

## 神兒女愛的關係 — 鼓勵

### 1. 鼓勵…

- ▶ 什麼是『鼓勵』？
  - 『鼓勵』是用言語或行為去鼓舞、激勵、造就、建立一個人，使他能更成長、進步…。
    - ◆ 你們該彼此『勸慰、Encourage』、互相『建立、Build up』，正如你們素常所行的…。（帖撒羅尼迦前書：五11）
  - 『Encouraging』是給予勇氣、鼓舞激勵，『Discouraging』是奪走勇氣、使之灰心…。
- ▶ 我們在什麼樣的時候，需要被『鼓勵』？
  - 當我們嘗試去做一件從來沒有做過、或是很艱難的事，感到膽怯、沒有信心時…。
  - 當我們去做一件事，遇到挫折失敗，心中難過、灰心時…。
  - 當我們盡了全力、卻仍然沒有什麼結果、果效，心情沮喪時…。
  - 不只是失敗、做不好，即使是做得好，我們也是需要被鼓勵，才能繼續有進步成長…。
- ▶ 有什麼樣的原因，常常使我們無法去鼓勵別人？
  - 『Judging』、我們因著自我為義，常常會用很高的標準去期待、衡量、論斷人…。
  - 『Lecturing』、我們因著自我驕傲，常常喜歡教訓、批評人…。
  - 『Ignoring』、我們因著自我中心，常常會忽略別人的處境或是別人所作的努力…。
  - 『Culture』、我們可能受文化背景影響、很少有被鼓勵的經驗，也就不會鼓勵別人…。
- ▶ 若我們不會彼此鼓勵，常會有什麼樣的結果？
  - 可能都不想做、或是做起事來效率低落，而且不會願意去嘗試新的工作…。
  - 無論是個人、或是團體，我們可能都不會成長、進步…。
- ▶ 我們有沒有被人鼓勵過的經驗？這經驗對我們有什麼樣的影響？請分享。
  -

### 2. 鼓勵人的榜樣…

- ▶ 我們如何從耶穌的榜樣，去學習鼓勵別人？
  - 不是看一個人的過去、失敗，而是看他的潛力、優點…。（請參考約翰福音：一35-49）
    - ◆ 耶穌看著他說：你是約翰的兒子西門，你要稱為磯法…。（約翰福音：一42）
    - ◆ 耶穌看見拿但業來，就指著他說：他心裡是沒有詭詐的…。（約翰福音：一47）
  - 有親密的關係與清楚的目標，鼓勵才有其意義與功效…。（請參考馬太福音：四18-20）
    - ◆ 耶穌對他們說：來跟從我，我要叫你們得人如得魚一樣…。（馬太福音：四19）
  - 鼓勵一個人去做他不曾做過的事，並及時給予幫助…。（請參考馬太福音：十四22-33）
    - ◆ 彼得說：主，如果是你，請叫我從水面上走到你那裡去。耶穌說：你來罷。彼得就從船上下去，在水面上走，要到耶穌那裡去…。（馬太福音：十四28-29）
    - ◆ 只因見風甚大，就害怕，將要沉下去，便喊著說，主阿、救我。耶穌趕緊伸手拉住他…。（馬太福音：十四30-31）
  - 不吝於肯定、鼓勵一個人，並願意給予更多的責任…。（請參考馬太福音：十六13-20）
    - ◆ 西門巴約拿，你是有福的，因為這不是屬血肉的指示你的，乃是我在天上的父指示的…。你是彼得，我要把我的教會建造在這磐石上…。（馬太福音：十六17-18）

- 體恤人的軟弱與失敗，並願意為他的將來禱告…。(請參考路加福音：二十二31-34)
  - ◆ 但我已經為你祈求，叫你不至於失了信心，你回頭以後，要堅固你的弟兄…。(路加福音：二十二32)
- 即使一個人失敗過，也不放棄他，再次給他機會…。(請參考約翰福音：二十一15-17)
  - ◆ 彼得因為耶穌第三次對他說：你愛我麼，就憂愁，對耶穌說：主阿，你是無所不知的，你知道我愛你。耶穌說：你餵養我的羊…。(約翰福音：二十一17)
- 耶穌也常常激勵稱讚這些不被人重視，甚至被人誤解的人…。
  - ◆ 耶穌稱讚寡婦的奉獻…。(請參考路加福音：二十一1-4)
  - ◆ 耶穌稱讚馬利亞在耶穌腳前聽道…。(請參考路加福音：十38-42)
  - ◆ 耶穌稱讚馬利亞用香膏抹主…。(請參考約翰福音：十二1-8)
- ▶ 保羅曾經如何去鼓勵他周圍的人？
  - 保羅待提摩太如同自己的兒子，常常寫信鼓勵他…。(請參考提摩太前書：四12-15)
    - ◆ 不可叫人小看自己年輕，要在各方面作信徒榜樣…。
    - ◆ 不要輕忽自己所得的恩賜，更要叫人看出自己的長進…。
  - 保羅也常常在他的書信中鼓勵別人…。
    - ◆ 勉勵灰心的人，扶助軟弱的人，也要向眾人忍耐…。(帖撒羅尼迦前書：五14b)
    - ◆ 又要彼此相顧、激發愛心、勉勵行善。你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉…。(希伯來書：十24-25)
    - ◆ 打發我們的兄弟…前去堅固你們，並在你們所信的道上勸慰你們，免得有人被諸般患難搖動…。(帖撒羅尼迦前書：三2-3)

### 3. 鼓勵人的秘訣…

- ▶ 我們要如何學習，去鼓勵自己身邊的人？
  - 我們要先親近神、天天向神來求智慧…。
    - ◆ 主耶和華賜我受教者的舌頭，使我知道怎樣用言語扶助疲乏的人，主每早晨提醒、提醒我的耳朵，使我能聽、像受教者一樣。The Almighty Lord will teach me what to say, so I will know how to encourage weary people. (以賽亞書：五十4, GW)
  - 確認自己所說所有的言語，都是鼓勵、建造人的話，而非使人沮喪、拆毀人的話…。
    - ◆ 隨事說造就人的好話，叫聽見的人得益處…。(以弗所書：四29, NIV)  
Do not let any unwholesome talk come out of your mouths, but only what is helpful for building others up according to their needs, that it may benefit those who listen.
- ▶ 當我們不知道如何去鼓勵一個人時，可以學著如何來做？
  - 『Be Understanding、站在對方立場來鼓勵』：先試著去了解對方的處境與心態…。
  - 『Be Sincere、要出自內心誠懇的鼓勵』：不要只是『有口無心、Lip Service』…。
  - 『Be Specific、要有明確具體的鼓勵』：試著去看對方的優點與潛力，來鼓勵對方…。
  - 『Be Personal、基於個人關係的鼓勵』：試著與對方建立親密關係，並為對方禱告…。

### 4. 我們的回應…

- ☞ 從今天的分享，我們可以有什麼樣的回應？
  - 我們是否經歷過神對我們、弟兄姊妹對我們的鼓勵？我們是否也願意學著去鼓勵別人？
- ☞ 背誦經文：
  - 人心憂慮、屈而不伸，一句良言、使心歡樂…。(箴言：十二25)