



继续造就门徒。

这只是其中之一。更多查经计划和门徒训练资源，请见

comission.cc

发现式查经计划

十个安慰的应许

十段经文，讲神的应许——平安、同在、供应与盼望——写给那些正走过艰难季节的人。

10 课查经 · CoMission

—— 发现式查经

十个安慰的应许

目 录

◆ 发现式查经怎样进行

- 1 平安 使徒行传 16:6-34
- 2 同在 诗篇 139
- 3 供应 马太福音 6:25-34
- 4 赦免 诗篇 32
- 5 引导 诗篇 23
- 6 祷告 路加福音 18:1-8
- 7 永生 约翰福音 14:1-8
- 8 力量 腓立比书 4
- 9 目的 哥林多后书 5:15-21
- 10 喜乐 罗马书 5:1-11

更多查经计划请见 comission.cc

发现式查经怎样进行

这一页是给带领查经的人看的。其他人只需要那段经文。

发现式查经没有老师。带领的人只负责提问；是圣经在教导。正因如此，它简单到任何人都能带领——不需要头衔、不需要培训、不需要材料、不需要钱。

吃、消化、成长

吃下神的话 — 把经文大声读出来，再读一遍，然后合上圣经，请一个人用自己的话复述。读是咬下一口，再读是咀嚼，复述是咽下去。如果小组复述不出来，就在继续之前再读一遍。

消化 — 逐一回答四个问题。就在这里，经文变成信心和顺服——根据经文实际所说的来回答，而不是根据某人原本就知道的。

成长 — 成长是神的部分，不是你的。一个人栽种，另一个人浇灌，惟有神使它生长（哥林多前书 3:6–7）。忠心地走这个循环，把成长交给祂。

四个问题

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？
2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？
3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）
4. 我要把这个告诉谁？

一次聚会的样子

回顾 — 你为什么感恩？现在有什么难处？上次我们发现的，你是怎样顺服的，又告诉了谁？简短地彼此代祷。

仰望 — 读、再读、复述——然后是四个问题。

展望 — 每个人大声说出自己的“我要……”，并说出一个要告诉的人。下一次，小组会问起这两件事。正是这一问，把一场讨论变成顺服。

唯一的规则：不要讲解

你一开始讲解，小组就停止发现。如果有人说了经文里没有的东西，不要纠正他——温和地问：“你在这段经文的哪里看到这一点？”让他自己去找。经文和小组会把它理清楚。正是这条规则，让一个只参加过两次查经的人能够带领第三次。

四到十五人。大约一小时，每周一次。别的都不需要。

平安

使徒行传 16:6-34

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

保罗和西拉在监牢里怎样回应？这显明神所赐的平安是怎样的？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

什么惊吓你、摇动你，像那地震摇动禁卒一样？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你在哪里需要选择信靠，而不是惧怕？

4. 我要把这个告诉谁？

你身边谁在害怕，需要听见在耶稣里有平安？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

✦ 祷告

神啊，谢谢你，你的平安在黑暗中也能歌唱。当一切都摇动的时候，求你帮我信靠你，并且留下来。

下一课 同在 comission.cc/zh/study/10-promises-of-comfort/02/



这一课的在线版

喜乐

罗马书 5:1-11

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

保罗说患难生出什么？神怎样显明了他的爱？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

你在哪里需要一份不倚靠环境的喜乐？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要怎样在难处中仍旧在盼望中喜乐？

4. 我要把这个告诉谁？

谁需要听见：他还在远处的时候，神就已经爱他了？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

✦ 祷告

神啊，谢谢你，我藉着耶稣与你相和。求你在苦难中也赐我喜乐，因我知道你的爱已浇灌在我心里。

这个计划的最后一课 选择你的下一个计划 comission.cc/zh/bible-study-plans/



这一课的在线版

目的

哥林多后书 5:15-21

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

这段经文说神使那些在基督里的人成了什么？他把什么交给了他们？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

你若把自己看作新造的人、看作一位使者，会有什么改变？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要用哪一件具体的事，为基督而活、而不是为自己而活？

4. 我要把这个告诉谁？

你可以把这和好的信息带给谁？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

✦ 祷告

神啊，谢谢你使我成为新造的人，又给了我一个使命。求你帮我为耶稣而活，并且承载你和好的信息。



这一课的在线版

同在

诗篇 139

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

这篇诗说神知道你的什么？又可以在哪里寻见他？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

被神这样彻彻底底地知道，是什么感觉——是安慰，是不安，还是两者都有？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

你在哪里最觉得孤单？这一周你要怎样邀请神的临近来到那里？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁觉得孤单、被人遗忘？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

✦ 祷告

神啊，谢谢你，我往哪里去躲避你的灵？求你帮我今天活着，知道你总在近处。



这一课的在线版

供应

马太福音 6:25-34

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

耶稣怎样描述神看顾飞鸟和花草的方式？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

你最容易为自己操心供应的是什么？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要把哪一个忧虑交给神，先求他的国？

4. 我要把这个告诉谁？

谁在为明天焦虑，是你可以去鼓励的？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

✦ 祷告

父啊，谢谢你，我还没有求，你就知道我所需用的。求你帮我先求你的国，其余的交给你。

下一课 赦免 comission.cc/zh/study/10-promises-of-comfort/04/



这一课的在线版

力量

腓立比书 4

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

保罗说知足的秘诀是什么？他的力量从哪里来？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

在哪一种处境里，你最感到自己的力量快要用尽？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要为什么祷告，而不是为它忧虑？

4. 我要把这个告诉谁？

谁已经疲乏，需要听见真正的力量从哪里来？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

✦ 祷告

神啊，谢谢你的力量在任何景况中托住我。求你帮我把忧虑带给你面前，安息在你的平安里。

下一课 目的 comission.cc/zh/study/10-promises-of-comfort/09/



这一课的在线版

永生

约翰福音 14:1-8

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

耶稣向跟随他的人应许了什么？他称自己是什么？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

你心里有什么烦扰，是这个应许所对着说的？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要怎样活得像一个有永恒家乡的人？

4. 我要把这个告诉谁？

谁惧怕死亡，是你可以把这盼望告诉他的？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

✦ 祷告

耶稣，谢谢你去为我预备地方。求你安定我烦扰的心，帮我信靠你就是那条路。



赦免

诗篇 32

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

大卫说他闭口不认的时候会怎样？他承认的时候又怎样？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

你一直默默背着什么，而没有带到神面前？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要向神承认哪一件事，信靠他的赦免？

4. 我要把这个告诉谁？

谁需要听见：神白白地赦免，并且遮盖他的罪？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

✦ 祷告

神啊，谢谢你遮盖罪，而不是记算罪。求你帮我不再躲藏，把我埋起来的带到你的光中。



引导

诗篇 23

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

这篇诗里的牧人为羊做什么？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

你此刻正行过怎样的幽谷？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你在哪里需要让神引领，而不是自己抢先跑？

4. 我要把这个告诉谁？

谁迷了路，需要认识这位牧者？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

★ 祷告

主啊，你是我的牧者。求你领我走过我看不见的路，也帮我即使行过死荫的幽谷也跟从。

下一课 祷告 comission.cc/zh/study/10-promises-of-comfort/06/



这一课的在线版

祷告

路加福音 18:1-8

1 吃

慢慢读这段经文，再读一遍，然后用自己的话复述。如果复述不出来，就再读一遍。

☐ 读 ☐ 再读 ☐ 复述

2 消化

根据经文实际所说的来回答——留在经文里。

1. 这段经文让我对神有什么认识？

这个比喻教导我们：神怎样回应那些一直祈求的人？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

你在哪里被试探着想停止祷告？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要一直向神求什么、不放弃？

4. 我要把这个告诉谁？

你可以邀请谁与你一同祷告？

3 成长

成长是神的部分，不是你的。忠心地走这个循环，信靠祂使它成长（哥林多前书 3:6-7）。

★ 祷告

神啊，谢谢你是那位垂听的公义的父。求你帮我继续祷告、不灰心，相信你必应允。

下一课 永生 comission.cc/zh/study/10-promises-of-comfort/07/



这一课的在线版