



发现式查经计划

基督的命令

耶稣给跟随他之人的十条简单命令——一条一步一步进入顺服他的起步之路。

10 课查经 · CoMission

—— 发现式查经

基督的命令

目录

◆ 发现式查经怎样进行

- 1 悔改，相信 马可福音 1:14-15
 - 2 受洗 使徒行传 8:26-39
 - 3 祷告 马太福音 6:5-15
 - 4 去使万民作门徒 马太福音 28:16-20
 - 5 爱神，也爱人 约翰福音 13:34-35 · 马太福音 22:34-40
 - 6 敬拜 约翰福音 4:19-26
 - 7 主的晚餐 路加福音 22:14-20
 - 8 施与 哥林多后书 9:6-15
 - 9 彼此聚集 希伯来书 10:19-25 · 使徒行传 2:42-47
 - 10 开始长期的门徒栽培 提摩太后书 2:1-7
-

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。

悔改，相信

马可福音 1:14-15

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？

耶稣宣告了什么？他吩咐人做什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

此刻对你来说，悔改——转回来——是什么样子？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要在哪一方面转离，把它交托给耶稣？

4. 我要把这个告诉谁？

你可以把这好消息分享给谁？

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

耶稣，你的国近了。求你帮我今天转离自己的路，真心相信你的福音。



这一课的在线版

受洗

使徒行传 8:26-39

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？

那人问起洗礼的时候腓利做了什么？那人回应得多快？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

有什么可能拦着你去效法那人的榜样？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

你若还没有受洗，这一周你要迈出哪一步？你若已经受了洗，你可以帮谁迈出这一步？

4. 我要把这个告诉谁？

你可以像腓利那样，在路上向谁讲解这好消息？

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，没有人因太远或太不一样而不被你接纳。求你赐我勇气去顺服、去受洗，也去帮助别人这样做。



祷告

马太福音 6:5-15

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？

耶稣吩咐跟随他的人怎样祷告？他所给的那篇祷告聚焦在什么上？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

你祷告的方式，和耶稣在这里所描述的相比如何？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

以耶稣的祷告为样式，这一周你要怎样祷告？

4. 我要把这个告诉谁？

照这篇祷告所求的，有谁是你要饶恕的？

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，谢谢你在暗中察看，也知道我所需要的。求你教我简单地祷告，也教我像我蒙饶恕那样去饶恕。



去使万民作门徒

马太福音 28:16-20

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？

耶稣宣称他有怎样的权柄？他差跟随他的人去做什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

耶稣给了什么应许，能帮助你顺服这条吩咐？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要开始带哪一个人作门徒、或邀请谁跟随耶稣？

4. 我要把这个告诉谁？

谁需要先听见耶稣，才能跟随他？

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，一切权柄都是你的，你也常与我同在。求你帮我去使人作门徒，教导他们遵守你的话。

下一课 爱神，也爱人 comission.cc/zh/study/commands-of-christ/05/



这一课的在线版

爱神，也爱人

约翰福音 13:34-35

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？

耶稣说哪些是最大的诫命？人要怎样认出他的门徒？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

照耶稣所要求的样式，谁是你最难去爱的？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要用哪一件具体的事去爱那个人？

4. 我要把这个告诉谁？

你若这样爱谁，谁就可能在你身上看见耶稣？

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，求你帮我尽我所是地爱你，也照耶稣爱我的样式去爱别人。
求你叫我的爱显明我是属谁的。



爱神，也爱人

马太福音 22:34-40

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？

耶稣说哪些是最大的诫命？人要怎样认出他的门徒？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

照耶稣所要求的样式，谁是你最难去爱的？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要用哪一件具体的事去爱那个人？

4. 我要把这个告诉谁？

你若这样爱谁，谁就可能在你身上看见耶稣？

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，求你帮我尽我所是地爱你，也照耶稣爱我的样式去爱别人。
求你叫我的爱显明我是属谁的。



这一课的在线版

敬拜

约翰福音 4:19-26

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？

耶稣说真正的敬拜是什么？父在寻找谁？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

你的敬拜倚靠什么——地方、感觉，还是神自己？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周除了聚会以外，你要怎样用心灵和诚实敬拜神？

4. 我要把这个告诉谁？

你可以邀请谁与你一同敬拜神？

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，你正在寻找那用心灵和诚实敬拜你的人。求你帮我用整个生命诚实地敬拜你。



主的晚餐

路加福音 22:14-20

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？

耶稣说那饼和那杯是什么意思？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

"为你们舍的"这句话，对你意味着什么？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要怎样記念耶稣的舍身？

4. 我要把这个告诉谁？

谁可以和你一同記念主？

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，谢谢你为我舍了身体、流了宝血。求你帮我記念你的舍身，并且活在那新约里。



这一课的在线版

施与

哥林多后书 9:6-15

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？

关于神的百姓怎样给、为什么给，保罗说了什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

是什么让你难以甘心乐意地给？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要甘心乐意地给出什么——金钱、时间，还是帮助？

4. 我要把这个告诉谁？

谁有一个需要，是你可以去满足的？

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，谢谢你是慷慨的赐与者，也喜爱乐意的心。求你释放我，叫我无所惧怕地给，并且信靠你的供应。



彼此聚集

希伯来书 10:19-25

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？

作者劝信徒要继续做什么？初期教会一同做了什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

是什么拦着你与其他信徒相聚？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要怎样与其他信徒相聚、彼此劝勉？

4. 我要把这个告诉谁？

你可以邀请谁进入这样的群体？

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，谢谢你把你的百姓赐给我。求你帮我不停止聚会，反倒激发别人去爱、去行善。



彼此聚集

使徒行传 2:42-47

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？

作者劝信徒要继续做什么？初期教会一同做了什么？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

是什么拦着你与其他信徒相聚？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要怎样与其他信徒相聚、彼此劝勉？

4. 我要把这个告诉谁？

你可以邀请谁进入这样的群体？

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，谢谢你把你的百姓赐给我。求你帮我不停止聚会，反倒激发别人去爱、去行善。

下一课 [开始长期的门徒栽培](https://comission.cc/zh/study/commands-of-christ/12/) comission.cc/zh/study/commands-of-christ/12/



这一课的在线版

开始长期的门徒栽培

提摩太后书 2:1-7

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？

保罗吩咐提摩太怎样对待他所听见的？

2. 它让我对人——也对我自己——有什么认识？

兵丁、运动员、农夫——哪一个最贴近你与耶稣同行的样子？

3. 这个星期我要顺服什么？（一个具体的行动，定好哪一天）

这一周你要开始把生命倾注给哪一位忠心的人？

4. 我要把这个告诉谁？

谁教导过你，是你可以去谢的——你如今又可以教导谁？

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

主啊，求你帮我把我所领受的交托给那忠心、能教导别人的人。求你使我成为一个使人作门徒的门徒。

这个计划的最后一课 [选择你的下一个计划](https://comission.cc/zh/bible-study-plans/) 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