

聖經中的 SQ 論 - 婚姻家庭篇 第十講

一、好品格的培育

❖ 創 4：1 - 15

⁶耶和華對該隱說：「你為什麼發怒呢？你為什麼變了臉色呢？」⁷你若行得好，豈不蒙悅納？你若行得不好，罪就伏在門前。它必戀慕你，你卻要制伏它。」

❖ 關聯（二象限）：關係、互動、經歷、感受、需要、品格、習性、喜惡

⇒ 我：是否如該隱常遷怒他人？

神：我的遭遇也常是神管教的方法。

人（配偶）：是我怒氣的源頭還是試金石。

⇒ 體：生氣時是否能約束自己的言行？

魂：造成我生氣的真正心理因素是什麼？

靈：我有憤怒的靈嗎？

❖ 應用（三象限）

⇒ 我：要做醒地省查自己生氣的頻率。

神：每晚（或定期）睡前要和神檢討當天生氣的前因後果。

人（配偶）：生氣後要盡快與他人和好。

⇒ 體：生氣時要訓練自己節制言行。

魂：對常引起自己生氣的事物要明辨原因。

靈：要靠神來顯明自己心靈的需要。

Guilt 罪惡感 - 謙卑、--- - 真誠地認罪；信心的宣告

Inferiority 卑下感 - 信心、--- - 得救的確據

Fear 恐懼 - 安穩、--- - 以馬內利或與主同復活的經歷

Trauma 心靈傷痛 - 饒恕、--- - 十字架的醫治

➤ 處理憤怒的程序 (取材自: Soul-Healing Love, Beverly and Tom Rodgers)

1. 描述對方引發你憤怒的行為
2. 辨明你憤怒的深層情緒 (GIFT)
3. 追溯過去曾有類似情緒經歷
4. 找出你回應此情緒的行為模式
5. 澄清你真實的需要

6. 列出一件可以滿足你需要的請求

- ⇒ 過去：求神光照顯明引發憤怒的根本原因。
 現在：與配偶（或他人）衝突時要節制自己的言行。
 未來：要有計劃地培養節制的品格。

❖ 節制的品格

- 詩 76：10 人的忿怒要成全祢的榮美；人的**餘怒**，祢要禁止。（亞薩）
 詩 37：8 當止住怒氣，**離棄忿怒**；不要心懷不平，以致作惡。（大衛）
 箴 14：29 **不輕易發怒的**，大有聰明；性情暴躁的，大顯愚妄。
 箴 16：32 **不輕易發怒的**，勝過勇士；**治服己心的**，強如取城。
 箴 12：16 愚妄人的惱怒立時顯露；通達人能**忍辱藏羞**。
 箴 29：11 愚妄人怒氣全發；**智慧人忍氣含怒**。
 箴 15：18 暴怒的人挑啟爭端；**忍怒的人止息紛爭**。
 箴 29：22 好氣的人挑啟爭端；**暴怒的人多多犯罪**。
 箴 19：19 暴怒的人必受刑罰；你若**救他**，必須**再救**。
 箴 15：1 **回答柔和**，使怒消退；言語暴戾，觸動怒氣。
 箴 19：11 人有見識就不輕易發怒；**寬恕人的過失**便是自己的榮耀。
 箴 30：33 搖牛奶必成奶油；**扭鼻子必出血**。照樣，**激動怒氣必起爭端**。
 箴 22：24 好生氣的人，**不可與他結交**；暴怒的人，**不可與他來往**。

- ⇒ 如何在日常生活中培養和操練節制的品格？

二、神同在的 SQ 觀

❖ 結 1：1 - 28

- ¹ 當三十年四月初五日，以西結在迦巴魯河邊被擄的人中，天就開了，得見神的異象。
² 正是約雅斤王被擄去第五年四月初五日，
³ 在迦勒底人之地迦巴魯河邊，耶和華的話特臨到布西的兒子祭司以西結，耶和華的靈降在他身上。
⁴ 我觀看，見狂風從北方颳來，隨著有一朵包括閃爍火的大雲，周圍有光輝，從其中的火內發出好像光耀的精金。
⁵ 又從其中顯出四個活物的形象來，他們的形狀是這樣：有人的形象，

講師：Joseph & Grace Chou 周坦弘 夫婦

- ⁶各有四個臉面、四個翅膀。
- ⁷他們的腿是直的，腳掌好像牛犢之蹄，都燦爛如光明的銅。
- ⁸在四面的翅膀以下有人的手。這四個活物的臉和翅膀乃是這樣：
- ⁹翅膀彼此相接，行走並不轉身，俱各直往前行。
- ¹⁰至於臉的形象，前面各有人的臉，右面各有獅子的臉，左面各有牛的臉，後面各有鷹的臉。
- ¹¹各展開上邊的兩個翅膀相接，各以下邊的兩個翅膀遮體。
- ¹²他們俱各直往前行，靈往哪裡去，他們就往哪裡去，行走並不轉身。
- ¹³至於四活物的形象，就如燒著火炭的形狀，又如火把的形狀。火在四活物中間上去下來，這火有光輝，從火中發出閃電。
- ¹⁴這活物往來奔走，好像電光一閃。
- ¹⁵我正觀看活物的時候，見活物的臉旁各有一輪在地上。
- ¹⁶輪的形狀和顏色好像水蒼玉。四輪都是一個樣式，形狀和做法好像輪中套輪。
- ¹⁷輪行走的時候，向四方都能直行，並不掉轉。
- ¹⁸至於輪輞，高而可畏，四個輪輞周圍滿有眼睛。
- ¹⁹活物行走，輪也在旁邊行走；活物從地上升，輪也都上升。
- ²⁰靈往哪裡去，活物就往哪裡去；活物上升，輪也在活物旁邊上升，因為活物的靈在輪中。
- ²¹那些行走，這些也行走；那些站住，這些也站住；那些從地上升，輪也在旁邊上升，因為活物的靈在輪中。
- ²²活物的頭以上有穹蒼的形象，看著像可畏的水晶，鋪張在活物的頭以上。
- ²³穹蒼以下，活物的翅膀直張，彼此相對，每活物有兩個翅膀遮體。
- ²⁴活物行走的時候，我聽見翅膀的響聲，像大水的聲音，像全能者的聲音，也像軍隊鬨嚷的聲音。活物站住的時候，便將翅膀垂下。
- ²⁵在他們頭以上的穹蒼之上有聲音；他們站住的時候，便將翅膀垂下。
- ²⁶在他們頭以上的穹蒼之上有寶座的形象，彷彿藍寶石，在寶座形象以上有彷彿人的形狀。
- ²⁷我見從袖腰以上有彷彿光耀的精金，周圍都有火的形狀，又見從袖腰以下有彷彿火的形狀，周圍也有光輝。
- ²⁸下雨的日子雲中虹的形狀怎樣，周圍光輝的形狀也是怎樣。這就是耶和華榮耀的形象。我一看見就俯伏在地，又聽見一位說話的聲音。

❖ 觀察 (5W)

- ⇒ 何時 (When)：約雅斤王被擄去第五年 (約為主前 592 年) 四月初五日
- ⇒ 何地 (Where)：巴比倫的迦巴魯河邊
- ⇒ 何人 (Who)：耶和華，耶和華的靈，以西結，被擄的人，約雅斤王，四活物。
- ⇒ 何物 (Which)：迦巴魯河，天，狂風，閃爍火，大雲，光輝，火，閃電，輪，穹蒼，寶座。
- ⇒ 何事 (What)：

1. 天開了	2. 狂風颳來
3. 四活物出現	4. 見輪
	5. 見穹蒼之上的寶座

❖ 解釋 (Why)，關聯，應用

- ⇒ 活物，結 10：15 基路伯；啟 4：1 - 11。
 前面人臉 - 現實 - 現行 - 現象 - 現階 - 現有
 右面獅臉 - 力量 - 倚靠 - 所做 - 感謝 - 謙卑
 後面鷹臉 - 超越 - 仰望 - 所是 - 讚美 - 專注
 左面牛臉 - 穩健 - 交託 - 所悅 - 奉獻 - 順服
 前面人臉 - 榮耀 - 合一 - 所在 - 跟隨 - 忠貞

⇒ 靈在結 1：12、20 是耶和華的靈，帶領一致的行動。

⇒ 火在結 1：13 是在四活物中，有光輝又發出閃電，結 1：4、27 是源自耶和華。

三、課後行動

- ❖ 請安靜在神面前來求問祂你在品格上須要培養和操練的地方，並在得到答案之後將它們條列寫下。若是可以，請和你的配偶或至友分享。
- ⇒ 請繼續在日常生活中，每週至少一次安靜下來檢視你的「培養或操練品格的項目表」並記錄成敗的經歷，之後先禱告神（感謝、認罪、悔改、立志等），再做必要的增減。