

贏在 SQ 的起跑線上 第五講

一、前述

- ❖ 品格的培育：

二、自我的認知

- ❖ 一個人的罪（秘密）和／或自我蒙蔽（盲點）不僅有損自己的生命、妨礙自我的成長，也攔阻了與人的互動，更隔斷了與神的溝通。

⇒ 約 4:23 - 24

時候將到，如今就是了，那真正拜父的，要用心靈（聖靈／靈）和誠實（真理）拜祂，因為父要這樣的人拜祂。神是個靈，所以拜祂的必須用心靈和誠實拜祂。

⇒ 詩 51:6 - 7 & 10 - 11

⁶ 祢所喜愛的是內裡誠實，祢在我隱密處必使我得智慧。

⁷ 求祢用牛膝草潔淨我，我就乾淨；求祢洗滌我，我就比雪更白。

¹⁰ 神啊，求祢為我造清潔的心，使我裡面重新有正直的靈。

¹¹ 不要丟棄我，使我離開祢的面，不要從我收回祢的聖靈。

三、課後行動

- ❖ 請用自我認知輪和你的行動伙伴*一起討論或溝通一項共同（難解）事件，並將過程和結果記錄在自我認知記錄表和課後行動記錄表中。

*（代禱者、助手、啦啦隊、監督者、裁判員或救生員）

⇒ 請在接下來的六週中，每週至少一次按照課後行動指示與其溝通互動，並將進程和結果記錄在課後行動記錄表。

- ❖ 請於下週課前讀完下列經文：
啟 2:4 - 5；太 3:8；（詩 51:1 - 19）。

自我認知記錄表

姓名： 參與者： 地點： 開始使用： 年 月 日

項目	內容	附註
感官資訊： ● 我看到 ● 我聽到 ● 我摸到 ● 我嘗到 ● 我聞到		
思想： ● 我的想法		
● 我的詮釋		
● 我的期望		
情感： ● 我的感覺		
● 過去的感覺經驗		
需要： ● 我的需要		
● 他／她的需要		
● 我們的需要		
行動： ● 過去的行動		
● 現在的行動		
● 將來的行動		