

# 活出及分享 基督塑造的生命

圣公宗门徒生活



Published by the Anglican Consultative Council  
London 2019  
© *The Anglican Consultative Council*

---

For further information on the availability of this booklet in other languages and other discipleship resources available from the Anglican Communion Office please contact: [mission@anglicancommunion.org](mailto:mission@anglicancommunion.org)



The Anglican Communion Office  
St Andrew's House  
16 Tavistock Crescent  
Westbourne Park  
London, W11 1AP  
United Kingdom



普世圣公宗咨议会（一个普世圣公宗机构）于2016年发出了一个呼吁，希望各教会及各信徒重新关注标杆门徒生活。

耶稣邀请人们跟从祂，而这种呼召依旧是现今基督徒的核心。耶稣不只是邀请人们来跟随祂，来敬拜祂，而是邀请他们来活出并分享一个被祂塑造成像祂的生命。

当我们每个人不论是个体性地，或是集体性地做出回应时，我们就成为神在全球性新运动的一部分，成为学习社区的一部分。并且，我们也成为那在经文中及在生活中与我们相遇的基督所塑造的门徒。

上至各教省、教区，下至各信徒会众，整个普世圣公宗的信徒都重新审视“跟从耶稣”是如何塑造他们生活中的每个部分。在塞浦路斯及海湾教区，他们称这为“学习神，成为善”；英格兰圣公会称为“使神的子民自由”；美国教会称为“爱的样式”；以及在肯亚教会，他们称之为“一个有益于国家的事工”。

**有鉴于福音书里及神学上对于建立门徒的迫切性，我们意识到需要帮助普世圣公宗各教省、教区及教牧更关注标杆门徒生活，并且制订出资源来帮助教会更有效的装备及培训出基督的门徒。**

**普世圣公宗咨议会 2016  
决议 ACC 16.01**



在一个在牙买加举办的“终身成为主门徒”的研讨会结束后，Howard Gregory 主教发现，“我从未在一个教会的聚会里看见如此多的热诚和活力。教会里的男女老幼都被训练活出一个被耶稣塑造的生命。”

终身成为主门徒研讨会，牙买加，2017

在南非，一大群人聚集在“闪耀的圣公会”（Anglicans Ablaze）大会上，加纳大主教Daniel Sarfo说，“这种着重于终身成为主门徒的训练正是我国家的教会所需要的。”。

在这本小册子中，你会发现一些门徒训练的方法和进行的地点，门徒训练在现今生活中的意义，和开启这信仰之旅的指引，这是一趟以耶稣的爱来改变我们及改变我们周遭的旅程。

## 是什么塑造了我们？

试想想，是什么塑造了我们？

是耶稣基督吗？或是你过去所经历的？

又或是现阶段的其他因素？

身为基督的跟随者，我们不能随波逐流。

我们应该被神塑造。

对基督徒来说，门徒训练是一趟学习耶稣生活方式，并将之活出来的旅程。我们会越来越像基督，更致力于在个人、群体和更广泛的社区方面效法基督转化的爱。



**不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。**

**罗马书 12：2**

门徒训练需要督导，问责，与神建立关系，操练对耶稣的信心并透过圣灵与他人分享信仰。这就是**基督塑造的生命**。

## 什么是活出及分享被基督塑造的生命？

### 活出

- 成为门徒改变了我们全部的生活方式以及我们整个生命。
- 成为门徒我们被引进了神丰盛的生命。

### 以及

- 基督塑造的生命是整全的：我们在这世界上的每一天应该都是为神而活，所做的每件事应该都是为神而做的。
- 活出以及分享是互相依存的；个人与文化群体是不能分割的。

### 分享

- 神的爱以及慷慨使到我们能与他人分享我们自己以及一切所有的。
- 当我们的生命是被基督塑造时，我们会宣讲福音以及邀请他人进入这丰盛的生命，以至于他们也能活出以及学习成为基督的门徒。

### 基督塑造的生命

- 神透过圣灵的大能，改变我们，使我们更像基督。

## 门徒：何人，何事，如何，何地，何时及为何？

### 何人？

门徒是那些遵循某种样式的人。

门徒透过在生活中各层面学习爱以及跟随基督，并与人分享这种生命来回应基督的爱以及宽恕。

在拿撒勒人耶稣的时代，一个老师，或拉比，会邀请一群学生，或是门徒，紧跟着他的后头，近得都快被他扬起的尘埃给覆盖了。他们是被祂拣选的，每一天都一起生活着，一起反思着祂说过的每句话，并透过模仿来学习祂的样式。

**“如果你建立门徒，那你就等于建立了教会；可是如果你只是建立教会，你就很难建立得到门徒”**

**Mike Breen, 作者 及 3DM的前领袖**

当这些门徒跟着耶稣同行和一起生活时，他们的文化标准彻底被耶稣挑战着。

现今的门徒也是一样，被呼召学习基督的样式，仰望祂，和其他的门徒彼此学习，彼此督导。使徒保罗把这种关系形容成父母和孩子的关系，他说，“所以，我求你们效法我”（林前4:16）

当我们学习照着神的样式活时，我们会经历悔改或人生方向的改变。当然，我们不能少了圣灵的带领，圣灵会透过对耶稣在十字架上所成就的信心引领我们进入新的生命。



在智利圣地亚哥举办的一个青少年门徒训练营

因此，门徒训练更多是透过身教而非言教。门徒会在这种培育门徒及自我督导的文化下茁壮成长。

**何事？** 门徒是那些学习…的人

**于是，耶稣对门徒说：**

**“若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架来跟从我。”**

**太16:24**

我们习惯了在教室里那种“资讯交换”的学习方式。虽然门徒们应该汲取很多知识，但是门徒训练的目的更应该是透过模仿和改革“改变习惯”。如果我们时常与一群学习成为门徒的人在一起，这有助于我们明白神要对我们说的话，且知道该做些什么。

如此一来，门徒透过神的话语和在我们里面的圣灵被塑造，学习像基督。而这种学习往往就是在日常生活中被训练的，例如：当我们觉得缺乏耐性时操练耐性。

这些并不会在一夜之间内发生。初学者并不可能马上学成且成长。我们需在生活中继续学习，特别是当我们刻意地当个门徒及培训门徒时。



“当我被人们邀请学习他们跟随耶稣但有缺失的榜样时，  
我深深地被他们影响。”

Bob Rognlien, ‘一个被耶稣塑造的生命’

**你们多结果子，我父就  
因此得荣耀，你们也就  
是我的门徒了。**

**约 15: 8**

**如何？** 门徒是那些被基督塑造的人…

当门徒透过圣灵和基督的教导和榜样来塑造品格时，就是被基督塑造。耶稣应许门徒祂的同在，同时也会跟祂走过同一条路。这是需要负上代价的。这包括个人的牺牲，受苦甚至迫害。

当门徒对新的习惯和处事的方式付出责任时，他/她就会在品格和能力上成长，并且在这过程中得自由。而这种改变的终极考验是，我们是否在爱神及爱人的方面有所成长（太22:37-39）。

门徒竭力在所有的关系中相爱、诚实以待、感恩、慷慨及宽恕。他们竭力在婚姻中彼此尊重，重视家庭生活，寻求平安及公义，并且竭力成为神所造之物忠心的管家。

**何时、何地？** 门徒是那些在任何地方继续耶稣工作的人…

父怎样差遣了我，我也照样差遣你们。

约20: 21

门徒也学习耶稣的处事方式。耶稣先向门徒们展示如何处理事情，然后让他们自己动手做，并从旁协助，最后才放手让他们独自处理。今天的门徒在能力及服侍上操练医治的恩赐，关爱那无人关爱的



西印度群岛的一群青少年人一起学习“更新教会和社区”

人，跨越社会的藩篱，并向贫穷人宣讲福音。

我们应该问，“一个被基督塑造的父母应该是怎样的？”，或是“一个被基督塑造的雇主是怎样的？”同时，门徒是可以为那些在寻找这新生命的人带来新盼望的。跟随耶稣是会触及我们对工作、关系及文化的态度的。



在北美洲享受一起生活的时光

**为何？** 门徒是那些建立其他门徒的人…

耶稣使得跟随自己的人倍数增长的方式是让每个人都可以建立门徒。成为门徒就是要像耶稣一样，被差派出去，向人传扬我们所领受的爱。当门徒在人生旅途中传递信息，彼此鼓励时，这就是施给的生命。

如此一来，新生命的真实情况也会被传递开。那些学习并给予教导的人，因着彼此相爱的心被称为门徒。

**“在我们的教会里，人们很时常在被教导后却停留在原地，不前进。成为门徒不应该只是完成课程的人。他们更应该是领受向他人分享生命和传递神爱的福音的使命的人。他们是跟随耶稣，并与其他人与主同行的人。他们因为神的爱，彼此相爱。” 南非洲 Anglicans Ablaze 的主教Martin Breytenbach**

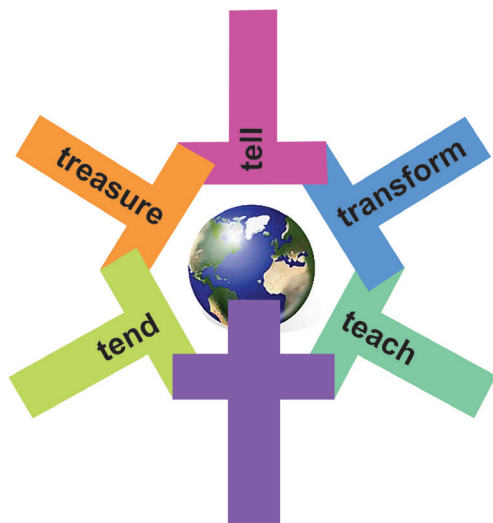


## 活出耶稣样式的五个生命标志

普世圣公宗团契明确说道，我们要活出一个有耶稣样式的生命。首先，我们要记得“教会的使命就是耶稣的使命”。

我们如何过耶稣样式的生活会因各个国家、文化和世代而有所不同。

无论我们的背景如何，随着这些耶稣样式的生命特征（被称为五个使命标志），我们一旦被更新，就会努力去实践出来。



### 1) 门徒会传讲：我们宣扬神掌权的好消息



在美国的布道培训

圣公会一直致力于开展传福音事工，并重建整个教会。当他们走在这爱的道路上，藉着他们与耶稣之间的生活经历来去祝福世界时，他们也就是在帮助他们的邻舍与耶稣建立关系。

数以千计的圣公会信徒都参与了布道培训，他们从中学习了分享和纪念信仰的经历。在培训中，其中一个普遍的操练是“见证

纸板” (Cardboard Testimonials)：回顾自身的重生经历，把要点记录在纸板的两面，然后向一个人分享神的爱和信实

### 考虑作出个人的委身行动：

- 预备和分享你个人的信仰经历
- 透过日常生活（家庭、工作、学校、社区、教会）找出新的方式来分享信仰

## 2) 门徒会教导：我们教导，也为人施洗和培养新的信徒。



11月在智利Chol Chol举行的青年大会

在智利，专注在宣教、门徒和领袖培训方面的工作已使得教会自2000年以来，取得30%的增长。神职人员和平信徒领袖积极向年轻人开展、给予指导，并鼓励他们完成为期一年与牧者同行的计划。

一位年轻人说道：“我向来只是一个挂名的基督徒，直到有人来到我身边，指导我在信仰上达到完全。”

### 考虑作出个人的委身行动：

- 每天读经
- 每天祷告，例如用主祷文作为一个指南
- 定期聚会，与他人一同敬拜、祷告、分享和学习

### 3) 门徒会照顾：我们透过爱心服务来回应人的需要。



在St Barnabas学校的集会

在吉隆坡，有好几个市中心教会正在努力为来自缅甸的难民儿童提供教育。教堂每天都会聚集许多的儿童和老师。事实证明，孩子们的生活改变了，对他们的家庭也是一个强有力的见证。

举个例子，为罗兴亚儿童开办的圣巴拿巴（St Barnabas）学校。

#### 考虑作出个人的委身行动：

- 照顾自身的心灵、情感和身体的健康
- 利用时间和才干服事他人
- 保护贫穷、被边缘化和弱势的群体。

### 4) 门徒会带来改变：我们努力改变社会不公平的结构，挑战各种暴力，并追求和平与和解。



Moumita Biswas, 西隆，北印度

Moumita Biswas住在印度北部的西隆。她以自身的背景，打破了关于女性和性暴力的沉默。作为一个在孩童时期被性侵犯，在婚姻期间又受到虐待的Moumita，她把自己形容为一名受伤的医治者：她的信仰使她更加坚定，要把痛苦化为行动。

她通过微型创业项目为弱势妇女提供支持，使她们有信心和资源进一步接受教育。

然而，Moumita也知道仅仅赋予女性权力并不能解决问题。通过在亚裔学校做教导并从圣经角度来反思普世合一与性别平等的活动，Moumita已从中训练了许多教会领袖，无论男女。

### 考虑作出个人的委身行动：

- 针对这方面的罪作出悔改，要求宽恕或给予原谅
- 在个人、社区和社会层面的破裂关系中追求和解
- 倡导公义与和平

**你们若有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。**

**- 约13: 35**

**5) 门徒会爱惜：**我们努力维护创造的完整性，使地球的生命得以延续。



绿色圣公会在南非清理海滩

2016年10月，非洲南部的圣公会推展的一个《十年标杆门徒生活》(Decade of Intentional Discipleship)，其中的异象就是要坚定于基督的爱、委身于上帝的使命，以及受圣灵更新。绿色圣公会中有一班跟随耶稣的年轻人，通过对环境问题的关注和亲自清理海滩的活动，作为他们终生成为门徒的一个表现。

### 考虑作出个人的委身行动：

- 更负责任的生活，减少消费
- 活出创造性
- 找出实际的方法表达对受造界的关心



## 我们要如何活出一个有耶稣样式的生命？

在我们的生活中，我们都会有很多需要被耶稣重新塑造的地方！

当耶稣呼召他的第一批门徒时，就他们聚集在一起学习和成长。当我们也同样这么做的时候，这就是一个明智之举。

所以，一开始我们可以带着祷告的心提出一些问题：

- 是否有其他的人可以和我并肩一起跟随耶稣吗？如果有的话，邀请他们加入。



一起从在圣经中学习耶稣所走的道路



2017年9月在卢萨卡举办变革的力量研讨会

- 在这过程中，有谁可以进一步造就和指导我或我们？如果有的话，找他们商量一下。

- 是否有任何当地的团体或教会已经开始这么做了？如果有的话，加入他们。

- 是否有任何人需要我的帮助和经历才能变得更像耶稣（

成为别人的导师会让我们保持警醒）？如果有的话，就主动与他们见面。

一旦我们同意要一起跟随和效法耶稣，我们就要留心观察耶稣在圣经中的所言所行，并寻求圣灵引导，叫我们的生命，无论是品格、行为和目标各方面，都能更像耶稣。

与此同时，我们还要把眼光扩大到社区的层面，并在日常生活中寻求神的心意，“哪里是神动工的地方？他希望我们如何为耶稣来重塑社区？”

总的来说，我们应当有这样的意识，我们的生命中有各个不同的层面是耶稣所要塑造的。我们生命中的每一个部分都要归向基督。神乐意且要在我们生命中的各方面，赐下圣灵与我们同在。

因此，请根据自身的情况规划一下独处和与他人相处的时间，研究看看你可以如何开始在下列每个方面作出改变：

1. 家庭和家庭生活
2. 回应人们的需要
3. 日常工作
4. 关系
5. 对受造界、我们的身体和每一个活物的关爱
6. 正义和社会课题，特别是在我们所处的社区和国家
7. 享有的时间以及如何来利用，包括休闲时间
8. 操练我们的恩赐和才干
9. 我们如何在分配收入和管理所托付给我们的财富方面来荣耀神
10. 藉着敬拜和祷告的生活，使我们在恩典中被更新。

#### 以下资源可以帮助你了解并继续关注：

- 耶稣样式的生活指南，一共有12个部分，涵盖在不同的领域以耶稣的样式生活。
- 门徒资源中心，这里有来自世界各地的一些很好的意见，你可以从以下网址找到：[anglicancommunion.org/discipleship](http://anglicancommunion.org/discipleship)

若需要任何的帮助和支持，请透过[mission@anglicancommunion.org](mailto:mission@anglicancommunion.org)联络普世圣公宗团契的办公室或直接联络当地的教会。



## 活出并分享耶稣样式生命祷文

全能的上帝，  
你已经呼召了我们  
在一个有耶稣样式的教会中  
为了创造一个有耶稣样式的世界  
来活出并分享耶稣样式生命  
求你藉着圣灵赐给我们能力  
使我们能够成为可以栽培更多门徒的门徒  
靠着我主耶稣基督，我们的救主  
阿们

