

彼此包容

一、彼此包容不容易，除非有神的帮助。

因为包容就是：

1. 宽容——耐心的；
2. 包含——要理解但不必放在心里；
3. 容忍——有接纳的心，饶恕他人；
4. 容下——心胸足够大能容得下他人的缺点。

二、信徒间的包容应该是“彼此”的

✧ 西 3:12~13 所以，你们既是神的选民，圣洁蒙爱的人，就要存怜悯、恩慈、谦虚、温柔、忍耐的心。¹³ 倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。

1. 全本圣经似乎只有这一次说“彼此包容”（西 3:12~13）；
2. 注意“总要”（13 节），表现两个人若有嫌隙、摩擦的话，每一次“总要彼此包容”；
3. “彼此包容”很需要“存怜悯、恩慈、谦虚、温柔、忍耐的心”（12 节）；
4. 主耶稣是我们的模范（13 节）。

三、信徒应在凡事上“包容”

✧ 林前 13:7 凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。

1. 注意“凡事”这个词，“凡事”指的是两个人之间的摩擦而非关于真理；若是涉及异端，则总要防备及辩驳；
2. 包容是真爱的特征，而且爱比信、望更伟大（13 节）；
3. 若人有恩慈、不嫉妒、不自夸、不张狂的心（4 节），就更容易包容他人；
4. 若信徒都“不作害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒”（5 节），可能就没有包容的需要。

四、包容需要“忍耐”

1. 凡事忍耐

✧ 林前 13:7 凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。

- (1) “包容”很需要忍耐的心；
- (2) “凡事忍耐”，在每件事上（包括摩擦），都要忍耐；
- (3) 爱的特征是“恒久忍耐”（4 节）。

2. 百般的忍耐

✧ **林后 12:12** 我在你们中间，用**百般的忍耐**，藉着神迹、奇事、异能，显出使徒的凭据来。

- (1) “用百般的忍耐”包括包容；
- (2) “用百般的忍耐”是作使徒的主要凭据；
- (3) 保罗言行一致。

3. 忍耐宽容

✧ **西 1:11** 照他荣耀的权能，得以在诸般的力上加力，好叫你们凡事欢欢喜喜地**忍耐宽容**。

- (1) “凡事欢欢喜喜地忍耐宽容”；
- (2) 我们行事为人要对得起主；
- (3) 忍耐宽容的力量来自神。

4. 追求忍耐

✧ **提前 6:11** 但你这属神的人，要逃避这些事，**追求**公义、敬虔、信心、爱心、**忍耐**、温柔。

- (1) “忍耐”是应追求的；
- (2) 爱心与忍耐是分不开的；
- (3) 爱心的忍耐带来温柔的包容。

5. 能忍耐

✧ **彼前 2:20** 你们若因犯罪受责打，能忍耐，有什么可夸的呢？但你们若因行善受苦，**能忍耐**，这在神看是可喜爱的。

- (1) “**因行善受苦**”而忍耐，神看为可喜悦的；
- (2) 我们蒙召也是为此（21 节）；
- (3) 我们要跟随耶稣的脚踪行（21~23 节）。

五、包容意味着“不可争竞”

✧ **提后 2:24** 然而主的仆人**不可争竞**，只要温温和和的待众人，善于教导，存心忍耐。

- (1) 包容与竞争相对；
- (2) “那愚拙无学问的辩论，总要弃绝”（23 节）；
- (3) “只要温温和和的待众人”；
- (4) 要“用温柔劝戒那抵挡的人”（25 节）。

六、“彼此包容”就是“互相宽容”

✧ 弗 4:2 凡事谦虚、温柔、忍耐，用爱心互相宽容。

- (1) 信徒的宽容应该是彼此的，因只有一位圣灵住在信徒当中（4 节）；
- (2) 要以从圣灵而来的爱彼此宽容（参罗 5:5）；
- (3) 若“互相宽容”就会有“和平彼此联络”（2~3 节）。

思考问题

1. 为什么包容在神的旨意中是“彼此”的？
2. 出现摩擦时若对方不愿包容你，你还愿意包容对方吗？应该怎么做？
3. 请说出一个彼此包容的好见证。

彼此谦卑

经文：腓 2:3~4；彼前 5:5~6

定义：真正的谦卑是思想神的伟大，而忘记自己。

前言：主要先分享经文大意。如熟悉《造就故事》（178 页）“样样都有缺谦卑”——讲美国钢铁大王加尼奇的一件事迹，请讲这个故事。

一、彼此谦卑的态度（腓 2:3；罗 12:3）

1. 看自己合乎中道（罗 12:3）；因同是一个身上的肢体，没有高贵卑贱之分。
2. 看别人比自己强（腓 2:3）。骄傲是抬高自己，贬低别人；相反，谦卑是隐藏自己，抬举别人。榜样：迦勒是一个一生都不彰显自己的人。

二、彼此谦卑的表现（腓 2:3~4；彼前 5:5~6）：我们要在实际生活当中把谦卑活出来。

1. 互相尊重：不贪图虚浮的荣耀（腓 2:3）
2. 互相顺服：都要以谦卑束腰（彼前 5:5）
3. 互相照顾：不要单顾自己的事（腓 2:3~4；罗 12:4~8）。惟有一个身上的肢体才能体验这种生活。例：一个盲人手推瘸子的残疾车，两个人克胜道路方面的难题。结果：很快两个人来到热闹的集市。你我都是神的儿女，难道不该这样行吗？

三、圣经的三个例子：

1. 耶稣和约翰（太 3:15~17；约 1:27，3:30）
 - ◆ 君主和臣子
 - ◆ 主人和仆人
 有国度的观念，彼此谦卑开展事工。
2. 耶稣和门徒（约 13:1~10）
 - ◆ 老师与徒弟
 - ◆ 良朋与密友
 荣耀之主能够弯下腰来，服事门徒。你的光景如何？
3. 保罗和提摩太（徒 16:1~5）
 - ◆ 前辈与晚辈
 - ◆ 成熟与幼稚
 保罗各方面都比提摩太优越，但他们却能一起搭配事奉，成为一对属灵的好伙伴。

四、彼此谦卑的好处（腓 2:4；彼前 5:6）

1. 事工得以拓展（太 28:19~20；徒 16:1~5）。成功服事的支柱是谦卑再谦卑。
2. 生命互相长进（彼前 5:6）。谦卑是灵命登高的保险带。
3. 天国同享荣耀（太 18:1~3）。生命回复小孩样式必能进天国。这是主的应许，当抓住。

结语：圣经是度量的杖，直接度量我们的生命。求主用祂的真道校正我们的心态，把谦卑的心放在我们里面。这样，我们就可以讨主喜悦，共同完成大使命。

思考问题

1. 彼此谦卑对属灵同伴的关系重要吗？有哪些好处？
2. 如何能做到彼此谦卑？具体说明。

国王·仆人

〔造就活动〕

道具：

不需要道具。

目的：

教导我们要谦卑，遵行“谁愿为首，就必作你们的仆人”的教导。

注意事项：

1. 适合人数：10~20 个人一组最为方便，但没有限制。
2. 围一个圈（如果空间不够就分成两排，彼此相对）。
3. 上对下用“叫”（“国王叫仆人”），下对上用“请”（“仆人请国王”）。
4. 动作做错（包括拍子打错）或讲错要说的话，就会被调到最后的一个座位当“仆人”。

参考经文：

约 13:1~17 耶稣洗门徒的脚（特别是在 12~17 节）

太 20:20~28 “谁愿为首，就必作你们的仆人”（特别是在 25~28 节）

步骤说明：

1. 大家围一个圈（或分成两排面对面）坐下。
2. 选出一个人当组长。
3. 从组长开始，请组员报数（1、2、3……）并记住自己的号码。
4. 组长（就是 1 号）当“国王”，而最后一个号码的人（就是坐最后一个位子的）要当“仆人”。
5. 全组就跟着国王慢慢的练习节拍，做以下动作：
 - (1) 双手拍打在双脚大腿上两下；
 - (2) 然后拍掌一下；
 - (3) 接着左右弹指（喀喀两声）。
6. 请大家重复练习这一系列的动作，不要停，一直练到纯熟为止。
7. 等练熟了以后，动作要加上说话。动作配合说话如下：
 - (1) 双手拍打在双脚大腿上两下的同时，按节拍报自己的号码（如：“3 号”）。
 - (2) 在拍掌一下的同时，说“叫”或“请”（原则为：上对下用“叫”（“国王叫仆人”、“4 号叫 7 号”……），下对上用“请”（“仆人请国王”、“10 号请 2 号”……）。
 - (3) 紧随着“叫”或“请”之后，在左右弹指（喀喀两声）的同时，说出另一个人当时所扮演的角色（对方的“号码”或其称呼“国王”或“仆人”）。

8. 开始正式进行活动，从国王开始叫人。
9. 每一回的开始都是由国王先开始带动（注意：刚开始的头几次，速度要特别的慢）。
10. 活动中，凡是动作做错（包括拍子打错）或说错话的人，都要调到最后的一个座位当“仆人”。而其他的人依序往上递补他的位子，然后要再重新报数（每一个人重新记住自己新的号码）。
11. 第二回以新的号码，再次从国王开始叫人。
12. 建议活动进行十个回合（或按可用时间来自定要做多少个回合）。
13. 分享思考问题。
14. 分享完后，手牵手或以肩搭肩的方式同声祷告，感谢神。

思考问题

1. 在活动当中有谁（多少人？多少次？）当过“国王”？
2. 在活动当中有谁（多少人？多少次？）当过“仆人”？
3. 当自己扮演这两个不同角色的感觉如何？
4. 当“国王”时：
 - (1) 感受如何？（责任；压力；骄傲；成功；吸引人或被攻击；……）
 - (2) 爬得越高会不会摔得越重？被攻击的机会越多？为什么？
 - (3) 当“国王”（同工/领袖）的危机是什么？（骄傲；权力；动机；……）
 - (4) 圣经教导我们要如何当领袖？我们要学习什么心态？（当仆人；谦卑；……）
5. 当“仆人”时：
 - (1) 感受如何？（沮丧、失望、自卑、有挫折感……）
 - (2) 会不会放弃努力的热诚？
 - (3) 坐在这最后一个位子时，被攻击的次数多不多？为什么？
 - (4) 我们要怎么对待“最小的”弟兄姊妹？（鼓励、安慰、肯定他……）

彼此坦诚 · 彼此谦卑 · 彼此保密

一、引言：带出听众的需要

1. 我曾经有个重担，自己想解决，可是没有办法。最后，我向朋友讲出我的重担，后来发现心情轻松多了！你有没有这种经验？
2. 要是我们能跟属灵伙伴坦诚地讲出心中的重担，并向他坦白地承认自己的罪，我们会发现担子变得轻省了。
3. 我们要跟属灵伙伴学习彼此坦诚，互相分担重担，彼此认罪；而坦诚的两大要素就是：彼此谦卑，彼此保密。

二、要学习与属灵伙伴坦诚地对话、交通

1. 不愿意坦诚的后果：
 - ◆ 骨头枯干：大卫在诗 32:3 没有向神认罪，“骨头枯干”。这祷告跟拔示巴有关（撒下 11）。
 - ◆ 担当不起重担：在诗 38:4，大卫说他的罪孽高过他的头，他担当不起重担。
 - ◆ 靠自己很难得到自由与能力解决问题。
2. 愿意坦诚的益处：
 - ◆ 有光就没有黑暗：我们向属灵伙伴认罪，让光照亮我们隐秘的罪，这罪就失去它对我们的势力。把光照向黑暗，黑暗就被驱散。（约壹 1:5）
 - ◆ 重担可以互相担当：加 6:2。
 - ◆ 你会发现不是只有你一人受到这种试探，你的伙伴说不定也受到同样的试探（林前 10:13）。
 - ◆ 可以练习谦卑。
3. 圣经人物（坦白地承认软弱、失败与困难）的榜样：
 - ◆ 大卫向拿单：撒下 12:13
 - ◆ 人向施洗约翰：可 1:5
 - ◆ 彼得向耶稣：路 5:8
 - ◆ 浪子向父亲：路 15:18
4. 我们愿意效法这些英雄，跟我们的属灵伙伴彼此坦诚吗？

三、如果我们愿意彼此坦诚，我们先必须彼此谦卑

1. 如果我们怕丢脸，就不愿意彼此认罪，可是如果我们有谦卑的心，就会愿意向弟兄（或姊妹）承认自己的过错与罪。
2. 在彼前 5:5，彼得清楚鼓励我们发挥谦卑的态度。这节经文使用了因果关系。原因：“因为神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人”；结果：“要以谦卑束腰，彼此顺服”。
3. 所罗门说谦卑的心就带来“富有、尊荣、生命”（箴 22:4）。

4. 要有一颗愿意向弟兄（或姊妹）认罪的心，我们必须先从神那里得到悦纳，知道我们生命的价值已得到肯定。体会神的恩典与原谅，能使我们有勇气讲出自己的过错。如果我们要从别人的认可、接纳来取得我们生命的价值与意义，我们绝不愿意在弟兄（或姊妹）面前承认我们的失败和罪过。
5. 保罗在加 1:10 与帖前 2:4 说，他只要追求神的喜悦，讨神的喜欢。
6. 结果保罗愿意公开丢脸，认罪（提前 1:15）。

四、彼此坦诚的第二项要素是彼此保密

1. 大利拉泄露了参孙的秘密（士 16:18~19）。你曾否经历过因别人不能保密而受到伤害？
2. 在箴 11:13，所罗门解释两种人，给他们做对比。我们是哪一种人？
3. 在箴 17:9 和诗 101:5，我们就能清楚地看到不保密的后果：“离间密友”，“我必将他灭绝”，也能看到保密的结果：“寻求人爱”。
4. 由于保密那么重要，我们寻找属灵伙伴时，必须提防搬弄是非、不能保密的人（箴 20:19）；同时，我们自己也必须能够保密。

五、要得到属灵伙伴关系的益处，我们必须学好彼此坦诚

1. 彼此坦诚建基在这两个基础之上：彼此谦卑和彼此保密。
2. 大卫与约拿单能做属灵伙伴，因为他们能彼此坦诚、彼此谦卑、彼此保密。
3. 我们愿意做这样的人吗？

小组讨论

1. 要建立良好的属灵伙伴关系，必须以什么样的态度和原则来分担重担、彼此认罪？
2. 为什么彼此坦诚并不容易？
3. 彼此坦诚的态度会带来什么益处？不愿意分享会产生什么后果？
4. 我们需要从谁得到生命价值与意义，才能保持谦卑的心？
5. 如果属灵伙伴不能把我们的事情保密，我们会有什么感受？
6. 没有保密会产生什么后果？保密有什么好处？
7. 求神给我们决心，保持谦卑的心，遵从保密的原则，勇敢地跟我们的属灵伙伴彼此坦诚。

彼此负责的实际方法

初步讨论

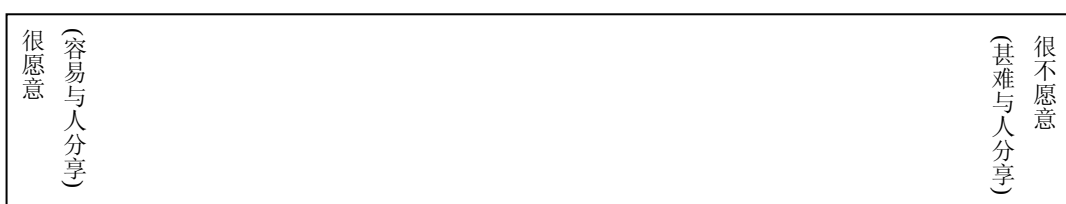
1. 首先问：你有没有参与一个能彼此负责的属灵同伴小组？
2. 如果答案是“没有”，就问：
 - “你打算开始组织一个吗？”
 - “你何时开始？”
 - “你心目中有你认为合适的人选吗？”（如果对方不知道怎样寻找属灵同伴，请参考《巴拿巴手册（一）》39~47 页的《建立属灵同伴实际的方法和原则》。）
3. 再问他们是否受到其他因素影响——一些可能的因素是：
 - “我怕做得不对”；意思是说：我可能犯错，或者怕小组办得不好。
 - “我还没有准备好向我的同工开放自己。太冒险了！”
 - “过去我曾经被人伤害，我不愿意再受伤。”
4. 不论他们怎样回答上述问题，要为每一位分享的弟兄姐妹祷告，并给以鼓励。
5. 如有需要，请复习《巴拿巴手册（一）》（34~37 页）的《属灵同伴和 21712 说明》，参考其中有关建立属灵同伴的原因和益处。
6. 如果有弟兄姐妹已经开始了属灵同伴小组，请每一位分享他们小组的情况，分享小组的组成、增长及至成熟的经过。
7. 也可以问以下的问题：
 - “你们都很坦诚地分享吗？你们彼此认识更多之后，是否分享得更深入？”——如果答案是“不”，可以问：究竟有什么东西拦阻你们坦诚地分享？这是全组整体的问题，还是你个人的问题？
 - “组员都了解这个小组的目的吗？”
 - “他们都明白参与这个小组要作什么承诺吗？”
 - “组员之间可以毫无拘束地自由分享吗？”如果对方答“是”，可进一步问：“你认为是什么原因促成这种气氛呢？”
 - “如果有人想组织一个属灵同伴小组，你可以从个人的经验中给他什么意见吗？你会给他什么提示？”
 - “这个小组对你有什么帮助？”

记得那幅让你检讨自己开放程度的图画吗（见本手册第 7 页《个人评估表》）？你记得有哪些东西是你比较乐意与人谈的，哪些是较难告诉别人的吗？注意，这个方框是按着你开放程度的多少、连续不断地延展的：有些东西或许非常容易，有些则不那么容易，继而是有点困难，甚至是非常困难。你可以在适当的位置上，写下自己个人的觉。



乘船航行哪一种方向比较困难？逆流而上还是顺流而下？那当然是逆流而上了！容易走的路是顺流而下，一个人不用花半点力气，就可以舒舒服服地流到下游去。然而，如果要逆流而上，那就得费劲儿，付出精力，努力去干。

让我们再看这个图表，如果这个方框是一条河，水应该往哪个方向流？哪一个方向是逆流？哪一个方向是顺流？



逆流而上！

这个图表很清楚地告诉我们，停留在愿意分享的范围是容易的，要深入到不愿意分享的范围就难得多了。那需要用心地付出努力，愿意牺牲，而且不怕暴露自己脆弱的一面。

有什么方法可以帮助我逆流而上，使我愿意分享那些比较难讲的事情呢？下面是一些建议：

一、契约：考虑用契约的形式，彼此作出清晰的承诺

(一) 形式方面

小组的契约可有多种形式：

1. 可写在纸上，让每个人都签名，作为对主的承诺，也是彼此的承诺。
2. 小组全体成员同诵契约内容，作为对主的承诺，也是彼此的承诺。
3. 可以由组长念出契约，然后组长问：“你愿意作出这样的承诺吗？”再让组员逐一回答说：“愿意。”
4. 也可以用自由讨论的方式，商讨契约的内容，直到所有组员都取得一致的意见。无需具体地写下契约内容。

(二) 目的

契约的目的，是要让每个组员清楚认识他对小组的承诺。借着订立契约，组员可以一起讨论各人对小组的不同期望，也可以引导小组的方向，免得组员舍难取易，以致偏离小组的原意。

(三) 契约范本

我们定期聚会，彼此监察，为的是彼此保护、彼此帮助，使我们都更像基督。我容许每一个成员给我忠告、鼓励和责备，并会欣然接受。我承诺要用心聆听每个同伴的分享与倾诉，好叫我们能彼此了解，并且在有需要的时候，能凭着爱心，存谦卑的态度，给同伴忠告、鼓励或责备。我们要彼此守望，互相照亮各人生命中的幽暗处。我承诺要对同伴坦诚地开放自己，愿意讲出我生命中的问题——包括我的软弱和失败经历。我承诺回答同伴为深入了解我而提出的任何问题。我承诺要经常为每个同伴祷告，并尽可能出席每一次聚会。

1. **问题：**这个契约的内容足够吗？你有什么修改意见吗？要增加什么内容吗？有什么需要删减吗？
2. **作业：**请每个学员写出一个适合自己小组的契约。完成之后，可以把契约内容念出来，让其他人给意见。
3. **决定：**问每一个学员：“你愿意在你的小组中用契约来确定彼此的承诺吗？如果你愿意的话，你会用什么形式来与组员一起订立这个契约？”

二、气球：借试验发掘“安全地带”

(一) “气球”是什么意思呢？

在二十世纪初，欧洲一些军队会用气球来作测试，看看某个区域范围内是否有敌军。他们会把一个吊着包裹的气球升上空中，若附近有敌军，敌人看见气球，就会因为怀疑包裹内藏炸药，而把气球击落。包裹内其实没有炸药，这只是一个测试，借此探测敌情，以确定附近是否有敌军，又借着观察敌方从哪个方向发射子弹，从而估计敌人所处的方位。

现在我要借“气球”的比喻，来应用在我们的处境里，意思就是：

所谓“气球”，其实是一种探测对方反应的方式，目的是要知道对方是否一个可以让我安心倾诉的对象。许多时候，当一个人想向另一个人倾诉心事时，他会先讲一些比较个人、但又不算太深入的事情。（在《个人评估表》里，那应该是一些比较难与人分享，但又不是最难讲的事情；大概是三分一的部分，却不是最顶部。）为什么？因为这是一个测试，是为了探测对方的反应。

以下是一个“气球”和对方反应的例子。（请两个人扮演这两个角色。）

甲：你好吗？

乙：啊，不太好！

甲：什么事情？

乙：我想问一问你……

甲：讲吧！

乙：我有一个朋友，他借了一万圆给一个朋友……

甲：一万圆？？真笨！他脑袋有什么问题吗？他简直是个大傻瓜！要是我是你，
我就不跟这个人做朋友了！

乙：噢，好，谢谢。啊，我有事情，再见！

在这个例子里，乙谈的是一个朋友的事情，事实上那个朋友就是他自己。其中的“气球”是什么呢？对方作出了什么反应呢？你认为这个人会愿意进一步跟那人谈心事吗？

许多时候，我们在有意无意之间，都会运用了这种方式，去测试对方的反应。在现实情况里，我们或会表达得比较含蓄。无论如何，这是我们建立信任、发掘安全空间的方式。我们发出一些稍为重要、但又不是最重要的信息；分享一点儿深入的事情，但却只是一个预告，为要探测对方是否一个适合交心的对象。这是一种测试。

在属灵同伴的关系里，“气球”起着特别重要的作用，因为组员之间渴望能够深入分享，倾诉心中的难题与苦恼，但又不知道其他人会有什么反应。

(二) 为什么要用“气球”？放出“气球”的人有什么顾虑？

1. **害怕别人不再尊重他。**他担心如果他讲出自己某方面的问题，其他人就不再尊重他。这种顾虑在属灵同伴的关系里尤其严重，因为这人渴望得到同伴的接纳和尊重。如果当他分享之后，其他人都静下来，场面尴尬，又或者只听到你用陈腔滥调和一大堆属灵术语来回应，却没有半点意思要真正了解他的情况，他就会感觉到别人不再尊重他。
2. **“不友善”的回应。**“不友善”包括反应冷淡、冷漠，不表示同情，或欠缺温柔友善的态度。如果我们作出这一类的反应，就是把对方的“气球”击落了。别人就不会愿意与我们分享那些他们认为极难向人表白的事情。
3. **“轻视”的态度。**有些人的反应，表现出一种看不起对方的态度。他们轻看对方的问题，认为那根本算不上是什么问题；又或者漫不经心地回应。当我们这样做的时候，就是把对方的“气球”击落了。别人自然不愿意与我们分享那些他们认为极难告诉人的事情。
4. **“自我中心”的回应。**所谓“自我中心”，意思是对方看得出我们比较注重提供一个圆满的答案，甚于去了解他。他看得出我们更有兴趣提供“正确”的答案，甚于关心他，帮助他面对困难。如果对方觉得我们只一味向他说教，完全

无心去理解他，体察他的困难，那我们就等于把他的“气球”击落了。他准不会向我们倾诉心底里更深入的事情。

5. **疏远的反应：**意思是当一个人分享某事之后，其他人不是同情体谅他，而是跟他关系疏远了；他们开始避开他，不再愿意与他深入交谈。如果一个人觉得我们因为他所分享的事情而疏远他，那我们就是把他的“气球”击落了。他此后再也不会跟我们有更深入的分享。

(三) 对于这些初发的“气球”，我们当如何看待？

1. 要知道这是开始而已，所以要有耐性，不用一次过说尽你要说的话。将来还有时间呢！
2. 聆听，聆听，再聆听。适当地提问题，借以了解对方和他的处境。
3. 以同情体谅的态度去聆听。
4. 让他知道你能体会他的情况；温柔友善地作出回应。
5. 至于如何给意见，必须先让神带领。要记住，我们的自然倾向是急于“解决问题”，为了避免操之过急，可尝试以下方法：
 - (1) 交由对方决定：最好先问一问对方是否愿意让你给意见。例如你可以问：“你想我现在就给你意见吗？还是你只想讲出来，让我听？”如果他只想你听，那你就听——用心聆听，提问题，然后为那人祷告。对于比较沉默、内向、害羞的组员，这种方法很有帮助。要给他们时间。当然，你不可能无止境地一味听，而总不能跟他深入交谈。可是，如果每一次他们分享，你都提出这个问题，渐渐就能建立信任，到他们有充足的心理准备时，就会邀请你与他们作生命交流。日子久了，你就再不用提出先前那个问题了！
 - (2) 细察对方的回应：他们可能会因为不好意思而表示同意。如果他们说“不知道”或者含糊地说“好”，不能作肯定的回应，你还是多等一段时间比较好。许多时候，这表示他们愿意接受意见，但还不清楚自己的期望。他们的意思可能是：“我愿意听你的意见，可是，我心里受伤，很脆弱，请你给我忠告的同时要维护我的自尊，责备我的时候要带着同情和怜悯。”
 - (3) 延迟给忠告：你可以对他说：“我想还是以后才给你意见，现在我只想听你讲，好吗？”或者你根本不用这样说，只等以后才给他意见好了。这样，无论是给意见，或是责备，你都可以预先好好祷告，想清楚，免得过于严苛。然而日后你必须回到这个话题上。也可以先记录下来，留待下一次跟进。这是一个很好的方法，尤其是对于那些习惯了用词严厉的组员来说，可以给他们时间调整一下他们的反应。

三、腾出时间：举行“大扫除”灵修会，安排时间集中分享

什么是“大扫除”灵修会？

1. 在“大扫除”灵修会中，有安静独处的时间，也有彼此分享的时间。先有共聚的时间，然后分开各自静修，再回来分享，其后又再分开；聚与分的时间，轮流相间。
2. 灵修会中可有 5 至 8 个聚分周期。
3. 周期的程序可采用“主内得自由的七个步骤”。请用附载于《战胜属灵争斗》书后的《主内得自由一至七步》辅导本的材料。
4. 各人以祷告的心，独自按着每个步骤去做。每一步可能需要三十分钟至一小时，甚至更长的时间。
5. 其后是小组时间（可以借唱诗歌来召集大家）。各人跟大家分享神对你说了什么，然后彼此代祷，最后在再分开前介绍下一个步骤。
6. 也可以在开首的一个周期单单默想神，敬拜祂。给每个组员分发经文，让各人单独默想，然后在相聚的时候，一起唱诗祈祷。
7. 考虑每年举行一至两次这一类的灵修会。

最后，要有一个问答时间。问他们曾否在组织属灵同伴小组的问题上，或在小组的进展方面，遇到什么困难或障碍。此外，就前面所提出的有关契约、“气球”和“大扫除”灵修会等内容，请他们进一步发问。还有，可以问当中有谁曾经在属灵同伴小组中采用过一些有效的方法，可与大家分享。

爱之网

〔造就活动〕

道具：

每组准备一捆毛线球（若没有毛线可用塑料绳捆），一捆毛线球大小依小组人数的多寡来预备。

目的：

教导我们思考彼此之间的关系和建立一个“代祷网”。

注意事项及活动规则：

1. 围成一个圆圈（或分几个小组，但每一小组人数尽量不要少于 7~8 人）。
2. 圆圈大小以一个手臂的距离来量度（伸出右手臂搭在右边的人肩上）。
3. 鼓励每一个人作较深层的分享，但不能伤害别人。
4. 每一阶段的主题，每一个人都要分享。
5. 不要让组员直接丢给自己隔壁左右的人。

参考经文：

林前 12:12~26 一个身子，许多肢体

弗 4:1~6、11~16 在基督身体里的合一；“成全圣徒……建立基督的身体”

步骤说明：

1. 围成一个圆圈。若人数多，时间少，或场地小，也可以分成几个小组。
2. 从小组其中一人开始（由主持人选定一人）将这毛线球丢给别人，不要丢给自己隔壁左右的人，让大家练习丢来丢去（每一个人适应丢的力道跟技巧）；练习 1~2 个回合，每一回毛线球可以丢给不同的人。每一个人都必须接过毛线球。
3. 练习完后，请组长先定一个主题，例如：最喜欢的水果，最喜欢的颜色，最喜欢的诗歌等。然后再将毛线球丢给别人，接到毛线球的那位就要按照主题开始分享。（主持人可以按照时间和当场的情况来决定要这样做几次。）
4. 第二阶段，开始作更深层的分享，由组长自定主题。可参考类似以下的主题：
1) 自己经历神的见证；2) 那些让自己感动、感恩的见证；3) 自己软弱无助的见证。谁接到毛线球就开始分享一个简短的个人见证。
5. 一人分享完后，就把毛线球丢给下一个人（在丢出去之前这个人要紧紧抓住毛线球的线头），交由下一个分享，到那人分享完之后，再将毛线球丢给下一个，依此类推，每一个人紧紧抓住毛线球的一端并与前一个人拉紧成一直线，这样一个一个接下去，最后会在这圆圈当中形成一个连结网！
6. 如果人数少，时间足够再加上大家都有兴趣的话，可以重复再作一个主题分享。（参考）例如分享你个人的一个代祷事项。

7. 最后进到思考问题。
8. 分享完后，同声开口为你的组员（可以特别为那个跟你紧接着拉成一直线的人）祷告，并作感恩祷告，感谢神。

思考问题

1. 所连成的网，看起来像什么？这个奇妙的“爱之网”看起来如何？
2. 要连成这奇妙的“爱之网”，光靠一个人可以达成吗？
3. 在编织这一个奇妙的“爱之网”的过程中，有没有人漏接了毛线球，或将自己所抓住的线松掉了？为什么？
4. 一旦有人漏接毛线球，这将会是什么样的情形？
5. 如果有人线头没有拉紧拉直，线松松垮垮的，所形成的网是什么样子？
6. 分享圣经上教导我们如何肢体相交、彼此接纳、彼此相爱，以及如何帮助软弱的弟兄姊妹。
7. 请每一个人说出：若要编织出一个奇妙的“爱之网”，需要哪些基本的条件？（例：是不是需要每一个人的参与？而且都能接住并牢牢抓住，紧紧拉直它？是不是每一个人都必须负起责任？若小组其中一人有不负责任的表现时，是不是将会带给整个小组或不少人有不好的影响？）