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：《第十一課 - 屬靈高峰：讚美神的人生》

課程基本資料

課程目標：幫助組員明白讚美神的真正意義和目的。

課程時間：75-90 分鐘（時間分配建議：破冰 5-10 分鐘；核心真理教導 40-45 分鐘；討論、分享與禱告 30-35 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；

（4）思想自己有沒有曾經歷屬靈高峰 - 讚美神的見證；若沒有不要勉強，亦可彼此一起學習。

課程流程與帶領指引

🙏**禱告開始**

回顧：簡短回顧「第十課 - 知足、感恩、數算恩典」，關心實踐情況，營造「行動導向」的學習氣氛，例子：上週我們學習了知足、感恩、數算恩典；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）請分享一首讓你感動的詩歌，並簡單說它為甚麼觸動你。

（2）請用一句話形容你今天最想對神說的話。

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「讚美神的認知或挑起他們對神的愛慕」，為後面的教導做預備。

組長轉接：感謝各位的分享。現在讓我們打開聖經，從聖經看讚美神的意義和重要性。

Part II：核心真理教導 - 主題重點和內容（40-45 分鐘）

組長姓名：_____ 日前：_____ 年____ 月____ 日

本課重點經文：「我們的主、我們的神，祢是配得榮耀尊貴權柄的；因為祢創造了萬物，並且萬物是因祢的旨意被創造而有的。」（啟 4：11）

（一）讚美神的意義（10 分鐘）

讚美神是因為只有祂配得一切、所有的敬拜、榮耀、讚美等。讚美神是對神的屬性，例如：聖潔、慈愛、信實等，和神的作為，例如：創造、救贖恩典等，最自然的回應。在希伯來文和希臘文「讚美」的字義是：稱讚、誇耀、慶賀、歌唱、歡呼、宣揚、祝福、歌頌、讚揚、榮耀、尊敬。

（1）**為神的創造歌頌、讚美神 -**「…他們晝夜不住的說：『聖哉、聖哉、聖哉，主神是昔在今在以後永在的全能者。』…將榮耀、尊貴、感謝、歸給那坐在寶座上，活到永永遠遠者的時候，那二十四位長老，就俯伏在坐寶座的面前，敬拜那活到永永遠遠的…說：『我們的主、我們的神、祢是配得榮耀尊貴權柄的，因為祢創造了萬物，並且萬物是因祢的旨意被創造而有的。』」（啟 4：8-11）

（2）**為主的犧牲成就救恩歌頌、讚美主 -**「我又看見…寶座與活物並長老的周圍，有許多天使的聲音，他們的數目有千千萬萬。大聲說：『曾被殺的羔羊，是配得權柄、豐富、智慧、能力、尊貴、榮耀、頌讚的。』我又聽見、在天上、地上、地底下、滄海裡、和天地間一切所有被造之物，都說：『但願頌讚、尊貴、榮耀、權勢、都歸給坐寶座的和羔羊，直到永永遠遠』…。」（啟 5：11-14）

（3）**所有信徒站在寶座前歌頌、讚美神和救主 -**「…我觀看，見有許多的人，沒有人能數過來，是從各國各族各民各方來的，站在寶座和羔羊面前，身穿白衣，手拿棕樹枝。大聲喊着說：『願救恩歸與坐在寶座上我們的神、也歸與羔羊。』眾天使都站…在寶座前，面伏於地，敬拜神，說：『阿們，頌讚、榮耀、智慧、感謝、尊貴、權柄、大力、都歸與我們的神，直到永永遠遠。阿們。』」（啟 7：9-12）

感謝、讚美、敬拜的分別：

感謝 - 是因神的供應，重點在存心；

讚美 - 是因神的作為，重點在發聲；

敬拜 - 是因神的屬性，重點在對神屬性的回應；涵蓋全人降服與尊崇。

聖經常將感謝、讚美、敬拜放在一起，因此不必分得太清楚，因為感謝中有讚美，讚美中有敬拜。對神，我們要表達感激（感謝）、愛慕（讚美）、最高的情懷（敬拜）。

（二）讚美神的重要性（10 分鐘 + 3 分鐘-互動）

人生存的真正意義就是要榮耀神、讚美神。假若我們不懂得榮耀神、讚美神，就失去生存的真正意義；主耶穌說，「我告訴你們，若是他們閉口不說，這些石頭必要呼叫起來。」（路 19：37-40）連石頭都要開口讚美神，何況我們更要開口讚美神、讚美主。同時靈命成長的得勝秘訣，就是單單愛神、讚美神和祂的屬性。

主耶穌騎驢駒和門徒，將近耶路撒冷…都歡樂起來，大聲讚美神，說：『奉主名來的王，是應當稱頌的。在天上有和平，在至高之處有榮光。』」（路 19：38）

天上地下各國的共通詞「哈利路亞」- 你們要讚美神（詩 146 - 150 篇）

（1）**讚美神是神兒女重要的特權和回應 -**「我因祢公義的典章，一天七次讚美祢。」（詩 119：164）這表明讚美在敬拜生活中的重要性。所以，要一天七次讚美神、讚美神的正直、真實且全然公義的律法和判斷，特別在面對困難、惡人圍繞時，更要對神的公義、信實發出深切的敬虔和讚美，向撒但肯定的宣告我們所信的主是得勝的主。當每天這樣說：「主，我讚美祢！」就會感到生命有很大的改變。

（2）**感受到神的同在 -**「但祢是聖潔的，是用以色列的讚美為寶座（居所）的。」（詩 22：3）神以祂子民的讚美為寶座（居所）。當我們讚美時，神樂意與我們同在；因此在讚美中，能更清晰地感受到神的同在、慈愛和權能。讚美神使人享受平安和安息，也使人在地若天。

（3）**讚美是屬靈得勝的方法 -** 在聖經裡看見一個很重要的功課，得勝是靠讚美，不是靠爭戰。信徒在唱詩、感謝、讚美神，是宣告神的得勝，撒但立刻逃跑，例子：保羅和西拉禱告唱詩讚美神，眾囚犯也側耳而聽，監門立刻全開，眾囚犯的鎖鍊也都鬆開了。禁卒就在那一天信主了，全家都得救（徒 16：25-34）

（4）**先嘗天國榮耀 -** 當我們在天上時，所有的禱告、事奉、講道等，都要過去；那時，我們更要永遠不停的讚美神，比今天還要增加，所以我們現在是先嘗天國的榮耀。

互動點（約 3 分鐘）

組長提問：

（1）你認為為甚麼在天上有這麼多的讚美，特別在啟示錄？（組長提示：因為在天上有完全的知識，知識越完全，讚美也越完全。）

（2）讚美神是靈命成長的操練，你是否掌握到該如何開始？

帶領提示：邀請 1-2 位組員分享。

組長結語與轉接：感謝各位的分享。大家的分享和意見非常珍貴。現在我們繼續看聖經人物給我們的榜樣和怎樣獻上蒙神悅納的讚美。

（三）聖經人物的榜樣和獻上蒙神悅納的讚美（15 分鐘 + 2 分鐘-互動）

（1）聖經人物的榜樣：

在舊約聖經中的榜樣 - 在舊約聖經中，有許多經文提到神的子民經常讚美神，例子：

（i）「她（雅各的妻子-利亞）又懷孕生子，說：『這回我要讚美耶和華，因此給他起名叫猶大〔就是讚美的意思〕。』」（創 29：35）

（ii）摩西歌頌神說：「耶和華阿，眾神之中誰能像祢，誰能像祢至聖至榮，可頌可畏，施行奇事。」（出 15：11）

（iii）大衛成為合神心意的人，其中一個原因就是他在迎接神的約櫃回來時，「大衛穿着細麻布的以弗得，在耶和華面前極力跳舞。」（撒下 6：14）等等。

在新約聖經中的榜樣 - 在新約聖經中，也有許多經文提到讚美神的例子：

（i）馬利亞 -「馬利亞說：『我心尊主為大，我靈以神我的救主為樂。』」（路 1：46-47）

（ii）施洗約翰的父親撒迦利亞 -「他父親撒迦利亞，被聖靈充滿了，就預言說：『主以色列的神，是應當稱頌的。因祂眷顧他的百姓，為他們施行救贖。』」（路 1：67-68）

（iii）西面 -「西面就用手接過他來，稱頌神說」（路 2：28）

（iv）女先知亞拿 -「…她進前來稱謝神，將孩子的事，對一切盼望耶路撒冷得救贖的人講說。」（路 2：38）等等。

在《啟示錄》多次提到在神的寶座前，四活物、廿四位長老、眾天使、眾聖徒等，在歌頌、讚美神。

互動點（約 2 分鐘）

組長提問：在舊約和新約的聖經人物中，哪一位是你考慮將會學習他/她對神的讚美態度？原因？

帶領提示：邀請 1-2 位組員分享。

組長結語與轉接：感謝各位的分享。大家的分享非常珍貴。現在我們繼續看怎樣獻上蒙神悅納的讚美。

（2）獻上蒙神悅納的讚美

（i）**活出聖潔的生活 -**「你們要追求與眾人和睦，並要追求聖潔，非聖潔沒有人能見主。」（來 12：14）「那召你們的既是聖潔，你們在一切所行的事上也要聖潔。因為經上記着說：『你們要聖潔，因為我是聖潔的』」（彼前 1：15-16）

（ii）**獻上嘴唇頌讚的祭 -**「我們應當靠着耶穌，常常以頌讚為祭，獻給神；這就是那承認主名之人嘴唇的果子。」（來 13：15）

（iii）**口唱心和的讚美主，尊主為大 -** 全心全意、全人投入讚美主，「當用詩章，頌詞，靈歌，彼此對說，口唱心和的讚美主。」（弗 5：19）心尊主為大，「我心尊主為大，我

靈以神我的救主為樂。」（路 1：46-47）要作一個常常從內心發出讚美神的兒女，不單有一個讚美的意念，更要開聲說出讚美的話。從感覺少，讚美到感覺多；從一點的信心，讚美到超越自我的信心。

（iv）**認識神、屬性、作為 -** 正確的讚美是基於對神、神的屬性和神的作為有認識，因為要讚美神的所是和神的作為。

（v）**讓神的話充滿心裡 -** 信心是讚美的根據，讚美能加強信心；信心是用信賴的態度仰望神，讚美是用愛慕的態度仰望神。

總結：神是配得一切榮耀和讚美，實踐讚美神需要刻意操練，使成為一種「生活方式」。

Part Ⅲ：討論、分享與禱告（30-35 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）你認為讚美與阿諛奉承有沒有分別？若有，有甚麼分別？（帶領提示：讚美神是基於真理，阿諛是基於私利。）

（2）你喜歡阿諛奉承的人嗎？為甚麼？

（3）你喜歡稱讚別人嗎？若喜歡，你會因甚麼原因稱讚人？最近一次在甚麼時候？原因和結果？

（4）你有沒有讚美神？若有，你最近一次在甚麼時候？原因和結果？

見證分享

邀請 1-2 位組員分享過去「讚美神」的經歷與結果；若沒有親身經歷，可分享「別人對自己生命的影響」或「詩歌帶來的感動」，不需勉強。

組長預備簡短見證：一個過去「讚美神」的實例，或「詩歌帶來的感動」，或「個人靈修親近神」的經歷。

（二）禱告與回應行動（15 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，獨有祢配受一切的敬拜和讚美。祢是昔在、今在、永在的主，祢是無所不知、無所不能、無處不在，永恆的主；祢是昨日、今日、一直到永遠是一樣的。更

加感謝祢，為了愛我們，甘願捨棄天上的尊貴榮耀，降生為要尋找我們，更為我們的罪釘死在十字架上，流祢的寶血，使我們罪得赦免，成為神的兒女、祢的門徒。深深感謝、讚美祢，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：「我們的主、我們的神，祢是配得榮耀尊貴權柄的；因為祢創造了萬物，並且萬物是因祢的旨意被創造而有的。」（啟 4：11）

預告下一課主題：「第十二課 - 明白神的旨意」

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，然後填寫以下的具體行動）

（1）我對本課主題「屬靈高峰：讚美神的人生」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：我如何提醒自己，每天讚美神、主耶穌、聖靈（例如：早上起床、打開窗門望天、呼吸清新空氣、貼讚美神的聖經金句在當眼的地方等），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：《操練常常讚美神》（請勾選 1-2 項本週具體實踐和記錄）

[ ] 養成每日讚美神的習慣 - 以讚美神開始和結束一天，先為神的屬性讚美神；將讚美融入靈修，例如：每天早餐前讚美神 5 分鐘等；晚上睡前，回顧當天的點滴向神獻上感謝。

[ ] 以音樂和詩歌來讚美神 - 在開車、做家務時，播放基督教敬拜詩歌，讓敬拜的音樂和歌詞充滿心思意念，並跟着一起唱，這能溶入讚美神的氣氛。

[ ] 在困難時選擇讚美神 - 當感到壓力大、灰心失望時，更需要讚美神，可回想過去神的恩典，神如何信實幫助渡過，並為此感謝祂；將會增加信心面對現在的難處。

[ ] 在群體中 - 準時參加教會主日崇拜，投入在集體敬拜中，與眾聖徒一起歌唱讚美神。

[ ] 不論任何時候、任何處境，抬頭仰望、舉手讚美：

（i）與創造天地萬物的主緊緊連繫，溶入大自然的和諧氣氛中；

（ii）與救贖主緊緊連繫，活出基督徒的樣式；

（iii）與聖靈保惠師緊緊連繫，敏銳於聖靈的帶領、教導、鼓勵、提醒等。

本週禱告重點（以下只作參考範例）：

「親愛的主耶穌，獨有祢配受一切的敬拜和讚美。祢是昔在、今在、永在的主，祢是無所不知、無所不能、無處不在，永恆的主；祢是昨日、今日、一直到永遠是一樣的。更加感謝祢，為了愛我，甘願捨棄天上的尊貴榮耀，降生為要尋找我，更為我的罪釘死在十字架上，使我罪得赦免，成為神的兒女、祢的門徒。深深感謝祢、讚美祢，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。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。

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：_____。