



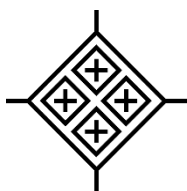
THE
MENTORING
PROJECT

圣经如何看待群体



JOSHUA CHATMAN

圣经如何看待群体



JOSHUA CHATMAN

（约书亚·查特曼）

目录

引言..... 4

第一部分：加入教会..... 6

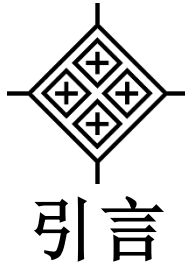
第二部分：主日崇拜：早到，会后留下..... 9

第三部分：门徒训练——共同生活..... 13

第四部分：接待：敞开家门，敞开心扉..... 17

第五部分：着眼长远..... 21

结语..... 25



2015 年的一个晚上，我和妻子坐在餐桌旁哀叹我们的孤独。是的，我们彼此相伴，但我们缺乏群体。我们每天的日常是：起床、锻炼、工作、吃饭、睡觉，周而复始。周末的日常是：打扫房子、去超市购物、去教会。我们只在工作场所和教会里与人相处。那天晚上，在餐桌旁，我们痛苦地意识到自己有多孤单。那天晚上，我们痛苦地意识到自己没有群体。那天晚上，我们痛苦地意识到自己生活在孤立之中。

出于神的恩慈，我们也痛苦地意识到自己没有优先成为他人的群体。我们没有主动与他人相处。我们没有主动与教会的弟兄姊妹交谈。我们没有邀请教会的弟兄姊妹来家里做客。我们没有用心培养和加深与亲近之人的友谊。我们之所以难以克服孤独，是因为我们只是被动等待别人来与我们建立群体，而没有主动去建立群体。

那天晚上，主引导我们思想他谦卑服侍和舍己之爱的榜样（可 10:45；腓 2:1-11）。我们为自己在群体方面以自我为中心的态度悔改。我们决心成为他人的群体，并信靠神会为我们预备群体。

那么你呢？你感到孤独吗？你是否过着孤立的生活方式？或许你正在问自己：“为什么我在教会里感到孤独？”或者正在寻找如何在人群中摆脱孤独的方法。

如果你翻看日历并回顾过去两三个月的生活，它揭示了你与他人关系的哪些方面？它反映出你有多重视基督徒群体和基督徒团契？日历上有多少人的名字？你多久会在家中接待一次教会成员或家庭？你跟同一批人见过多少次面？有多少个周末是和别人一起度过的？如果你很少与人相处，你可能过着孤立的生活。

孤立意即与他人隔绝。而事实是——这并不好。它违背神对人类的美好旨意。在创世记 1 章和 2 章中，神创造了一个完美的世界。他七次评价他的

实践指南

创造，并称之为“好的”（创 1:4, 10, 12, 18, 21, 25, 31）。神第一次说某件事不好，是他说：“那人独居不好”（创 2:18）。这是圣经中群体的根基。神创造我们并非为了让我们孤立地生活。

神创造我们是为了让我们与他人建立关系。你出生在一个家庭，生活在一个社区，而这个社区又是社会的一部分。因此，孤立不是一种值得追求的状态，而是一种应该避免的状态。许多人会问：“孤立是一种罪，还是一个阶段？”虽然生活中难免会有安静的时刻，但社交互动的重要性早已融入我们的本性之中。

很多时候，孤立是一种惩罚。我小时候在课堂上调皮捣蛋，所以经常被罚留校隔离。我必须待在一个隔间，一个远离所有人的安静房间里，有时甚至要待上一整天。那非常难熬。为什么？因为我无法与人交流。想想单独监禁，囚犯每天被关在牢房里 22 到 24 个小时，几乎与世隔绝。这种惩罚与创世记 2:18 的经文相呼应：“那人独居不好。”当我们研读圣经中关于孤独的记载时，我们会发现神常常将他的子民从孤独中拯救出来。

虽然活在孤立中并不好，但却很容易做到。孤立舒适又方便。你不用等待别人。你不必在决定去哪里吃饭、看什么节目或何时锻炼时考虑他人。活在孤立中更省事。然而，它也更孤独、毫无喜乐，并且违背神为承载他形像的人，特别是为他的教会所设定的美好旨意。克服社交焦虑或克服在群体中对脆弱的恐惧可能很困难，但另一种选择不过是神所期望之生命的空壳。

孤立会导致毁灭。一句箴言如同响亮的警笛警示我们孤立的危险。箴言 18:1 说：“与众寡合的，独自寻求心愿，并恼恨一切真智慧。”这节经文强调群体对我们属灵保护的重要性。

那我们如何避免孤立？答案是：优先考虑并追求与他人建立关系。你要如何追求群体？答案是成为他人的群体。理解圣经论群体，首先要认识到我们蒙召要像基督接近我们那样去接近他人。

1

加入教会

为群体而生

永活的真神是万物的创造者（创 1）。他是关系性的神，在他自身之内就有爱的相交。三位一体作为群体的典范，向我们显明神本质上是独一的，却以三个不同的位格存在：圣父、圣子和圣灵（创 1:1-2；约 1:1-4）。三位一体中的每一位都是完全的神，然而只有一位神。他创造人类并视之为他所造的至宝。他按着自己的形像造了我们（创 1:26-27）。

作为神形像的承载者，我们要反映和代表他。神创造我们，是要我们与自己以及其他承载他形像的人建立关系。我们与他人建立关系，就是反映神品格（慈爱、忍耐、恩慈、诚实）的一种方式。探究圣经中关于群体的教导就会发现，神创造我们，是要我们生活在群体中。他创造我们，是要我们与他人一同生活、彼此交流、共同经历人生的起伏。按照他智慧的设计，我们并非在孤立中成长成熟，而是借着刻意与他的子民建立关系（弗 4:15-16）。

寻找群体

读书会、健身班、知识问答之夜等等。然而，寻找基督徒群体的最佳场所，是一个健康、传扬福音的地方教会。教会是神的家（约 1:12-13；弗 1:4-5；2:19）。教会由相信福音、爱基督、委身于帮助他人跟随基督的人组成，如果你是基督徒，你将与他们共度永生。

基督满有恩慈地将这些人赐给你，作为你的基督徒团契。你应该渴望让这些人成为你的群体。神解决孤立问题的答案就是地方教会。因着神的恩典，当你悔改自己的罪并相信福音时，圣灵使你与基督耶稣联合（弗 1:13-14）。他也使你与他在基督里的子民联合（林前 12:12-13；弗

实践指南

2:11-16)。基督拯救了你这个个体，却不是要你孤立生活。他希望你与那些公开认同他的人——教会——在一起，并与他们一同生活。当你开始寻找教会群体时，要记得，没有完美的教会。教会由因信基督、蒙恩得救的罪人组成（弗 2:1-10），也由正在基督里成圣的罪人组成（帖前 5:23-24）。这意味着教会里充满蒙恩得救的罪人，他们仍然会犯罪，也会被人得罪。教会由饶恕他人、也蒙他人饶恕的罪人组成。因此，你要明白，寻求和体验群体的过程并非一帆风顺。你会经历失望、伤害和心痛，这些都可能促使你退回孤立之中。

不要因此气馁。当我们读到圣经中关于孤独的经文时，我们看到神是发慈悲的父、赐各样安慰的神（林后 1:3-5）。他能安慰你的伤痛。此外，拥有群体值得你承受一些失望和沮丧。C. S. 路易斯提醒我们这一点，他说：

去爱就意味着变得脆弱。爱上任何事物，你的心都会被揪紧，甚至破碎。如果你想确保它完好无损，就不要把它交给任何人，哪怕是动物。用爱好和小小的奢侈品小心翼翼地包裹它；避免一切纠葛。把它安全地锁进你自私的棺材里。但在那安全、黑暗、静止、缺氧的棺材里，它会改变。它不会破碎，却会变得坚不可摧、无可救药。去爱就意味着变得脆弱。[1] 虽然教会并不完美，但它有一位完美的救主。他正在使他的教会成熟，并将在末日使它完全（林后 5:21；腓 1:6）。教会如今还未成为将来的样子（约一 3:1-3）。你不会找到一个完美的教会。然而，靠着神的恩典，你可以找到一个健康的教会，并在那里建立美好的群体。在寻找教会时，应优先考虑持守纯正教义、注重释经式讲道的教会。你要寻找一个在聚会中，尤其是在讲道中高举基督的教会。忠实的福音宣讲对群体的影响，如同引擎对汽车的影响。它并非全部，却是最重要的部分。你也要留意教会是否操练圣经所教导的接待（罗 15:7），以及他们彼此相爱是否显而易见（约 13:34-35）。以下是一些你可以思考的问题：

- 这个教会是否彼此热情地欢迎、问候，并接待访客？
- 是否有教会成员主动向你介绍自己，与你交谈，或邀请你在聚会结束后加入他们？

如果这些问题的答案为“是”，这强烈表明这是一个值得加入的好地方，也有助于你克服在群体中害怕暴露脆弱的心态。在寻找群体的过程中，最

圣经如何看待群体

好选择一个让人难以默默隐身、又容易与他人建立联系的教会。这样的教会能让你更好地避免孤立，找到群体的真正意义。

成为教会成员

当你找到合适的教会，就去申请成为教会成员。这是建立群体的第一步。你希望你的群体是由那些全心全意委身于你的人所组成，你也同样全心全意地委身于他们。这种委身如同温室孕育着有意义的人际关系。它为群体的成长提供环境，也打开坦诚相待、敞开心扉的大门，让你能够放下戒备。

这种委身高声宣告：“无论你分享什么，我都在这里支持你，我会为你分担重担（加 6:1-2）。”通过成为教会成员，你正式成为这个大家庭的一员。你的成员身份邀请教会的弟兄姊妹来认识你，而你也去认识他们。你实际上已让自己更难孤立生活，也更容易融入群体生活。靠着神的恩典，你已经迈进通往群体生活的大门，受到欢迎，与这些人建立丰富、有意义、彼此鼓励的关系。

问题反思：

1. 知道神创造你是为了让你生活在群体中，会如何影响你对群体的追求？
2. 你曾在哪里寻找群体？为什么？
3. 为什么加入教会是融入群体生活的第一步？

2

主日崇拜： 早到，会后留下

既然你已成为教会成员，是时候采取更积极的行动来融入群体。虽然你加入了教会，但群体不太可能自动或立即形成。这需要你的自律和努力。每个周日，你都会在教会聚会中见到同样的人（来 10:24-25）。这种稳定性有利于建立群体。要好好利用这个机会。

在教会中建立群体的一个好方法是清空你的周日日程。尽可能把这一天留给教会成员，然后主动与他们互动。这是你克服社交焦虑和在群体中害怕暴露脆弱的开始。具体该怎么做？以下是一些建议。

提前到达聚会地点

教会集体敬拜时，人们常常会把它想象成去看电影。你赶在电影开始前到达，不与周围的人交谈，只顾自己。看完电影后，你一声不吭地离开。在电影院这样做或许无可厚非，但在教会里，这种行为却会带来糟糕的体验。它会导致孤立，阻碍群体的建立。你限制了自己与人交往的机会，从而妨碍自己建立有意义的人际关系。因此，提前到达聚会地点是明智之举。

尽量在聚会开始前 10-15 分钟到达。这样你就有时间在聚会开始前与人进行一两次简单的交谈。当你进入教会时，不要问自己：“谁会和我聊天？谁会主动和我搭话？”这些问题源于以自我为中心的心态。要记得，基督来不是要受人服侍，乃是要服侍人（可 10:45）。他呼召你像他爱你一样去爱他人（约 13:34-35）。

因此，求主帮助你进入教会时要顾念他人的需要（腓 2:1-4）。这或许听起来有些反直觉，但要想拥有一个群体，你必须为了他人的益处而付出。你必须关心他人才能建立彼此关爱的关系。要想拥有朋友，你必须优先考虑如何当朋友并以圣经中关于友谊的经文为榜样。当你努力了解他人时，

圣经如何看待群体

他人通常也会了解你。所以，带着服侍者的心态走进教会并问问自己：“我可以和谁交谈？我可以鼓励谁？”主动开启对话可能会让人感到尴尬和困难。相信我，我感同身受！而且，大多数对话都简短而肤浅。你问：“你好吗？”对方回答：“我很好”，然后对话就结束了。你要避免这种情况。开启有意义对话的一个有效方法是准备一些精心挑选的问题来引导谈话。以下是一些你可以问的问题：

- 你这周过得怎么样？
- 过去一周有什么让你感到鼓舞的事情？
- 这段时间有什么事情让你感到喜乐？
- 你今天有机会看讲道的经文吗？你希望牧师解答什么问题？
- 这周你的信心得到哪些鼓励？
- 过去一周有什么让你感到沮丧的事情吗？
- 过去一周有没有发生什么事是我可以为你祷告的？
- 上周有什么让你感到高兴或沮丧的事情吗？
- 你这周有什么值得感恩的事吗？
- 你通常怎样安排你的一周？

只需有意识地提出一两个问题，对话就会自然而然地展开。当对方回答你的问题，你会对他们有更深入的了解，反之亦然。当你主动发起对话，你就能成为主手中造福他人的器皿。这是成年人寻找属灵朋友的一个实用方法。当你为他们祷告并在下一周继续跟进，你很可能会与他们建立友谊。当你养成这种习惯，你就会认识更多的人并为建立基督徒团契奠定基础。

聚会结束后留下来

聚会结束后，最容易让人想拿上自己的东西就离开。你已经参加了一个多小时的聚会。你可能想回家。你可能饿了。你可能不认识任何人。也可能没有人认识你。你也想避免独自一人站着的尴尬。但我要提醒你不要这样做，因为聚会结束后立即离开的习惯会加剧孤立。你关上了认识别人和被别人认识的大门。

所以，不要抓住机会离开，而是要积极参与其中。聚会结束后，正是投入时间和精力与他人建立关系、积累友谊的绝佳时机。这正是我们活出圣经中关于群体的教导的方式。你可以主动与周围的人攀谈，毕竟你们距离最近。你也可以环顾四周看看谁独自一人或没有和任何人说话。你可以主动上前与他们交谈。你可以自我介绍并询问他们参加教会多久了，以及他们

实践指南

是否为本地人。在对某人有了初步了解之后，你可以询问一些关于聚会和讲道的问题。以下是一些你可以提出的问题：

- 主如何通过讲道鼓励你？
- 讲道中有哪些观点、经文或句子让你特别感动？
- 讲道中哪些观点你想进一步默想？
- 你想如何将这篇讲道应用到你的生活中？
- 根据这篇讲道，我这周可以怎样为你祷告？
- 我们唱的哪些诗歌激发你对主的爱慕？
- 我这周可以怎样为你祷告？

对话不必长，但一定要用心。当你提问并回答对方的问题时，你既是在努力关心他人，也是在敞开心扉接受他人的关怀。你们进行了一次有意义的对话。现在，你知道可以怎样为他们祷告了。我的一位牧师朋友提出了一个用于聚会后互动的“3-2-1”原则：他问候三个人，向两个人提问，再与一个人深入交谈。他还会为与他深入交谈的人祷告，并在之后跟进。这个原则实用且容易照做。如果你采用这个原则，每次去教会都会主动与六位不同的人互动。对话的层次就像走进游泳池，你会逐渐走向更深的水域。这是克服孤独的绝佳方法。想想看，主会借着这个简单的方法使用你祝福多少人！

聚会后的午餐

聚会结束后，每个人都会参与一项活动——吃午餐。人们通常都饿了，许多人已经安排好午餐或正准备安排。你也会在聚会结束后吃午餐。在这方面，避免孤立并不需要你大幅改变日程安排，只需要在日常活动中增加同行的人。因此，要把聚会结束后定期与他人共进午餐作为目标（创2:18）。这是操练圣经所教导的接待的美好方式。安排可以多种多样。你可以：

- 煮一锅汤或意大利面并邀请一到三位朋友到你家来。
- 邀请朋友到你家，举办一场每人带菜分享的聚餐。
- 邀请朋友到你家，订几盒披萨，然后大家分摊费用。
- 邀请朋友自带食物（BYOF）到你家。
- 邀请朋友与你共进午餐。

如果你邀请朋友去餐厅吃饭，确保那餐厅符合一些条件。其中之一就是价格要实惠。如果餐厅价格过高，就会让一些人望而却步。目标是在教会中

圣经如何看待群体

建立和巩固人际关系，避免孤立。因此，尽量选择经济实惠的餐食。另一个需要考虑的因素是用餐环境是否良好。邀请大家共进午餐时，尽量选择一个适合交谈的场所。嘈杂的环境会扼杀交流。然而，如果环境适宜交谈，你们就可以进行彼此造就的讨论。午餐时，你可以问一些上面提到的问题，也可以问一些类似的问题，例如：

- 你的故事是什么？
- 主是如何用他的恩典拯救你的？
- 主是如何带领你来到这间教会的？
- 哪三位基督徒对你的信仰影响最大？
- 哪三本书对你的信仰产生了深远影响？

当你提出并回答这些问题时，你就是在积极建立基督徒群体。随着这种习惯的养成，你会发现自己独处的时间越来越少，与他人相处的时间越来越多。当你持续与同一群人这样做，你们的友谊就会不断加深。随着时间推移，只要持续与同一群人相处，群体就会逐渐形成。这样做能拉近你与他人的距离，也有助于按圣经的教导平衡独处与孤立。所以，养成聚会结束后与他人共进午餐的习惯吧。

问题反思：

1. 你有多常会带着以自我为中心的心态（谁会和我说话等等）来对待周日聚会，而不是以他人为中心的心态（我可以和谁交谈，我可以鼓励谁）？
2. 不同的心态会如何影响你的行为和动机？
3. 你计划应用本文中的哪一项内容？

3

门徒训练——共同生活

当你逃离孤立的生活并奔向群体生活时，有意识地优先安排与少数人一起生活至关重要。氧气对身体的作用与跟少数人持续且有意识地相处对群体的作用类似。这是必需的。没有氧气，你就成了一具尸体。如果没有持续且有意识地与人相处，你就会孤独。理解群体的重要性意味着认识到我们并非为孤立度日而造。正如前文所述，教会是神为解决孤立而预备的答案。在教会内建立基督徒群体的一种方式是通过门训的关系。

在基督的地上服侍期间，他的主要群体由他的门徒组成（可 3:14）。耶稣与他们一同生活。他行走、教导、祷告、行神迹、吃饭、睡觉时，他们都与他同在（可 4:1-5:43；路 11:1-4）。他是我们的标准和榜样，以人的样式向我们显明三位一体所呈现的群体典范。此外，使徒保罗在传道期间也总是有人陪伴（徒 16:3-4；20:4-5）。因此，在你寻求群体的过程中，要优先考虑并努力建立门徒训练关系。通过门徒训练，你将深入而真切地认识几个人。这些关系将帮助你和他们共同抵挡罪，并越来越像基督（来 3:12-14；腓 1:25-26）。成圣既是个人的努力，也是群体的共同努力（腓 3:12-14；提后 2:22）。我们在一同认识基督和他的爱时，成长得最好（弗 3:17-19）。

门徒训练是一种生命影响生命的关系，旨在帮助彼此在基督里成长。它意味着与他人分享福音的真理和你的生命（帖前 2:8-10），也意味着与他人一同打开圣经，并向他们开放你的时间。这是克服孤独的实际方法。它绝不轻松，也比你想象的更复杂，因为我们都是罪人，却刻意与其他罪人相处。虽然这会带来一些不适，但随着时间推移，它会结出牢固而甜蜜的关系果实。借着这些关系，你和他们都会更像基督，而这正是神的目的（罗 8:28-29）。借着门徒训练关系，你将拥有自己所需要的——真正的基督徒团契。

圣经如何看待群体

门徒训练对象

教会中的门徒训练关系通常由较成熟的成员带领较不成熟的成员（林前 11:1；腓 3:14-17）。这通常意味着年长者带领年轻成员（多 2:1-8）。使徒保罗曾带领提摩太和提多，称他们为“在信心中的儿子”（提前 1:2；多 1:4）。因此，当你观察教会时，要寻找一位与你性别相同、信仰比你成熟的成员。这往往是成年人找到能够磨砺自己的敬虔朋友的方式。你的牧师和领袖会很乐意帮助你寻找。同时，也要寻找一些信仰尚不成熟、可以由你带领的成员。下一步就是主动行动。

节奏：每周

一旦你组建了门训小组，就要养成每周聚会的习惯。每周聚会的节奏为建立良好的门徒训练关系和合乎圣经的群体奠定基础。这些聚会应该做什么？我建议你们花时间阅读圣经或优秀的基督教书籍，讨论如何应用、承认罪并祷告。大部分时间应该围绕神的话语展开，因为你们要以基督为根基建立群体。

靠着神的恩典，当你们在基督里成长时，你们也会一同成长（弗 4:15-16）。这就是门徒训练的目标。我们借着认识基督在爱 and 圣洁上不断成长（罗 12:2；腓 1:9-11；彼后 1:2-11）。当你们分享和聆听圣经的见解时，主会借此加增我们对他的爱。当你们一起祷告，彼此代祷时，主会加增你们彼此之间的情谊。当你们建立起这种每周的规律时，你们就更难孤立生活，更容易融入群体生活。你们每周都有一个固定的时间与几位弟兄姊妹见面。不仅如此，由于主日聚会和门训小组，你们每周至少会见到他们两次。当你们定期聚会并有意识地花时间在一起，你们就会开始形成一个群体并切实地体验到群体的意义。

坦诚与脆弱

一个真正有深度的群体，是由一小群真正彼此了解的人所组成。这个群体坦诚地分享自身的长处、短处和挣扎。耶稣被钉十字架的那晚，他向几个门徒敞开心扉（可 14:32-35）。使徒保罗劝勉教会要彼此担当重担（加 6:1-2）。只有当你坦诚地分享你的重担时，你的群体才能分担你的重担。我们每个人都在与某些根深蒂固的罪争战。当我们研读圣经中关于孤独的描述时，我们常看到它与独自背负重担的沉重感联系在一起。

实践指南

我们每个人都在与这些特定罪的诱惑争战（雅 1:13-15）。我们每个人都有某些恐惧。我们每个人都会在某些方面感到沮丧。如果你想生活在一个真实、坦诚的群体中，就必须敞开心扉在他人面前袒露心声。这是克服在群体中对脆弱之恐惧的途径。神正是借着这种坦诚来建立亲密关系。坦诚会带来更多的坦诚。它就像空气一样让脆弱和亲密在群体中流通。你渴望了解你的群体，也渴望被他们了解。这种亲密的了解会将你们的心紧紧相连。

坦诚和脆弱是为了让我们在基督里成长。这样做，是要借着门训小组获得神的帮助。你坦诚敞开，小组成员就会知道具体可以怎样为你祷告、鼓励你，并在之后跟进；你也能这样为他们做。正如我所说，圣洁和坚忍需要群体共同努力（来 3:12-14；12:14-17）。这回答了“孤立是罪还是一个阶段？”这个问题——我们不该独自在黑暗中争战。

重视相处的时间

每周一起研读圣经是门徒关系中不可或缺的一部分。它在灵命塑造上扮演着至关重要的角色（约 17:17）。然而，门徒训练远不止每周一次的查经。耶稣的门徒不仅在他教导的时候与他在一起，他们时时刻刻都与他同在（可 3:14）。除了常规的圣经学习之外，与他人相处的时间可能会让人感到紧张不安甚至引发不安全感，因为我们都是罪人。我们自然而然地想要掩盖自己的瑕疵、软弱和罪恶。然而，我们邀请他人进入我们的生活并非因为我们完美无缺，也不是为了取悦他人或表现自己。爱才是我们邀请他人的真正原因。

时间弥足珍贵，一去不复返。因此，愿意邀请他人进入你的生活，就显出你对他们的真挚情感（帖前 2:8）。真挚的爱是群体不可或缺的元素，也活出了圣经所教导的接待。重视与他人相处的时间，并不意味着要彻底改变日程安排；你只需愿意向他人开放自己的时间，把他们融入日常生活，从而摆脱孤独。你需要反思自己的生活节奏，看看可以邀请他人参与哪些活动。活动内容和相处时间长短可以因情况而异。你们可以一起度过一天、几个小时，或者 30 分钟。无论时间长短，每一次相处都很宝贵，因为它有助于群体形成。你们每次相处都是对这段关系的一点投入，也是为建立群体添上的一块砖。

你的日程安排有哪些规律？如果你喜欢运动，可以邀请朋友一起锻炼。在健身房或跑步时共处的时光能为深入交流和社交互动提供绝佳的契机。这

圣经如何看待群体

是一种互相鼓励和支持的方式。共同的经历会成为美好的回忆。这些经历的积累会产生滚雪球效应，加速群体的形成和亲密关系的建立。你可以邀请门训小组的成员一起参加以下活动：

- 与你的家人共进晚餐
- 居家项目
- 服侍项目
- 公园散步
- 露营
- 爬山
- 周末旅行
- 购买日用品
- 看电影
- 游戏之夜
- 观看体育比赛
- 篝火晚会

刻意花时间与你所带领或带领你的人相处将有助于你建立群体并活出圣经中关于友谊的教导。你与他们相处的时间越多，你们的关系就越牢固。你将体验到生活在一个充满爱与鼓励的群体中的喜乐。

问题反思：

1. 本章是否改变、挑战或印证你对门徒训练的看法？如果是，请具体说明。
2. 你是否是门训小组的一员？如果是，你是否向小组中的成员敞开心扉？
3. 你可以邀请门训小组成员加入你的哪些日常活动？

4

接待：

敞开家门，敞开心扉

追求群体需要刻意花时间相处。彼此相处的时间越有意义，群体关系就越深厚。避免孤立、培养群体的一个重要途径就是接待。彼此敞开生活，最能活出群体的意义。圣经所说的接待，就是爱陌生人，欢迎客人到家中并接纳他们。

神是好客的。他满怀爱意地创造世界，欢迎我们进入他的世界（创 1）。他创造伊甸园，将亚当带进他的同在，亚当在那里与神同行（创 2:15；3:8）。亚当犯罪后，神将他逐出自己的同在（创 3:24）。神是圣洁的，人是有罪的。人类生来就因罪与神隔绝（赛 59:2）。当我们查考圣经中关于孤独的论述时，会发现孤独归根结底源于这种隔绝。神一定定意使罪人与自己和好，将他们带回他的同在。

在旧约中，神满有恩慈地作了安排，允许大祭司暂时来到他的同在，献祭为自己和以色列人的罪赎罪（利 16）。这献祭的工作预表了基督的救赎之工。基督这位神的儿子成为人，借着他的死和复活使罪人与神和好（彼前 3:18）。如今，被高举的基督正在天上为我们预备地方（约 14:2-3）。基督必要再来，神将在新天新地与我们同住（启 21:1-5；22:14）。鉴于这一切，说神是最好客的一点也不为过！但关键在于：这位最好客的神命令他的子民效法他，照着圣经的教导彼此接待（罗 12:13；彼前 4:9）。我们敞开家门，彼此相爱、服侍、祝福，正如神这样待我们一样。这正是基督徒团契的核心。

在当今时代，接待与主流文化背道而驰。我们生活在一个人们不愿向他人敞开家门的时代。人们通常在家以外的地方相聚，也常把家视为私人的避难所，希望它始终不受打扰。然而，福音引导我们以不同的眼光看待自己的家。[1] 我们以爱心彼此接纳，如同基督接纳我们一样（罗 15:7）。

圣经如何看待群体

如果我们想活在基督徒群体中，拥有健康的人际关系，就必须委身于接待。当你敞开家门，就创造了彼此亲近的机会。刻意在家中共度时光，能让你的群体更像一个家庭。

接待不意味着什么

我们需要澄清接待不意味着什么。首先，接待并不意味着你必须外向。性格外向的人并非唯一应该接待他人的人。圣经命令所有基督徒，无论性格如何，都要彼此款待，不发怨言（彼前 4:9）。性格比较内向的人可能需要付出更多努力和精力来接待他人。然而，主的恩典是够用的（林后 12:9-10）。圣灵是帮助者，随时准备帮助你克服社交焦虑（约 14）。接待也不意味着你要提供娱乐。你接待客人时，并不是在为他们表演。

接待并不是要努力取悦客人，让他们玩得开心。剧院、体育场和竞技场才提供娱乐、愉悦和消遣。你接待客人，不是为了娱乐他们，而是为了与他们互动、关爱并服侍他们。这样，重点就从表现自己转向与人交往。接待并不意味着你要有一座奢华的宅邸供人参观，或提供最美味的佳肴让人享用。你的家不是展示绘画、照片、装饰品和各种小玩意儿的艺术画廊，也不是陈列藏品和奖杯的博物馆。相反，你的家是彼此联系、互动、鼓励和重新得力的地方。接待客人时，餐食不必达到米其林星级！你不必提供全套正餐或准备精美菜单，也不必为了招待客人而倾家荡产。做一锅意大利面或塔可饼就好！接待客人的目标不是让他们惊艳，而是照着圣经有关群体的教导，在主里造就他们。

我有些朋友多年来一直在家举办每周一次的“塔可星期二”活动。塔可饼价格实惠，算不上什么高档菜，却是我的朋友们所提供的。对他们来说，“塔可星期二”最初只是几个朋友聚在一起享用一顿实惠的饭，如今已发展成每周一次的大型聚会。每周的塔可饼让他们拥有丰富的群体生活和甜蜜的友谊。如果你和客人交谈，他们会告诉你，他们来参加聚会并非为了塔可饼，而是为了这里的人和共度的美好时光。这正是成年人结交敬虔朋友的一个实际例子。

接待的含义

接待，就是欢迎客人到你家，以祝福和服侍他们为目标。你希望他们得到鼓励，也希望主借着他们在你家中的时光使他们重新得力、继续前行。因此，接待客人时，要把它看作造就他们的机会。在家中共度的时光会巩固你们的关系，也会使群体更加牢固。

实践指南

当你委身于接待他人时，需要为自己建立良好、可持续的节奏。圣经没有规定你应该多久接待一次，也没有强制要求接待的频率，只要求你有正确的接待心态（彼前 4:9）。长跑运动员会告诉你，跑好比赛的关键在于保持合适的节奏。如果一开始跑得太快、太猛，你就会筋疲力尽。维系健康的群体不是短跑，而是一场马拉松。每天或每周接待三次，可能让你难以坚持。我建议我从慢开始，逐步增加频率。这有助于按圣经的教导平衡独处与孤立。随着你持续接待客人，群体关系不会在几天内迅速加深，而会在数月甚至数年间逐渐稳固。

有意义的对话

接待客人时，你有机会安排话题并引导对话。你希望这段时间有意义、令人难忘。你应该准备几个问题，引导出真挚的对话，帮助人们克服在群体中害怕暴露脆弱的心态。以下是一些你可以问的问题：

- 主是如何拯救你的？
- 这段时期有什么美好的事（玫瑰）？
- 这段时期有什么艰难的事（荆棘）？
- 主正在教导你什么（花蕾）？
- 你最喜欢哪一首基督教歌曲（圣诗、现代敬拜歌曲或福音歌曲）（香气）？
- 最近哪段经文特别造就你？为什么？
- 你正在读什么经文？它如何鼓励你？
- 这段时期，神的哪一种属性最深地造就了你？
- 这段时期，你对神的哪一种属性有所怀疑？为什么？哪段经文能帮助你抵挡这种怀疑？

引导对话时，你也要回答自己提出的问题。你敞开心扉，是希望他们认识你。你要分享自己的悲伤和挣扎，也分享主赐给你的美好时刻。这是克服孤独的重要一环。你越敞开心扉，别人就越有机会真正认识你，你也就越能拥有群体。当你委身于接待他人并向他们敞开心扉时，群体关系也会日益深厚。

思想圣经中关于友谊的经文，我们看到朋友总是彼此相爱。邀请他人进入你的生活，就是在活出圣经所描绘、滋养灵魂的群体。即使你正在与孤独挣扎，也要记得：神叫孤独的有家。

圣经如何看待群体

问题反思：

1. 本章内容如何影响你对待客之道的看法？
2. 神在基督里接纳了你，这如何激励你接待他人？
3. 下周你可以邀请谁来你家？你可以问哪些问题来促进有意义的对话？

5

着眼长远

一个真正有意义、令人受益匪浅的群体并非一朝一夕就能建立起来。它需要时间和用心经营。如果把群体比作一顿饭，那它并非用微波炉烹制而是用慢炖锅慢慢炖煮。慢炖锅烹饪需要几个小时，需要耐心。同样，一个真正的群体也需要时间来形成和享受，需要付出努力和耐心。它包含舍己和殷勤地关怀他人（路 9:23-24；腓 2:3-5）。避免孤立并融入基督徒群体的生活方式是一种着眼长远的委身。这究竟意味着什么？

眼光

你若想活出并保持群体生活，你必须保持正确的观念。要记得你的群体规模有限。神创造你使你成为一个能力、知识和时间都有限的人。你不可能认识所有人也不可能被所有人认识。你可以交际广泛却浮于表面，但你却无法拥有真正的基督徒团契。或是你可以采取“少即是多”的心态。你认识的人不多，但你对他们有深入的了解。你可以优先考虑鼓励一小群人，同时也为其他教会成员祷告（来 3:12-14）。你越深入认识这几个人，就越能给予他们具体的关怀和鼓励。这才是群体生活的真谛。

祷告

建立一个丰富深厚的群体，是值得你恒切祈求的美好事项。神乐意应允这样的祷告，因为他创造你，是要你与他自己及他的子民建立关系。他把你带进他的家，希望借着他的子民将他的安慰和爱传递给你（约 13:34-35；林后 1:3-7）。耶稣吩咐我们祷告，并应许祈求若合乎他的旨意，就必蒙应允（太 7:7-11；约 14:13-14）。与教会成员一同活在群体中，无疑合乎主的旨意。因此，你应当恒切为群体祷告，并用圣经中有关群体的经文充实这些祷告。你为此祷告，表明你倚靠神。

每当主赐你丰富的群体生活，你都应继续为此祷告。你需要主使群体成长。不为群体祷告，会使它像死去的植物一样枯萎；恒切祷告却能使它兴盛。祈求彼此的关系更加深厚、更加甜蜜。祈求群体委身活出新约中那些“彼

圣经如何看待群体

此”的教导（约 13:34-35；加 6:1-2；帖前 4:18）。这对于克服孤独不可或缺。祷告能有效维系持久的群体，也是不可缺少的。

陪伴

群体，顾名思义，需要人与人面对面建立关系。这是拥有真正群体的唯一途径。共度时光是群体形成和巩固的主要方式。努力避免孤立，意味着委身与他人相处。如果有人属于你的群体，他们会在你需要时陪伴你，你也会同样陪伴他们。如果你想拥有稳固而持久的群体，就要委身于陪伴的服侍（箴 17:17）。圣经鼓励基督徒这样生活（罗 12:15）。

- 陪伴的服侍带给人的祝福远超你的想象，也显出怜悯和关怀。在约伯的朋友身上，我们唯一可以称赞的举动就是陪伴（伯 2:11-13）。在数字时代，亲身陪伴如同用扩音器高声宣告爱与委身。圣经教导我们凡事都有定时（传 3:1-8）。当你重视在顺境和逆境中陪伴他人时，就能加深彼此的关系。你应该在什么情况下陪伴他人？要立定目标，在以下时刻陪伴你的社群成员：
- 有人升职。
- 有人失业。
- 一段关系结束。
- 有人订婚。
- 有一场婚礼
- 有一场葬礼
- 有人被确诊患病
- 有人手术成功
- 有人流产
- 有人迎来孩子出生
- 某人的父母离婚
- 有人家中水管爆裂
- 有人买新房子

实践指南

当你寻求群体作为你生命中的生命线时，要竭力爱人如己并成为他人的群体（加 5:14）。人与人之间的相处正是如此重要。当你不断陪伴他人，分担他们的悲伤和喜乐时，你的群体就会像你在基督里所拥有的属灵家庭一样。你越是陪伴他人，就越能避免孤立。你越是陪伴他人，就越能活出圣经中关于群体生活的教导。你越是陪伴他人，他们就越能感受到你的爱。你越是陪伴他人，你们的关系就越丰富、越甜蜜。你渴望的群体生活，不仅仅是短暂的，而是一生的。你委身于与他人相处无疑会帮助你实现这个目标并解答如何摆脱孤独的疑问。

耐心

群体的建立并非一朝一夕，也无法操之过急。它通常不会按照我们不知不觉为它设定的时间表形成，而是借着有意识的互动和共度时光，随着时间逐渐发展。关键词是“日积月累”。这需要耐心，也就是能够等待、包容，不抱怨也不放弃。主耐心对待他的子民（出 34:6-7），也呼召他的子民以同样的忍耐待人（加 5:22-23；弗 4:1-3；西 3:12-14；帖前 5:14）。爱是恒久忍耐（林前 13:4）。如果你想活在群体中，就需要耐心。

在寻求群体的过程中，你需要耐心。你们可能不会立刻合得来。并非每次互动都会愉快或顺利，也并非每次对话都会轻松自在。难免会有尴尬的时刻。你可能需要一些时间向他人敞开心扉，他们也可能需要时间向你敞开。这是克服在群体中害怕暴露脆弱的过程。在一段时间内，你或许会是主要主动邀约的人。然而，每一次互动和共同经历，都是建立群体的一步。

你需要耐心，才能活在群体中。你会发现他人身上一些自己不喜欢的怪癖，也会遇到困难的时刻。你会劝诫和责备他人，也会接受劝诫和责备（箴 27:5-6）。别人会得罪你，你需要饶恕他们（路 17:3-4）；你也会犯罪，需要寻求他人的饶恕。主会借着你的群体，使你更像他（腓 1:6）。

坚持不懈

追求和维持群体需要忍耐和坚持。你会感到疲惫，也可能会有想要放弃的时候。但这需要坚持不懈。使徒保罗说：“我们行善不可丧志，若不灰心，到了时候就要收成”（加 6:9）。这句经文值得你铭记于心，激励你努力融入群体并在成年后寻找敬虔的朋友。当你坚持不懈地追求他人时，最终必将享受你劳作而得的甜美成果。

圣经如何看待群体

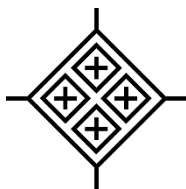
维系群体也需要坚持不懈。你希望群体关系更加深厚，彼此更加亲近，也希望鼓励与你一同生活的人（来 3:12-14）。你希望继续优先安排与他们相处的时间，尤其是在生活变得忙碌的时候。这需要你更加用心，而这一切也离不开坚持。精心照料的花园美丽宜人，令人赏心悦目。土壤状态良好，植物健康、修剪整齐，杂草也被拔除。这并非懒惰的成果，也不是消极被动或敷衍了事的结果，而是辛勤劳作、用心呵护、坚持耕耘的成果。你的群体也会因坚持不懈而兴盛。当你不断联系、鼓励、接待、关怀和服侍他人时，你不仅活在群体中，也在积极帮助它蓬勃成长。这就是群体为何重要的实际明证。

当你努力活在健康的群体中时，要常把保罗的劝勉放在心上：“所以，我亲爱的弟兄们，你们务要坚固，不可摇动，常常竭力多做主工，因为知道，你们的劳苦在主里面不是徒然的”（林前 15:58）。

健康的群体值得追求。虽然它需要时间成长，但你可以与人一同过丰富、彼此鼓励的生活。当你着眼长远时，要始终望向永恒的荣耀。借着福音，神在基督里使你成为他国度的子民、立约群体的成员和他家中的儿女（弗 2:11-22）。这正是圣经中群体教导的终极实现。因此，你将在神的同在中，与蒙救赎的人永远活在群体里（启 21:1-5；22:3-5）。愿这未来的真实景况不断塑造并激励你今生追求群体。

问题反思：

1. 以上五点哪个最能引起你的共鸣？
2. 你为群体代祷的生活如何？
3. 你在陪伴群体中的人这方面做得如何？



结语

你可能已经孤立生活了一段时间，并以为这种情况会一直持续下去。然而，神创造你，是要你拥有不一样、更美好的生活。神在基督里拯救你，使你进入远比孤立更美好、更甜蜜的关系——与他和他的子民建立关系。他已经以有效的呼召把你召入他的身体——教会（林前 12:12-14）。他希望你在他和他的子民相交中经历生命。

愿福音引领你主动亲近他人（可 10:45；腓 2:1-11）。愿基督的爱激励你成为他人的群体。愿神在创造和救赎中对人类的旨意促使你远离孤立、活在群体中。



约书亚·查特曼（Joshua Chatman）是田纳西州孟菲斯的中城浸信会（Midtown Baptist Church）牧师。他和妻子斯蒂芬妮，以及四个孩子杰斯、布雷莉、布里埃尔和斯凯勒住在中城。

