

A silhouette of a person stands in the foreground, looking out over a landscape of rolling hills and mountains under a vast, hazy sky. The sky is a mix of soft, warm colors, suggesting a sunset or sunrise. The overall mood is contemplative and serene.

发现式查经计划

十二个女人，一位神

十二个关于女人的故事——有的被忽略，有的走投无路，有的比周围任何人都勇敢。可以自己读，也可以和两三个朋友一起；不需要带领人。

12 课查经 · CoMission

—— 发现式查经

十二个女人，一位神

目录

- ◆ 发现式查经怎样进行
- ◆ 怎样使用这个计划

第 1-4 课

- 1** 被那位看顾的神看见 创世记 16:1-13
- 2** 她选择留下 路得记 1:1-18
- 3** 她祷告到再没有话 撒母耳记上 1:9-20
- 4** 拦下一场杀戮的女人 撒母耳记上 25:14-35

第 5-8 课

- 5** "我若死就死吧" 以斯帖记 4:1-17
- 6** "情愿照祢的话成就在我身上" 路加福音 1:26-38
- 7** 十二年的血漏，一次触摸 马可福音 5:25-34
- 8** 井旁的妇人 约翰福音 4:7-26

第 9-12 课

- 9** 不可少的只有一件 路加福音 10:38-42
- 10** 她把一切养生的都投上了 马可福音 12:41-44
- 11** 她用眼泪湿了祂的脚 路加福音 7:36-50
- 12** 头一个看见祂活着的人 约翰福音 20:1-18

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。

怎样使用这个计划

一课怎么做

1. **定下日子。** 一个真实的日子，写在你的日程上。不是“什么时候有空”。
2. **把故事大声读出来。读两遍。** 出声读，比你以为的更要紧。
3. **合上圣经，用自己的话把故事讲回来——**出声说，或者写下来。讲得单薄，就说明你还没拿住。再读一遍，再讲一遍。**这是检验，也是人人都跳过的那一步。** 讲得动这个故事以前，先别去做那些问题。
4. **问那四个问题。** 在安静里坐一会儿。别急着找“标准”答案——没有一个在那里等你。
5. **写下你的“我要”。**
6. **然后祷告——**用经文下面那段祷告，或者用你自己的话。留到最后。它是对你所发现之事的回应，不是在提示你该发现什么。
7. **下次翻开这个的时候，先问自己：** 我真的做了吗？我告诉谁了？

那四个问题

1. 这让我认识**神**的什么？
2. 这让我认识**人**——以及**我自己**——的什么？
3. 这一周我要**顺服**什么？（一条要遵守的命令、一个要效法的榜样，或一个要信靠的应许）
4. 我要**告诉谁**？

每一课下面都把这四个再印了一遍，每一个都配着另一种问法。那个备选是可有可无的——它是同一个问题，穿着那个故事的衣裳。标准问法你读腻了，或者你在和一个需要换个入口的人一起读，就用它。每一次都用标准的四问，你也什么都没有损失。

关于那个“我要”

里面要有一个名字，也要有一个日子。一个没有名字、没有日子的念头，什么也结不出来。

X “我要试着更有耐心一点。” ✓ “星期四我要去找我姐姐，请她原谅我。”

你若和朋友一起做

出声读，读两遍。一起复述。每个人都回答。**没有人讲道**——一旦有人开始解释，其余的人就不再自己发现了。若有人说了故事里没有的东西，圈子里任何一个人都可以温和地问一句：“你在这段经文的哪里看到的？”你不是老师。圣经和神的灵才是。

走多远，由你定

经课

一课 第 1 课 —— 永远从这里开始

一个月 第 1-4 课

一季 第 1-8 课

全部 第 1-12 课

凡是开了头的，就把它读完。

几句老实话

- **第 1 课是有意乱的。** 夏甲是个使女，卷在别人的一个坏决定中间。那故事里除了神，没有一个人是干净的——留意祂做了什么。
- **第 5 课一次也没提到神。** 那不是你圣经印错了。照样问祂在哪里。
- **第 7 课讲的是一个女人的身体**——十二年的血漏，使她在周围每一个人眼里都是“不洁净”的。别隔着一段距离读它。像读一个你认识的人那样读。
- **第 9 课若你正是那个负责任的人，会扎得慌。** 就让它扎。
- **第 12 课以“去，告诉人”收尾，是有意的。** 这个计划的最后一句话，是一个女人被差出去。第四个问题从来不是可有可无的。
- **第 2 个问题是要放慢的那一个**——“以及我自己”。就是在那里，这才不再只是别人的故事。
- **漏了一周，不必羞愧。** 问问自己是什么挡了路，然后定下一个日子。

被那位看顾的神看见

创世记 16:1-13

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？

在这个故事里，神为一个逃跑的使女做了什么，是别人都没有做的？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

你在哪里觉得自己是隐形的——你又一直在做什么好被人看见？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

你若真信神此刻正看着你，这一周你会有哪里做得不一样？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁觉得自己是隐形的？

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

神啊，没有人在找夏甲的时候，祢在旷野的路上寻见了她。也求祢在那里寻见我——祢是看顾我的神。

下一课 她选择留下 comission.cc/zh/study/12-women-one-god/02/



这一课的在线版

她选择留下

路得记 1:1-18

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？

拿俄米说耶和華的手攻击她。路得的许诺显明她仍旧相信什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

此刻你是哪一个——那个叫人回头的，还是那个决定留下的？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

神把谁放在你生命里、要你守住？这一周“留下”是什么样子？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁被所有人撇下了？

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，路得有一万个理由回头，她还是留下了。求祢叫我的爱也这样倔强。



她祷告到再没有话

撒母耳记上 1:9-20

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？

哈拿怎样处理她心里的愁苦——神又怎样处理它？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

这让你看见“祷告时被误解”是怎么回事——连被虔诚的人误解——你在哪里遇到过？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

你一直独自背着什么？这一周把它倒在神面前——真的去做，有话没话都行。

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁因为祷告没用而放弃祷告了？

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

主啊，祢听见了一个没有声音的祷告。我的在这里——那个我连说都说不出口的。

下一课 拦下一场杀戮的女人 comission.cc/zh/study/12-women-one-god/04/



这一课的在线版

拦下一场杀戮的女人

撒母耳记上 25:14-35

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？

亚比该把自己挡在两个动了怒、带着刀的男人中间。她一步一步究竟做了什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

这让你看见智慧和勇气是什么——哪一样对你更难？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

你身边正在酝酿哪一场冲突？这一周你可以说什么、做什么，去站在中间？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁正要做一件他收不回来的事？

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，求祢把亚比该那样的胆量给我——动作快，说实话，在事情还没开始以前就把它拦下来。

下一课 ["我若死就死吧"](https://comission.cc/zh/study/12-women-one-god/05/) comission.cc/zh/study/12-women-one-god/05/



这一课的在线版

"我若死就死吧"

以斯帖记 4:1-17

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？

这一章里一次也没有提到神的名。你在哪里仍旧看见了祂？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

末底改告诉以斯帖，沉默救不了她。这让你看见"求稳"的代价是什么？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

你为保护自己一直不肯说的是什么？这一周"开口"会是什么样子？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁正在对的时间、对的位置上，自己却还没看出来？

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，祢若把我摆在此时此地，求祢给我胆量走进那道门——不论代价是什么。

下一课 "情愿照祢的话成就在我身上" comission.cc/zh/study/12-women-one-god/06/



这一课的在线版

"情愿照祢的话成就在我身上"

路加福音 1:26-38

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？

马利亚还什么都没做，天使就论到她说了什么？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

马利亚问了一个问题，然后说了是。这让你看见信心是什么——也看见你怎样对待自己不明白的事？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

神要你做的哪一件事，是你一直等着先弄明白的——这一周那个"是"是什么？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁以为神只用重要人物？

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，马利亚在还不知道这一切要怎么成的时候就说了是。求祢教我这样回答祢——情愿照祢的话成就在我身上。

下一课 十二年的血漏，一次触摸 comission.cc/zh/study/12-women-one-god/07/



这一课的在线版

十二年的血漏，一次触摸

马可福音 5:25-34

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？

人群从四面拥挤，耶稣却为一个妇人停下来。她已经得了医治、本可以悄悄走开，祂为什么偏要她站出来？

2. 它让我对人 — 也对我自己 — 有什么认识？

这让你看见绝望和信心是什么——也看见你更愿意藏起什么？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

你一直想悄悄地、不让人知道地医好什么？这一周“站出来”会是什么样子？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁病了、穷了、或累了太久，久到已经不再盼望？

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，十二年什么法子都试过了，那是很长的时间。我还是伸手去摸祂——而祂称我为女儿。

下一课 [井旁的妇人](https://comission.cc/zh/study/12-women-one-god/08/) comission.cc/zh/study/12-women-one-god/08/



这一课的在线版

井旁的妇人

约翰福音 4:7-26

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？

数一数耶稣本“不该”和这妇人说话的那些理由。祂却做了什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

耶稣提起了她最想避开的那个话题——她却留在了这场对话里。你一直把话题从什么上面引开？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

你一直回去打的是哪一口打不长久的水？这一周向耶稣要那活水会意味着什么？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁被所有体面人一笔勾销了？

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

耶稣，祢知道她所做过的一切，仍旧和她说话。也求祢这样和我说话——全都摆在桌面上。

下一课 不可少的只有一件 comission.cc/zh/study/12-women-one-god/09/



这一课的在线版

不可少的只有一件

路加福音 10:38-42

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？

耶稣说马利亚已经选择了那上好的福分。她究竟选了什么——她实际在做什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

马大做的是好工。这让你看见好东西怎样把最好的挤掉——你的是被什么挤掉的？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

在你真实的一周里，你要在哪里坐在耶稣脚前？说出时间和地点。

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁忙到喘不过气？

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，我可以整天服事祢，却一次也没坐下来和祢在一起。求祢指给我那不可少的一件，也不让任何人把它夺去。

下一课 她把一切养生的都投上了 comission.cc/zh/study/12-women-one-god/10/



这一课的在线版

她把一切养生的都投上了

马可福音 12:41-44

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？

在银库那里，耶稣看见了什么是别人都没看见的？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

这让你看见神是怎样计算的——也看见你一直是怎样计算的？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

不从多余的、而是从养生的里面给出去，这一周会是什么样子？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁以为自己拿得出来的太小、不值一提？

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，祢看见了别人都没看见的，还说那两个小钱比众人所投的更多。求祢教我像她那样给——全部。

下一课 她用眼泪湿了祂的脚 comission.cc/zh/study/12-women-one-god/11/



这一课的在线版

她用眼泪湿了祂的脚

路加福音 7:36-50

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？

那屋里和耶稣在一起的有两个人——西门和那妇人。耶稣怎样对待他们各人？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

耶稣说赦免多的，爱也多。这让你看见你的爱为什么时热时冷？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

她当众用一样贵重的东西谢耶稣，毫不在意谁在看。这一周，一份要你付代价的感谢会是什么样子？

4. 我要把这个告诉谁？

你认识谁以为自己的过去使他不配走进任何有耶稣在的屋子？

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，她没有等自己变得体面才到祂这里来。我也不等了。谢谢祂把那句话说出口——你的罪赦免了。

下一课 头一个看见祂活着的人 comission.cc/zh/study/12-women-one-god/12/



这一课的在线版

头一个看见祂活着的人

约翰福音 20:1-18

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？

头一个看见复活的耶稣、也头一个被差去传的，是一个女人。这告诉你神是怎样的？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

耶稣叫了她的名字，她才认出祂来。这让你看见悲伤是什么——也看见“被认识”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）

耶稣没有让她留在园子里——祂差了她。这一周祂差你去哪里？带着什么信息？

4. 我要把这个告诉谁？

这一周谁需要听你指名说出这句——我已经看见了主？

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，祢叫了她的名字，整个世界就变了。也叫我的名字。也照祢差她的样式差我——去，告诉人。

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



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