

# 耐 忍



## 課前引言

有時我們會失去耐性，有  
哪些情況是你會感到挫敗而  
失去耐心的？通常是因為人或  
事的緣故嗎？

今天的社會和生活方式是否鼓勵一個  
人要有耐心呢？

你認為耐心是自然生成的嗎？是與天俱來  
的？還是它是在我們成長過程中學習而來的  
呢？

## 字辭庫

frustrated (adj)

prosper (v)

temper (n)

boast (v)

endurance (n)

self-control (n)

感到挫敗的

興旺

脾氣

誇耀

堅忍；耐力

自制

glorious (adj)

榮耀的

merciful (adj)

仁慈的；憐憫的

## 神的話

(現代中譯本修訂本)

安娜是個相當有耐心的婦女，多年來，她一直在等待著上帝所應許的救贖主出現。最後他終於來到！她很感恩，並興奮地想與人分享這個大好消息。

### 路加福音 二：36 - 38

36 有一個女先知，名叫安娜，是亞設支族法內力的女兒。她已經很老了，曾結過婚，跟丈夫一起生活了七年，37 以後寡居，現在已經八十四歲。她沒有離開過聖殿，日夜敬拜上帝，禁食、禱告。38 正在這時候，她也來了，頌讚上帝，並且向所有期待上帝來救贖耶路撒冷的人宣講這孩子的事。

### 詩篇 三十七：7 - 9

7 要耐心等候在上主面前；不要因興盛的人而懊惱，不要因惡謀得逞的人而不平。8 不要氣憤，不要發怒；不要懊惱，這對你有害無益。9 信靠上主的人要安居在這片土地上；但是作惡的人要被趕走。

### 箴言 十四：29；十五：18

14:29 不輕易動怒的才算聰明人；脾氣急躁的暴露愚拙。

15:18 脾氣急躁，招惹紛爭；性情容忍，培植和平。

### 羅馬書 五：3 - 4

3 不但如此，在患難中，我們仍然喜樂；因為我們知道患難培養忍耐，4 忍耐蒙上帝嘉許，上帝的嘉許帶來盼望。

### 加拉太書 五：22 - 23

22 至於聖靈所結的果子，就是：博愛、喜樂、和平、忍耐、仁慈、良善、忠信、23 溫柔、節制。這些事是沒有任何法律會加以禁止的。

### 歌羅西書 一：11

願你們從祂榮耀的權能中得到堅強的力量，有耐心忍受一切。

### 提摩太前書 一：15 - 16

使徒保羅寫信給提摩太，鼓勵他的信仰與事奉。提摩太是以弗所教會裡的一位教師和領袖。

15 「基督耶穌降世的目的是要拯救罪人」這話是可靠、值得完全接受的。我是罪人中最壞的一個，16 可是這正是上帝憐憫我的原因，好使基督耶穌對我這罪人中最壞的一個顯示他充分的忍耐，使我得以作那些以後要信祂、接受永恆生命的人的榜樣。

進深研究，請參見尼希米記 九：17；箴言 十六：32；羅馬書 二：4；  
哥林多前書 十三：4

## 想一想

1. 安娜是誰？她在等待什麼？安娜怎樣顯出她的耐心？(路加福音 二：36-38)

---

2. 為什麼耐心如此重要？耐心怎樣幫助我們？(箴言 十四：29；十五：18)

---

3. 為什麼我們能誇耀我們的患難？患難能生出什麼？(羅馬書 五：3-4)

---

4. 忍耐和加拉太書五章 22-23 節中所提到的其他品德有何關聯？耐心是從何處而來？是如何產生的？

---

5. 我們怎麼能變得更有耐心？(加拉太書 五：22-23；歌羅西書 一：11)

---

6. 保羅怎樣描述他自己？上帝怎樣顯出祂對保羅的耐心？為什麼這對我們來說是個好榜樣？(提摩太前書 一：15-16)

---

## 付諸行動

1. 如果某人令你生氣，試著將你自己放在他或她的立場。如果你能更加了解他們，對他們有耐心就容易了。
2. 謙卑是有耐心的關鍵，如果我們真的把別人放在自己之先，我們就會對他們有耐心。祈求神幫助你更加謙卑。
3. 有哪些事是你在等待的？求神幫助你耐心等待那些祂要你等待的事，並在艱困的時候持續堅忍。

## 背經文

詩篇 八十六：15 (和合本聖經)

主啊，你是有憐憫有恩典的神，不輕易發怒，並有豐盛的慈愛和誠實。