



信仰與生活系列

建立聆聽上帝
話語的習慣



如何閱讀聖經

如何閱讀聖經

建立聆聽上帝話語的習慣

如何閱讀聖經 信仰與生活系列

中文第一版（繁體中文）2018 年

信仰與生活系列改編自 **The Bible Teaching Series**

出版：多元語言製作

插圖：劉曉煜（插圖版權為多元語言製作及劉曉煜共同所有）

版權所有

本書聖經引文取自中文和合本。

How to Read Your Bible

Living in Faith Discipleship Series

Adapted from The Bible Teaching Series

Original text produced by the Commission on Special Ministries of the
Wisconsin Evangelical Lutheran Synod

Copyright © 2009

LIVING IN FAITH Discipleship Series 2018

Text adapted by Multi-Language Productions of the Wisconsin Evangelical
Lutheran Synod

All cover and black and white illustrations are the work of Allie Lyo.

Rights to Allie Lyo illustrations reserved by

Multi-Language Productions and Allie Lyo.

Scripture taken from the Holy Bible, Chinese Union Version

Multi-Language Productions
Suite B, 11/F, Chun Hoi Commercial Building
688 Shanghai Street, Mongkok, Kowloon, Hong Kong
AsiaMLP@yahoo.com • (852) 2190 6211

目錄

前言	2
第一章：認識聖經的來源	3
第二章：為讀經之旅找尋入門	13
第三章：開始你的讀經計劃	23
第四章：建立個人的靈修生活	35
靈修的五個步驟.....	47
附錄 - 進深研究	
附錄一：聖經內容簡介	48
附錄二：以耶穌為中心的讀經計劃	54
附錄三：解釋聖經的基本原則	59

前言

當你想到要閱讀聖經時，或許這想法令你有些膽怯，所以你需要一些幫助，讓你明白聖經是從何而來和應該如何去讀，以及聖經如何改變你，那麼你便更能準備好開始讀經。這本書的目的是要幫助你認識聖經及明白聖經的主要信息；當然，聖經本身並不需要這本額外的小書來解釋，因為當你讀經時，上帝自會使用聖經中的話語來對你說話和教導你。這本書若能幫助你通讀聖經，我們會感到很欣慰，但假如你開始了閱讀聖經的話，我們將會更加欣喜，因為聖經中充滿了上帝大能的真理！

閱讀內文

本書的每一章都分成數個部分，每個部分設有溫習問題。當你閱讀本書時，可隨時停下來弄明白或深入探究有關內容，然後繼續翻閱餘下內容。你也可以把關鍵字語或句子圈出、劃底線或用螢光筆標示出來。

研習問題

本書的每一章，在開始、中段和結尾部分都會提供一些問題讓讀者思考和回顧。假如你單獨地研習這個課程，你可以詳細地思考每一條問題；如果你是以小組形式來研習，你可以與組員深入地討論那些問題，並且選定一人帶領小組。切記讓每一個組員在提問時不會感到壓力，有空間去發掘和成長。

留意可供深入研究之處

正文內設有備註欄，為想深入研習的讀者提供額外的參考資料（當你閱讀這些參考資料時，你需要使用聖經或聖經軟件），它們適用於個人研習或小組討論。



= 有關聖經中的故事



= 深入研究 - 相關經文

詳細安排下一步



每一章結尾部分會幫助你把課文中所學到的永恆真理應用在生活上，然後便是「下一步」，完成這部分後，你便可以繼續閱讀下一章。



第一章

認識聖經的來源



千百年來有無數書籍面世，一些書籍是供人們消遣之用，也有一些書籍用於幫助人們學習知識，或者教人獲得謀生的本領，因此許多圖書館都有數以千計的藏書。

1. 你最喜歡甚麼樣的書？為甚麼喜歡這些書呢？

世上有許多書籍均被視為宗教聖典或神聖著作，當中只有聖經非常獨特，沒有一本書能與聖經相比。多年來聖經以超過 2,800 種語言出版了近 50 億本，那麼，究竟甚麼使這本書歷經歲月的洗禮仍一直如此受歡迎？在本章中，你將會得到答案，這將幫助你去閱讀聖經。

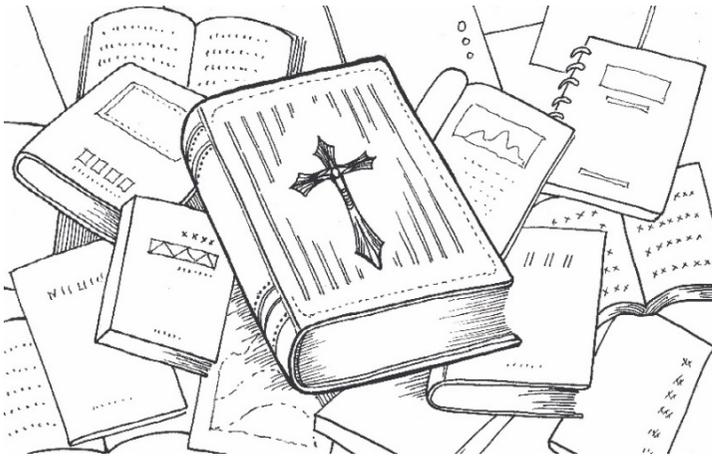
獨一無二的著作——聖經

聖經歷經了幾千年時間和文化的考驗，存留至今。許多人冒着生命危險翻譯聖經，也有許多人冒死閱讀聖經和向人分享聖經。然而，在時間的洪流中，儘管聖經屢屢受到敵視，世界各國人民對它的需求仍舊不減。

聖經充滿了愛的故事與悲劇、英雄與壞蛋、歷史與詩歌。

聖經充滿了愛的故事與悲劇、英雄與壞蛋、歷史與詩歌，它也講述了人類的苦難和勝利，描繪了世人每天都會經歷的挑

戰，更揭露了屬靈世界的奧秘。



不少宗教的目的是要探尋那位能夠影響宇宙萬物的至高者，另有一些宗教則試圖解釋屬靈方面的事情，從而使自己在屬靈上趨吉避凶。然而，我們既不能夠看見上帝，也無法靠着觀察自己或身邊事物來發現上帝，更遑論靠着我們自己可以明白上帝和



信心偉人

希伯來書 11 章

知道祂如何看待我們。因此，唯有上帝才能夠把有關祂自己的事情和我們不明白的事情告訴我們，而祂就是透過聖經把這一切向我們啟示出來。

唯有上帝才能夠把有關祂自己的事情和我們不明白的事情告訴我們。

聖經幫助我們明白世界上罪和痛苦的起源，也告訴我們上帝是如何施行祂的計劃來解決這個問題。聖

經涵蓋了我們人生中最重要問題，包括「這個世界從何而來？」「我為甚麼在這裏？」「我死後會怎樣？」

聖經不受時間的限制，因此它可以處理人類一直以來所面對的挑戰，並且向人類揭示唯一的解決辦法，而這個解決辦法適用於任何文化、任何人以及任何情況。幾千年來，這信息已經改變了各國各族人的屬靈生命。

2. 聖經在哪三個方面是獨一無二的？

寫作聖經者眾多，但作者只有一位

寫作聖經的人有農夫、國王、漁夫、稅吏、音樂家和其他不同身分的人，共超過三十人寫下聖經中的66卷書卷，其寫作過程超過1500年，縱使如此，整部聖經卻是真實可信的。



**上帝向人啟示
有關祂自己的
真理**

以賽亞書

43:10-13

45:18-22

約翰福音

1:1-3; 14-18



整本聖經中全部書卷的作者只有一位，那就是上帝。

雖然聖經的話語是由眾先知和使徒所寫，但實際上，整本聖經中全部書卷的作者只有一位，那就是上帝。

「**聖經都是上帝所默示的。**」（提摩太後書 3:16）
「**因為預言從來沒有出於人意的，乃是人被聖靈感動，說出上帝的話來**」。（彼得後書 1:21）

聖經是上帝逐字默示的。「逐字默示」的意思是聖經中的每一個字都是從上帝呼出來的，上帝把祂的話放到聖經作者的心中，由他們把上帝的話語寫

「**逐字默示**」的意思是聖經中的每一個字都是從上帝呼出來的。

下。由於聖經是上帝逐字默示的，所以我們知道聖經確實是上帝的話語。上帝確保聖經的作者們如實寫下祂的話語。



聖經並非出於人意，乃是從聖靈而出

哥林多前書 2:4-13

彼得後書 1:19-21

加拉太書 1:11-12

帖撒羅尼迦前書

2:13

有一點需要注意：我們說「聖經**就是**上帝的話語」，這樣說是非常重要的，因為人們有時會說

聖經就是我們信仰和生活的最終標準。

「聖經**包含**上帝的話語」，關鍵是聖經並非單單包含上帝的話語，這樣說可能會誤導人認為聖經只有一部分是上帝

的話語，而聖經本身就是上帝的話語，聖經中每一個字都是出於上帝。由於聖經就是上帝的話語，所以它就是我們信仰和生活的最終標準，因此我們也會以聖經作為衡量或判斷事物對錯的準則。

3. 請回顧你在這個部分學到的重要真理。

眾多故事組合為一個中心故事

聖經記述了許多故事，但所有故事實際上組合成為一個中心故事。



耶穌確認舊約中的事件為歷史事實

馬太福音 19:4-6
路加福音 17:26-27
馬太福音 12:40

所有故事實際上組合了
一個中心故事。

這個中心故事由上帝創造一個完美的世界開始，祂創造的一切都展現出祂的愛和榮耀，祂更創造了人類，讓人與祂一同享受這

完美的生命，可是人類卻背離了上帝，摒棄了這份尊榮。

人類的始祖亞當和夏娃犯罪後，上帝便應許賜給他們一位救主；不久，世上充滿了罪惡，於是上帝降下洪水毀滅世界，並從挪亞一家重新開始，但後來人們還是再次離棄上帝。上帝決定救主將從以色列而出，於是祂揀選了亞伯拉罕成為這個民族的父，又給以色列的百姓設立士師、祭司、君王和先知，可是他們當中沒有一位領袖能夠解決他們的真正問題，因為這些領袖與他們所服事的人一樣，都是有罪的。就在這段時期，上帝給他們超過 300 個預言，告訴他們有關將要來的救主的事情。最後，就在上帝所定的時候，救主在伯利恆出生，祂的名字叫耶穌，而祂應驗了上帝給人的所有預言。

舊約聖經中的 300 多個
預言都應驗在耶穌身上。

耶穌把有關上帝的事教導人，又用神跡醫治人，可是宗教領袖們卻把祂當成罪犯釘死了，祂的死成為了拯救世人的事蹟。祂死

後三天復活了，向世人證明祂已經滿足了上帝的公義，使人與上帝相和，凡相信祂的人都得着生命。

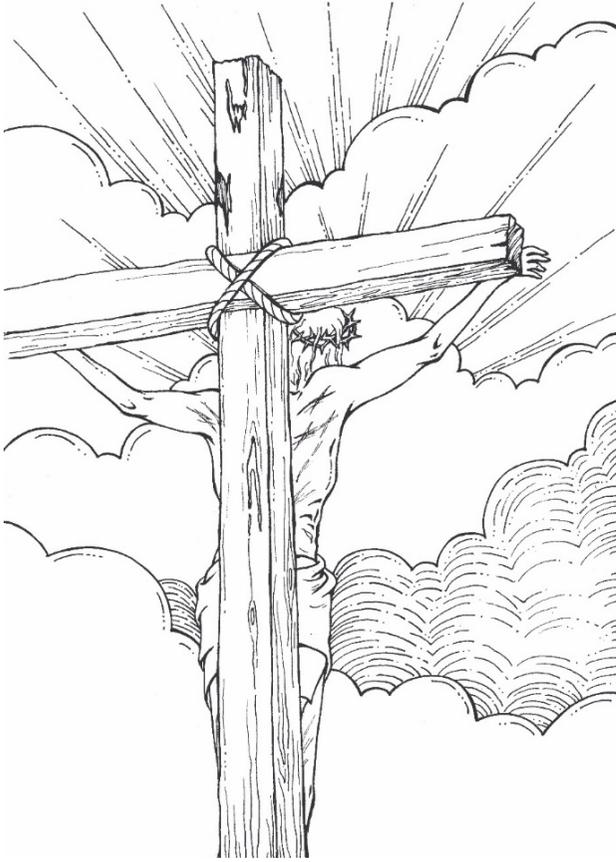
本書附錄一提供了一個更詳盡的聖經內容概要。



整本聖經都是
指向耶穌

路加福音
24:25-27

哥林多前書
15:1-4



「眾先知也為他（耶穌）作見證說：『凡信他的人必因他的名得蒙赦罪。』」（使徒行傳 10:43）

聖經中所有故事都是指向耶穌以及祂為我們所成就的救恩。耶穌赦免了我們的罪，讓我們成為上帝的兒女，這就是上帝給我們最大的禮物。

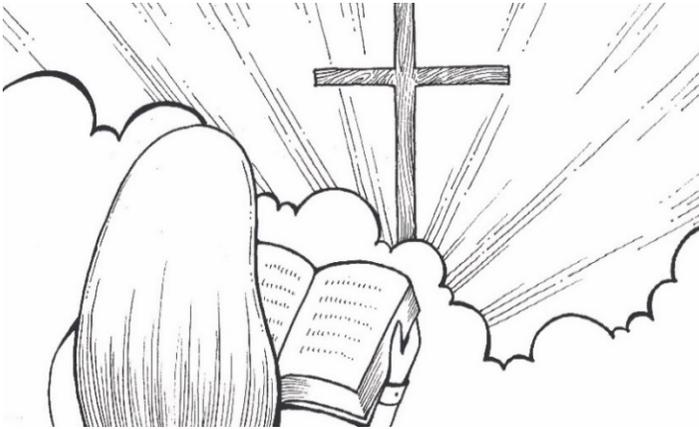
4. 請用自己的話語簡述聖經的中心故事。

益處良多且有一個主要目的

縱使人們從讀經中已經獲益良多，但認識聖經的主要目的還是很重要的。寫作聖經的目的並非單單為了改善我們的生活，它更是關乎生命和死亡的大事。耶穌曾說過，若不遵行聖經的話語，人便經不起生活上的風吹雨打，也無法面對世界末日的審判。

聖經中的眾多故事和教導都有一個主要的目的，就是引領我們相信耶穌，以致我們從現今直到離世後都可以活在上帝的祝福之下。

「但記這些事要叫你們信耶穌是基督，是上帝的兒子，並且叫你們信了他，就可以因他的名得生命。」（約翰福音 20:31）



聖經有一個主要的目的，就是引領我們相信耶穌，以致我們可以活在上帝的祝福之下。

聖經裝備我們，不但為着我們死後的生命，同時也為着我們今生的生命，因為當我們明白和信靠那些能帶來喜樂、



上帝的話語是你
穩固的根基

詩篇 119:89-93
使徒行傳 20:32



以色列王大衛珍
愛上帝的話語

詩篇 19:7-11
詩篇 119:98-105

平安、盼望的信息時，我們便得着信心、安慰、指引和生活的力量。

「聖經都是上帝所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的，叫屬上帝的人得以完全，預備行各樣的善事。」
(提摩太後書 3:16-17)

5. 請用自己的話簡述聖經的主要目的。



聯繫你的日常生活

1. 請將聖經與其他的經典書籍進行比較，它們的區別在哪裏？
2. 在我們認識聖經是上帝的話語之後，這個信息會如何改變我們的人生價值觀？
3. 有人說聖經只是另外一本道德典籍，教導人如何改變自己，努力行善。透過這一課的內容，你會如何回應這種說法？

4. 在本課中揀選你認為最有意義的一點。
5. 請根據這一點向上帝祈禱。



下一步

記憶

在本課中，找出一段對你最有意義的經文，然後背誦這段經文。

閱讀

快速翻閱整本聖經一遍，讓自己對聖經留下概括的印象，注意每卷書的名字（假如你想日後更有效地讀經，可以記下各書卷在聖經中的排列次序）。

應用

討論一下你如何把這一課的內容在本周的生活應用出來。

分享

誰特別需要聽這信息？你打算如何向其他人分享這一章的信息？（你可以運用本課資料作幫助）

繼續研習第二章，學習一個簡單的指引來幫助你閱讀聖經。

第二章

為讀經之旅找尋入門



你曾否試過在一個大城市或森林中迷路？你當時是否感到很害怕或是焦慮呢？你是否因此而失卻了旅程的樂趣？甚或令你無法抵達目的地？

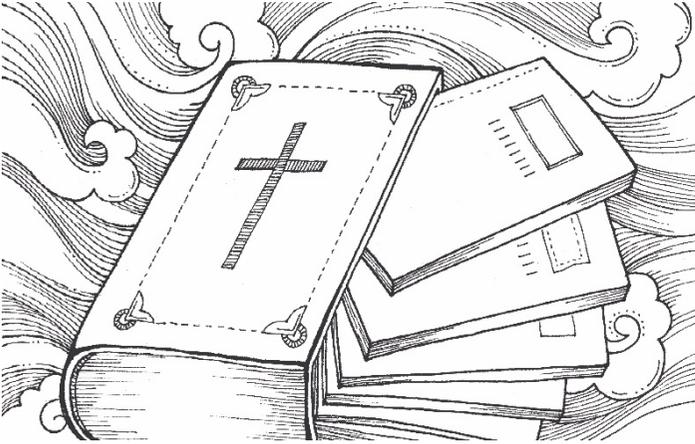
1. 試描述你生命中一次迷路的經歷。你是如何找到出路的呢？

當你嘗試通讀整本聖經時，你也可能不知從何入手。通讀整本聖經就像是走一趟旅程，如果此時你能手執一張可靠的地圖，必定有助你順利走完全程。本章將扼要地介紹聖經的內容，好讓讀者明白上帝向我們說了甚麼，並且更容易達到終點。

一本聖經，眾多書卷

聖經不同於其它書籍，你或會稱聖經為「至尊之書」，因為它遠比其它任何書籍都更重要。

聖經被視為「至尊之書」還有另一個原因，就是它包含許多不同的書卷，就像一個小型圖書館一樣，而上帝使用三十多人來寫作這些書卷。



聖經中共有 66 卷書卷，寫作時間歷時超過十五個世紀！

聖經中共有 66 卷書卷，寫作時間跨度很長，自公元前 1500 年之前至公元後約 100 年，歷時超過十五個世紀！

聖經並非單單告訴人大量信息而已，它是要講述一個故事。於是，人們把講述這一聖經故事的書卷按照年代順序排列，即根據這些書卷的寫作時間排列。耶穌降

耶穌降世的記述是聖經的中心思想。

世的記述是聖經的中心思想，這一偉大事件把聖經劃分為兩個主要部分，分別是舊約聖經和新約聖經。

舊約聖經的 39 卷書成書於耶穌降世之前，新約聖經的 27 卷書則在耶穌降世之後寫成，聖經的這兩個部分結合得天衣無縫。

上帝安排聖經以當時人們日常使用的語言寫成，使當時的人能夠明白上帝的話語。舊約聖經主要以希伯來文寫成，上帝揀選以色列民承載上帝的應許直到耶穌降世，而希伯來語正是以色列人使用的語言。

舊約聖經以希伯來文寫成。

當耶穌吩咐祂的使徒去把福音帶給萬民時，使徒用希臘文寫成新約聖經的書卷。希臘語在當時是使徒們傳講福音的對象通用的語言；事實上，使徒用來書寫新約聖經的希臘文是當時普通百姓日常所使用的語言，而不是以學者考究的文風寫成，因為上帝要讓祂的信息容易被人讀懂。

新約聖經以希臘文寫成。

雖然現今許多讀者並不會希伯來文或希臘文，但一直以來有許多忠於聖經的譯者把聖經翻成各種文字，使人們可以用他們懂的語言來閱讀聖經。

且讓我們把整部聖經看作圖書館的兩個書櫃，以此來幫助我們理解舊約聖經和新約聖經的各書卷是如何排列的。



上帝從古至今
如何向人說話

希伯來書 1:1-3

本書附錄一提供
一個更詳盡的聖
經內容概要。

舊約聖經 (39 卷書)

第一個書櫃的第一層擺放的是舊約聖經的前十七卷書（創世記至以斯帖記），它們被稱為歷史書，因為它們向我們講述舊約時代發生的主要歷史事件。

書櫃的第二層有五卷書（約伯記至雅歌），它們被稱為智慧書，當中包含個人情感及以藝術性的方式來表達作者的智慧、對上帝的讚美、或他在生命中的掙扎。

第三層是舊約聖經的其餘十七卷書（以賽亞書至瑪拉基書），它們被稱為先知書，因為它們由那些被稱為先知的人寫成。雖然舊約聖經的先知生活在耶穌降世之前的時代，但是他們寫的內容中，有一些是預告耶穌降世的事情。

舊約聖經																
創世記	出埃及記	利未記	民數記	申命記	約書亞記	士師記	撒母耳記上	撒母耳記下	列王紀上	列王紀下	歷代志上	歷代志下	以斯帖記	尼希米記	以斯帖記	
歷史書																
約伯記	詩篇	箴言	傳道書	雅歌												
智慧書																
以賽亞書	耶利米書	耶利米哀歌	以西結書	但以理書	何西阿書	約珥書	阿摩司書	俄巴底亞書	約拿單書	彌迦書	那鴻書	哈巴谷書	西番雅書	哈該書	撒迦利亞書	瑪拉基書
先知書																

舊約聖經的內容涵蓋 4000 年的歷史。

舊約聖經的內容涵蓋 4000 年的歷史，其主要的作者是摩西和眾先知。摩西寫了首五卷書（創世記、出埃及記、利未記、民數記、申命記），所以它們又被稱為摩西五經；其餘的舊約聖經作者包括寫詩篇的大衛王、寫智慧書（箴言和傳道書）的所羅門王以及一些先知如以賽亞、耶利米、以西結及但以理等。



聖經揭示了人原
不知道的奧秘

羅馬書 16:25-27
哥林多前書 2:4-14
以弗所書 3:2-9

新約聖經（27 卷書）

新約聖經的內容則集中於歷史上最重要的事件，這段歷史約為 100 年。新約聖經的書櫃也有三層書架。

「福音」的意思就是「好消息」。

新約聖經歷史書的前四卷書（馬太福音、馬可福音、路加福音、約翰福音）被稱為福音書，「福音」的意思就是「好消息」。整部聖經中佈滿了福音的小寶石，而這四卷書更是蘊含豐富鑽石的礦洞，它們講述了耶穌的生平、死亡和復活，而這個好消息就是聖經的中心，所以這四卷書便稱為福音書。

新約聖經的第五卷歷史書是使徒行傳，這卷書向我們講述了使徒們所作的事工和最早期基督教會的事蹟。使徒是耶穌特別揀選的人，他們受差派出去傳講耶穌的信息。

新約聖經中歷史書之後的書卷是使徒書信，共有 21 卷（羅馬書至猶大書）。這些書信是寫給個別的人以及不同教會。使徒書信的目的是要指導基

新約聖經																			
馬太福音	馬可福音	路加福音	約翰福音	使徒行傳															
歷史書																			
羅馬書	哥林多前書	哥林多後書	加拉太書	以弗所書	腓立比書	歌羅西書	帖撒羅尼迦前書	帖撒羅尼迦後書	提摩太前書	提摩太后書	腓利門書	希伯來書	雅各書	彼得前書	彼得後書	約翰一書	約翰二書	約翰三書	猶大書
使徒書信																			
啟示錄																			
預言書																			



聖經的話語是不能廢除的。

約翰福音 10:34-37

基督徒所信的是甚麼，以及如何過基督徒的生活，所以書信的內容解釋了耶穌的教導和生平。

聖經的最後一本書（啟示錄）是預言書。啟示錄像一間充滿奇妙圖畫的房間，當中包括聖經曾講述的故事，也有預告上帝最終戰勝魔鬼和邪惡的異象，甚至讓讀者一瞥將來我們與上帝同在時天堂的樣子。

新約聖經的作者主要是耶穌在世時曾跟隨過耶穌的門徒（如馬太、彼得和約翰），以及從親身接觸過耶穌的人那裏收集信息的作者，路加就是其中之一。保羅寫了許多書信來鼓勵他在宣教旅途中所建立的眾教會。最後一卷書的作者是使徒約翰，他從耶穌那裏得到一個異象，於是他將這個異象寫下來，這卷書稱為啟示錄，其內容為我們打開了一扇屬靈國度的窗戶，讓我們看到上帝打敗魔鬼的計劃。

**新約聖經的作者主要是
耶穌在世時曾跟隨過耶
穌的門徒。**

聖經成書後過了很久，人們才開始把所有經文按內容分為若干章、

節，好讓人容易翻查經文。在表達某一節經文時，中文有多種表達方式，最常見的是首先寫下某卷書的名字，接着先後寫下某章和某節的數字，中間以一個分號作分隔，以約翰福音第三章的十六節為例，我們會寫為「約翰福音 3:16」，此外，也有別的寫法，如「約翰福音 3 章 16 節」或「約三 16」（「約」代表「約翰福音」）。

2. 分別記住舊約聖經和新約聖經的三個部分的書卷名稱，以幫助你更容易翻閱聖經。

一個關鍵信息，兩個主要教導

律法猶如一面鏡子般向我們顯明，因着我們的罪，我們是多麼的不配。

聖經的關鍵信息有兩部分：律法和福音，這兩部分是聖經的兩項主要教導。

在律法中，上帝向我們闡明了該如何在我們與上帝及其他人之間的關係中表達對上帝的尊崇和敬愛。同時，律法也猶如一面鏡子般向我們顯明，因着我們的罪羞辱了上帝的榮耀，所以我們是多麼的不配。「**因為世人犯了罪，虧缺了上帝的榮耀。**」（羅馬書 3:23）由於我們沒有達到上帝的要求，所以我們該受詛咒，永遠與上帝分隔。「**因為罪的工價乃是死。**」（羅馬書 6:23 上）



聖經的第二個主要教導是福音，「福音」就是「好消息」，它指向那位拯救我們的耶穌。上帝的兒子耶穌非常在乎我們，祂放下祂的榮耀，代替我

「福音」就是「好消息」，它指向那位拯救我們的耶穌。

們完完全全地遵守上帝的律法，而我們則沒有一人能守全律法。耶穌在十字架上代替我們受死，承受了我們的罪所帶來的懲罰和審判，這樣我們的罪得以被赦免。祂作成的事除去了我們的羞愧，使我們與上帝恢復和好的關係，並歸榮耀於上帝。「**藉着我們的主耶穌基督得與上帝相和。**」（羅馬書 5:1）。上帝領我們相信耶穌，從而接納我們為祂親愛的兒女，這樣我們將會與祂永遠在一起（約翰一書 3:1-3）。這就是好消息。

因此，這就是重點所在。所有其他宗教都強調你個人的好行為或宗教儀式，從而使你趨吉避凶；然而，在耶穌裏卻完全不同，上帝給了我們一份禮物：耶穌的義遮蓋了我們的不義，耶穌在十字架上的羞辱使我們在上帝眼中恢復了原本的榮耀，而耶穌的復活讓我們得享永遠與上帝在一起的生命。這就是福音的好消息，也是聖經的關鍵信息。

3. 試用你自己的話來說明律法和福音的信息分別是甚麼。

展開讀經之旅

聖經像一個淺水池，即使小孩子跳進去也不會溺水；然而，聖經也像一個深水的潭，足以讓一隻大象跳進去游泳。

有一位很有名的基督徒奧古斯丁曾經說過：「聖經像一個淺水池，即使小孩子跳進去也不會溺水；然而，聖經也像一個深水的潭，足以讓一隻大象跳進去游



辨別律法和福音

出埃及記 34:5-6
羅馬書 3:20-24
加拉太書 3:10-14
以賽亞書 53:4-6
哥林多後書 5:21



從小明白聖經

提摩太後書
3:14-15

泳。」這句話的意思是，聖經中許多故事和真理，即使小孩子也能明白，當你閱讀聖經時，它最終會令你明白更多深奧的事情。

那麼，當你打開聖經時，你將從哪兒入手呢？我們建議當你開始讀經，最好先讀那些易懂的書卷和章節，然後才閱讀那些較難的書卷和章節。

眾多書卷中，路加福音是非常適宜讓人首先閱讀，因為你可以從這卷書中認識耶穌的故事，包括祂的出生、死亡和復活的事蹟。

路加福音是非常適宜讓人首先閱讀。



路加收集許多見證人的記述

路加福音 1:1-4

下一章會給讀者提供一個方法，建議讀者應該如何去讀經，但要知道讀經並不需要任何秘方或公式，你只需要翻開聖經，開始閱讀便可以了，這趟讀經之旅必不會令你後悔。



聯繫你的日常生活

1. 歸納舊約聖經和新約聖經的區別，這會如何影響你的讀經計劃？
2. 於我們的日常生活來說，我們需要律法的信息還是福音的信息呢？為甚麼？

3. 在本課中揀選你認為最有意義的一點。
4. 請根據這一點向上帝祈禱。



下一步

記憶

在本課中，找出一段對你最有意義的經文，然後把它背誦。

閱讀

開始閱讀路加福音。

應用

討論一下你如何把它在本周的生活中應用出來。

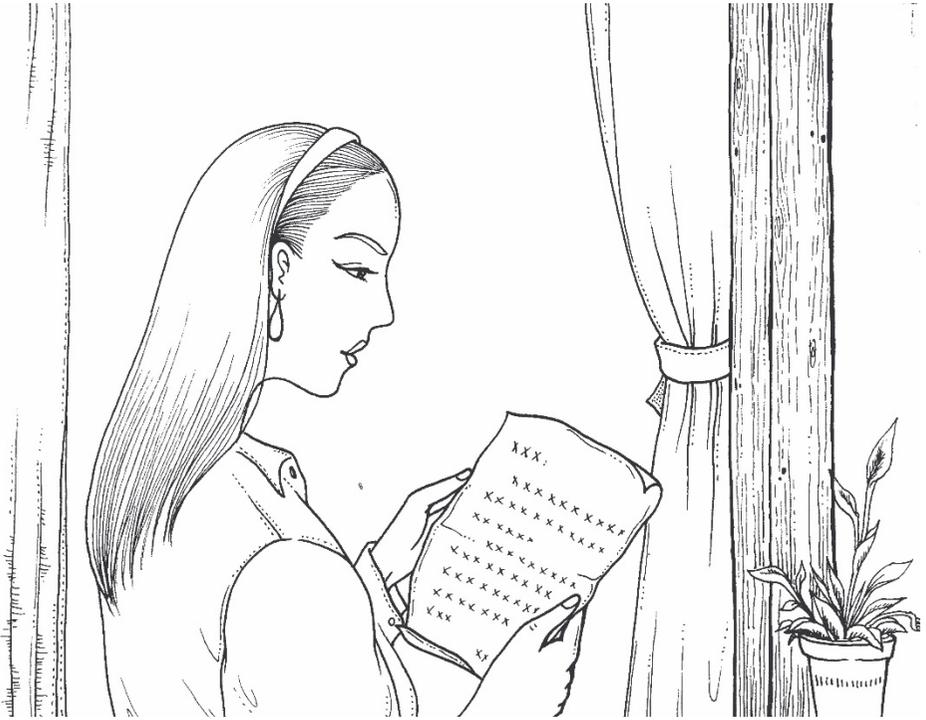
分享

誰特別需要聽這信息？你打算如何向其他人分享這一章的信息？（你可以運用本課資料作幫助）

繼續研習第三章，學習如何掌握你所閱讀的聖經內容，並找出當中的信息如何應用在你身上。

第三章

開始你的讀經計劃



當你遠離家人獨自生活時，你可能會感到孤單，此時若有人來訪或給你寫信，這會對你很有幫助，因為探訪和書信表示了有人關心你、想念着你。

1. 試列舉兩個關心你的人以及他們關心你的方式。

當我們打開聖經時，就像是收到來自上帝的書信；我們讀經和靈修時，就如同上帝的來訪，使我們可以與祂交談。上帝藉着聖經中的話語讓我們知道，祂關心我們，也從未忘記我們。

學習讀經

這裏會簡要區分讀經和靈修。一般來說，讀經不太強調深入挖掘所讀經文的完整含義及思考其應用，而更多的偏重於瞭解書卷的結構和大致信息。因此，讀經計劃的目的是為了幫助讀者在一定時間內有系統性地讀完整本聖經。



按着讀經計劃來讀經，就像以平常看書的速度來閱讀；靈修則強調更為深入的瞭解一小段經文甚至一節經文的含義，並思考如何將其中的真理應用在我們現今的生活中。因此，靈修並不是要在短時間內讀完整本聖經，而是更為細緻地反思我們每天的生活，並按照上帝話語的教導而活。

按着讀經計劃來讀經，就像以平常看書的速度來閱讀。

因此，相比靈修來說，讀經並不困難，下面會簡要介紹如何開始你的讀經計劃。



大衛王喜愛讀經

詩篇 19:7-14

詩篇 119:11-116



餵養靈命

詩篇 1 章

以賽亞書 55 章

選擇適合你的聖經譯本

首先，我們應當知道上帝所啟示的聖經原文並不是中文。上帝啟示舊約時代的先知們用希伯來文和亞蘭文寫下舊約聖經，這是先知們日常所使用的語言；祂也啟示新約時代的使徒和傳道者用希臘文寫

先知們以他們所使用的語言把上帝啟示給他們的信息寫下。

下新約聖經，希臘文是當時最通行的語言。

為了讓更多不懂希伯來文和希臘文的人明白聖經的教導，歷史上一些基督徒將聖經原文翻譯成各國各族的語言，期望能忠於聖經；有些基督徒甚至給沒有文字系統的少數民族創造文字，以此來傳遞上帝的信息。因此，我們今天使用的聖經大多都是翻譯本。

其次，聖經的中文譯本也為數不少，例如中文和合本、和合本修訂版、聖經新譯本、現代中文譯本等。存在這麼多譯本主要是因為翻譯聖經必須面對保留字面意思和確保語句通順兩者之間的選擇，而眾多譯本在這兩方面會有不同的取捨。另外，不同時期語言文字的發展變化也是導致產生很多譯本的原因之一。

這裏會提供選擇合適聖經譯本的一些建議：

- 選擇翻譯時間離你較近而又忠於原文的譯本，例如和合本修訂版。一般這類譯本使用的文字和你平時使用的更為相符。

- 考慮選擇你教會日常使用的譯本。因為基督徒會常常參加聚會，所以自己讀經時使用的譯本與教會使用的一致也會帶來許多便利。

一旦你選定了某一個譯本，請持續使用這個譯本進行你的讀經計劃，這樣會方便你記憶聖經中的內容，並與人分享。

最後，隨着手機技術的發展，人們的生活方式也發生了巨大的變化。相比傳統書本形式的聖經，今天許多基督徒選擇在手機上下載聖經軟件，如微讀聖經等，這也會是個不錯的選擇。

許多基督徒選擇在手機上
下載聖經軟件。

2. 試討論你會使用哪個聖經譯本及理由。

制定適合你的讀經計劃

說到選擇合適的讀經計劃，你可以在網路上搜索到不同形式的計劃，例如以固定時間讀完整本聖經的麥琴讀經計劃、羅伯茨讀經計劃等，也有按主題來讀經的計劃，這些讀經計劃給許多基督徒帶來很大的幫助，因為讀經的人不用花時間決定今天要讀甚麼，所有的內容都由這些讀經計劃規劃好了，因此非常方便。

為起步讀經的人而設的一個
讀經計劃

參看附錄二

然而，我們必須正視基督徒與基督徒之間閱讀聖經的差異。雖然現有的讀經計劃幫助了很多人，但也

沒有一份讀經計劃適合所有人的。

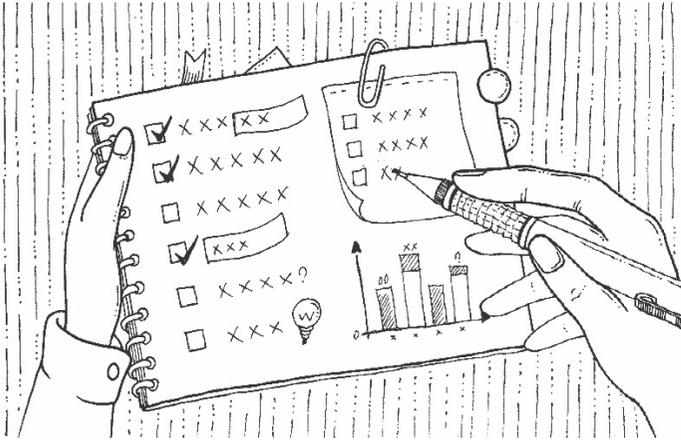
會有些基督徒因為不同的原因中斷了及推遲了讀經，他們或會感到氣餒，甚或感到沉重的讀經負擔，最後放棄了讀

經。因此，沒有一份讀經計劃適合所有人的，以下要談的是與讀經計劃相關的一些問題，希望讀者在讀完後能制定適合自己的讀經計劃：

讀經者的狀況

正如本章開頭所說，讀經的主要目的是瞭解書卷的結構和大致信息。如果你是第一次讀聖經，那麼我們建議你可以按着聖經書卷的順序來通讀並且可以從新約聖經開始，或者可以參考本書附錄二所建議的讀經計劃。

如果你已經讀過聖經中的一些書卷，我們建議你可以選擇現有的讀經計劃，或是按着你現階段的需要找尋相關的主題來讀經。當然，如果你想由頭至尾地通讀聖經一次，這也是一個不錯的選擇。



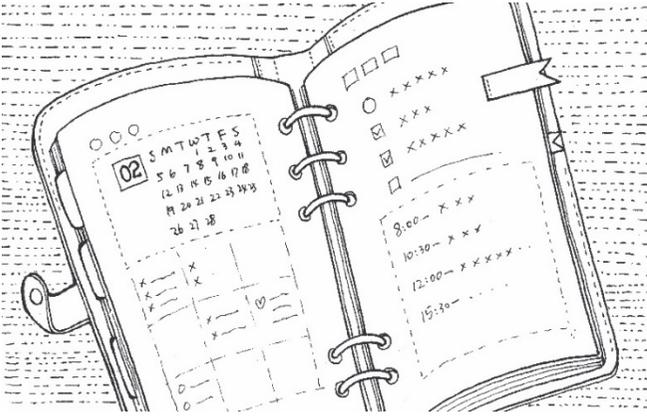
讀經的時間

你可能曾聽過一些基督徒對你說，你要在清晨花上幾個小時讀經，因為他們認為，一般來說，人在清晨的效率最高，而會在晚上休息。

你可以選擇在清晨、晚上
或是上班的路上讀經。

然而，我們必須記住，聖經並沒有規定我們甚麼時候讀經。如果你願意，你可以選擇在清晨或是晚上讀經，你也可以選擇在早上上班的路上、午膳休息的時間或是其他的時間讀經。

同時，每次讀經的時間長短也是因人而異的。如果你願意多花時間，或者想儘快完成通讀聖經一遍，你可以每天花幾個小時讀經。如果你工作繁忙，你也可以安排其他的零碎時間來讀經。



讀經的頻率

對一些基督徒來說，讀經的頻率是無需討論的，當然是每天都必須讀經。然而，上帝並沒有特別規定我們每天必須讀經。上帝的話語當然是對我們有益處的，常常讀經也會給我們帶來很大的益處，但是

讀經之旅不是百米衝刺，而更像是一場馬拉松，貴在堅持。

這並不意味着某天不讀經就是犯罪或得罪上帝。

對於已經開始讀經，並且擁有良好的讀經習慣的基督徒來說，他們當然可以將讀經的頻率設為每天讀經，甚至一天讀好幾次。然而，對於剛開始接觸聖經，或是並沒有很好的讀經習慣的基督徒來說，培養讀經習慣是需要過程的，因此他們可以從每週 1-2 次開始，到了他們建立這個習慣後，便可逐漸提高讀經的頻率，直至自己養成每天讀經的習慣。畢竟讀經之旅不是百米衝刺，而更像是一場馬拉松，貴在堅持。

現在，你可以開始制定適合你的讀經計劃。請注意，最重要的是打開聖經去讀，上帝會幫助你體會到讀經的祝福。

最重要的是打開聖經去讀



上帝的話語就像
屬靈的軍裝

以弗所書 6:10-21

讀經中常見的問題及應對之方

在讀經的過程中，你或許會遇到一些困難，因此你需要幫助。在這裏會列舉兩個常見的問題，並提供一些應對的方法，希望能幫助你繼續你的讀經之旅。

1. **讀經者斷斷續續的讀經，內心充滿了罪疚或是壓力，感覺自己不可能有好的讀經習慣，甚至準備完全放棄。**

在上面討論讀經的時間和頻率的時候，你或許已經發現，有些基督徒會將讀經看為上帝的命令，這樣的想法背後完全是律法的動機，認為如果自己不好好的讀經，上帝就會懲罰我們。正是這種想法給讀經者帶來內疚和壓力。

確實，如果有人一直離棄上帝的話語，他最終是會失去救恩的，因為上帝是藉着福音在人心裏建造信心。然而，這只是拒絕上帝話語的後果，害怕失去救恩並不是讀經的動機。使徒保羅在寫給哥林多教會的書信中指出正確的動機：

「原來基督的愛激勵我們；因我們想一人既替眾人死，眾人就都死了。並且他替眾人死，是叫那些活

着的人不再為自己活，乃為替他們死而復活的主活。」（哥林多後書 5:14-15）

因此，基督徒聆聽上帝話語及為主而活的動機，唯獨來自於基督犧牲的愛，而這愛本身就是無條件的，並不在乎人讀經的多與少。

所以，請放輕鬆。耶穌為你死在十字架上的事實吸引你去瞭解這一切到底是怎麼回事，而上帝的愛不會因為你讀經、不讀經或是讀經的多少而改變。讓上帝的愛成為你讀經的唯一動機，這也會持續激勵你去培養閱讀上帝話語的習慣。如果你已經停止了讀經，請拋開各樣的想法和情感包袱，重新拿起聖經來閱讀，上帝會在這裏讓你看見，祂關心你和愛你。

上帝的愛不會因為你讀經的多少而改變。

會因為你讀經、不讀經或是讀經的多少而改變。讓上帝的愛成為你讀經的唯一動機，這也會持續激勵你去培養閱讀上帝話語的



開啟我們心靈的眼睛，使我們認識耶穌更多

以弗所書

1:13-22; 3:14-21

歌羅西書 1:9-14

2. 讀經者在讀經的過程中，有些內容看不懂，或是有很多問題無法解答。

首先，看不懂聖經並不意味着聖經是一本神秘的書，需要特殊的講解才能明白，而是因為其寫作時間離我們甚遠。這意味着聖經中會有大量國家與民族的歷史背景和風土人情等我們今天並不熟悉的信息，因此我們許多時候會感到很困惑，這是很正常的事情。然而，隨着讀經者對聖經

隨着讀經者對聖經的熟悉程度越來越高，他們便更明白聖經的內容。

間離我們甚遠。這意味着聖經中會有大量國家與民族的歷史背景和風土人情等我們今天並不熟悉的信息，因此我們許多時候會感到很困

的熟悉程度越來越高，他們便更明白聖經的內容，以往不明白之處，大部分都得到解答。

其次，當你想要瞭解聖經在說甚麼的時候，恭喜你，你已經進入靈修的階段了，關於這個部分我們在下一章會有詳細的說明。此外，選擇一套可靠的



解經書也能給讀經者在查考經文意思時提供很大的幫助。你可向牧者或是其他的基督徒諮詢這方面的資料。

最後，上帝並沒有要基督徒單獨在世上生活，相反，祂想基督徒可以與其他基督徒彼此相交。如果你能找一位夥伴或者加入一個小組一同研讀聖經，這將對你大有裨益，因為在這種情況下讀經，小組內各成員可以分享個人在經文中獲得的見解，也可以彼此鼓勵、彼此造就。



常作準備向人
分享

詩篇 78:1-7

馬太福音

28:18-20



與其他基督徒
聚會

希伯來書 10:24-25

以弗所書 4:11-16



聯繫你的日常生活

1. 請制定適合你的讀經計劃，並按照這個計劃去讀經。
2. 在本課中揀選你認為最有意義的一點。
3. 請根據這一點向上帝祈禱。



下一步

記憶

在本課中，找出對你最有意義的一點，然後把它背誦。

應用

討論一下你如何把它在本周的生活中應用出來。

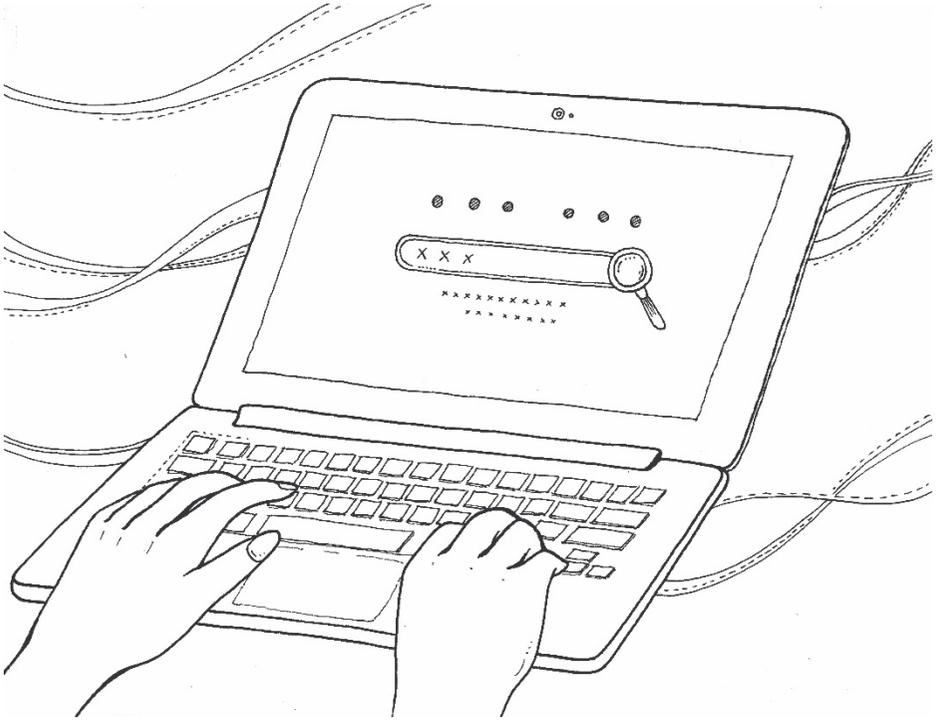
分享

誰特別需要聽這信息？你打算如何向其他人分享這一章的信息？（你可以運用本課資料作幫助）

繼續研習第四章，學習如何建立你的個人靈修生活。

第四章

建立個人的靈修生活



在上一章，我們講述了讀經和靈修的區別。當信徒開始培養自己的讀經習慣，慢慢讓上帝藉着祂大能的話語在他們心中動工，他們也會自然地想更多瞭解聖經的內容，並按照上帝的話語在生活中行出來。

因此，這一章會介紹有關靈修的事項，幫助信徒建立個人的靈修生活。你可以按照以下的步驟來學習靈修：

1. **聆聽** – 你看完這段經文後的第一印象是甚麼？
2. **思考** – 上帝教導了哪些永恆不變的真理？
3. **聯繫** – 這些教導與我們現今世界有何關係？
4. **實踐** – 你會如何把這些教導應用在你的日常生活中？
5. **祈禱** – 感謝上帝的教導，並且請求聖靈幫助你。

這個方法適用於個人靈修，當你應用這個方法時，你可以選擇很快地完成所有步驟，或花很多時間來完成。此外，你可以以一隻手的五根手指來幫助你跟隨每一個步驟：大姆指代表**聆聽**（第一印象）、食指代表**思考**（指出一些新學到的東西）、中指代表**聯繫**（與現今世界的關聯）、無名指代表**實踐**（活出上帝的這個教導）、小拇指代表**祈禱**（總結所學習到的）。



接下來將詳細解釋以上的五個步驟：

#1 聆聽

「*信道是從聽道來的。*」（羅馬書 10:17）

你曾否發覺有些人很多時候似乎在聆聽你說話，但實際上卻是全神貫注於其他事情？這種情況經常會導致一個結果：他們還沒有留意你想表達甚麼，便很快下了一個結論。



撒母耳

耶和華阿，請說，僕人敬聽。

撒母耳記上 3:1-10

讀經就是你聆聽上帝說話的時候。

良好的溝通必需具備的基本原則包含「仔細的聆聽」，這個原則也適用於個人靈修上，因為靈修就

是你聆聽上帝說話的時候。我們要以敬畏和尊重的態度來到上帝面前，仔細聆聽上帝說的每一句話、每一個字。為了幫助你聆聽上帝的話語，我們有以下建議：

a. 以禱告開始

開始靈修時祈求上帝開啟你的心智來明白上帝所說的話語。

b. 然後認真地閱讀這個部分的經文

上帝正在向你說話，你要細心地聆聽，慢慢地咀嚼有關經文，理解其內容，你也可以閱讀多遍，並安靜地思想這些經文。

c. 寫下你最初觀察到的東西

當你閱讀這段經文時，你腦中立時浮現甚麼東西？哪些字詞、語句、思想特別引起你的注意？哪些人物或事件引起你的興趣？

1. 使用上述的方法閱讀一段聖經經文，並分享你「聆聽」到的內容。（建議：約翰福音 4:1-26）

#2  思考

「我何等愛慕你的律法，終日不住地思想。」（詩篇 119:97）「馬利亞卻把這一切的事存在心裏，反覆思考。」（路加福音 2:19）



**馬利亞、馬大
不可少的一件事**

路加福音 10:38-
42



默想上帝的信息

約書亞記 1:7-9

詩篇 1 篇

詩篇 119:97

路加福音 2:19

上帝在聖經中的每一個部分都分享着一個獨特的信息，當你閱讀經文時，你可以默想上帝所啟示的智慧和奇事，意思是你可以深入地考究上帝實際上想告訴你甚麼事情。

請意識到我們的罪性是多麼的抗拒上帝的話語，此外，先入為主的觀念和文化上的觀點也會妨礙我們理解上帝向我們所說的事情。所以，你需要仔細思考上帝藉着這些話語要教導我們的永恆真理。

我們的罪性是多麼的抗拒上帝的話語。

你可以思考下列問題：

- a. 這段內容揭示了上帝怎樣的特徵？
- b. 這段內容對於我們生活的世界又有怎樣的啟示？

最後，把你所學到的作總結：

- c. 這段內容包含**哪些永恆的真理**？
- d. 這段內容的**重點是甚麼**？（把它寫下並總結）

當你讀到一些陌生的名字或者你不明白某些概念時，請不要灰心。你可以把你的問題列出來，並先自己思考，然後在有需要的時候參考一些解經書籍，或是詢問其他的信徒或牧師。當然，

要持有一個謙卑的態度去接受聖經中的奧秘。



魔鬼的古老謊言：
「上帝真的這樣說嗎？」

創世記 3:1-6



庇哩亞人考查聖經

使徒行傳 17:10-12

你也可以閱讀附錄三來尋求一些基本的解經幫助。在閱讀和理解聖經內容時，你要持有一個謙卑的態度去接受聖經中的奧秘，這是信心的奇妙作為。

2. 列舉在思考經文意思時會出現的一些常見問題，並簡要討論處理的方法。

#3 ∞ 聯繫

「從前所寫的聖經都是為教導我們寫的，要使我們藉着忍耐和因聖經所生的安慰，得着盼望。」（羅馬書 15:4）

要知道靈修並不只是一項知識上的操練，所以當你明白了上帝想對最初的寫作對象說甚麼後，你便要做一件很重要的事情：把這段經文內容的真理聯繫到我們的生活中。例如我們現今與人們的關係跟昔日在聖經時代中有何共同點？我們現今在世上面對的掙扎與在經文中所描述的有何相似之處？我們正面對着哪些罪？我們需要怎樣的盼望？

**更重要的是這段信息對
你自己的生活有何意
義。**

這些問題並非單單與其他人有關，更重要的是這段信息對你自己的生活有何意義。這個故事或這段經文的信息與你在和上帝或別人的關係上有何共通之處？你能從中找出甚麼問題或情況？



聖經揭示了人原
不知道的奧秘

羅馬書 16:25-27

哥林多前書 2:4-14

以弗所書 3:2-9

在你嘗試把經文信息聯繫到生活中時，你可以問自己以下問題，看看能否幫助你清楚知道上帝對你個人說了甚麼：

- a. **你犯了甚麼罪** - 你有哪些思想或是言行令你感到愧疚或是羞恥？
 - b. **甚麼事情給你安慰** - 甚麼引領你在生活中看見耶穌和上帝的愛？
 - c. **甚麼事情挑戰你** - 甚麼讓你不安，催逼着你要更忠於基督？
 - d. **甚麼改變你** - 甚麼使你有一個全新的生活態度和方向？
 - e. **甚麼給你帶來力量** - 甚麼使你有力量去改變別人的生命？
3. 請總結你在這部分學到的內容。

#4 實踐

「只是你們要行道，不要單單聽道，自己欺哄自己。」（雅各書 1:22）

現在你已經聆聽及思考過上帝的信息，也把這段信息與你的生活聯繫，接下來你要確定如何把所領受到的信息在你的生活上行出來，以及應用在你與上帝和與別人之間的關係上。這些永恆不變



約西亞和他的百姓承諾按着他們所聽見上帝的旨意而活

歷代志下 34:29-33

的真理如何改變你的生活呢？你可以問自己以下的問題：

- a. 上帝希望我**成為**一個怎樣的人？
- b. 上帝希望我有何**看法**？
- c. 上帝希望我做**甚麼**？
- d. 上帝希望我去**哪兒**？
- e. 上帝希望我把這些向誰**分享**？

想想你如何把經文信息中所學到的真理應用在生活上，然後把它寫下。

想想你如何把經文信息中所學到的真理應用在生活上，然後把它寫下，並為此定立一個具體的行動方

案。將這個行動方案放在你每天都會看見的地方，比如鏡子或是工作枱，然後按照上面的內容去做。

然而，我們要知道，一個能夠真正地和持久地推動我們去改變自己的動機，只應當來自上帝的愛，正是耶穌為我們所有罪人犧牲的愛激勵我們去改變自己，願意遵照上帝的話語而行。

4. 試根據這部分的内容做出一份具體的行動計劃。



聽道和行道皆重要

馬太福音 7:21-29

馬太福音 13:9-17

馬可福音 7:5-9

#5 祈禱和聖靈

「只等真理的聖靈來了，祂要引導你們明白一切的真理。」（約翰福音 16:13）

耶穌應許我們，引導先知和使徒寫成聖經的聖靈同樣會引導讀者去明白聖經。聖靈有時候會以律法來顯明我們的生命中已經呈現出我們感染了罪。聖靈就像醫生一樣拿起手術刀為祂的病人切除屬靈上的腫瘤，病人在手術的過程中可能感到很痛苦，但祂會撫慰病人的痛楚，也會用福音來醫治對方。福音激勵我們與上帝有一個健康的關係，使我們在上帝裏找到喜樂和力量。

希伯來書說到聖經（上帝的道）是「活的」，因為它一直影響着我們的生命。先知以賽亞描述上帝的道像雨般從天而降，為要成就它臨到世上的目的，使植物生長和結出果子，同樣地，上帝的道也成就其目的，使人產生信心和結出信心的果子。

不是有關上帝的每一樣事情和每一個舉動都在聖經中啟示出來

不是有關上帝的每一樣事情和每一個舉動都在聖經中啟示出來，而人類的頭腦也不能夠參透所有。上帝說：



聖靈教導我們
屬靈真理

哥林多前書 2 章
約翰福音 14:15-17



上帝話語改變
人心的大能

馬太福音 13:1-23
羅馬書 12:1-2
彼得前書 1:22-25

「我的意念非同你們的意念；我的道路非同你們的道路。」（以賽亞書 55:8）

有時候，我們只需要敬畏上帝，並且與使徒保羅一同說：「深哉，上帝豐富的和知識！祂的判斷何其難測！祂的蹤跡何其難尋！」（羅馬書 11:33）



聯繫你的日常生活

1. 回顧本課中介紹的靈修的五個步驟，並用自己的說話簡述其內容。
2. 把在本課中學習的靈修方法應用出來，閱讀馬可福音 4:1-25（本課最後已附上此段經文）。
3. 在開始和結束上述學習時，分別寫一段對應的禱告。
4. 在本課中揀選你認為最有意義的一點。
5. 請根據這一點向上帝祈禱。



下一步

記憶

在本課中，找出一段對你最有意義的經文，然後把它背誦。

應用

討論一下你如何把它在本周的生活中應用出來。

分享

誰特別需要聽這信息？你打算如何向其他人分享這一章的信息？（你可以運用本課資料作幫助）

馬可福音 4:1-25

撒種的比喻

4 耶穌又在海邊教訓人。有許多人到祂那裏聚集，祂只得上船坐下。船在海裏，眾人都靠近海，站在岸上。**2** 耶穌就用比喻教訓他們許多道理。在教訓之間，對他們說：**3** 「你們聽啊！有一個撒種的出去撒種。**4** 撒的時候，有落在路旁的，飛鳥來吃盡了；**5** 有落在土淺石頭地上的，土既不深，發苗最快，**6** 日頭出來一曬，因為沒有根，就枯乾了；**7** 有落在荊棘裏的，荊棘長起來，把它擠住了，就不結實；**8** 又有落在好土裏的，就發生長大，結實有三十倍的，有六十倍的，有一百倍的」；

9 又說：「有耳可聽的，就應當聽！」

10 無人的時候，跟隨耶穌的人和十二個門徒問祂這比喻的意思。**11** 耶穌對他們說：「上帝國的奧秘只叫你們知道，若是對外人講，凡事就用比喻，**12** 叫他們

看是看見，卻不曉得；
聽是聽見，卻不明白；
恐怕他們回轉過來，就得赦免。」

13 又對他們說：「你們不明白這比喻嗎？這樣怎能明白一切的比喻呢？**14** 撒種之人所撒的就是道。**15** 那撒在路旁的，就是人聽了道，撒但立刻來，把撒在他心裏的道奪了去。**16** 那撒在石頭地上的，就是人聽了道，立刻歡喜領受，**17** 但他心裏沒有根，不過是暫時的，及至為道遭了患難，或是受了逼迫，立刻就跌倒了。**18** 還有那撒在荊棘裏的，就是人聽了道，**19** 後來有世上的思慮、錢財的迷惑，和別樣的私慾進來，把道擠住了，就不能結實。**20** 那撒在好地上的，就是人聽道，又領受，並且結實，有三十倍的，有六十倍的，有一百倍的。」

21 耶穌又對他們說：「人拿燈來，豈是要放在斗底下，床底下，不放在燈臺上嗎？**22** 因為掩藏的事，沒有不顯出來的；隱瞞的事，沒有不露出來的。**23** 有耳可聽的，就應當聽！」

²⁴ 又說：「你們所聽的要留心。你們用甚麼量器量給人，也必用甚麼量器量給你們，並且要多給你們。²⁵ 因為有的，還要給他；沒有的，連他所有的也要奪去。」

當你閱讀以上的一段經文時，可以運用以下步驟作幫助：

 1. **聆聽**– 你看完這段經文後的第一印象是甚麼？

 2. **思考**– 上帝教導了哪些永恆不變的真理？

 3. **聯繫**– 這些教導與我們現今世界有何關係？

 4. **實踐**– 你會如何把這些教導應用在你的日常生活中？

 5. **祈禱**– 感謝上帝的教導，並且請求聖靈幫助你。

靈修的五個步驟



 1. **聆聽** – 你看完這段經文後的第一印象是甚麼？

 2. **思考** – 上帝教導了哪一項永恆不變的真理？

 3. **聯繫** – 這項教導與我們現今世界有何關係？

 4. **實踐** – 你會如何把這項教導應用在你的日常生活中？

 5. **祈禱** – 感謝上帝的教導，並且請求聖靈幫助你明白和活出祂的話語。

附錄一

聖經內容簡介

舊約歷史

創世至公元前 2000 年



上帝在六日內創造宇宙萬物，包括第一對夫婦在內。當時一切都是美好的，可是亞當和夏娃卻受了魔鬼的誘惑而犯了罪。縱使如此，上帝仍立即應許會差一位救主到來。

後來，人類在地上不斷繁衍，同時人也變得愈來愈邪惡。最終，上帝用大洪水將他們毀滅，只有挪亞一家八口得以存活。在挪亞的三個兒子中，上帝揀選閃為祂應許之救主的祖先。

公元前 2000 年至 1700 年（列祖時代）

上帝呼召閃的後裔亞伯拉罕往上帝為其子民所揀選的迦南地去。上帝亦告訴亞伯拉罕，他要成為上帝所應許之救主的祖先。因着上帝的大能，年老的亞伯拉罕和撒拉生了一個兒子，名叫以撒。那時，上帝用割禮作為祂與自己的子民立約的一個記號。有一次，上帝要求亞伯拉罕將兒子以撒當燔祭獻給祂，藉此試煉亞伯拉罕的信心；雖然亞伯拉罕願意遵照上帝的話行，但上帝卻及時出手阻止，並將一隻燔祭用的羊給他代替以撒犧牲。

以撒生下兒子雅各，雅各有十二個兒子，約瑟是其中之一。約瑟被兄長賣到埃及為奴，但在上帝的帶領下，他反成了埃及的宰相，並且在迦南地發生饑荒的時候，請了他的家人往埃及避難。亞伯拉罕、以撒、雅各都是上帝所應許之救主的祖先，至於雅各的眾子中，上帝揀選了猶大一脈成為救主的祖先。

公元前 1700 年至 1500 年（以色列人得釋放出埃及）

雅各的後裔（以色列人）留在埃及，人口不斷增加。過了許多年，埃及人強逼「以色列人」作他們的奴隸，於是，上帝呼召摩西帶領以色列人出埃及。為了迫使埃及人釋放祂的子民，上帝使埃及人受十災之苦。上帝降下第十個災害之前，祂吩咐以色列每一家宰殺一隻羊羔，並以羊羔的肉作晚膳、用羊羔的血塗在門框和門楣上。所有依照上帝指示而行的家庭，都能夠逃過這最後一災。以色列人每年都應該要守逾越節，而逾越節乃是預表那位「上帝的羔羊——除去世人罪孽的」救主基督。以色列人離開埃及後，向「應許地」迦南出發。雖然以色列人在往迦南地的路上經常違背上帝，但是上帝仍用雲柱和火柱引領他們，又賜給他們「嗎哪（從天上來的餅）」和鵪鶉作食物。

公元前 1500 年至 1100 年（以色列人進入及征服迦南地）

因為以色列人不順服上帝，所以上帝使他們在曠野流浪了四十年。有一次，上帝使毒蛇進入百姓中間，同時吩咐摩西製一條銅蛇掛在杆子上，任何人若相信上帝，只要一望這銅蛇便可得救。上帝藉着這件事再一次預表了基督：基督為所有人死在十字架上，信靠祂的人就得了拯救。後來，約書亞繼承摩西成為以色列人的領袖，帶領以色列人進入迦南地。當他們征服迦南地後，便分成十二個支派，並分別以雅各和約瑟眾子的名字為族號。約書亞死後，上帝委派「士師」領導以色列人，最後一位士師的名字是撒母耳。

公元前 1100 年至 980 年（聯合王國）

在撒母耳年老的時候，以色列人堅持要立一個王，於是掃羅被揀選成為以色列的第一個王。起初，掃羅的確是一位好君主，可是他漸漸變得不順服上帝，最後，更落得自殺的下場。上帝指示撒母耳，要他膏大衛代替掃羅為以色列的王。大衛本來是個牧人，亦是一位創作了許多詩歌的詩人。在大衛王的統治下，以色列日漸強盛。然而，大衛並非完全人，因為在他的生命中，他曾犯了姦淫和謀殺罪。大衛死後，

由他的兒子所羅門繼位。所羅門以智慧過人而聞名遐邇，他更以上帝賜的智慧寫下許多篇箴言。在所羅門統治時期，他為上帝建造了一座壯麗的聖殿。然而，所羅門也有缺點，他娶了多位外邦和不信上帝的女子為妻妾。在他去世的時期，以色列國開始衰落。

公元前 980 年至 720 年（王國分裂）

所羅門王死後，以色列王國一分为二。北部的以色列國包括十個支派，首都是撒馬利亞；南部的猶大國比較細小，包括兩個支派，首都是耶路撒冷。

以色列國的王盡皆邪惡。雖然上帝差遣先知以利亞和以利沙向百姓發出警告，但是百姓不聽勸誡，反而遠離上帝。最後亞述國打敗以色列國，更於公元前 720 年將以色列國徹底毀滅。

與此同時，猶大國的王則好壞參半，因此，百姓經常在敬拜上帝與拜偶像之間徘徊。上帝亦差派先知勸誡人們，先知以賽亞便是其中之一，他提醒百姓：上帝要差遣祂所應許的救主來到世上。

公元前 720 年至 400 年（被擄和歸回）

由於猶大國的子民一次又一次的背叛上帝，所以上帝讓巴比倫人擄走他們。雖然如此，上帝仍保存猶大這個小國，因為祂應許的救主要從猶大國中出來。他們被巴比倫人擄去七十年之後回到迦南地，並在那裏重建耶路撒冷城和聖殿。

公元前 400 年至耶穌基督的誕生

猶大國的子民回到迦南地之後直至基督降生之前這段時期的歷史，聖經並沒有記載下來，然而上帝卻將這個猶大國保存，直至祂所應許的救主耶穌誕生。

舊約歷史小結

舊約聖經記載了上帝怎樣對待祂的子民，並揭示人怎樣一次又一次向上帝犯罪。舊約聖經表明上帝對罪的憎惡，以及祂對罪人深厚的愛。舊約聖經最重要是顯示出上帝怎樣保守祂的子民，以致祂能將所應許的救主賜給世人。

新約歷史

基督生平



誕生及童年

上帝要實踐差遣救主的應許，於是祂告訴童女馬利亞：「聖靈要臨到你身上，至高者的能力要蔭庇你；因此所要生的聖者，必稱為上帝的兒子。」後來，上帝又對馬利亞的未婚夫約瑟說：「因她所懷的孕是從聖靈來的。她將要生一個兒子，你要給祂起名叫耶穌，因祂要將自己的百姓從罪惡裏救出來。」

約瑟娶了馬利亞為妻，一同去到伯利恆；這時，馬利亞的產期到了，上帝應許的聖嬰就在伯利恆的一個馬槽裏降生。主誕生的時候，有一群天使宣告這個大喜的信息：「今天...為你們生了救主。」滿了八天，他們給嬰孩行了割禮，並起名叫「耶穌」。

耶穌兩歲時，東方的博士來朝拜祂。當時，希律王想殺害耶穌，約瑟便攜同馬利亞和耶穌逃往埃及。希律王死後，他們才回國，在加利利一個叫拿撒勒的小城中居住。耶穌十二歲的時候，祂到了耶路撒冷的聖殿裏，祂的言行使眾人都希奇祂的聰明。

耶穌的工作

耶穌三十歲開始公開做上帝的工作。施洗約翰為耶穌施洗，並宣稱耶穌是「上帝的羔羊，除去世人罪孽的」。隨後，耶穌在曠野四十晝夜受魔鬼的試探，並且一一勝過這些試探。祂揀選了十二個很平凡的人作門徒，在三年間與門徒一起走遍以色列地傳講福音，勸導人們信靠祂。與此同時，耶穌行了許多神跡，祂這樣行不單為了幫助人，更重要是使人知道祂是上帝的兒子、是上帝所應許的救主。當時有一些猶太人接受了耶穌，但大部分人卻拒絕祂。

受苦、死亡、復活和升天

當耶穌三十三歲時，祂預言自己將會受害及死亡，並要從死裏復活。過了不久，耶穌騎驢進入耶路撒冷，幾天後，祂和門徒相聚，並為他們設了一頓特別的晚餐，現在我們稱之為「聖餐」。當夜，耶穌被一個叫猶大的門徒出賣而遭到逮捕。翌日（星期五），耶穌先後被猶太人及羅馬巡撫彼拉多判了死罪，最終祂與兩名罪犯分別被釘在十字架上，不久祂便死去，也被人埋葬了。

耶穌死後第三天復活，在復活後四十天內，祂多次與門徒相聚，祂也曾向五百人顯現，證明祂已從死裏復活。耶穌復活後第四十天便被接升天，到天父那裏去了。

基督生平小結

耶穌在世三十三年間，祂是上帝的代表，向我們顯明天上的父；同時，祂亦是人類的代表，祂做了上帝要我們做的事：完全遵守律法；祂又受了上帝原本給我們罪的懲罰。耶穌的的確確是上帝的兒子、我們的救主。

公元 33 至 100 年：教會建立

耶穌升天十日之後，祂差派聖靈來到世上。耶穌的門徒在五旬節那一天開始在耶路撒冷傳道，以色列和鄰近地區中許多人都相信了。後來當地政府迫害這些「基督徒」，於是他們逃到其他地方去；無論他們往哪裏去，他們都在當地傳揚福音。同時，上帝特選一個叫保羅的外邦人傳福音，從此，教會增長得極快。第一世紀末，基督教已傳遍歐洲南部和北非，甚至遠達東方的印度和西方的西班牙。

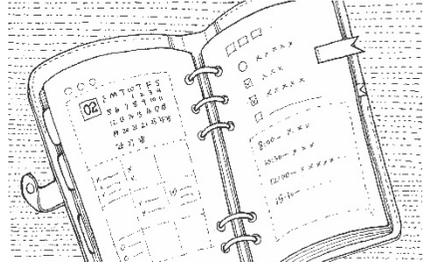
在這段時期，新約的各經卷亦陸續寫成。新約的眾作者受聖靈默示，把上帝的話語寫下。四卷福音書（馬太、馬可、路加和約翰）是有關耶穌生平的歷史書，此外，還有一些經卷是屬於書信，大部分由保羅所寫，這些書信是寫給不同的教會和基督徒群體或個人。

耶穌的門徒約翰寫下聖經的最後一卷書啟示錄，約翰在書中分享他所看見的異象：耶穌在祂再來之前的末世日子所作的工。

附錄二

以耶穌為中心的讀經計劃

這個讀經計劃由耶穌和早期基督教會的故事開始，繼而閱讀聖經最初的部分，使讀經者掌握聖經的一些背景和脈絡，然後穿插新約聖經和舊約聖經的不同書卷，從而使讀經者清楚看到福音書中有關耶穌的中心故事就是聖經的中心思想，而其相關的信息可以陸續從其他書卷中展現出來。



這個讀經計劃會跳過聖經中許多篇幅，因為這些部分對於初次閱讀聖經的人來說是難以理解的。在讀經的過程中，你不用擔心是否需要用很長時間閱讀全部內容；若遇上不明白的地方也很正常，請繼續保持讀經的習慣。在閱讀時，你會一次又一次地看到軟弱的人、作惡的人、遭受患難的人，你也會看到上帝如何始終如一地向祂的子民展現祂的愛，以及如何拯救他們。當你讀經時，緊記所有故事組合了一個中心故事—世人都是罪人，並需要上帝作我們的救主。你在腦海中需要時刻記着這個重要信息，這將幫助你明白所閱讀的不同故事。

以下是為初次閱讀整本聖經的人而設的讀經計劃，請先以這些書卷起步，使你對耶穌有一個清晰的理解，明白祂就是聖經信息的中心。同時，你也可以每天閱讀一篇詩篇作為你的禱文，以及一篇箴言作為你每天的智慧之言。

第一部分 - 基礎

新約聖經

- 路加福音 - 記述耶穌的出生、聖工、死亡和復活。
- 使徒行傳 - 當耶穌的信息開始觸動許多生命時，早期的基督教會所發生的事蹟。
- 以弗所書 - 一封給教會的書信，幫助信徒明白如何在基督裏過新的生活。

舊約聖經（歷史書 - 起初）

- 創世記第 1-4 章：上帝如何創造天地，以及人如何犯罪。
- 創世記第 6-9 章：上帝如何拯救挪亞和祂一家免遭洪水所滅。
- 創世記第 12-33 章：關於亞伯拉罕、以撒和雅各的故事。
- 創世記第 37-50 章：關於雅各眾子的故事（以色列國的起源）。
- 出埃及記第 1-20 章：上帝如何拯救以色列民脫離奴役，並向他們頒佈祂的律法。

第二部分 - 信心的重要性

新約聖經

- 馬太福音第 1-28 章：耶穌的生平，強調祂是舊約聖經中所預言的彌賽亞。
- 羅馬書第 1-15 章：基督教教義的總綱和如何藉信耶穌得救恩。
- 雅各書第 1-5 章：我們需要如何把我們的信仰付諸行動。

舊約聖經（歷史書）

- 民數記第 10-14 章：以色列民如何沒有完全倚靠上帝。

民數記第 20-25 章：以色列民在曠野中流浪多年的故事。

申命記第 31-34 章：摩西如何結束他作為以色列民領袖的日子。

約書亞記第 1-11 章：上帝如何使以色列戰勝別國的君王，為要賜給他們一片屬於他們的土地。

當你閱讀上述的某些章節時，會讀到一連串的陌生名字，但你不用擔心是否認識這些名字或是否懂得它們的讀音。上帝將這些名字記載在聖經裏，是要顯示這些聖經故事是真有其事，出現在這些故事中的人物是真實存在並曾於世上生活過。即使最奇妙的神跡也是真實發生過，並非聖經作者杜撰的。

第三部分 - 愛和力量的源頭

新約聖經

約翰福音第 1-20 章：耶穌的生平，強調祂的話語和教導。

約翰一書第 1-5 章：過有愛的生活，因上帝已先愛我們了。

彼得前書第 1-5 章：在苦難中剛強。

彼得後書第 1-3 章：有些人教導關於上帝的錯誤觀念，要小心提防那些人。

舊約聖經（歷史書）

士師記第 1-2 章：以色列民在士師時代面臨的困境。

路得記第 1-4 章：一位婦女的故事，她成為了一個家族的成員
救主正是從這家族而出。

撒母耳記上第 1-31 章：軟弱敗壞的祭司（以利及他的兩個兒子）和以色列第一個王（掃羅）的故事。

撒母耳記下第 1-20 章：大衛如何作王統治國家，以及他家中出現許多罪惡問題。

列王紀上第 1-11 章：所羅門如何作王統治國家，以及建造上帝的聖殿。

第四部分 - 滅亡的危機

新約聖經

馬可福音 - 同樣是有關耶穌的故事，強調祂所行的神跡。

加拉太書 - 一封給教會的書信，強調耶穌的福音和信心的重要性。

希伯來書 - 解釋耶穌如何應驗了舊約聖經所說的話。

舊約聖經（歷史書）

列王紀下第 17 章：以色列北部（即北國）如何被另一個國家佔領。

列王紀下第 24-25 章：以色列南部（即南國，又稱猶大）如何被巴比倫帝國佔領。

以斯拉記第 1 章和第 4-7 章：當波斯接管巴比倫時，部分以色列人如何被允許回到自己的地方，重建他們的聖殿。

以斯帖記第 1-10 章：一名猶太婦女和那些留在波斯的猶太人的故事（注：來自猶大的人被稱為「猶太人」）。

閱讀以斯拉和以斯帖時代所發生的事情，會帶你來到舊約聖經中有關上帝子民的主要故事的結尾部分。

第五部分 - 給我們鼓勵面對未來

以賽亞書 第 6-7, 9, 12, 35, 41-45, 49-56, 60-61 章：給上帝子民的警告和預言彌賽亞的來臨。

約拿書：講述有一個人試圖逃避上帝交給他的任務。

腓立比書 第 1-4 章：我們如何在艱難的生活中保持剛強。

哥林多後書：我們為信仰受逼迫時仍要保持剛強。

帖撒羅尼迦前書 第 1-5 章：如何為耶穌的再來作預備。

啟示錄 第 1, 5, 7, 21, 22 章：天堂的榮耀。

雖然有時候你會想閱讀詩歌書，尤其是詩篇中的一些敬拜詩歌，你也可能會發現箴言頗有啟發性，可是，對於首次通讀聖經的你來說，應集中閱讀講述故事的書卷。我們亦建議你目前先略過那些先知書，因為到目前為止你只需要知道預言的重要部分都是指向救主會於甚麼時候來臨；當你讀畢耶穌到來時所做的事情後，你或許會想回頭閱讀一些先知書。

如果你完成了這個讀經計劃，你可以按着這個計劃重讀一遍，或者找尋另一個能幫助你常在上帝話語中的讀經計劃，然後按那個計劃繼續讀經，使上帝的話語常在你心中。

附錄三

解釋聖經的基本原則

人們在閱讀聖經時，若沒有認真理解經文，許多時會誤解了聖經的意思，因此，我們應儘量避免按個人意思或想法來解釋聖經（即隨意解經），我們反而要查看上帝的真正意思。以下是解釋聖經的一些基本原則：

聖經是真實的語言

找一本好的聖經譯本來閱讀是十分重要。

由於聖經是以希伯來文和希臘文寫成，所以對於不懂原文的我們來說，找一本好的聖經譯本來閱讀是十分重要。一本好的聖經譯本是既忠於原文，同時又能清楚流暢地以讀者的語言表達出來。當你閱讀聖經

時，可按着以下的「指引」來理解經文，以確保你的思路是對的。

- 一. 按照語言的基本原則來理解
- 二. 考慮上下文的意思
- 三. 以經解經

一. 按照語言的基本原則來理解

除非語言或上下文另有明確的表述，否則要以字面的含義來理解。

聖經的經文都是按着一般的文法來寫作，所以，除非那段經文的語言或上下文另有明確的表述，否則要以字面的（基本的）含義來理解那段經文。

修辭手法

不要把直接的陳述句看為比喻或象徵性的語言，同樣，不要按字面含義來解釋比喻句。聖經中也有運用一般的修辭手法，包括：

1. **明喻** - 一種使用「像」或「如」的比較。（馬太福音 13:24）。
2. **暗喻** - 一種暗示式的、不使用「像」或「如」的比較。（詩篇 119:105）。
3. **誇張** - 誇大某一點來強調某事。（馬太福音 19:24）。
4. **象徵** - 某種物件代表一個屬靈真理，例如被獻的羔羊耶穌、十字架（腓立比書 3:18）。
5. **擬人化** - 把某事物表現出人的形象或動作（例如以賽亞書 55:12），有時候也會以人的特徵或情緒來描寫上帝以幫助我們理解祂（例如以賽亞書 59:16）。

為了理解那些修辭手法和比喻，你必需找出那個比較點，從而確定這信息的目的。

找出那個比較點。

文學類型

聖經的各經卷包含多種不同的文學類型，若能瞭解各類型的特性，將有助更明白聖經的內容。

- a. **記敘文** - 這種文體記述真實發生過的歷史事件，而這些記述與其他國家的歷史吻合（例如創世記、出埃及記、路加福音）。

*如何閱讀它：*按字面意思來理解發生了甚麼事情。

- b. **智慧文學** - 這種文體是一些真理的陳述，這些真理是應用在日常生活中（例如箴言、傳道書）。

如何閱讀它：把學到與生活有關的教導應用出來。

- c. **詩歌** – 這種文體經常是對於讚頌或生活掙扎的個人表達（例如詩篇）。

如何閱讀它：用你個人的表達來向主頌贊或禱告。

- d. **比喻** – 這種文體是以日常生活中的故事來說明一項屬靈真理（參考馬太福音 13 章）。

如何閱讀它：找出那個比較點，其他細節則用作支持那個重點。

- e. **宣告文** – 這種文體是有關上帝的宣告，有時候是預言將要發生的事，有時候是呼召人們悔改及給他們盼望（例如以賽亞書 9 章及 53 章、耶利米書 23:1-8）。

如何閱讀它：找出已經應驗了的預言，並弄清楚哪些是將會出現的事情。

- f. **啟示性文學** – 這種文體運用奇異的圖像描繪出一些我們不能看見的屬靈事情。（例如但以理書的部分內容、以西結書、啟示錄的大部分內容）。

如何閱讀它：認清這種文體中的圖像和數位大多數都是象徵某些事物，該事物在聖經的其他地方已經清楚地描述過。

二. 考慮上下文的意思

當你與別人說話時，你可能以為自己說得很清楚明白，但到了對方把你說的話轉述給他人時，對方可能斷章取義，把你的原意完全扭曲了。當人們閱讀聖經時，許多時都會發生類似情況，所以，你必需深入地研究那段文字的上下文，從而識別作者說的是甚麼。

深入地研究那段文字上下文，從而識別作者說的是甚麼。

某一信息的上下文（緊鄰的上下文）

有一點對於理解聖經是很重要的：按着那段經文或那個部分的思想脈絡來理解。當你閱讀某一段經文時，不妨一併閱讀那段經文前後數節或數章的內容，從而幫助你掌握事件的來龍去脈和當中的教導，或者幫助你明白作者所指出的問題。你也要設身處地瞭解那卷書的寫作對象當時的情況或背景。此外，你要明白有些經文是屬於

有些經文是屬於「記述性」，另有一些經文是屬於「規範性」。

「記述性」，僅僅告訴我們發生甚麼事情；另有一些經文是屬於「規範性」，告訴我們它應用在我們現今的情況下應如何過生活。經文的上下文和背景幫助我們分辨出它是「記述性」還是「規範性」。

整本聖經都可以成為上下文（更廣闊的上下文）

由於聖經的所有信息都是一致的，所以整本聖經都是任何一段經文的上下文。明白某段經文或某個故事如何符合聖經的中心故事和教導是很重要的，而且聖經引領人們知道為

整本聖經都是任何一段經文的前文後理。

何我們需要一位救主及耶穌如何拯救我們。耶穌說：「你們查考聖經，因你們以為內中有永生；給我作見證的就是這經。」（約翰福音 5:39）

三. 以經解經

雖然我們閱讀聖經的某一章節或某一故事時，偶爾會發現其內容看似與聖經的另一部分相矛盾，但只有聖經本身才能解釋它自己的內容，而且聖經是我們信仰的唯一權威，所以我們理解聖經的原則是「以經解經」，讓上帝告訴你祂的意思是甚麼。

許多時候，聖經中難明的經文可以藉由另一段更清楚的經文來解釋，所以你要容許自己等候，當你從聖經的其他地方學習時，它會變得更清楚。雖然你不可能為每一個奧秘都找到答案，但你可以讓較為清楚的經文來解釋較為艱深的經文，因為聖經不會自相矛盾的。

讓較為清楚的經文來解釋較為艱深的經文。

尋找額外的幫助

假如你仍然不明白經文意思，你可以選擇以下的方法求助：

- a. **暫時放下，等待將來會明白** – 就像小孩子上學一般，我們對聖經的認識會不斷增長，並且在已學懂的東西之上再增進認識。在這事上要忍耐！
- b. **向你信任的人請教** – 你可否向更通曉聖經的朋友或牧師請教？
- c. **找一本好的釋經書** – 你也可能想向一些可靠的作者求助。向人請教哪些釋經書或查經書籍適合你。

最重要的是向聖靈禱告，祈求祂帶領你明白祂藉着祂的話語在你生命中所成就的事情。

如何閱讀聖經



**Multi-Language
Productions**

Bringing the Word to the World

Living in Faith Series - Chinese Traditional Characters
How to Read Your Bible
MLP Catalog No: 385507