靈內住是信徒得基業的憑據，「這聖靈，是我們得基業的憑據〔原文作質〕，直等到神之民〔原文作產業〕被贖，使祂的榮耀得着稱讚。」（弗 1：14）；「他又用印印了我們、並賜聖靈在我們心裡作憑據〔原文作質〕。」（林後 1：22）

聖靈是「憑據」（或作質-訂金），訂金保證了未來的全額付款。聖靈的內住保證了我們將來必得着完全的救贖。這是一個永恆的約定，這是我們得救的確據。

如何獲得聖靈內住？

（1）**聖靈內住的條件 -** 聖靈叫人為罪、為義、為審判，自己責備自己（約 16：8），以致願意真心認罪、悔改、承認基督是為自己的罪死和復活，接受基督為救主，重生得救（約 1：12；羅 10：9-10）。

（2）**聖靈內住的方式 -** 憑信心接受救恩時，聖靈立刻內住，因此不是靠行為換取。領受聖靈的應許是神賜給所有信徒的憑據，無需額外追求。目的：幫助信徒脫離罪的轄制（羅 8：2），得以成為聖潔（帖後 2：13），引導信徒過聖潔的生活。

（3）**身份的確立 -** 這標記就是有神的靈（聖靈）內住，「如果神的靈（聖靈）住（保羅用原文介詞 en 來表達內住，也用了動詞 oikeo「住」）在你們心裡，你們就不屬肉體，乃屬聖靈了。人若沒有基督的靈，就不是屬基督的。」（羅 8：9）有聖靈內住的就是屬於基督的，代表有屬神的生命。

組長提問：聖靈內住後，會否離開犯罪的信徒？

首先必須分辨他是否真的重生得救，有聖靈內住的信徒？

（1）**若不是**，他沒有重生得救，根本就沒有聖靈內住！只是外面裝作屬靈的信徒。

（2）**若是真的重生得救**，所有真正重生得救的信徒都有聖靈內住。當然，罪會影響聖靈在信徒生活中的功用，但聖靈不會離開重生的信徒，即使是屬肉體的信徒「指那些已經重生得救的信徒，但靈命沒有成長，在基督裡為嬰孩；行為亦沒有改變，照世人的樣子行（林前 3：1-3）」；因為我們的身子就是聖靈的殿（林前 6：19-20）。殿不會因裡面的人弄髒了就倒塌，但殿（聖靈）會因殿內的污穢而憂傷，工作受攔阻。

雖然有聖靈內住，但是否「順從聖靈」？是否「讓基督的道理豐豐富富存在心裡」？決定他們是否活在「屬靈」的得勝中？還是活在「屬肉體」的嬰孩或紛爭中？因此，使徒保羅和約翰都勸勉信徒要過聖潔，得勝，榮耀神的生活，彼此守望，提醒和警惕（加 6：1；約壹 5：16-18）。

重點摘要：

定義 - 聖靈內住是神賜給每一位重生得救信徒的永久性禮物，是屬神的身份證。

如何獲得 - 單單藉着信心接受主耶穌基督的救恩，並不是靠行為或感覺。

永恆保障 - 聖靈的內住是永恆的約、是得救的保證和得基業的憑據。犯罪會讓聖靈擔憂，影響我們與神的親密關係和生命的見證，但不會使聖靈離開。

總結 - 聖靈內住是基督徒「生命的起點」，透過信主領受，確定屬神的身份。以信心領受聖靈內住的保障，在成聖路上與神同工，更深經歷聖靈的同在和引導。

互動點（約 2 分鐘）

組長提問：

（1）你是否清楚自己已經重生得救有聖靈內住？如果還不確定，今天是個好機會，可以藉着禱告再次確認你對耶穌基督的信仰。

（2）明白了聖靈內住是永久的保障，如何幫助你面對生活中的軟弱、失敗？

帶領提示：邀請 1-2 位組員分享。

組長結語與轉接：感謝各位真誠的分享。因有聖靈永遠住在我們心裡，時刻依靠聖靈的提醒和幫助；並順從聖靈的帶領過得勝的生活。讓我們繼續從聖經學習被聖靈充滿。

（二）被聖靈充滿 - 生命的旅程和能力（20 分鐘 + 2 分鐘-互動）

組長提問：甚麼是被聖靈充滿？

被聖靈充滿不是得到更多的聖靈，而是讓已經住在我們裡面的聖靈，更多的得着我們和充滿我們。聖靈就好像住在我們心裡的主人，持續讓祂管理我們的生命，使我們活出基督的樣式，得着事奉的能力；因此並不是客人只可以住在客房裡，不能到處走動。

（1）舊約聖經裡神的靈

在舊約時代，神的靈並沒有普遍賜下，只是為了特定的任務賜與作工的能力。

（i）神的靈只降在人身上，重點在作能力，感動人為神作工，例子：摩西替神說話，完成神的託付；

（ii）神的靈還沒有永遠住在人裡面，作生命的改變，例子：參孫；

（iii）不永遠住在人裡面（創 6：3），或可能會收回（詩 51：11），或離開（例子：參孫（士 16：20）、掃羅（撒上 16：14 上）；

（iv）也有提到人被神的靈充滿，例子：比撒列（出 35：30-31）和約書亞（申 34：9）。

（2）新約聖經裡的聖靈充滿

到了新約時代，聖靈在五旬節降臨後，聖靈開始永遠住在重生得救的基督徒裡面，叫他們得着神的性情（彼後 1：4）和永遠享受屬靈的福分（約 14：16-17）。而被聖靈充滿是為了靈命成熟和事奉。

在新約聖經中「聖靈充滿」只出現 1 次（徒 6：5）；而其餘都是「被聖靈充滿」共出現了 14 次；表示「聖靈充滿」是聖靈主動賜與的恩典，而信徒的責任就是持續讓聖靈自由運行和掌管自己的生命，活出順服和聖潔的生活；正如屬靈恩賜是聖靈隨己意賜給信徒，而信徒的責任是持續發揮聖靈所賜的屬靈恩賜。

屬靈的定義 - 指聖靈掌管和引導信徒的生命，帶來順服、敬拜、能力（弗 5：18；林前 2：15）；因屬靈人與神有密切的關係，以致靈命成熟，能夠判斷、細察，看透萬事。

在新約聖經中被聖靈充滿包括兩種情況：

第一種是在五旬節聖靈降臨前，被聖靈充滿的人和他們的表現：

（i）**施洗約翰 -** 在母腹就被聖靈充滿，因他將要被主大大使用，作主的先鋒（路 1：13-15）

（ii）**以利沙伯 -** 她是施洗約翰的母親，在主尚未降生時只因聽到馬利亞的問安，立刻被聖靈充滿，讓她見證馬利亞和她所懷的胎都是有福的（路 1：41）

（iii）**撒迦利亞 -** 他是施洗約翰的父親，施洗約翰出生時由律法時代進入恩典時代，這時聖靈充滿撒迦利亞，叫他說出關乎普天下萬國的預言（路 1：67-68）

（iv）**主耶穌 -** 主耶穌被聖靈充滿，聖靈將祂引到曠野四十天受魔鬼的試探（路 4：1）。

第二種是聖靈在五旬節降臨開始，被聖靈充滿的人和他們的表現：

（i）**聖靈在五旬節降臨，主動充滿使徒和門徒 -**「他們就都被聖靈充滿…。」（徒 2：4）；「禱告完了…就都被聖靈充滿，放膽講論神國的道」（徒 4：31）；「門徒滿心喜樂，又被聖靈充滿。」（徒 13：52）聖靈在他們的生命內住和持續掌管，以致產生屬靈的生命和品格。被聖靈充滿的人是別人也察覺出來，並且要作成神的工和有美好的果效。

（ii）**使徒彼得 -** 被聖靈充滿，大有膽量傳講主，向官府、長老作見證（徒 4：8、12）

（iii）**七位被聖靈充滿 -**「…選出七個有好名聲的，被聖靈充滿，智慧充足的人…就派他們管理這事。」（徒 6：3）

（iv）**司提反 -**「…司提反，乃是大有信心、聖靈充滿的人…司提反是以智慧和聖靈說話…。」（徒 6：5-10）司提反殉道前，為主作見證，被聖靈充滿，看見神的榮耀，「但司提反被聖靈充滿、定睛望天、看見神的榮耀、又看見耶穌站在神的右邊；就說：『我看見天開了，人子站在神的右邊』。」（徒 7：55-56）

（v）**使徒保羅 -**「…『兄弟掃羅…耶穌…叫你能看見，又被聖靈充滿』。」（徒 9：17）「…掃羅又名保羅，被聖靈充滿…方伯看見所作的事…就信了。」（徒 13：7-12）被聖靈充滿的人是有屬靈的權柄。

（vi）**巴拿巴 -**「這巴拿巴原是個好人，被聖靈充滿、大有信心，於是有許多人歸服了主。」（徒 11：24）被聖靈充滿的人，必定是努力為主作工，並有美好的工作果效。

（3）被聖靈充滿的重要性

「被聖靈充滿」就是「被聖靈管理」，是門徒「生命的旅程」，天天讓聖靈在自己身上作主管理全人，持續追求聖潔，活出基督的樣式，更深經歷聖靈的同在；目的是為着神得榮耀，主的事工得以完成。

「聖靈內住」好比「杯子裡有水」；而「被聖靈充滿」好比「杯子裡面的水滿溢出來」。每一個重生得救的信徒都有「聖靈內住」，但並不是每一個重生得救的信徒都是「被聖靈充滿」滿溢的；當「被聖靈充滿」了，流出來的就是「仁愛、喜樂、和平…」以及事奉的能力。

每一個信徒都可經歷的，但不是每一個信徒都實在經歷過。被聖靈充滿是一次被充滿後，裡面就滿有聖靈（路 4：1），但需要不斷被更新。有些信徒有超過一次以上的經歷，這重複是基於特別的原因，例如：司提反將要為主殉道，再次被聖靈充滿（徒 7：55）；使徒保羅（徒 9：17，13：9）。

（i）**神藉聖靈加力給信徒 -**「被聖靈充滿」是神藉聖靈加力給信徒，不單在信徒裡面作生命改變，也是聖靈用祂本身的品格來充滿信徒，給信徒力量活出得勝、聖潔的生活（徒 4：8；羅 8：13；弗 3：16；彼前 1：2）；並使信徒得着能力，作神所託付的工，為主作見證，奉祂的名傳悔改赦罪的道，直到地極（徒 1：8）。

（ii）**憑信心抓住神的應許 -** 相信基督已得勝坐在神寶座的右邊，信徒在祂裡面也必得勝，活出聖潔的生活，使靈命成熟，「要謹慎行事…要明白主的旨意…乃要被聖靈充滿…存敬畏基督的心，彼此順服…。」（弗 5：15-22）聖靈也因着信徒的自潔、持續捨己、背

十架跟從主，不斷讓聖靈管理，充滿信徒活出聖靈所結的果子（加 5：22-25），並作出有果效的事奉。

（4）如何被聖靈充滿

不是求來的或憑感覺，乃是順服和過聖潔生活。真實的信心都不是憑感覺，而是藉「相信」主耶穌已經得了榮耀，賜下了聖靈（約 7：39；徒 2：33）。「被聖靈充滿 Plerousthe」（弗 5：18）是被動語態，但也包含「持續讓自己被掌管」的含意。

（i）**渴慕親近神 -** 透過每日靈修、禱告、讀經、默想與神、主耶穌、聖靈有親密的溝通，時刻默想神的話語，被神的話語充滿，讓基督的道理豐豐富富的存在心裡（西 3：16）

（ii）**活出討神喜悅的生活** - 自潔，脫離卑賤的事，成為貴重的器皿（提後 2：21）；透過聖靈的光照，檢視自己內心有甚麼惡行（詩 139：23-24），立刻認罪悔改求主赦免（約壹 1：9）；更願意讓聖靈掌管；憑信心支取聖靈所賜的能力，活出聖靈所結的果子（加 5：22-23），並運用聖靈所賜的屬靈恩賜建造教會（林前 12：7）就能經歷聖靈的大能。

（iii）**順着聖靈而行 -** 不放縱肉體的情慾（加 5：16）；治死身體的惡行（羅 8：13）；棄絕謊言（弗 4：25）；生氣卻不要犯罪（弗 4：26）；不銷滅聖靈的感動（帖前 5：19），實踐愛人；不給魔鬼留地步（弗 4：27）。

（iv）**隨從聖靈帶領行事 -** 靠聖靈得生就當靠聖靈行事、傳福音、服事主（加 5：25）；無論何時、何地都學習順服主，用誠實的心思想：祂希望我怎樣行？就照着祂的旨意去遵行；體貼聖靈的帶領就能時常被聖靈充滿（羅 8：4-6）。

（v）**活在教會群體中 -** 透過聚會、敬拜、禱告、彼此勸勉（徒 2：1-4，4：31）

互動點（約 2 分鐘）

組長提問：

（1）目前你的生命是誰（或甚麼）在管理？例子：你的情緒、慾望，還是聖靈？

（2）你可以在哪一件事上，具體操練「順服聖靈」，開始經歷被聖靈充滿的生活？

帶領提示：邀請 1-2 位組員分享。

組長結語與轉接：感謝各位真誠的分享。讓我們繼續從聖經學習被聖靈充滿的結果。

（5）被聖靈充滿的結果：

活出聖靈所結的果子，得着能力為主作見證，充滿對神的讚美和感謝，彼此順服。

（i）**生命改變 -** 更愛主，有主的樣式和品格；活出聖靈所結的果子（加 5：22-23），得着屬靈的能力：愛心增加、為主作見證、傳福音等；事奉更有果效，彰顯神的榮耀。

（ii）**讚美、敬拜、感謝、順服 -** 保羅在（弗 5：18）吩咐信徒要被聖靈充滿，隨即列出被聖靈充滿的四個表現：（a）讚美透過詩歌、頌詞、靈歌，彼此對說的外在表現；（b）口

唱心和的讚美主是敬拜態度的內在證據；（c）凡事奉主耶穌基督的名，常常感謝父神；（d）存敬畏基督的心，彼此順服。

聖靈的內住與被聖靈充滿的分別：

聖靈內住	一次性、永久性、為着屬靈的生命、身份（神兒女的名份）和永恆的保障
被聖靈充滿	多次性、持續性、為着靈命成熟（屬靈的品德）和事奉的能力，是順服和自潔信徒的經歷，就是願意不斷被聖靈掌管，並且是持續的。

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：（可選 2-3 題在小組中討論，或按情況自行決定）

帶領技巧：先讓組員沉思，再邀請自願分享，切勿勉強！同時，留意發言均衡。

（1）你有沒有曾經歷過被聖靈充滿？被聖靈充滿並不是指「感覺」，而是信心和順服；同時，終極目的是榮耀神、完成大使命。

（2）保羅用「不要醉酒」和「乃要被聖靈充滿」（弗 5：18）做對比。醉酒的人有甚麼特徵？這如何幫助我們理解被聖靈充滿的狀態？

提示：醉酒的特徵：被酒精「控制」失去理智（自制力）、行事反常、說話做事是出於酒精的影響。被聖靈充滿的狀態：被聖靈「掌管」思想、言語、行為不再由自己或肉體主導，而是由內住的聖靈完全掌管，活出像基督的樣式，滿有從神而來的平安和能力。

（3）在使徒行傳中，被聖靈充滿的人，例如：彼得、司提反、巴拿巴有甚麼共同的表現？

提示：放膽講論神的道（徒 4：31）：有傳福音、作見證的勇氣。

智慧與信心（徒 6：5）：能處理難題，有信心面對挑戰。

滿有恩惠能力（徒 6：8）：生活有見證，事奉有能力。

滿心喜樂（徒 13：52）：有內在的喜樂，不受環境影響。

美好事奉果效（徒 11：24）：許多人歸服主。

（4）新約聖經強調「自潔」和「順服」是聖靈充滿的先決條件，這兩者之間有甚麼關聯？

提示：聖靈已經內住，祂渴望充滿我們。我們的罪和自我主權就像容器裡的雜質或蓋子，攔阻了聖靈的充滿。

自潔（提後 2：21）：就是倒空雜質、認罪、脫離卑賤的事，讓器皿成為聖潔。

順服：就是打開蓋子，讓聖靈完全管理我們的生命。當我們願意完全順服時，就是給聖靈空間自由運行在我們裡面，這便是被充滿的狀態。

見證分享

邀請 1-2 位組員分享過去「聖靈內住與充滿」的經歷與結果。

組長預備簡短見證：一個曾經「被聖靈充滿」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）：

「親愛的聖靈保惠師，深深感謝祢，讓我們能夠更清楚認識祢寶貴的工作，不單在理性上明白「內住」與「充滿」的真理，更在生活中真實經歷祢的同在、引導與能力，生命被更新，教會因此得着建造。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：「不要醉酒，酒能使人放蕩；乃要被聖靈充滿。」（弗 5：18）

預告下一課主題：「第十課 - 知足、感恩、數算恩典」

簡略預告下一課的內容，例子：本週我們經歷了聖靈充滿和管理，生命自然會流露「凡事謝恩」的生活態度。下一課，我們將一起學習如何在任何處境中，知足、感恩、數算恩典」；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，然後填寫以下的具體行動）

（1）我對本課主題「聖靈內住與充滿」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：我決定從今天開始透過神話語的教導和聖靈的提醒，過聖潔和順服聖靈帶領的生活，並具體實踐在日常生活中：_____

_____。

🧡 **本週實踐行動**

本週操練：個人省思與回應

實踐行動：將《實踐聖靈的內住》活出來（請勾選 1-2 項本週具體實踐和記錄）

[ ] 聖靈內住是我「生命的起點」，透過信主領受，確定屬神的身份和永恆的保障。以信心領受內住聖靈的帶領和幫助，在成聖路上更深經歷聖靈的同在和引導；

[ ] 建立每天靈修的生活習慣：祈禱、讀經、默想神的話語，先讓神的話語充滿，以致更敏銳聖靈的帶領、明白神的旨意；

[ ] 我有聖靈內住，但肉體中的情慾也同時存在，以致時常交戰（羅 7：21-23）；因此在試探中依靠聖靈的提醒和幫助（約 14：26；加 5：16）；順服祂的引導活出得勝的生活；

[ ] 完全聽從聖靈的引導，順着聖靈的意思行，以致肉體的情慾完全失去效用，過聖潔得勝的生活。



本週禱告重點（以下只作參考範例）：

「親愛的聖靈保惠師，深深感謝祢，讓我能夠更認識祢和祢寶貴的工作，不單在理性上明白「內住」與「充滿」的真理，更在生活中真實經歷祢的同在、引導與能力，生命被更新。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。你的生命見證，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，下次才回覆你」，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。

（7）若組員分享被聖靈充滿的經歷較情緒化，同時有特殊的表現，例如：流淚、說方言等，組長需溫和引導，強調聖靈充滿的核心證據是「結出屬靈的果子」和「對基督的順服」，而不是短暫的感官經驗，避免小組過度聚焦於外在的表現。



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：_____。